

Lengsfeld: «Glück kann nie ein Egotrip sein, sondern bedingt immer das Miteinander»

Interview Was brauchen wir zum Glücklichsein? Melchior Lengsfeld, Geschäftsleiter der Schweizer Hilfsorganisation Helvetas, spricht im «Volksblatt»-Interview über seine persönlichen Glücksmomente, aber auch darüber, wie Migration, Corona und jeder Einzelne von uns Einfluss auf das Glück haben.

VON SILVIA BÖHLER

«Volksblatt»: Herr Lengsfeld, wie kann man Glück beschreiben? Melchior Lengsfeld: Glück - danach streben alle Menschen auf der Welt. Im Englischen gibt es zwei Begriffe: «Luck» steht für den Zufall und das kurzfristige Glück. Ein Beispiel: Wenn ich ein Glückslos ziehe und gewinne, macht mich das für einen kurzen Moment glücklich. «Happiness» hingegen steht für Zufriedenheit und Wohlbefinden in einem umfassenderen Sinne. Schon Aristoteles meinte damit eine gelungene Lebensführung. Diese hängt nicht nur von individuellen Faktoren, sondern auch von den äusseren Rahmenbedingungen ab.

Was brauchen Sie persönlich, um glücklich zu sein?

Oft sind es die kleinen Dinge: Am Morgen die Vögel im Hinterhof zwitschern zu hören oder von meinen Kindern umarmt zu werden. Aber es spielen auch grössere Themen eine Rolle: als Bürger unsere Gesellschaft mitgestalten zu können, eine Arbeit zu haben, die mich erfüllt, immer wieder etwas Neues entdecken zu dürfen. Sei das durch Reisen oder im Austausch mit Menschen, die anders leben als ich und auch andere Bedürfnisse haben. Auf Besuchen in unseren Partnerländern stelle ich immer wieder fest, dass Glück nicht nur von der eigenen Einstellung abhängt, sondern auch davon, was einen umgibt: Habe ich Mitsprachemöglichkeit in meinem Quartier? Leistet die nächste Krankenstation Hilfe, wenn Angehörige erkranken? Kann ich meine Lebenssituation mitgestalten? Das Gefühl des Ausgeliefertseins beeinflusst unser Glücksgefühl negativ.

Es gibt den Satz von Albert Schweitzer: «Glück ist das Einzige, was sich verdoppelt, wenn man es teilt.» Was bedeutet dieser Satz in Bezug auf Ihre Arbeit?

Ich kann ihm nur zustimmen. Seit 21 Jahren arbeite ich für die Schweizer Entwicklungsorganisation Helvetas und stehe in engem Austausch mit Menschen in vielen Ländern Afrikas, Asiens, Lateinamerikas und Osteuropas. Wir leisten Hilfe zur Selbsthilfe. Was mich motiviert: zu sehen, dass Armut kein unveränderliches Schicksal ist. Mit etwas Unterstützung kann ein Lebensweg eine glückliche Wendung nehmen. Zusammen mit den Leuten vor Ort, lokalen Partnerorganisationen und auch Privatunternehmen schaffen wir es zum Beispiel, dass sich eine Schule in Afrika Zugang zu sauberem Trinkwasser aufbaut. Dies vermehrt Glück mehrfach: Für die Eltern der Kinder, für die Kinder selbst, weil sie nicht mehr kilometerlange Wege auf sich nehmen müssen, um an sauberes Wasser zu kommen, sondern Zeit fürs Lernen und Spielen haben dank des Wasserzugangs - aber auch für uns, weil wir sehen, dass man etwas gegen Durst und durch schmutziges Wasser

«Helvetas setzt sich dafür ein, dass Migration menschenwürdig und sicher vonstattengeht.»

übertragene Krankheiten tun kann. Man nennt das Phänomen «warm glow», warmes Glühen: die Zufriedenheit, wenn man andere glücklich macht und sich für andere einsetzt.

Sie haben in Indien, Mosambik und Mali gearbeitet. Was haben Sie die dortigen Erfahrungen gelehrt?

Dass Veränderungen möglich sind! Mali und Mosambik gehören zu den ärmsten Ländern dieser Welt. Dort habe ich erfahren, wie wichtig es ist, mit einer positiven Einstellung auch auf schwierige Situationen zuzugehen. Wenn ein Dorf keinen Brunnen mit sauberem Trinkwasser hat, leiden alle, denken wir nur an Kindersterblichkeit. In beiden Ländern tragen wir zur Verbesserung der Trinkwasserversorgung bei. Und helfen, dass junge Männer und Frauen eine praktische Berufsausbildung absolvieren und dadurch ein Einkommen erzielen, das zum Leben reicht. Ich habe gelernt, die positiven Entwicklungen wahrzunehmen, und darauf aufzubauen: In Mali zum Beispiel gehen heute sehr viele Kinder zur Schule - das war vor einer Generation nicht so. Eine Entwicklung mit Multiplikatoreffekt: Mit besserer Schulbildung heiraten Frauen später, gebären weniger Kinder und haben bessere Berufschancen. Durch meine Arbeit ist mir

bewusst, wie privilegiert wir hierzulande sind. Und dass es unsere Unterstützung weiterhin braucht. Entwicklung erfolgt nicht von heute auf morgen. Man muss dranbleiben. Wenn du das Positive siehst und aus Fehlern lernst, kommst du immer weiter voran.

Viele Menschen verlassen die armen, unsicheren Länder, weil sie keine Zukunftsperspektive sehen. Sie suchen ihr Glück in Europa. Was finden sie hier?

Migration gab es schon immer und wir dürfen nicht vergessen: Der grösste Teil der Migration verläuft heute im globalen Süden vom Land in die Städte oder Nachbarstaaten. Es ist verständlich, dass der Mensch eine bessere Zukunft sucht - ob dort oder hier. Früher wanderten viele Schweizer nach Amerika aus. Helvetas setzt sich dafür ein, dass Migration menschenwürdig und sicher vonstattengeht. Dass Arbeitssuchende aus Nepal oder Sri Lanka, die ihre Familie verlassen müssen, um in den Emiraten als Putzkraft oder auf dem Bau zu arbeiten, schon vor der Abreise über mögliche Probleme und Hilfsangebote informiert sind, dass sie anständige Löhne erhalten und wie die Angehörigen das Geld sinnvoll investieren können, damit ihr Leben vor Ort besser wird. Denn klar ist: Wer kann, bleibt oder kehrt in seine Heimat zurück.

Schauen wir zum Flüchtlingslager Moria auf Lesbos, wo viel zu viele Flüchtlinge eingepfercht auf engstem Raum leben und wo in den vergangenen Tagen fast das komplette Lager abgebrannt ist. Man hat den Eindruck, seit Jahren wird einfach weggeschaut. Wer steht hier die Verantwortung?

Die Nachrichten und Bilder aus Moria sind erschütternd. Doch die Feuersbrunst ist nur die letzte Katastrophe in einer Reihe schrecklicher Ereignisse. Was werden unsere Enkel dazu sagen, dass wir als europäische Staatengemeinschaft weggeschauen, obwohl wir wissen, dass sich im Mittelmeer seit Jahren eine humanitäre Tragödie abspielt? Als Bürgerinnen und Bürger stehen wir alle in der Verantwortung. Es ist

wichtig, dass die Situation in den Lagern endlich verbessert wird. Dazu gehört, dass die Flüchtlinge in andere Länder aufgenommen werden. Griechenland kann diese Situation nicht allein lösen. Helvetas selbst ist nicht involviert in Moria. Wir engagieren uns aber zum Beispiel im weltweit grössten Flüchtlingslager in Bangladesch, wo rund eine Million Vertriebene aus Myanmar unter schwierigen Verhältnissen leben. Bangladesch hat diese Flüchtlinge aufgenommen, obwohl das bitterarme Land eine sechsmal höhere Bevölkerungsdichte hat als die Schweiz. Daher steht auch die internationale Gemeinschaft in der Verantwortung, Hilfe für die Bewältigung dieser Flüchtlingskrise zu leisten.

Wir leben hier in Frieden, Freiheit und Wohlstand - haben also alles, was die Flüchtlinge suchen. Dennoch sind einige Menschen hierzulande nicht zufrieden/glücklich. Fehlt es uns an Dankbarkeit?

Die empirische Forschung belegt, dass das durchschnittliche subjektive Wohlbefinden ab einer bestimmten Einkommenshöhe stagniert. Obwohl mehr Einkommen also nicht glücklicher macht und wir weniger Stress und mehr Zeit möchten, streben viele nach mehr Lohn. Der Wirtschaftsprofessor Matthias Binswanger nennt dies die Tretmühlen des Glücks: Man vergleicht, erhöht die Ansprüche und versucht, alles schneller und effizienter zu machen - anstatt sich auf das zu konzentrieren, was wirklich zufrieden macht. Etwa die Pflege der sozialen Beziehungen oder Dankbarkeit für das, was wir haben. Es mag kitschig tönen, ist aber bewiesen. Was

am Ende zählt, sind die Beziehungen in unserer Familie, unsere Freundschaften, der Kontakt mit der Natur.

Hierzulande wird vor allem auf Leistung geachtet, das beginnt ja schon in der Schule mit dem Streben nach guten Noten. Heisst das, die Menschen interessieren sich zu wenig füreinander?

Leistungswille und Empathie schliessen sich nicht aus. Allerdings ist es wichtig, unseren Kindern die Offenheit für andere zu vermitteln, ihnen aufzuzeigen, dass es nicht nur darum geht, selbst erfolgreich zu sein, sondern gemeinsam etwas zu erreichen. In unserer globalisierten Welt werden Werte wie Kooperation, Solidarität und die Fähigkeit, dem anderen zuzuhören und gemeinsam etwas zu schaffen, immer wichtiger.

Die Ausstellung im Landesmuseum in Vaduz heisst ja Global Happiness. Was ist damit gemeint?

Mit globalem Glück ist das Wohlbefinden aller Menschen gemeint. Also nicht bloss das individuelle Glück für einzelne Personen oder eine bestimmte Gemeinschaft. Weil Glück nie ein Egotrip sein kann, sondern immer das Miteinander bedingt. Wenn wir uns dann noch der begrenzten natürlichen Ressourcen auf dieser Welt bewusst sind, wird klar, dass globales Glück auch nachhaltiges Glück ist. Glück also, das weder die Umwelt, andere Menschen noch die kommende Generation schädigt.

Die 17 nachhaltigen Entwicklungsziele

(SDGs) sollen das Leben weltweit verbessern. Haben Sie das Gefühl, dass hier genug getan wird? Sind die Menschen bereit dazu, einen Beitrag zu leisten?

Die SDGs sind ein Wegweiser, der zeigt, in welche Richtung wir gehen müssen. In der Schweiz und in Liechtenstein müssen wir vor allem unseren hohen ökologischen Fussabdruck senken, da wir ökologisch gesehen auf Kosten von Ländern des Südens leben. Andere Länder haben mit Hunger zu kämpfen. Es wurde bereits einiges erreicht. Trotzdem ist klar, dass sich nicht nur Staaten, sondern auch Wirtschaft und Zivilgesellschaft engagieren müssen, um die Ziele zu erreichen. Der Klimawandel und die Coronapandemie ver-

schärfen globale Probleme wie Hunger, Wassernot und Armut weiter. Daher müssen wir alle - ob Einzelperson, Unternehmen oder Gesellschaft - unseren Teil dazu beitragen.

Welchen Einfluss hat das Coronavirus auf unser Glück?

Das hängt davon ab, wo und wie wir leben. Eine Frau in Asien, die ihren Job im Textilsektor aufgrund der Coronakrise verloren hat, ihre Kinder nicht mehr ernähren und sich kaum vor der Ansteckung mit dem Virus schützen kann, weil sie in beengten Verhältnissen lebt, erlebt Corona wohl nur als negativ. Hierzulande hingegen haben manche Menschen die Entschleunigung, die Nachbarschaftssolidarität oder das Bewusstsein, wie gut unser Gesundheitswesen funktioniert, sogar ein wenig beglückt.

In den Ländern, in denen Helvetas tätig ist, sieht das wohl anders aus?

Lateinamerika ist bisher viel stärker betroffen als Afrika. Zuerst einmal ist es eine Gesundheitskrise. Menschen erkranken, viele sterben. Zahlreiche Länder haben früh einschneidende Massnahmen ergriffen. So sinnvoll Ausgangssperren, Reisebeschränkungen und die Schliessung von Grenzen, Märkten und Fabriken sind - sie verschärfen die wirtschaftliche Not und den Hunger der Ärmsten. In vielen Ländern erwartet man, dass die längerfristigen negativen Auswirkungen die direkten gesundheitlichen Folgen der Coronapandemie übertreffen. Millionen haben schon ihren Job verloren oder können zum Beispiel nicht mehr als Strassenhändlerinnen ihren Tageslohn verdienen. Es fehlt ihnen Geld für die täglichen Lebensmittel. Und eine Perspektive. Deshalb unterstützen wir in unseren Partnerländern die Ärmsten mit Lebensmittelpaketen, Saatgut und Beratung.

Wie können wir helfen?

Indem wir Helvetas spenden (lacht). Im Ernst: Wir sind extrem dankbar über die grosse Spenden-solidarität, die wir seit Beginn der Coronakrise erfahren. Es ist zentral, dass wir in dieser Notsituation als lokal gut verankerte NGO vor Ort konkrete und direkte Hilfe leisten können. Wir wissen, wo die Menschen was genau brauchen und können das mit unseren lokalen Partnerorganisationen unbürokratisch sicherstellen.

Melchior Lengsfeld ist Geschäftsleiter der Helvetas - einer Schweizer Organisation für internationale Entwicklungszusammenarbeit und humanitäre Hilfe. (Foto: ZVG)

«GLOBAL HAPPINESS»

Am Sonntag, den 13. September, (von 10 bis 17 Uhr) findet im Liechtensteinischen Landesmuseum der Tag der offenen Tür zur Ausstellung «Global Happiness: Was brauchen wir zum Glücklichsein?» statt. Der Eintritt ist an diesem Sonntag frei und es finden kostenlose Konzerte der Pianisten Emil Latenser und Maria Bogner statt.

