Nele Treu, Klasse 10

Schu?lerwettbewerb 2025
PhilosophieArena
Nele Treu, Klasse 10

Das gute Leben

Anlässlich des diesjährigen Schülerwettbewerbs PhilosophieArena habe ich bezüglich der Fragestellung: "Was bedeutet ein "gutes Leben" und wie lässt es sich erreichen?" die folgende multiperspektivische Betrachtung verfasst.

Sicherlich haben Sie sich schonmal gefragt, was Sie eigentlich vom Leben erwarten. Was wollen Sie erreichen? Wie sollen Sie dies anstellen? Doch die Frage nach dem ?guten Leben? stellt sich als außerordentlich umfangreich dar und ist nicht in einem Satz zu beantworten. Aus diesem Grund habe ich auf Ebene des Individuums, der Gesellschaft sowie der Ideengeschichte reflektiert, was ein gutes Leben auszeichnet und wie es sich erreichen lässt.

Historisch betrachtet besteht ein gutes Leben allein darin, ein moralisch richtiges Leben zu führen, also in jeder Situation nach vier Grundsätzen abzuwägen, was das ?richtige? Handeln in dieser speziellen Situation auszeichnen würde. Diese Grundnormen, auf welche sich die Gesellschaft einigen konnte, sind losgelöst von Religion, Staat und Kultur und liegen darin, nicht zu lügen, nicht zu töten, nicht zu stehlen und nicht (sexuell) zu missbrauchen. Ideengeschichtlich betrachtet zeichnet dies also ein gutes Leben aus, doch ist das Handeln nach diesen vier Geboten tatsächlich alles, was der Mensch zu tun hat, um ein ?gutes Leben? zu erlangen, oder ist dies möglicherweise lediglich das Grundgerüst des guten Lebens, das noch weiter ergänzt werden muss?

Vom Standpunkt des individuellen Menschen spielt die psychische sowie körperliche Gesundheit eine zentrale Rolle, um ein gutes Leben erreichen zu können, denn diese ist Grundvoraussetzung für jede Art von Handeln, die ein Mensch ausübt und kann dem guten Leben im Fall von plötzlicher Dysfunktion direkt entgegenarbeiten. Wenn Sie sich beispielsweise eine körperlich und psychisch fitte Person vorstellen, welche gerade ihr Abitur bestanden hat und nun unerwartet einen Schlaganfall erleidet, stellt sich die Frage, ob das bestandene Abitur der Person nun noch für ihre berufliche Zukunft von Bedeutung ist. Die Dysfunktion der Gesundheit eines Menschen kann also Erfolge verhindern, beziehungsweise den Lebensstandard einer Person um 180° drehen, was mich direkt zum nächsten Punkt führt. Genießt eine Person einen gewissen Lebensstandard, ob nun von der Gesellschaft als gut oder schlecht anerkannt, so besitzt diese in der Regel eine dazu passende und für sie persönlich realistische Vorstellung von ihrem guten Leben. Zum Beispiel könnte es sein, dass die Person aus dem vorherigen Beispiel nach ihrem Abitur große berufliche Pläne hatte, wie zum Beispiel Medizin zu studieren, ein Unternehmen zu gründen etc. Diese Person hatte in diesem Beispiel vielleicht ein sicheres Zu Hause, reiche Eltern und auch keine körperlichen oder psychischen Krankheiten, bevor es zum Schlaganfall kam. Der gewohnte Lebensstandard von ?körperlich gesund? hat sich nun innerhalb von Sekunde zu ?arbeitsunfähig? gewendet. Die Person ist also psychisch noch vollkommen unversehrt, kann aber ihren Träumen aufgrund der körperlichen Beeinträchtigung nicht

nachgehen. Genauso ist dies möglich, wenn die Person körperlich gesund ist, aber psychisch an beispielsweise Depressionen leidet, denn in diesem Fall wäre sie körperlich dazu in der Lage zu arbeiten, könnte aber aufgrund mangelnder psychischer Kompetenzen ihre Ziele nicht mehr verfolgen.

Deutlich wird also, dass eine plötzliche Änderung des Lebensstandards die Vorstellungen eines guten Lebens und die Pläne einer Person durcheinander bringen kann, was allerdings keinesfalls bedeutet, dass es über der Macht von zum Beispiel Personen mit Behinderung steht, ein gutes Leben zu erreichen. Menschen, die mit einer Behinderung, wie beispielsweise dem Downsyndrom, auf die Welt gekommen sind, können überhaupt nicht wissen, wie ein Leben ohne ihre Krankheit aussehen würde, was verdeutlicht, dass sie einen anderen Lebensstandard besitzen und deren gutes Leben nicht gleich dem eines gesunden Menschen ist. Möglicherweise ist für diese Personen das höchste Lebensziel, mit ihrer Familie zusammen sein zu können, da sie nicht die Möglichkeit haben, ein Studium oder Ähnliches zu absolvieren. Ein gesunder Mensch könnte zum Beispiel als oberstes Lebensziel haben, Lehrer zu werden. Dieser hätte dann, dank seiner körperlichen und psychischen Unversehrtheit, die Möglichkeit, seine Familie häufig zu sehen und trotzdem Lehrer zu sein. Ein weiteres Beispiel, das diese unterschiedlichen Lebensstandards verdeutlicht, besteht darin, sich über finanzielle Unterschiede bewusst zu werden. Ein Multimillionär, welchem es rundum gut geht, hat mit höher Wahrscheinlichkeit eine andere Vorstellung eines guten Lebens als eine Person, die im Kriegsgebiet lebt und nicht weiß, wie sie ihre Familie ernähren soll.
Diese Punkte zeigen klar auf, dass der individuelle Sinn und individuelle Ziele zum guten Leben eines Individuums beitragen, welche für jeden Einzelnen auf der Welt anders aussehen können. Diesbezüglich ist ??gerecht?? nicht immer gleich ??gut??. Wenn beispielsweise davon ausgegangen wird, dass ab sofort jeder Mensch auf der Welt den Durchschnittswert des Gesamtvermögens aller Menschen bekommt, dann würden die meisten Menschen dies durchaus als gerecht betiteln. Allerdings würden dies die Personen, die dann weniger Geld als zuvor hätten, nicht als gut empfinden, was verdeutlicht, dass sich die Definition eines guten Lebens bezüglich der finanziellen Lage für jeden als unterschiedlich darstellt. Wichtig ist nur, festzuhalten, dass jeder Mensch, in seiner für ihn nun guten beziehungsweise schlechten Ausgangslage, die Möglichkeit hat, sein Leben für ihn innerhalb dieser Lage zum Bestmöglichen zu wenden. Dieses Bestmögliche ist allerdings, wie zuvor ausgeführt, individuell.

Doch inwiefern ist es nun möglich, das ??gute Leben??, diese Standards übergreifend, als Individuum zu erreichen? Wenn eine Person beispielsweise einen schweren Schicksalsschlag erlitten hat, ist es grundlegend, diesen ohne anhaltende Beeinträchtigungen zu überstehen, was nicht meint, dass das Individuum, zum Beispiel nach dem Tod einer geliebten Person, kein Recht auf Trauer hat, sondern langfristig lernt, mit diesem Verlust umgehen und leben zu können. Als bedeutend stellt sich dabei der Unterschied zwischen Resilienz und Trauerunterdrückung dar. Wenn das Individuum sich erlaubt, Trauer zu verspüren oder sogar mit anderen Personen über belastende Katastrophen zu sprechen, verarbeitet es diese abschließend und kann, anders als bei radikaler Unterdrückung des Schmerzes, bei welcher es im schlimmsten Fall zu Angstzuständen, Depressionen oder anderen psychischen Problemen kommen kann, lernen, damit abzuschießen, beziehungsweise in einem gesunden Ausmaß über die Situation sprechen zu können, ohne erneut in tiefe Trauer zu verfallen. Wer erreicht hat, mit Trauer umzugehen, ohne dabei sein ganzes Leben aufzugeben, ist dem guten Leben bereits ein Stück näher. Zudem trägt Resilienz zu innerer Ausgeglichenheit bei, welche psychischem Stress entgegenwirkt und sich somit ebenfalls positiv auf das Leben an sich auswirkt.

Ein weiterer bedeutsamer Schritt zum guten Leben findet sich in Achtsamkeit und Selbstbestimmtheit der individuellen Person. Versetzen Sie sich beispielhaft in zwei Personen, die beide Arzt werden wollen. Gewisse Leute verfolgen allerding das Ziel, sie von diesem Traum abzubringen und versuchen mit allen Mitteln, die beiden von einem anderen Beruf zu überzeugen. Der eine hört auf die Leute und entscheidet sich gegen die Karriere als Arzt, den andern interessiert die Meinung anderer nicht und er verfolgt weiterhin das Ziel, Arzt zu werden. 20 Jahre später ist der eine in einem komplett anderen Berufsbereich tätig, ist allerdings überhaupt nicht zufrieden mit seiner aktuellen Situation und wünscht sich, er hätte damals nicht auf die Leute gehört, denn zu denen hat er momentan sowieso keinen Kontakt mehr. Der andere lebt seinen Traum als Arzt und ist stolz auf seine Selbstbestimmtheit. Dieses Beispiel verdeutlicht, wie wichtig Selbstbestimmtheit und Achtsamkeit mit dem Ziel eines guten Lebens sind, denn jede Person lebt nur ihr eigenes Leben und sollte ihre eigenen Vorstellungen des guten Lebens verfolgen, solange diese realisierbar sind. Außerdem ist Achtsamkeit geboten, wenn es, wie in diesem Beispiel, um Mitmenschen und die Wahl der Menschen, denen man vertraut, geht. Das Individuum sollte sich in seinem Leben soziale Beziehungen suchen, welche es in seinen Entscheidungen unterstützen und ihm guttun. Und auch wenn es hart klingt, hat das Individuum das Recht, seine Freunde kritisch auszuwählen oder gar ??pingelig?? bei der Auswahl dieser zu sein, denn, wie bereits gesagt, handelt es sich hier um das eigene Leben, dass nicht

perfekt, aber bestmöglich gestaltet werden muss, um ein gutes werden zu können.

Bezüglich der Selbstbestimmtheit und dem Verfolgen von (beruflichen) Zielen ist ebenfalls die Disziplin erwähnenswert, ohne welche die meisten Träume unerreichbar wären. Ausgehend vom vorherigen Beispiel und der Karriere als Arzt, ist also nicht nur die Selbstbestimmtheit entscheidend, die die letztendlich erfolgreiche Person auszeichnet, sondern auch Disziplin. Sicher ist, dass der alleinige Wille, Arzt zu werden, nicht ausreicht, um dies tatsächlich auch zu erreichen, denn dafür sind ein langes Studium und zahlreiche weitere Prozesse essenziel. Ausschlaggebend ist es hier, auch zu arbeiten, wenn die Motivation fehlt oder man eigentlich lieber etwas anderes machen würde. Dies soll nicht bedeuten, sich menschenunwürdig zu überausgaben oder im Fall von Krankheit zu arbeiten, aber eben, nie sein Ziel aus den Augen zu verlieren und das künftige Wohlergehen immer im Hinterkopf zu haben. Hierbei ist aber genauso wichtig, in der Gegenwart und nicht nur für die Zukunft zu leben, denn auch wenn zukünftige Ziele wichtig sind, sollte niemals vergessen werden, im Hier und Jetzt zu leben und das Leben trotz Anstrengungen und Bemühungen zu genießen, denn es ist unvorhersehbar, wann das Leben ein Ende hat.

Die Gesellschaft gibt dem Individuum Standards des guten Lebens vor, also Dinge, die zum Beispiel in den Medien oder der Politik als ??gut?? verbreitet werden. Das Individuum hat hierbei aber die Möglichkeit, losgelöst jeglicher vorgegebenen Standards zu handeln, insofern es kein anderes Individuum in der Gesellschaft negativ mit seinen persönlichen Entscheidungen beeinflusst. Nur so kann ein gutes Leben innerhalb der Gesellschaft funktionieren.

Dinge, die die Gesellschaft unternimmt, um jedem Individuum gute Grundvoraussetzungen bieten zu können, sind vielfältig. So sorgt die Politik (hier: in Deutschland) beispielsweise für die Herstellung von Chancengleichheit, was sich as schwierig zeigt. Zum Beispiel wird in Deutschland das Existenzminimum gesichert oder es wird für Gerechtigkeit vor Gericht gesorgt.
Um schwierige Konflikte in der Gesellschaft zu lösen, ist es notwendig, Verbesserungen anzustreben sowie diese (Zum Beispiel im Fall der Sicherung des Existenzminimums im Deutschland) an benachteiligten Gruppen zu testen und gegebenenfalls noch weiter auszubauen. Im Fall eines gescheiterten Verbesserungsversuches leidet das Individuum hart gesagt für die Gesellschaft, profitiert allerdings auch gleichzeitig davon.

Die Gesellschaft, welche sich logischerweise aus vielen Individuen zusammensetzt, hat außerdem die Aufgabe, für das ??gute Leben?? der Individuen zu sorgen, ohne Würde, Freiheit und Gleichheit zu entziehen, was nicht sagt, dass ein ??fertiges gutes Leben?? durch di Gesellschaft vorgegeben wird, sondern allein die Rahmenbedingungen, also gewisse Voraussetzungen, die dem Individuum Raum für die Praktizierung des eigenen Lebensstils bieten, wie zum Beispiel eine Verfassung, dafür gegeben werden. Indem die Gesellschaft also beispielsweise für die Sicherung des Existenzminimums sorgt, stellt sie einen Grundsatz für das Individuum dar, insofern es dies nötig hat. Es kann dann daraufhin sein persönliches gutes Leben, unter anderem mithilfe bereits genannter Kriterien, entwickeln. Bedeutungsvoll ist außerdem, dass das Individuum durch den Fakt, dass die Gesellschaft sich, wie zuvor erwähnt, aus vielen Individuen zusammensetzt, indirekt zum Wohl anderer Individuen beiträgt. Dieses Phänomen ist ebenfalls bei direkten Interaktionen zwischen einzelnen Individuen zu erkennen. So kann eine Person, insofern als sie über die dafür notwendigen Kompetenzen verfügt, andere von ihrer Meinung überzeugen und so ebenfalls zum Zweck des besseren Lebens anderer oder, auf manipulative Art und Weise, einzig und allein zum eigenen Vorteil handeln.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass ein gutes Leben eines Individuums ausschließlich mit der Zeit erreicht werden kann. Hierbei stellen der ursprüngliche Gedanke eines guten Lebens nach dem moralisch richtigen Handeln sowie die Gesellschaft ein gewisses Grundgerüst zur Verfügung, auf das jedes Individuum persönlich aufbauen kann. Alle Prozesse dieses Aufbauens dauern einige Zeit, um eine Veränderung zu bezwecken, denn das Individuum benötigt Erfahrungen, um zu lernen sowie herauszufinden, was es persönlich tatsächlich gut fühlen lässt und wie es persönlich vorhat, sein Leben gut zu leben.

Text von: Nele Treu
Quellen: leopoldina.org; Themen aus dem Unterrich