

# Tiefe Zufriedenheit dank sinnvoller Aktivitäten

50. MTV-Unternehmerstammtisch beschäftigt sich mit der „Suche nach dem Glück“ / 250 Besucher in Starnberg

**Starnberg** ■ Patrick Hörl joggt gerne. Wenn der Dokumentarfilmer die Lieblingsstrecke von seinem Wohnort Ambach aus nach Ammerland und zurück absolviert, ist er glücklich. „Das ist der schönste Platz auf dem Planeten“, begründet der geborene Hesse seine Begeisterung für die morgendliche Leibesübung vor der Haustür. Hörl muss es wissen, denn für die privaten Programme „Discovery Channel“ und „Sky“ kam er schon viel in der Welt herum. Am Ostufer des Starnberger Sees findet er die Ruhe von Arbeitstagen, die er als „Spiegel gepflegter Schizophrenie“ bezeichnet.

„Das ist hier fast wie Drogen, aber legal“, schwärmte Hörl am Freitag beim 50. Unternehmerstammtisch des MTV Berg, der die „Suche nach dem Glück“

zum Thema hatte und rund 250 Besucher ins Hotel „Vier Jahreszeiten“ lockte. „Glück ist immer nur ein kurzer Moment“, schildert Hörl sein Verständnis von tiefer Zufriedenheit. Den erreicht er übrigens auch in Situationen, die Mitmenschen schlicht als Flop begreifen würden. „Ich habe einen Angelschein, aber noch nie einen Fisch gefangen“, so der Filmemacher – um nachzulegen: „Das ist aber auch nicht wichtig.“ Gute Gespräche mit Freunden im selben Boot hätten für ihn einen ungleich höheren Stellenwert.

Auch Michael Bordt geht gerne joggen. Der Rektor der Münchener Hochschule für Philosophie genießt dabei das Gefühl, durch körperliche Aktivität Glück zu empfinden. Für den Jesuitenpater ist damit freilich

noch nicht erklärt, was Menschen im Leben dauerhaft glücklich macht. Zwei Faktoren sind für ihn entscheidend. „Gelingende Beziehungen“, so Bordt, ist ein Baustein des Glücks. „Dort können wir uns ungeschminkt mit allen Schwächen zeigen“, begründet der Geisteswissenschaftler. „Wer sie hat, kann viel aushalten“, misst Bordt Geborgenheit spendenden Lebensgemeinschaften hohe Bedeutung für tiefgreifende Zufriedenheit bei. Als zweites Element bei der Glückssuche empfiehlt Bordt, sein Leben von sinnvollen Aktivitäten bestimmen zu lassen, die für Mitmenschen von Bedeutung sind. „Glück ist geben und lieben“, bringt er seinen altruistischen Ansatz für die Glückssuche auf den Punkt. Glück nur mit emotionalen „High-Gefühlen“ gleichzu-

setzen, ist für Bordt indes zu oberflächlich. „Wir wollen unser Leben, auch dessen Krisen, bejahen können“, gibt der Philosoph vielmehr allen Glückssuchern als lohnendes Ziel mit auf den Weg. Es gehe schließlich auch darum, zufrieden sein zu können, wenn aufgrund körperlicher Gebrechen keine Glücksgefühle durch sportliche Aktivitäten möglich sind. Für eine erfolgreiche Expedition zum Glück hält Bordt auch die Bereitschaft für essenziell, sich die Frage zu stellen, „was man mit seinem Leben machen will“. Bordt selbst hinterfragte sich intensiv, als er beim Zivildienst einen autistischen Mann betreute. Danach warf er alle Ambitionen, Komponist und Dirigent zu werden, über Bord und trat als 28-Jähriger dem Jesuitenorden bei.

*Oliver Albrecht*