

## 4. Carinthische Dialoge

23. bis 25. Juli 2010 auf Schloss Bach

Die Singgemeinschaft St. Urban unter der Leitung von Franz Petschnig eröffnete die 4. Carinthischen Dialoge am 23. Juli mit ausgewählten Liedern. Danach hörten die über 120 TeilnehmerInnen aufmerksam den Vortragenden zum Leitthema „Glück und Glücklichkeit“ zu. Der Herzchirurg *Felix Unger* zitierte dazu Aristoteles, der erkannt hat, dass man ein Leben erst im Nachhinein als glücklich bezeichnen kann. Glück ist auf alle Fälle etwas Subjektives, das sehr von uns selbst und unseren Einstellungen zum Leben abhängt. *Peter Kampits* stellte seine philosophischen Betrachtungen zum Leitthema nach dem Lied „Glücklich ist, wer vergisst, was doch nicht zu ändern ist“ aus der Strauß-Operette „Die Fledermaus“ an. Fazit: das Glück ist sicher nicht dort zu finden, wo wir vergessen sollen, was nicht mehr zu ändern ist; es ist – vielleicht – zu finden, wo wir etwas ändern können. *Gabriele Sachs* sprach zur Neurobiologie des Glücks und die dafür verantwortlichen Neurotransmitter im Belohnungszentrum des Gehirns. Glückliches Leben hängt aber auch davon ab, wie gut man vertrauen kann. Dafür brauchen wir von der Kindheit an gute zwischenmenschliche Beziehungen, was sich im Hormon Oxytocin messbar ausdrückt, welches in glückliche Stimmungen versetzen kann. „Glück“ sollte am Stundenplan in den Schulen stehen, meinten *Christiane Spiel* und *Karin Lichtenegger*. Internationale Studien zeigen, dass das Interesse von SchülerInnen an schulischen Inhalten mit zunehmender Jahrgangsstufe erschreckend abnimmt. Trainingsprogramme für das Lehrpersonal wurden evaluiert und weisen darauf hin, dass Freude am Lernen am Schulunterricht durch entsprechende Fortbildungsprogramme gewonnen werden kann. Es lohnt sich etwas zu tun. Der Referent aus der Schweiz, *Mathias Binswanger*, konnte den TeilnehmerInnen humorvoll vermitteln, dass sich das durchschnittliche Glücksempfinden in entwickelten Ländern nicht mit steigendem Einkommen erhöht. Offenbar leben Menschen nicht so, wie es für sie am besten wäre. Sie begeben sich durch das Vergleichen mit Anderen in eine „Tretmühle des Glücks“ (als Buch unter diesem Titel und Autor im Buchhandel erhältlich). Größte Vorsicht ist beim Umgang mit „glücksbringenden Drogen“ geboten: der deutsche Ethnopharmakologe *Christian Rätsch* zeigte auf, dass Rauschdrogen wohl Bestandteil aller Kulturen sind, in der Regel aber nur unter Kontrolle von Schamanen oder anderen befugten Personen verwendet werden sollten. *Carlo Franz* vermittelte in seinem Vortrag sehr deutlich, dass zwar körperliche Aktivität einen positiven Einfluss auf unsere Stimmungslage durch Ausschüttung von Neurotransmittern hat, aber auch zur Sucht mit manchen Nebenwirkungen werden kann. Wie bei so vielem im Leben kommt es also auch beim Sport auf die Dosis an. Im Vortrag „Glück in der Architektur“ beschäftigte sich *Georg Franck* mit der Resonanz zwischen dem Standpunkt der Macher und der Nutzer. Den Abschluss des Symposiums bildeten am Sonntag, 25. Juli das Interview von *Elisabeth Nöstlinger* mit der Sängerin und Psychotherapeutin *Traude Berka-Schmidt* und der Vortrag von *Arnold Metznitzer*. Frau Berka-Schmidt machte uns deutlich, dass wir mit unserer Atmung Stimme

sind. Emotionen werden durch Atmung und Stimme wiedergegeben. Nach Stimmlockerungsübungen wurde das Publikum zu gemeinsamem Singen ermutigt, was offenbar allen Spaß machte. *Arnold Mettnitzer* hat erst kürzlich über den „Klang der Seele“ ein Buch herausgebracht, worin er die Atmung als Ausdrucksmittel besonders betonte. Mit seinem Vortrag hat er der Veranstaltung einen abschließenden Glanz verliehen. Ausgehend vom Märchen „Hans im Glück“ stellte er die Fähigkeit zur Begeisterung als einen glücklichen Lebensmotor dar. Viele Menschen haben die Begeisterung verloren und mit ihr die Lebensfreude. Wir dürfen uns nicht nur mit dem Stillen von Bedürfnissen zufriedengeben, sondern sollten uns von der Sehnsucht berühren lassen. Wenn Menschen in Kontakt mit ihren Sehnsüchten kommen und das Gefühl haben, dass das in einer mitmenschlichen Gemeinschaft lebbar ist, was an Sehnsucht im Innersten steckt, dann kann daraus das Gefühl des Glücklichseins spürbar werden. Die einzige Lösung ist die, dass man Gemeinschaften findet, in denen man wachsen darf. Und so eine gelungene Gemeinschaft bildeten die Tagungs-Teilnehmer, was sich in der allgemein guten Atmosphäre ausdrückte, zu der auch die HelferInnen aus St. Urban und St. Ulrich einen erheblichen Beitrag leisteten. Dafür sei ihnen an dieser Stelle nochmals unser herzlicher Dank ausgesprochen.

Die Vorträge der 3. Carinthischen Dialoge 2009 wurden in einem Buch veröffentlicht und sind z.B. in der Buchhandlung Breschan in Feldkirchen, aber auch unter der Mailadresse [office@carinthische-dialoge.at](mailto:office@carinthische-dialoge.at) erhältlich. Eine gedruckte Nachlese der 4. Carinthischen Dialoge wird es erst im Frühjahr 2011 geben. Das Leitthema der 5. Carinthischen Dialoge wird voraussichtlich „Faszination der Gegensätze“ lauten.

Dr. Johanna Franz