

FRIEDE: Welche Freiräume gibt es für mich?

no:os } Das Leben stellt Fragen } Haben Sie Antworten?

no:os

Nr. 06, Dezember 2004
Österreich = nur 9.99 €*!
International = nur 15 €

EINZIGARTIG NEU

- * Wissen
- * Unterhaltung
- * Hintergründe

FRIEDE

Schatten

Der
Friede
beginnt
in *MIR*?

SINNerfüllt!
LOGOPAX - Sinn
stiftet Frieden!

SINNterview:
Lehrtherapeutin
Dr. HEIDI ILSINGER

leichtSINN!
Wert der Dinge:
Wertloses teuer?

Das Leichtere?

„OK, um des Friedens willen, werde ich ...“ Kommt Ihnen geschätzter Leser dieser Spruch bekannt vor? Sicherlich werden manche unter Ihnen denken, warum lange streiten, soll ER/SIE doch ... damit ICH meinen Frieden habe.

Nur - habe ich den Frieden wirklich in mir? Gehts mir wirklich gut dabei, ohne „versteckte“ Aggression und dem Gefühl wieder einmal zu kurz gekommen zu sein. Habe ich „meinen“ Standpunkt, MICH, wahrgenommen?

Das Leichtere!

Es ist leichter zu denken als zu fühlen -

leichter, Fehler zu machen, als das Richtige zu tun.

Es ist leichter zu kritisieren als zu verstehen -

leichter, Angst zu haben, als Vertrauen und Mut aufzubringen.

*Es ist leichter zu schlafen als zu leben -
leichter zu feilschen
als einfach zu geben.*

Es ist leichter zu bleiben, was man geworden ist, als zu werden, was man im Grunde ist.

Hans Kruppa

Sollte Sie nach dem Lesen des Gedichtes von Hans Kruppa etwas nachdenklich geworden sein, lag dies ausdrücklich in meiner Absicht. Das Thema Friede ist einfach zu wichtig um darüber hinweg zur Tagesordnung zu gehen.

Kämpfen wir nicht gegen den Krieg, sondern leben wir für den Frieden. Jetzt!

Franz Dörner,
Herausgeber von
no:os



Antwort

Liebe Leserinnen und Leser: Es ist höchst an der Zeit, daß wir eine Ausgabe von **no:os** dem Thema Frieden widmen. Wie sehr ist es ein Thema für uns alle und wie weit sind wir - manche unter uns - von echtem, Gefühls- und Verstandesmäßigem FRIEDEN entfernt? Viele kluge Menschen - von Philosophen, „Friedenspolitikern“ (ein Widerspruch in sich?) bis hin zu allen Religionen - haben geforscht und forschen noch immer.

Versuchen „Rezepte“ gegen Willkür und Aggression, Streit und Unfrieden zu finden. Versuchen „dem“ Weltfrieden auf die Spur zu kommen, „dem“ eigenen Friedensbedürfnis ein Stück mehr Verständnis entgegenzubringen, auf die Schliche zu kommen.

Das Wort Friede in allen Sprachen bei allen Völkern der Erde in aller Munde: Und doch mag es nicht so recht gelingen.

Ich für mich. Mein Partner mit mir. Mein Nachbar mit mir. Mein Mitmensch mit mir. Oder doch gegen mich?

Wir alle kennen friedensliebende Persönlichkeiten, Menschen denen es anscheinend gelungen ist ein Stück Frieden auf unsere so wehrhafte Welt zu bringen:

Mahatma Gandhi, Buddha, Nelson Mandela, Harry Belafonte, Mutter Theresa ... um hier nur die herausragendsten zu nennen.

Was verbindet diese Friedensboten? Was haben Sie anders gemacht? Entsteht Friede einfach so? Oder muß ich, du, sie, WIR etwas tun dafür? Müssen wir ständig „kämpfen“ dafür? Warum gelang ihnen, was dem Rest der Menschheit nur schwer oder anscheinend gar nicht gelingen mag?



Diese und ähnliche Fragen durchzuckten die Köpfe unserer Autoren.

Lesen Sie bitte weiter, welche Ansätze, Gedanken und Hoffnungen zu Tage traten.

Besonders gespannt sind wir auf Ihre Meinung zum neuen no:os und freuen uns auf Ihr Mail an

noos@liwest.at oder Ihre Zuschrift.

Anregungen, Ideen, Wünsche, redaktionelle Beiträge aller Art werden sehr gerne — Beschwerden (auch, aber weniger gern) — entgegengenommen.

Sinngehalt

thema



ZEICHNUNG: WIESMEYR

**Sich mit dem Wolf
versöhnen** 26
Logotherapeutische
Perspektiven

**Beginnt der Friede
in mir?** 19

interview



**Lehrtherapeutin
Dr. Ilsinger**
(am Bild mit
Valerian Gronister)
im Interview
Seite 16

logopax



Sinn stiftet Frieden 10

**Friedvoll
Mutter sein** 21
Friede ist normalerweise so
selbstverständlich ...

danke



**SINN hat Vorrang,
ein Leben lang** 29

Leserbriefe 4

**Das Viktor Frankl Zentrum
Wien stellt sich vor** 22

Seminare 30

krise



**Der Mensch soll dem
Menschen etwas
Heiliges sein** 6

**Endlich(er)
Friede** 13

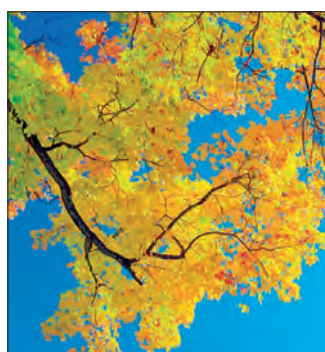
**Blitz und
Donner** 23
Es gibt so viele Kämpfe und
Kriege ...

**Gespräch
am Mattenrand** 24

**... um Friede auf die
Erden zu bringen?** 14



Am Ende der Weltgeschichte
wird das Paradies wiederkehren



Wert der Dinge 20

person



PEACE?
Wo ist mein Friede? 25



**Ahnung der Leichtigkeit
des Seins** 8



HERZERWÄRMEND Glücklich der, ...

... der solch eine Enkelin hat. Ich habe mich sehr gefreut und mir wurde warm ums Herz, wie schon seit Jahren nicht mehr als ich den wunderbaren Beitrag „Liebesbrief für meinen Opa“ im letzten no:os las. Ins Wanken geriet mein Vorurteil, unsere Kinder sind oberflächlich und undankbar, wollen nur unser sauer Erspartes. Danke Sabine!

„OMA“ SONJA

SKANDAL: Zu viel gelebt? Keine Therapie im Alter?

Nicht genug, dass wir als alte Menschen auf Vieles verzichten müssen, damit unser „hoffnungsvoller“ Nachwuchs es einmal besser hat. Nicht genug, dass wir eine schlechtere medizinische Versorgung als die „gesellschaftlichen Leistungsträger“ zu befürchten haben. Schluss damit! Ich fordere Psychotherapie auf Krankenschein für uns ältere Menschen. Beistand auch und ganz besonders in der letzten Phase unseres Mensch-Seins.

GOTTFRIED MAYER

DANKE! ÖFTER? Mehr no:os!

Ich möchte mich ganz herzlich für diese Zeitung bedanken. Bedanken dafür, dass es sie gibt! Ein befreundeter Arzt gab mir ein Exemplar zu lesen und ich freue mich, dass nicht nur „only

Ihre Meinung ist gefragt: no:os@liwest.at

Von den vielen Zuschriften können wir nur eine kleine Auswahl veröffentlichen. Sinnwahrende Kürzungen behalten wir uns vor. Danke für Ihr Verständnis!

bad news good news“ sind. Erstaunlich die Zusammenstellung der Themen und die durchaus verschiedenen Betrachtungswinkel.

FRANZ SCHLAGER

HALTUNG WIESMEYR Wichtig

Sehr geehrter Dr. Wiesmeyr, herzliche Grüsse und ein grosses Danke für Ihren Beitrag „Auf die Haltung kamme es an“ im letzten no:os. Selbst durch mehrere Therapien (verschiedenster Schulen) gegangen erlebte ich am eigenen Leib, welch grosse Kraft bzw. Macht ein Therapeut über uns Klienten haben kann.

Umso mehr freue ich mich ihren Beitrag zu lesen. PS: Bitte respektieren sie meinen Wunsch nach Anonymität.

EIN KLIENT

FALLSTUDIEN Nimmt Angst und Druck

Lassen Sie mich bitte ein dickes Lob aussprechen für die Darstellung und auch einfühlsame Berichterstattung einer für mich „gelungenen“ und wertschätzenden Umgangsweise und Psychotherapie. Eine befreundete Logotherapeutin gab mir die letzte Ausgabe zu lesen und ich glaube endlich „die“ Therapie gefunden zu haben, auf die ich mich einlassen möchte und kann. Könnten Sie nicht in einer ihrer nächsten Ausgabe Adressen und Namen von LogotherapeutInnen veröffentlichen?

EDELTRAUD HOFER

impresum

Herausgeber, Verleger: Institut »abile«
Kaiser Josef Platz 52, 4600 Wels

Hersteller, Chefredakteur, Layouter, Fotograf, Kolporteur: Franz Dörner. Einige Bilder stammen von privaten Webseiten, wobei Hinweise auf Rechtsinhaber fehlten. Wurde ein Urheberrecht an einem Bild verletzt, senden Sie bitte eine Mail.

Redaktion: noos@liwest.at

Autoren: Roland Böhm, Mag. Roswitha Gronnister, Gerhard Fröhlich, Sabine Kraberger.

International: Emil Knies, Hans Maislinger, Mag. Dr. Ndubueze Fabian Mmagu, Dr. Dieter Schauer, Johanna Schechner, Hermann Schechner, Dr. Erich Schechner, Dr. Otmar Wiesmeyr.

Blattziehung gemäß §25 Mediengesetz: Hauptbestandteil neben Berichterstattung, Reportagen und Interviews ist das Thema »Existenzanalyse und Logotherapie«. Alle Rechte, auch die Übernahme von Beiträgen nach § 44 Abs. 1 und 2 Urheberrechtsgesetz, sind vorbehalten.

Mehr Hintergrund, mehr Wissen, mehr Sinnfindung!

Friede kann immer nur von mir ausgehen

Was rührt uns am meisten bei einem Liebesfilm im Kino? Bei welchen Szenen stellt der abgebrühteste Kinofreak mehr Tränenflüssigkeit als sonst in seinen Augen fest?

Es sind die Versöhnungen, das großherzige Wiedergutmachen, die herzlichen Umarmungen, die trotz oft mieser Vorgeschichten geschehen und uns so ans Herz gehen und etwas in uns zum Schwingen bringen, das sich wie eine Vorahnung von Himmel anfühlt!

Das Wort Friede kommt von Freude, Schonung, innerer Ruhe ...

Friede heißt nicht: ich greife niemanden an, sondern Friede heißt: wie verhalte ich mich wenn ich angegriffen werde? - Und genau hier sind auch die vielfältigen Möglichkeiten, wie ich als Einzelner Konflikten begegnen kann. Ich entscheide nämlich immer autonom, wie ich auf eine Aggression reagieren will. Ich spüre zwar den Angriff, aber ich bin frei in meiner Antwort darauf.

Wer von uns hat es nicht schon wohlthuend in sich gespürt, wenn es gelungen ist, auf einen bösen Angriff nicht gleich böse zurückzuschlagen? Wer von uns hat es nicht schon erleichtert wahrgenommen, wenn unser Gegenüber trotz unüberlegter Kommentare von uns ruhig und wohlgesonnen geblieben ist? Oft unterschätzen wir gerade diese spezifisch humane Fähigkeit im täglichen Miteinander, die einen echten Qualitätswechsel bedeutet! Ich bin frei in der Wahl wie ich mit Angriffen umgehe! Friede heißt sich aufschwingen zur sinnvollen Wahl, es heißt dem Leben eine Chance geben und es macht ein warmes Gefühl in mir und auf der Welt.

Wiedergutmachung, Versöhnung, wieder miteinander reden, den ersten Schritt tun, wieder Umarmen - im Kino rührt es unsere Gemüter, in der Realität schafft es unglaubliche Lebensqualität und Hoffnung, es eröffnet neue Perspektiven und JEDER EINZELNE HAT ES IN DER HAND!

Zu Weihnachten wünschen wir es einander, es ist ein Wunsch der jederzeit durch uns Wirklichkeit werden kann, darum gibt es noch soviel Hoffnung für uns alle!

- JOHANNA SCHECHNER

Beginnt der Friede in MIR?

DR. NDUBUEZE MMAGU

Der Friede ist sowohl das Werk als auch die Frucht von den Sinn-vollen Entscheidungen, welche wir in der Einmaligkeit unserer Lebenssituationen wie auch unserer Persönlichkeiten als die Gemeinten bewusst verantwortend treffen.

Beachten Sie bitte auch den Artikel auf Seite 10!

HOMO RES SACRA HOMINI

*Der Mensch soll dem Menschen
etwas Heiliges sein*

Die wirtschaftliche Krise unserer Kultur ist nur zum einen Teil durch die überaus große Belastung durch Geburtenrückgang, Staatsverschuldung und Globalisierung ausgelöst. Der eigentliche Grund ist eine geistige Krise und eine Krise des fehlenden Denkens. Die heutige Gesellschaft ist eine individualistische Gesellschaft geworden, welche aus der Psyche heraus lebt und die Gesellschaft, das WIR dazu verwendet, seinen Vorteil zu optimieren, seinen Nutzen zu ziehen, zu utilisieren. Das Handeln ist eine Reduktion auf Inhalte der Psyche, auf das Überleben des Stärkeren und Größeren, auf die Fundamente der Gier, Macht, Lust, Neid, Imponiergehabe und Spaß gebaut. Es ist im Grunde nach ein zerstörerisches Handeln unter dem Gedanken des Fortschritts und des Wachstums um jeden Preis. Der Entwurf des Lebens wird als ein subjektiver, individualistischer Entwurf gelebt, der Weltentwurf ist allerdings in Wirklichkeit nicht ein subjektiver Entwurf, wie Frankl¹ ausführt, sondern ein subjektiver Ausschnitt aus einer objektiven Welt. Die objektive Welt zu erkennen, zu erspüren und zu erfüllen haben wir verlernt.

Ein Beispiel möge dies verdeutli-

chen: Viele Produkte des Konsums werden heute im fernen Osten produziert und nach Europa importiert. Im Bereich Spielsachen z. B. wird zum überwiegenden Teil nur in China produziert. Da die Zielsetzung Marktführerschaft heute über Quantität erreicht werden will, kann nur über den Preis der Kampf geführt werden, die Produkte werden immer billiger und die einheimischen Produktionsstandorte durch Verlagerung in das Ausland zerstört. Der subjektive Ausschnitt für das Unternehmen bedeutet: Billigeres Produkt gleich höherer Umsatz durch höhere Kundenfrequenz ergibt Markt- und Preisführerschaft. Am Ende dieser Entwicklung haben wir allerdings mit billigem Spielzeug überfüllte Kinderzimmer und arbeitslose Eltern, da die Arbeitsplätze exportiert wurden. In der objektiven Welt müssten in unserem Beispiel qualitative Spielzeuge stehen und einheimische Produzenten, die den Eltern Arbeitsplätze zur

Erhaltung unserer Gesellschaft bieten.

Utopien und Visionen reduzieren sich auf die wirtschaftliche Freiheit, auf den Abbau von Handelsschranken, Zerstörung lokaler Wirtschaftsinteressen und Gemeinschaften und so wie die Maschine 24 Stunden flexibel eingesetzt werden kann, soll der homo faber ebenso verfügbar werden. „Geben wir das Sehnen und Streben“, so Albert Schweitzer² in seiner Kulturphilosophie, „nach einem geistigen Einswerden ... auf, so werden wir unserem wahren Wesen untreu und verurteilen uns zu dem armseligen und undurchführbaren Unternehmen, der Welt nur in naturhafter Weise anzugehören“. Wie können wir zu unserem naturhaften Wesen Stellung nehmen? Es ist die geistige Dimension des Menschen, das Antworten auf die wirtschaftlichen Herausforderungen, das Antworten unseres Seins in der Gesellschaft für die Gesellschaft.

Das Antworten beginnt durch ein echtes Denken aus der geistigen Dimension und schließt Erkennen, Vorstellen, Fühlen, Überlegen, Urteilen und Wollen ein.

... eigentliche Grund ist eine geistige Krise und eine Krise des fehlenden Denkens.

Mit dem Denken entfalten wir erst unsere geistigen Fähigkeiten die Verantwortung unserer Freiheit wahrzunehmen. Die objektive Welt wird sichtbar. Mit dem Denken wandelt sich das Bild der wirtschaftlichen Geschehnisse. Das Verhältnis zu unseren Konkurrenten gewinnt eine neue Sichtweise, vom Gegner um den Kampf um die zum Beispiel sogenannte Preisführerschaft am Markt werden geistige Partner, um wirtschaftlich sinnvolle Werte zu erzeugen. Eine kopernikanische Wende vollzieht sich und eine Wirtschaftsethik entsteht durch das Zeichnen einer objektiven, mit Sinnuniversalen besetzten Welt. Nicht um das billigste Konzept wird geworben, sondern um das beste und **nachhaltigste** Konzept wird der Kunde umworben. Damit steht der Imperativ des Philosophen Hans Jonas im Zentrum des Antwortens: „Handle so, daß die Wirkungen deiner Handlung nicht zerstörerisch sind für die künftige Möglichkeit solchen Lebens“³

Das geistige Verstehen aller Marktteilnehmer führt zu einer neuen Bewegung auf dem Wege zur Erkenntnis höherer Ordnung, im Idealfall im Verstehen der Welt mit sei-

nen Problemen und Gefahren. Der Denkende bringt zum Denken bereits eine Voraussetzung mit: Der Wille zum Sinn. Es gilt somit **Frieden** schließen mit dem Konkurrenten im Kampf um den Kunden. Zielsetzung ist nicht Auslese durch billige und noch billigere Produkte, sondern Zielsetzung ist Qualität über Quantität und dem Handeln aus einer objektiven Welt heraus.

Beim Denken als geistigen Akt nehmen wir nicht nur Stellung zu aktuellen und langfristig wirtschaftlichen Entwicklungen mit seinen möglicherweise negativen Auswirkungen für unsere Kultur, die in unserem Fall eine geistige ist, sondern durch unsere drei Existentialien (Der Mensch ist frei, er ist geistig, und er ist verantwortlich), wie Frankl⁴ es nennt, sind wir in der Lage, Sinn zu deuten, zu erkennen und zu erfüllen und eine gesunde nachhaltige Wirtschaftsordnung aufzubauen. Es gilt Frieden schließen mit dem Konkurrenten am Markt um das billigste Produkt, es gilt einen gesunden nach Werten orientierte Marktwirtschaft aufzubauen und zu erhalten.

- ERICH SCHECHNER



ING., DR. ERICH SCHECHNER

geb. 1959 Salzburg

Logotherapeut mit Praxis

Gastdozent am Süddeutschen Institut für Logotherapie für den Lehrgang „Logotherapie in der Wirtschaft und Arbeitswelt“

Vertriebsrepräsentant einer Österreichischen Firma für Baden Württemberg

lebt seit 1989 in Frankfurt/Main

¹ VGL: Frankl, Viktor E.: *Der leidende Mensch*; Bern, Göttingen 1996, S. 31

² Schweitzer Albert: *Die Weltanschauung der Ehrfurcht vor dem Leben, Kulturphilosophie III Teil*, München 2000, S 235

³ Jonas, Hans: *Das Prinzip Verantwortung*, Frankfurt 1984, S 36

⁴ Frankl, Viktor E.: *Der leidende Mensch*; Bern, Göttingen 1996, S. 38



... ahnst du sie, die Leichtigkeit des Seins ...

Ein Auszug eines wunderschönen Liedtextes von Udo Jürgens als Beginn einer Suche, dieser Leichtigkeit zu begegnen

In vielen Kulturen und Sprachen, wie zum Beispiel im Hebräischen, existiert das Wort „haben“ überhaupt nicht. Auch heute noch heißt es im Hebräischen „es ist mir“ statt „ich habe“. In sehr vielen Sprachen hat sich das Wort für „haben“ erst im Laufe der Entwicklung herausgebildet, niemals war es von Anfang an Bestandteil der Sprache. Das heißt, in der Sprachgeschichte ist die Entstehung des Wortes „haben“ immer erst später und nie früher nachweisbar. Je mehr nun in der Gesellschaft die Orientierung am Haben wächst, desto größer muß auch die Bedeutung des Wortes „haben“ werden. Diese Entwicklung setzt sich fort, so daß schließlich in unseren modernen Sprachen viel mehr mit „haben“ ausgedrückt wird und nur wenig mit „sein“.

Wir Menschen haben jedoch auch ein angeborenes, tief verwurzeltes Verlangen zu „sein“: Unseren Fähigkeiten Ausdruck zu geben, tätig zu sein, auf andere bezogen zu sein, dem Gefängnis der Selbstsucht zu entfliehen. Bei der Existenzweise des Seins müssen zwei Formen des Seins unterschieden werden. Die eine ist das Gegenteil von Haben; die andere Form des Seins ist das Gegenteil von **Schein** und meint die wahre Natur, die wahre Wirklichkeit einer Person im Gegensatz zu trügerischem Schein.

Freilich kann viel über jeden einzelnen

ausgesagt werden, über seinen Charakter, seine ganze Lebenseinstellung. Diese Einsichten können viel zum Verständnis seiner eigenen psychischen Struktur und der anderer beitragen. Aber das gesamte Ich, die Individualität in allen ihren Ausforderungen, das So-sein, das ist so einmalig wie Fingerabdrücke, ist niemals vollkommen erfassbar, nicht einmal ganz auf dem Weg der Einfühlung, denn es gibt keine zwei Menschen, die vollkommen identisch sind.

Der am Sein orientierte Mensch bringt seine eigenen Fähigkeiten, andere Menschen und Dinge zum Leben. Auf Grund seiner produktiven Haltung ruft er auch bei anderen eine produktive Reaktion hervor, vorausgesetzt, diese anderen sind nicht derart am Haben orientiert, daß sie sich überhaupt nicht beeindrucken lassen. Der produktiv Orientierte sensibilisiert also sowohl sich selbst als auch andere; er fühlt und nimmt sich selbst und seine Umgebung in optimaler Weise wahr. Diese Empfindungsfähigkeit bezieht sich auf den Bereich des Denkens ebenso wie auf den des Fühlens. Entscheidend ist nicht das Objekt - Menschen, die Natur oder auch Gegenstände -, sondern die grundsätzliche Einstellung. Die produktive Orientierung wurzelt in der Liebe zum Leben; ihr geht es um das **Sein**, nicht um das **Haben**.

Dieses „In der Welt sein, sich der Welt geben“ ist nur möglich, wenn der Mensch seine Gier, seine Habsucht verliert, wenn er dieses Selbst als ein isoliertes, fixiertes Ego, das der Welt gegenübersteht, fallen-

läßt. Nur wenn der Mensch dieses Selbst fallenläßt, wenn er sich leer machen kann, nur dann kann er sich ganz füllen; denn er muß leer sein von seinem egoistischen Selbst, um voll zu werden mit dem, was aus der Welt auf ihn zukommt.

Welche Bedeutung die produktive, am Sein orientierte Bezogenheit für uns hat, wird deutlich, wenn wir uns fragen, welches die Quelle der Energie ist, aus der wir leben. Es gibt eine Energie, die aus unserem Bezogensein auf die Welt, unserem Interessiertsein entspringt. Man kann sie manchmal wahrnehmen, etwa wenn man mit jemandem, den man liebt, zusammen ist. Man wird dann nicht müde, man spürt eine Energie aufkommen, die nicht erwartet wurde, man spürt ein tiefes Gefühl von Freude. Wenn jeder Partner um den anderen mehr besorgt sein muß als um sich selbst, muß Gleichheit herrschen. Wenn eine so innige Hingabe wirklich besteht, kann sich kein Partner unterdrückt fühlen. Gleichheit ist nur möglich, wenn beide Partner diese Einstellung haben. Jeder fühlt, daß er erwünscht ist, jeder weiß, daß er gebraucht wird. Es ist das Gefühl, daß man dem Partner etwas bedeutet, daß man nicht ersetzt werden kann; im Einmalig- und So-sein.

Was gibt ein Mensch dem anderen? Er gibt etwas von sich selbst, vom Kostbarsten, was er besitzt, er gibt etwas von seinem Leben. Das bedeutet nicht unbedingt, daß er sein Leben für den anderen opfert - sondern daß er ihm etwas von dem gibt, was in ihm lebendig ist; er gibt ihm etwas



von seiner Freude, von seinem Interesse, von seinem Verständnis, von seinem Wissen, von seinem Humor, von seiner Traurigkeit - von allem, was in ihm lebendig ist. Indem er dem anderen auf diese Weise etwas von seinem Leben abgibt, bereichert er ihn, steigert er beim anderen das Gefühl des Lebendigseins und verstärkt dieses Gefühl des Lebendigseins auch in sich selbst.

Er gibt nicht, um selbst etwas zu empfangen; das Geben ist an und für sich eine erlesene Freude. Indem er gibt, kann er nicht umhin, im anderen etwas zum Leben erwecken, und dieses zum Leben Erweckte strahlt zurück auf ihn; wenn jemand wahrhaft gibt, wird er ganz von selbst etwas zurückempfangen.

Freude, Energie, Glück - sie alle hängen vom Grad unserer Bezogenheit und Interessiertheit ab, das heißt, sie hängen in erster Linie davon ab, inwieweit wir mit der Realität unserer Gefühle und mit der Realität anderer Menschen in Berührung

sind und diese nicht als Abstraktionen wahrnehmen.

Ich bin ich und ich bin der andere Mensch. Ich werde mit dem Subjekt meines Interesses eins, doch nehme ich mich bei diesem Prozeß selbst auch als Subjekt wahr.

Wenn wir an unserem Partner Anteil nehmen, wenn wir uns bemühen, sein Leben zu erleichtern und zu bereichern, machen wir im gleichen Zug das Beste aus uns selbst.

Ein privater Lebenssinn ist in der Tat überhaupt kein Sinn. Sinn ist nur möglich im Umgang mit anderen. Ein Wort, das nur für eine einzige Person sinnvoll wäre, wäre in Wirklichkeit sinnlos. Ebenso verhält es sich mit unseren Zielen und Handlungen: Ihr einziger Sinn ist der Sinn für andere. Jeder Mensch strebt - in Intensitätsabstufungen - nach Bedeutsamkeit; aber ist es ein Fehler, nicht zu sehen, daß unsere ganze Bedeutsamkeit in unseren Leistun-

gen auch für andere besteht.

Eine gute Lösung der Lebensaufgaben wird immer den Weg auch für andere frei machen; in ihr sehen wir allgemeine Fragen erfolgreich bewältigt.

Der Mensch ist ein Lebewesen, das in einem fortdauernden Entwicklungsprozeß begriffen ist. An jedem Punkt seines Lebens ist er noch nicht das, was er sein kann und was er möglicherweise werden wird. Aber in manchen Momenten kann er diesen Punkt erahnen und erleben ...

Getragen sanft von Flimmerlüften, bist du mit dir und allem eins, und in verführerischen Düften ahnst du sie, Die Leichtigkeit des Seins ...

Literatur:

A. Adler: *Wozu leben wir?* Fischer Verlag Frankfurt, 1979

E. Fromm: *Leben zwischen Haben und Sein*, Verlag Herder Freiburg, 1993

- GERHARD FRÖHLICH

LOGOPAX - SINN STIFTET FRIEDEN

Logotherapeutisches Paradigma
in der Friedensarbeit

In der historischen Sackgasse der Menschlichkeit

Dieser Untertitel überrascht höchstwahrscheinlich viele Liebhaber und Liebhaberinnen der Logotherapie, weil er einen pessimistischen Hauch hat. Man riecht schon die Luft einer Dimension der von Viktor E. Frankl aufgezeigt und thematisierten „kollektiven Neurose“, der fatalistischen Lebenseinstellung heraus. Ein Widerspruch der inhaltlichen Selbst-Bestimmung von der Logotherapie nach. Denn mit Recht hat Elisabeth Lukas (eine weit und breit anerkannte Logotherapeutin und Schüler Frankls) festgestellt: „Die Logotherapie ist eine *positive Weltanschauung*.“¹ Genau um diese positive Weltanschauung geht es bei dem vorliegenden Unterfangen eines logotherapeutischen Paradigmenwechsels in der Friedensarbeit bzw. Friedenssicherung.

Die „historische Sackgasse der Menschlichkeit“ möchte nur den Realismus der weltpolitischen Wirklichkeit in unseren Tagen in eine „gefährliche Erinnerung“ (Jürgen Moltmann, ein evangelischer Theologe) rufen. Gefährlich ist nämlich diese Erinnerung insofern, als sie zu einem verantwortungsvollen Handeln herausfordert. Bezeichnend ist natürlich der Untertitel, denn er stellt eine Parallele zwischen der von Viktor E. Frankl mit jeder Faser seines Wesens bekämpften Auslieferung des Menschen gegenüber dem Psychologismus seiner Zeit (Jugendzeit) und dem hier angepeilten logotherapeutischen Paradigma in der Friedenssicherung, und zwar im Angesicht der scheinbaren Schicksalsergiebigkeit in unserer von Krisen erschütterten Weltgemeinschaft. Wie Frankl einen Krieg gegen den aus seiner Sicht vom Psychologismus, Biologismus und Soziologismus inszenierten „Subhumanismus“ („Homunkulus“) führte, so betrachte ich die von ihm gegründete Psychotherapie in ihren fundamentalen Prinzipien als richtungweisend bei der Re-Humanisierung unserer Völkergemeinschaft, welche trotz aller Bemühungen auf sehr wackeligen Säulen steht.

Existenzanalytisch-Logotherapeutische Ansatzpunkt:

Die Friedenssicherung hat um des Menschen willen zu geschehen. Sie zeigt sich jedoch als eine Sisyphusarbeit, wenn sie nicht angibt, für welchen Menschen sie zu vollziehen ist; wenn sie den Menschen nicht versteht. Jede sinnvolle Friedensarbeit braucht ein klares Menschen und Weltbild, um effizient sein zu können. Dazu finde ich die Logotherapie und Existenzanalyse von Viktor E. Frankl besonders hervorragend. Allein schon die bekannten drei Säulen der Logotherapie und Existenzanalyse machen anschaulich und unmissverständlich, daß es um die Ganzheitlichkeit des Zugangs zum Verständnis des Menschen geht. Es sei hier nebenbei bemerkt, daß die Ganzheitlichkeit zu einem großen Manko im Bereich der Entwicklungshilfe geworden, was nicht ohne Sinnzusammenhang ist für die Friedenssicherung. Da-

zu schreibt Karl Kumpfmüller: „Im Zeitalter der modernen Staatenbildung und des Merkantilismus wurde der Entwicklungsbegriff eindimensional auf die staatlich gelenkte Wachstumspolitik einer Volkswirtschaft übertragen, die sich auf die Faktoren Kapital, Bildung und technischer Fortschritt stützt.“²

Logotherapie ist bekanntlich eine Anthropologie, eine Philosophie (Weltanschauung) und eine Heilkunde/Psychotherapie. Sie hat zudem die in der Psychologie herrschende Dichotomie bzw. Parallelität überwunden und erweitert. Frankl nannte dies die „Dimensionalontologie“ - der Mensch ist eine Einheit in der Vielfalt. Aber nur so kann man seinem Wesen gerade in der Friedensarbeit gerechter werden.

Grundlegende Begriffe in der Logotherapie und Existenzanalyse in ihrer Relevanz für den Weltfrieden:

Für die Logotherapie ist die Subjektivität des Menschen ein zentrales Anliegen. Es geht um die Freiheit des Menschen unter allen Bedingungen. Der Mensch bleibt unbedingt in den mannigfachen Bedingtheiten seines Lebens (Der unbedingte Mensch, Viktor E. Frankl). Er kann in Opposition gehen gegenüber den negativen Bedingungen, in denen er sich findet. Sich Opponieren bedeutet jedoch die Verantwortung in die Hand zu nehmen. Viktor E. Frankl nannte diese Grundhaltung die Selbst-Verantwortlichkeit. Darum genügt es nicht, daß die Menschen (jeder Einzelne!) Lebensfragen stellen, sondern sie sollen sich als diejenigen begreifen, an die das Leben Fragen stellt. Sie sind die Gefragten! Welch eine „Kopernikanische Wende“ besonders für die Friedenssicherung! Friedenssicherung bedarf der Friedenserziehung und ist notwendigerweise mit der Erziehung zur Selbst-Verantwortlichkeit verbunden. Dabei gilt es die weitverbreitete negative Bestimmung der Freiheit neu zu definieren. Nicht wirklich das „Wovon“, sondern „Wozu“ der Freiheit ist das zentrale Anliegen der Logotherapie und diese neue Standortsbestimmung der Freiheit wäre ein großer Gewinn für die Friedensarbeit!

In das Horn stoßt die Institutsleiterin für Ethik und Sozialwissenschaft der Katholischen Theologischen Fakultät der Wiener Universität, wenn sie zu folgenden klaren Fragestellungen kommt: „Wie kann der einzelne angesichts vielfältiger gesellschaftlicher Zwänge zu einem Handeln in

Freiheit ermächtigt werden? Wie kann also parallel zur äußeren Freiheit eine innere Freiheitskultur geschaffen werden?“³ In einem besonderen Zusammenhang mit der Selbst-Verantwortlichkeit steht die Selbsttranszendenz des Menschen, welche für die Logotherapie sowohl in der Krisenprävention als auch in der Krisenintervention ein unverzichtbares Instrumentarium bei den Heilungsprozessen darstellt. Zur Erläuterung des Begriffes der Selbsttranszendenz möge diese Definition von Viktor E. Frankl dienen: „Und zwar verstehe ich unter Selbst-Transzendenz den grundlegenden Tatbestand, daß Menschsein heißt, immer schon über sich selbst hinaus und auf etwas gerichtet sein, das nicht wieder es selbst ist -, auf etwas oder auf jemanden, auf einen Sinn, den es erfüllt, oder auf anderes menschliches Sein, dem es liebend begegnet.“⁴ Gerade diese Fähigkeit zur Selbst-Transzendenz ist gekoppelt mit der Wahrnehmung der Welt außerhalb von uns und stellt bereits eine Vorbedingung für die sinnvolle Friedensarbeit. Erst im Verständnis des „Aufgabencharakters“ menschlicher Existenz erwächst dem Menschen sein Verantwortungsbewusstsein.

Logo-Pax unter der Berücksichtigung der Geistigkeit des Menschen:

So unermesslich und unverzichtbar ist das logotherapeutische Gedankengut für die Friedensarbeit in einer vom Krieg zerrütteten Welt von heute! Ich bin mir des engen Rahmens meiner Ausführungen vollbewusst und möchte auch nur Auswahl-Impulse als eine Anregung für weitere Diskussionsmöglichkeiten herausfiltern. Fazit: Das Novum in der Logotherapie und Existenzanalyse hat schon längst angefangen, um sich zu greifen. Der Bereich des Friedens kann nicht auf der Strecke bleiben. Wie vollzieht sich jedoch die Transposition der Logotherapie und Existenzanalyse auf die so notwendige Friedensarbeit?

Der Weg ist die „Logo-Pädagogik“, die sich zur Aufgabe macht, das ihr immanente Pro-Life-Prinzip erzieherische zu verbreiten. Hier wäre zuvor eine kritische Frage zu stellen, nämlich: Wie ist die Transposition des logotherapeutischen Paradigmas auf die Weltfriedenssicherung durchführbar angesichts der Nicht-Objektivierbarkeit des spezifischen Sinns einer Person, und zwar in ihrer Einzigartigkeit?

Eine Zusammenfassung soll nun mein Anliegen noch einmal veranschaulichen:

Es gibt wohl eine *graduelle* Objektivierbarkeit hinsichtlich des Weltfriedenssicherungsstrategie, welche mit bemerkenswerter Wirksamkeit *geradezu* bei der einzigartigen Selbst-Verantwortlichkeit des Individuums *ansetzt* und sich von ihm aus *fortsetzt*. Offensichtlich ist in der Logotherapie nicht nur Platz für die Sinnpartikularität bezüglich der Einmaligkeit sowohl der Situation als auch der Person, sondern gleich-gültig für den Sinn *für alle Beteiligten*. Was wohl bedeutet, daß der Sinn-Individualismus keineswegs zum Weltbild der Logotherapie gehören kann, jedoch die Sinn-Individualität, verstanden natürlich als Selbstverantwortung gegenüber der Welt und den Mitmenschen. Selbstverantwortung kann sicherlich nicht heißen, daß wir den Blick für die Schuldverflochtenheit in der kriegerischen Auseinandersetzungen verlieren. Wohl aber können wir uns nicht leisten, daß wir uns in der Anonymität und Lethargie einer fatalistischen Lebenseinstellung verlieren. „Man muß aufhören, die Schuld immer beim anderen zu suchen, um sich selbst für gerechtfertigt zu halten. Der einzelne darf sich nicht länger auf die Gesellschaftsstruktur ausreden, die an allem Unglück schuld sein, ...“⁵ Wenn wir hier keine „Seelenverwandtschaft“ mit der Logotherapie sehen!

Friedensarbeit bzw. Friedenssicherung als Logo-Pax verstehen, daß bedeutet das Vertrauen auf die Widerstandsfähigkeit des Menschen („Trotzmacht des Geistes“) gegenüber dem Negativen, wohl aber auch im Positiven, gerade indem die der Logotherapie entstammende Einstellungsmodulation unmittelbar zur Umverteilungsgerechtigkeit führt. Gibt es aber einen dauerhaften Frieden ohne die Gerechtigkeit?

Wie Viktor E. Frankl aus der Konsequenz seiner Logotherapie und Existenzanalyse den „Glauben“ an einen „Monanthropismus“ (im Vergleich zum religiösen Begriff vom Monotheismus!), so muß gesagt werden, daß er ein Realwerk des Friedens darstellt, daß jedoch zu ihm erst erzogen werden muß. In diesem Sinnzusammenhang äußerte schon einmal der Wiener Tiefenpsychologe Erwin Ringel sein Bedenken, ja, sein Bedauern: „Erziehung zum Frieden ist leider kaum irgendwo gefragt, und doch wird sie angesichts der neuen Vernichtungsmittel, die der Mensch entdeckt hat, vielleicht zur wichtigsten Aufgabe der Zukunft, zur Chance fürs Überleben schlechthin.“⁶ Kann man aber wirklich zum Frieden erziehen ohne die Wertefrage? Geradezu

diese Wertefrage gehört zum unumgänglichen Verständnis der Geistigkeit in der Logotherapie. Die Logotherapie ist niemals wertblind, aber die Friedensarbeit nicht! Es gibt wohl da für mich einen besonderen Wert, den es gilt, im Geiste der Logotherapie unermüdlich zu fördern: Mut. Er ist mit dem gesunden Menschenbild der Logotherapie von Selbst-Verantwortlichkeit unzertrennlich verbunden und für die Friedensarbeit unverzichtbar. „Es geht dabei um Mut im existenziellen Sinn, d.h. den Mut zu einer verantworteten authentischen Lebensführung, aber auch um Mut als Lebenshaltung. Letztere bedeutet - so die traditionelle Definition - die Entschlossenheit, Schwierigkeiten und auch Verwundungen um eines wichtigen Ziels willen auf sich zu nehmen. Beides gehört eigentlich zusammen. Denn jedes nicht konformistische an Konventionen angepasste Leben bedarf der Bereitschaft zum persönlichen

Engagement, das immer auch mit Opfern verbunden ist. Dies gilt für Zivilcourage im politischen, aber auch kirchlichen Bereich. Es verlangt Mut, das eigen Leben auf selbst gesetzte Ziele hin zu wagen.

Das in diesem Artikel angepeilte Plädoyer für einen logotherapeutischen Paradigmenwechsel in der Friedensarbeit hat schließlich seinen Ausgangspunkt in der Wahrung der Menschenrechte bzw. Menschenwürde zu nehmen. Die Menschenwürde steht jedoch niemals im Vakuum. Darum sind die von Viktor E. Frankl ausgearbeiteten „Zehn Thesen zur Person“⁷ Wie wenig wäre doch die „kollektive Neurose“ vom Fanatismus aller Couleurs, wenn der MENSCH in seiner Einmaligkeit und Einzigartigkeit zum Ziel (Spruch: Sinn!) des Friedens werden könnte!

- NDUBUEZE FABIAN MMAGU

Mag. Dr. Ndubueze Fabian Mmagu. Pfarrer in Großpetersdorf, Burgenland, Theologe und Sozialethiker, logotherapeutische Ausbildung in Deutschland und Österreich, derzeit im Supervisionsjahr; geboren 1958 in Nimo, Nigeria, seit 17 Jahren katholischer Priester.

Literatur:

¹ Lukas, Elisabeth, 1997: Lehrbuch der Logotherapie, Edition Logotherapie, Profil, München, S. 17.

² Kumpfmüller, Karl, 2004: 40 Jahre „Entwicklung“, in: DEKEN+GLAUBEN; Zeitschrift der Katholischen Hochschulgemeinde für die Grazer Universitäten, Nr. 132, Oktober/November, S. 5.

³ Gabriel, Ingeborg Gerda, 2004: Humanität und Heiligkeit, Spiritualität und Ethik als >>Zeichen der Zeit<< und Anfrage an die christlichen Kirchen; In: Spiritualität - mehr als ein Megatrend, Gedenkschrift für Kardinal DDr. Franz König, Schwabenverlag, AG, Ostfildern, (Hrsg.): Paul M. Zulehner, S. 103

⁴ Frankl, E. Viktor, 1997: Der Wille zum Sinn, 4. Auflage, Piper, München, S. 221

⁵ Ringel, Erwin, 1998: Selbstmord. Appell an die anderen, 6. Aufl., Gütersloch Kaiser, S. 89

⁶ Ringel, Erwin, S. 79

⁷ Frankl, Viktor E., 1997: Der Wille zum Sinn, Ss 108-118





Mag. Dr. DIETER SCHAUER, MBA

Wirtschaftscoach und Kommunikationsberater

Endlich(er) Friede

Passen Friede und Wirtschaft als Begriffe zusammen? Sind sie selbstverständlich, gegensätzlich oder schließen sie sich gar aus?

Nun, man könnte sagen, daß gute Zeiten, friedvolle Zeiten sind und dann geht es auch gut in oder mit der Wirtschaft; man nennt es „Ökosoziale Marktwirtschaft“, in der Wirtschaft - Sozialer Friede - und Ökologie in einem ausgeglichenen Verhältnis zueinander stehen. Andererseits sagt man auch immer wieder, daß das Kriegerische im Menschen von den Schlachtfeldern auf die Wirtschaft verlagert worden ist. Gute Wirtschaft braucht Ziele, Pläne und dann auch Strategien - vor allem letzterer ein eindeutiger Begriff aus dem Gegenteil von Frieden. Wirft man dabei einen Blick auf die Szene von Friedensforschungen, dann findet man dort sehr eindeutige Aussagen wie: „Globalisierung führt zum Krieg“ oder daß „Handel nicht ohne Krieg, noch Krieg ohne Handel geführt werden kann“.

Nun könnten wir noch lange rauf und runter, kreuz und quer kluge Aussagen weiser Personen oder auch Institutionen zum Thema „Friede und Wirtschaft“ hier zusammentragen doch frage ich mich, ob das NO:OS-LeserInnen denn wirklich interessiert. Ich entscheide mich heute für die Antwort NEIN. Also will ich diesmal etwas sehr Persönliches mit einfließen lassen.

In der letzten Ausgabe von NO:OS zum Thema Alter konnte ich keinen Beitrag leisten, da ein für mich völlig unerwarteter operativer Eingriff „mitten am Herzen“ mich aus allen Wolken fallen ließ. Es war knapp - sehr knapp - fast hätte mich das Thema Tod, der für mich letzten Ausgabe, selbst ereilt. Doch ich hatte die besten Schutzengel in Form meiner

beiden erwachsenen Söhne. Diese beatmeten und reanimierten mich, als ich plötzlich aus heiterem Himmel, an einem wunderschönen Tag, im September, während leichter handwerklicher Arbeiten, zusammenbrach. Was folgte, war für mich wie eine Art Traum, der Nymbus der Unverwundbarkeit war mit einem Male verschwunden.

Anfänglich, kurz nach meiner Einlieferung ins Krankenhaus war ich noch fest entschlossen, dieses auf Revers am selben Tag wieder zu verlassen. Erst die eindringlichen, ruhigen Worte eines jüngeren Arztes ließen auch mich „ruhig und besonnen“ werden. Er meinte: „Wenn Sie mein Vater wären, ich ließe Sie unter keinen Umständen nach Hause gehen.“ Das traf mich mitten ins Herz. Und dann 3 Tage später nach einer Angiographie die Worte des Primars: „Da können wir nun nichts mehr außer einer Bypass-Operation unternehmen“, ließen mich erstmals absolut sprachlos werden. Doch rückblickend bin ich auch heute noch überrascht, daß ich zu keinem Zeitpunkt Angst, Panik oder sonstige extrem negative Gefühle verspürte. Ich erinnere mich an die 2 Tage vor meiner Bypass-Operation, daß ich zum einen vollstes Vertrauen und Zuversicht in die Ärzte wie auch mein zukünftiges Schicksal hatte und zum anderen, daß es in mir ruhiger und ruhiger wurde. Vielleicht könnte man auch sagen, daß fast unendlicher Friede in mir Einzug hielt. Ungute Gefühle hatte ich lediglich vor den ersten Tagen nach der Operation, da ich dies von meinem Vater kannte, der 7 Jahre zuvor ebenfalls Bypass operiert wurde.

Wenn ich nun, kurz vor Weihnachten, 3 Monate zuvor, auf die ersten Tage nach meiner Operation zurückdenke, so tue ich dies mit doch überwiegend positiven Gefühlen.

Zum einen, daß ich weiteres Leben geschenkt bekam, zum anderen, daß ich in den ersten Tagen „danach“ in gewisser Weise die allerfrüheste Entwicklung meiner Kindheit wirklich wieder-erleben durfte. Ich war absolut hilfsbedürftig - ich begann als erwachsener Mensch körperlich bei der Stunde Null. Ich konnte mich nicht selbst erheben, geschweige denn aus dem Bett steigen. Und als es dann am 4 Tag doch endlich möglich war, erlebte ich die fast unendliche Langsamkeit: im Gehen, unterstützt von einem Rollwagen (wie bei kleinen Kindern), im Bad dann beim Rasieren (über eine halbe Stunde dauerte meine erste Rasur - es war wunderschön) usw. - Die Welt war für mich ausgesprochen friedlich, ruhig und langsam.

In den folgenden Wochen hatte ich viel Zeit für mich selbst. So gar der mich während der REHA betreuende Arzt zwang mich zur Langsamkeit. Ich konnte, oder besser gesagt ich sollte mir Zeit für mich selbst

nehmen. Ich gestehe, daß dies für mich anfänglich gar nicht so leicht war. Mein Blick bzw. meine Gedanken waren in den vielen Jahren davor ja meist nach außen gerichtet - auf die anderen. Doch es war und ist wunderschön, die Ruhe, Stille und Langsamkeit - den Frieden nicht nur „draußen“ zu suchen und hoffentlich auch zu finden, sondern auch bei und in sich selbst. Ich konnte in diesen Wochen auch beginnen, lange beiseite geschobene bzw. verdrängte, sehr persönliche Themen anzugehen. Ich bin gerade dabei mit einer sehr lange zurückliegenden, sehr tief gegangenen Verwundung und Ent-

täuschung Frieden zu schließen. Ich hab' mir gar nicht gedacht, daß Frieden so langsam, mühevoll und kompliziert in manchen Angelegenheiten zu erreichen ist; noch dazu wo ich doch nur eine Person dazu brauche - nämlich mich selbst.

Seit wenigen Wochen bin ich nun langsam wieder in den „Alltag“ zurückgekehrt und ich merke, daß diese Friedlichkeit in mir ein sehr zerbrechliches Kleinod ist. Ich bemerke immer stärker, daß es wie alles Lebendige, gehegt, gepflegt und vor allem auch kontinuierlich gesucht und dann be- und geachtet werden will. Andernfalls zieht es wahrscheinlich enttäuscht von dannen und macht zu einem späteren Zeitpunkt dann weniger friedlich auf sich aufmerksam.

Ich freue mich nun schon sehr auf die Weihnachtszeit! Und obgleich viele von einer ganz und gar nicht friedlichen Zeit sprechen, empfinde ich sie mit großer Freude - und diese Freude möchte ich mir keinesfalls nehmen lassen. Und weiters bin ich auch fest davon

überzeugt, daß, ganz gleich wie es äußerlich auch aussehen mag, ich in mir die allergrößte Ruhe und Frieden finden kann, wenn ich mich darauf einlasse. Es liegt nur an und in mir!

In diesem Sinne wünsche ich uns allen ALLES LIEBE, FRIEDEN und GESUNDHEIT auch für die Nach-Weihnachtszeit und im Neuen Jahr 2005

Der Autor, Dr. Dieter W. Schauer, studierte 1975-78 in Linz Betriebswirtschaft sowie 1979 in Dallas/Texas. Von 1980-86 in leitenden Funktionen bei den Firmen Fischer, VAIT und Polo/Frantschach tätig. Seit 1987 geschäftsführender Gesellschafter einer europaweit tätigen Firma im Speiseeisbereich. In den vergangenen 6 Jahren zunehmende Vortrags-, Seminar- und Beratungstätigkeit zu den Themen: FÜHRUNG und MARKETING für Firmen, Universitäten und Fachhochschulen.

...unendlicher Friede in mir Einzug hielt ...

Bibel & Friede

... um Frieden auf die Erde zu bringen?

Mit Weihnachten feiern wir die Geburt des Friedensfürsten. So lesen wir beim Evangelisten Lukas, Kap. 2 Vers 11-14:

„Heute ist euch in der Stadt Davids der Retter geboren, es ist der Messias, der Herr. Und das soll euch als Zeichen dienen: Ihr werdet ein Kind finden, das in Windeln gewickelt, in einer Krippe liegt. Und plötzlich war bei dem Engel ein großes himmlisches Heer, das Gott lobte und sprach: Verherrlicht ist Gott in der Höhe, und auf Erden Friede bei den Menschen seiner Gnade.“

Jesus bringt den Frieden Gottes, er sagt ihn den Menschen zu. Wenn wir mit Gott versöhnt sind, können wir selber Frieden in uns tragen und ein friedliches Zusammenleben suchen. Aber die Botschaft, die Jesus verkündet, stößt weitgehend nicht nur auf taube

Ohren, sondern sie stößt an, stößt manchem sauer auf. Jesus, der uns die Frohe Botschaft verkündet, stirbt unter der Anschuldigung der Gotteslästerung am Kreuz. Wer die Botschaft Jesu in seinem Leben umsetzen möchte, muß mit radikalen Widerständen rechnen, das macht Jesus eindeutig klar. So heißt es bei Lukas 12, 49-53:

»Ich bin gekommen, um Feuer auf die Erde zu werfen. Wie froh wäre ich, es würde schon brennen! Ich muß mit einer Taufe getauft werden, und ich bin sehr bedrückt, solange sie noch nicht vollzogen ist. Meint ihr, ich sei gekommen, um Frieden auf die Erde zu bringen? Nein, sage ich euch, nicht Frieden, sondern Spaltung. Denn von nun an wird es so sein: Wenn fünf Menschen im gleichen Haus leben,

wird Zwietracht herrschen: Drei werden gegen zwei stehen und zwei gegen drei, der Vater gegen den Sohn und der Sohn gegen den Vater, die Mutter gegen die Tochter und die Tochter gegen die Mutter, die Schwiegermutter gegen ihre Schwiegertochter und die Schwiegertochter gegen die Schwiegermutter.«

Der Evangelist Matthäus fügt noch dazu Kap.10, 37-39:

»Wer Vater oder Mutter mehr liebt als mich, ist meiner nicht würdig, und wer Sohn oder Tochter mehr liebt als mich, ist meiner nicht würdig. Und wer nicht sein Kreuz auf sich nimmt und mit nachfolgt, ist meiner nicht würdig. Wer das Leben gewinnen will, wird es verlieren, wer aber das Leben um meinetwillen verliert, wird es gewinnen.«

Am Ende der Weltgeschichte wird das Paradies wiederkehren

Am 2. Adventsonntag wird in der Liturgie einer der schönsten Hoffnungstexte - Jesaja 11,1-10 - vorgetragen:

»Doch aus dem Baumstumpf Isais wächst ein Reis hervor, ein junger Trieb aus

seinen Wurzeln bringt Frucht. Der Geist des Herrn läßt sich nieder auf ihm: der Geist der Weisheit und der Einsicht, der Geist des Rates und der Stärke, der Geist der Erkenntnis und der Gottesfurcht. Er

erfüllt ihn mit dem Geist der Gottesfurcht. Er richtet nicht nach dem Augenschein, und nicht nur nach dem Hörensagen entscheidet er, sondern er richtet die Hilflosen gerecht und entscheidet für die Armen des Landes, wie es recht ist. Er schlägt den Gewalttätigen mit dem Stock seines Wortes und tötet den Schuldigen mit dem Hauch seines Mundes. Gerechtigkeit ist der Gürtel um seine Hüften, Treue der Gürtel um seinen Leib. Dann wohnt der Wolf beim Lamm, der Panther liegt beim Böcklein. Kalb und Löwe weiden zusammen, ein kleiner Knabe kann sie hüten. Kuh und Bärin freunden sich an, ihre Jungen liegen beieinander. Der Löwe frißt Stroh wie das Rind. Der Säugling spielt vor dem Schlupfloch der Natter, das Kind streckt seine Hand in die Höhle der Schlange. Man tut nichts Böses mehr und begeht kein Verbrechen auf meinem ganzen heiligen Berg; denn das Land ist erfüllt von der Erkenntnis des Herrn, so wie das Meer mit Wasser gefüllt ist. An jenem Tag wird es der Sproß aus der Wurzel Isais sein, der dasteht als Zeichen für die Nationen; die Völker suchen ihn auf; sein Wohnsitz ist prächtig.«

Am Ende der Weltgeschichte wird das Paradies wiederkehren, die Gewalt wird von der Erde verschwinden und auch die Tiere werden sich miteinander „versöhnen“. Aber bis dorthin gilt in der Natur noch das Gesetz vom Fressen und gefressen werden.

Wir Menschen sind die einzigen, die bewußt und freiwillig auf Gewalt verzichten können und sollen. Ich verzichte schon darauf,

„nur“ mit Worten zu verletzen oder mit Blicken, mit Rechthaberei oder Bevormundung, mit Androhung von Liebesentzug oder Gewalt.

Wo uns das auch nur teilweise gelingt, dürfen wir mit der Gnade Gottes ein Stück „Friede auf Erden“ verwirklichen.

Diesen Schalom wünsche ich Ihnen von Herzen.



HANS MAISLINGER

Pfarrer
in Linz-St. Markus



KÜNSTLER SIEGER KÖDER

Vom SOS-Kinderdorf nach kurzer Reise in die Herzen der Menschen

Dr. Heidi Ilsinger

Selbständig als Psychotherapeutin in freier Praxis
Lehrtherapeutin mit grossem Einfühlungsvermögen
Bemerkenswerte Tier- und Naturfotografin

HEIDI ILSINGER: Geboren am 16. April 1958 in Leoben/Steiermark, verheiratet, ein 10jähriger Sohn.

no:os: Sehr geehrte Fr. Dr. Ilsinger, wie sind Sie zur Logotherapie gekommen?

ILSINGER: Die Sinnsuche war schon immer mein Thema, dadurch zogen mich Bücher von Frankl ganz magnetisch an.

no:os: Wo hatten Sie Ihre erste Berührung mit der Frankl'schen Exi-

stenzanalyse und Logotherapie?

ILSINGER: Schon in der Handelsakademie - unser Deutschprofessor war ein Frankl-Fan.

no:os: Worin bestand Ihre Motivation, sich mit diesem komplexen Gedankenkonstrukt weiter zu beschäftigen?

ILSINGER: Es tat mir persönlich einfach so gut.

no:os: Warum haben Sie sich für diesen Beruf entschieden?

ILSINGER: Eigentlich hatte ich eine völ-

lig andere Planung für mein Leben. Ich habe meinen Mann schon recht früh (mit 17 Jahren) kennen gelernt, ich wollte immer mindestens 4 Kinder, er wollte nie Kinder. Und ich hatte ein Problem, meine Arbeit als Sekretärin und als Kellnerin füllten mich überhaupt nicht aus, ich „musste“ studieren. Meine erste logotherapeutische Intervention, denn ich getraute es mir überhaupt nicht zu: „Diese große Universität und diese kleine Heidi.“ Nach dem Studium war klar, das war zu wenig an Inhalten, ich will eine Psychotherapieausbildung. Mich hielt jeder für verrückt, ich konn-

nfte entschlossenheit



**»LogoBaby«
Valerian
Gronister
liebevoll in
(lehr)thera-
peutischer
Hand**

FOTO: ROSWITHA GRONISTER

te mir die Ausbildung überhaupt nicht leisten und es war damals nicht absehbar, daß ein solcher Beruf eine Familie ernähren kann.

no:os: Von wem haben Sie am meisten gelernt?

ILSINGER: Von Frau Dr. Elisabeth Lukas

no:os: Welche ihre vielen Eigenschaften würden Sie als Ihre wichtigste nennen?

ILSINGER: Toleranz - mir ist es besonders wichtig, immer wieder zu versuchen, andere Menschen so anzunehmen, wie sie sind, sie wahrzunehmen, sie ernst zu nehmen, sie wirklich zu achten. Was mir bei schweren Verletzungen natürlich auch nicht immer gleich gut gelingt - ich bin fest am üben! „Lerngeschenk“ Krise.

no:os: Was nervt Sie in Ihrem Job?

ILSINGER: Die Buchhaltung.

no:os: Angenommen, Sie würden in die nächste Bundesregierung als Sozialministerin berufen, was würden Sie versuchen zu ändern?

ILSINGER: Ich würde das Amt nicht annehmen, hätte ich aber den Zauberstab, würde ich ihn dafür verwenden, daß Präventionen stark gefördert sind, der Wert der Familie sich erhöht, großzügige Förderung der Integration älterer Arbeitssuchender.

no:os: Was bedeutet Glück für Sie?

ILSINGER: Mein gesunder, lebendiger Sohn und am Stubaier Gletscher auf über 3.000 m zu sein, den Wind zu spüren und alle Sorgen im Tal zu lassen.

no:os: Was war Ihr größter persönlicher Erfolg?

ILSINGER: Mit 36 Jahren unseren Sohn Christoph zu Hause zu entbinden.

no:os: Eine schier unvermeidliche Frage: Was würden Sie heute anders machen?

ILSINGER: Heute würde ich als Basisberuf Medizin studieren, Psychiaterin werden und als Logotherapeutin wie jetzt in freier Praxis arbeiten.

no:os: Was sind Ihre nächsten Pläne?

ILSINGER: Seminare auf der Alm anbieten - vielleicht gemeinsam mit jüngeren KollegInnen.

no:os: Haben Sie ein Lieblingszitat, ein Lieblingsbuch?

ILSINGER: Dieses Jahr sind mir die Sätze von Martin Walser u. a. „Dem Gehenden schiebt sich der Weg unter die Füße“ besonders ans Herz gewachsen. Meine Lieblingsbücher wechseln - Bücher von Frau Dr. Lukas lese ich ständig, gerne habe ich auch Anthony de Mello und Anselm Grün, „Menschen führen, Leben wecken“. Begonnen habe ich auch mit Barbara Frischmuths Erzäh-

lung, „Herrin der Tiere“. Aber auch andere Therapierichtungen: Psychoanalyse Arno Gruen, „Der Hass in der Seele“, ich kenne Herrn Gruen, während meiner Arbeit im SOS-Kinderdorf konnte ich ihn mehrmals für Symposien gewinnen, ich schätze seine Arbeit für die Friedensforschung.

no:os: Welcher Versuchung können Sie nicht widerstehen?

ILSINGER: Wochenende - und hinaus in die Natur.

no:os: Welche natürliche Begabung vermissen Sie?

ILSINGER: Leider Musik - obwohl Christoph (10 Jahre) sich große Mühe gibt, mir endlich die Noten beizubringen.

no:os: Welches Tier wären Sie gerne?

ILSINGER: Ein Adler, der frei über die Berge fliegt.

no:os: Welche drei Dinge würden Sie auf eine einsame Insel mitnehmen?

ILSINGER: Menschen sind nicht erlaubt? Wenn nur Dinge: Samenkörner, ein gutes Fernglas, um mich an den Sternen zu erfreuen, eine warme Decke.

no:os: Was ist Ihnen peinlich?

ILSINGER: Meine Kenntnisse in Englisch.

no:os: Nachdem wir um Ihren intensiven Arbeitseinsatz wissen: Wie bauen Sie Stress ab?

ILSINGER: Möglichst im Hier und Jetzt sein, in der Natur, u. a. beim Fotografieren

no:os: Ihr Lebensmotto, Credo, Zugang zu den Menschen?

ILSINGER: Ich schätze Visionen, wie sie Christoph Kolumbus hatte mit Indien. Ich glaube ganz fest, daß wir nur so Hindernisse überwinden können, wenn wir aufhören ständig um unser Ego zu kreisen, aber trotzdem der sind, der wir sind, und den Sinn (unser „Indien“) hinter den Hindernissen spüren. Dann werden ganz automatisch unsere Energien und Ressourcen wach geküsst.

no:os: Verraten Sie uns zuguter Letzt noch Ihre Hobbys, was beschäftigt Sie in Ihrer Freizeit?

ILSINGER: Ich gehe irrsinnig gerne auf hohe Gipfel, fahre gerne Ski, liebe die Fotografie und ohne lesen, würde mir etwas fehlen.

no:os: Sehr geehrte Fr. Dr. Ilsinger, danke daß Sie sich die Zeit für dieses Interview genommen haben und noch alles Gute, viel Liebe für Sie und viel Kraft für Ihre weiteren Aufgaben.

INTERVIEW
- FRANZ DORNER



FOTO: ILSINGER

Begíñnt Der Friede in mir?

Kennen Sie Antonius Pius? Seine Büste steht in der Glyptothek in München. Sie hat mir so gefallen, daß ich sie abgezeichnet habe. Auf einem Täfelchen darunter steht, daß er von 138 bis 161 römischer Kaiser war und keinen Krieg führen mußte.

Neben dran steht Nero. Nero kennt jeder. Nero hat Rom angezündet. Aus Langeweile. Sehen Sie, genau das ist es.

Wie viele Mächtige bewundern wir, die viel Blut vergossen haben. Caesar, Napoleon, Ludwig XIV ... Und dabei hatten sie nur keinen Frieden innen drin! Das kam dann als gekränkte Eitelkeit, Gier,

Rachsucht, oder kaltes Kalkül. Was bewundert man daran eigentlich!

Wie viele andere haben versucht, Frieden mit der Waffe zu erzwingen - doch wer Blut sät ...

Auf der anderen Seite: Wie viele Weise haben nicht Worte gesagt wie dieses: „Wenn Du Frieden auf der Welt möchtest, dann fange bei Dir an“.

Was könnte ich da mit meiner armseligen Feder noch Neues schreiben?

Freilich, kaputtmachen ist immer einfacher. Wenn Dir einer auf die linke Backe schlägt, dann schlage zweimal zurück. Die triebhafte Natur hat jeder.

Aber halte ihm die andere Backe hin, dazu braucht es Stärke. Frieden muß ich wollen, der ergibt sich nicht von alleine. Ich muß mich dafür entscheiden. Aber das ist ja wieder nichts Neues. Siehe die logotherapeutische Literatur.

Kann ich etwas schreiben zum Thema: Der Friede beginnt in mir? Etwa ein Rezept, eine Technik?

Nein, ich muß es tun. Und das ist so unsäglich schwer. Und dauert so unendlich lange. Und keiner lobt mich. Im Gegenteil höre ich den Spott der Friedelosen. (Das ist jetzt wieder nichts Neues) Aber wenn ich durchgehalten habe, irgendwann, kommt ganz leise und sanft von draußen der Friede zu mir wie ein warmer Frühlingwind. Dann werde ich lächeln und dankbar sein. Dann habe ich eine Leistung vollbracht, die sich nicht vergleicht: Ich habe mich selbst überwunden.

Ob Antonius Pius das gespürt hat?

- EMIL KNIES

Wertloses teuer?

Ja, Winter wirts, also bestellte ich im Sommer Holz beim örtlichen Bauern. Er lieferte Ende September. Ich bin überrascht, wie preiswert Holz ist. So kam ich mit dem Bauern ins Gespräch und er erzählte mir, daß mein Holz gar nicht aus den örtlichen Wäldern stammt, sondern ca. 100 km entfernt gewachsen ist.

Ich rekapituliere: In einem 100 km entfernten Wald wachsen Bäume. Das dauert ein paar Jahre. Während dieser Zeit muß der Waldbesitzer immer mal wieder nach dem Rechten schauen, Schäden beheben, pflanzen, Zäune spannen und was weiss ich noch alles.

Was halt so anfällt, wenn man »Waldmeister« ist. Eins ist klar: Wenig Arbeit ist das sicher nicht. Also verbringen diese Leute viele Stunden und Tage im Wald - jahrelang. Dann ist es soweit, mein Baum ist reif und wird geerntet. Um das effizient durchführen zu können, brauchts wohl eine sauteure Maschine.

Anschliessend wird das Holz wohl etwas lagern müssen. Ein Jahr? Dann wirts 100 km transportiert. Braucht einen Laster. Dann kann man es klein machen - hacken - denn ganze Stämme passen bei mir nicht in den Ofen. Ist Handarbeit. Anschliessend trocken lagern, zwei Jahre? Dann packts mein Bauer auf einen Anhänger, und kippts mir vor die Türe.

Ich rekapituliere: Jahrelang(!) ist mein Baum ge-

wachsen, wurde gepflegt. Anschliessend braucht man teure Maschinen und viel Personal und noch einmal viel Zeit und Lagerplatz, bis aus einem Baum Brennholz wird. Und dann ist mein Holz inklusive Anfahrt billig? Wie kann etwas Wertvolles billig sein? Wer bezahlt all die Sunden an schweisstreibender Arbeit im Wald, mit der Säge, beim Verladen, den Transport? Und: Gibts das auch andersrum? Etwas Wertloses teuer?

Was wohl ein handschriftlich signierter Fussball von Franz Beckenbauer kostet? Oder was es kostet, Günter Jauch zu Silvester einzuladen? Und liebe Naivchen: Damit meine ich nicht die Kosten von dem, was der einem wegfrisst, sondern seine Gage. Die Welt ist doch seltsam: Es gibt Dinge, da stecken stundenlang harte Arbeit drin (die keiner machen will), und Können (das wenige haben) - und wenn das Produkt erschaffen ist, wird es dir zum Spottpreis nachgeworfen. So manches ist ziemlich verschoben bei uns. Wenn ich das dann so sehe, dann merke ich, daß es nicht die Welt ist, die verschoben ist, sondern ich selbst bin es. Also biege ich es wieder gerade. Bezahle für echte Arbeit einen anständigen Preis und lasse Wertloses aussen vor. Und daß wir uns richtig verstehen: Günter Jauch dürfte zu Silvester gerne zu uns kommen - er sollte jedoch wie die anderen Gäste einen Salat mitbringen. Dann stelle ich ihm auch keine Rechnung.

- TOM

Friedvoll Mutter sein

Friede ist normalerweise so selbstverständlich - jedenfalls in meinem Weltbild und in meinem Umfeld. Ich gehöre zu den eher weltfremden die lieber Bücher lesen als täglich fernzusehen.

Aber nun wo ich meinen kleinen Sohn anblicke bekommt das alles eine neue Bedeutung. Da liegt er mit sich zufrieden und strahlt die ganze Welt an und meint das genügt um sicher zu sein. Und sogar ich höre irgendwo täglich von Krieg und Tod von Qual und Not - auf einmal bin ich unglaublich dankbar fürs sogenannte Selbstverständlichste.

Ich freue mich, daß ich den Wasserhahn aufdrehen kann und mir ein Glas sauberes Trinkwasser holen darf und dann nehm' ich mir etwas zu essen und ich esse nicht mehr nur für mich alleine.

Dieses kleine Kerlchen trinkt an meiner Brust und ich bin so still und dankbar - der Moment ist so friedlich - Wärme durchströmt mich bei dem Gedanken daß in meiner Heimat gerade kein Krieg tobt, daß ich es warm habe und ich lege wie zum Schutz die Hand auf das kleine pulsierende Köpfchen meines Sohnes und er lächelt mich an, wie wenn er meine Gedanken lesen könnte.

Und genau in dem Augenblick wünsche ich mir dieses Gefühl mit der ganzen Welt teilen zu können, denn wer das jetzt miterleben könnte - genau mitfühlen, daß was ich selber gerade fühle, derjenige wäre nicht im Stande irgendwo auf den „Feind“ zu zielen, irgendwo eine Bombe herunterzulassen, ja nicht einmal die Hand zum Schlagen eines Anderen zu heben - wenn er sehen könnte wie schutzlos und dabei so würdevoll dieser kleine Mensch den Frieden und die Liebe genießt.

Der Wunsch nach Frieden - im Herzen genauso wie im Weltgeschehen - wird angesichts dieses neuen Lebens riesengroß und so blicke ich aus dem Fenster auf meinen Kirschbaum und stelle mir vor wie mein Kleiner diesen Frieden im Herzen wohl eines Tages da draußen in der rauen Welt weitergeben kann, wie sich dieser Wunsch nach einer lichtvolleren Welt in ihm fortpflanzen könnte und er damit sich selbst anderen Menschen zum Geschenk machen wird. Behutsam küsse Ich ihn auf die Stirn - er ist eingeschlummert und seine kleinen Hände ruhen in meiner großen Hand.

- ROSWITHA GRONISTER



*Friede ist
normalerweise
so selbstver-
ständlich ...*

Das Viktor Frankl Zentrum Wien stellt sich vor

WER SIND WIR?

Seit 27. 09. 2004 ist bei der Bundespolizei Wien der gemeinnütziger Verein „Viktor Frankl Zentrum Wien“ mit Sitz in Wien angezeigt.

Der Vorstand setzt sich aus ehrenamtlich tätigen Personen mit abgeschlossener Logotherapieausbildung unter dem Vorsitz von Johanna Schechner zusammen.

Im Verein arbeiten Menschen aller Fachrichtungen zusammen: PädagogInnen, PhilosophInnen, TheologInnen, ÄrztInnen, JuristInnen, WirtschaftlerInnen, ...

WAS WOLLEN WIR?

Der Verein dient der Verbreitung, Forschung und der Lehre des Werkes von Viktor E. Frankl und dem Betreiben eines Viktor Frankl Zentrums an seinen historischen Wirkungsstätten.

Zum 100. Geburtstag des Ehrenbürgers der Stadt Wien, am 26. März 2005, bemüht sich der Verein im Besonderen um die Erhaltung und Nutzung von historisch wichtigen Räumlichkeiten in der ehemaligen Wiener Allgemeinen Poliklinik. Vorrangig geht es um die Erhaltung und Nutzung des originären Hörsaales, in dem Frankl 25 Jahre lehrte, sowie um die Anmietung der frei werdenden Nachbarwohnung Frankls, Mariannengasse 1, 1090 Wien, um sie für den öffentlichen Zugang seiner literarischen Hinterlassenschaft zu nutzen.

WARUM TUN WIR DAS?

Um den Menschen in der heutigen Zeit das Wissen um ihre unverlierbare geistige Freiheit und Verantwortlichkeit, ihre Einmaligkeit, Einzigartigkeit und Un austauschbarkeit bewusst zu machen.

Wir möchten damit auf die persönlichen Sinnfindungs- und Gestaltungsmöglichkeiten auch in schwierigen Lebenssituationen aufmerksam machen.

WAS IST BISHER GELUNGEN?

▷ Gespräche mit den neuen Besitzern der historischen Wirkungsstätten (Prisma Holding AG und ZIT) und Einholung deren Einwilligung zur Mitarbeit an der Erhaltung der Räumlichkeiten.

▷ Gespräche mit Verantwortlichen der Stadt Wien und dem Land Österreich, um die besondere Möglichkeit aufzuzeigen, dem weltweit bekannten Ehrenbürger der Stadt Wien und Begründer der Dritten Wiener Psychotherapie-Schule (nach Freud und Adler), ein würdiges

Denkmal zum 100. Geburtstag am 26. März 2005 zu setzen.

▷ Korrespondenz mit Logotherapieinstituten in aller Welt über die spezielle Situation in Wien und Sammlung aller Rückmeldungen und Anregungen für PR-Arbeit.

▷ Arbeit an einem Konzept für eine Ausstellung über Leben und Werk Frankls im Hörsaal der Poliklinik Wien

▷ Gespräch mit den Initiatoren zur Errichtung einer Verantwortlichkeitsstatue an der Westküste der USA. (www.statueofresponsibilityfoundation.org)

WELCHE VISIONEN WARTEN AUF IHRE VERWIRKLICHUNG?

▷ Suchen und Finden von Sponsoren, die die Bedeutung der Franklschen Botschaft für die Zukunft erkennen und mit finanzieller Unterstützung einer sinnorientierten Initiative den Weg bereiten.

▷ In den jetzt zur Disposition stehenden Räumlichkeiten der Poliklinik soll ein Museum und Archiv entstehen, mit Originaldokumenten, Büchern und Schriften, einer Audio- und Videobibliothek, die freundlicherweise von der Familie Frankl zur Verfügung gestellt werden.

▷ Geplant sind weiters an Sinn- und Wertfragen orientierte Kongresse, Vorlesungen, Seminare und Gastvorträge von internationalen Referenten im originalen Hörsaal, dem Herzstück des geplanten Zentrums.

▷ Auch die Etablierung eines entsprechenden Lehrstuhls wäre sinnvoll, um die Logotherapie auch an ihrem Ursprungsort weiterzuentwickeln und von Wien aus in Lehre und Forschung nach angemessenen Antworten auf die drängenden Probleme und Fragen unserer Zeit zu suchen.

Das bisher weltweite Echo auf dieses Projekt macht uns Mut, das Viktor Frankl Zentrum Wien zu verwirklichen.

Als unsere nächsten Schritte sehen wir die Aufgabe, den Verein auf eine solide Basis mit Sitz, Mitgliedern und Kommunikationsmöglichkeit zu stellen.

Unsere derzeitige Korrespondenzadresse lautet:

Johanna Schechner
Balthasar Kraussgasse 18
A-2380 Perchtoldsdorf
Österreich

Schriftführer Hermann Schechner
Email: herman.schechner@aon.at

Blitz & Donner

Es gibt so viele Kämpfe und Kriege, die wir tagein und tagaus führen, oft ohne uns deren bewusst zu sein. Wir kämpfen für oder um etwas, mit anderen gemeinsam, allein, gegen etwas oder jemanden. Verschiedene Motivationen leiten uns, spornen uns an. Doch was ist das Ziel hinter diesen Kämpfen? Der Sieg? Was ist das Resultat eines Krieges? Was sein Gegenpol? Krieg gegen Frieden? Oder Unfrieden gegen Frieden? Frieden als Ziel? Frieden als Resultat eines Sieges? Frieden als Lösung? Was war vorher, der Krieg oder der Frieden?

Frieden bedeutet Ausgleich, Harmonie, Ruhe, Liebe. Unfrieden bedeutet Unausgeglichenheit, Hass, Polarisierung, Angst, Wut. Aus der Unzufriedenheit folgt Auseinandersetzung, Kampf, Krieg, Streit. Das Resultat ist eine Lösung aus diesem unangenehmen Zustand, die Katastrophe im 3. Akt. Dann kehrt er wieder ein, der Frieden, „das Stück ist aus“.

Moderne Philosophen vertreten die Ansicht, dass für die Menschheit der Krieg ein essentieller Bestandteil ist, ohne den eine Kultur nicht existieren könnte. Kriege zwischen Kulturen erscheinen uns unmoralisch. Doch geht es ums nackte Überleben ist eine Frage nach Moral überflüssig. Im Kleinen gesehen, auf zwischenmenschliche Konflikte umgelegt könnte man Kriege des Unsinn und Überflusses beschuldigen. Doch im Grunde geht es doch bei jedem Krieg, und sei er noch so klein und dem Anschein nach unbedeutend, ums Überleben, um das Bestehen können vor anderen. Es geht darum sich zu messen, seine Macht zu erproben, seinen eigenen Minderwertigkeitskomplex zu kompensieren um so eine Unzufriedenheit zu eliminieren.

Doch was wenn es keinen „Gegner“ gibt? Was wenn wir mit uns selbst unzufrieden sind?

Ich kenne dieses Gefühl. Meinen letzten, jüngsten Krieg focht ich gegen meine Zukunftsangst: Was mache ich mit mei-

nem Leben? Habe ich den richtigen Weg gewählt? Sehe ich einen Sinn in meiner Ausbildung, will ich meinen begonnen Weg weiter gehen, oder sollte ich ihn verlassen und nach einem neuen suchen? Meine Unzufriedenheit und Unsicherheit verfolgten mich vergleichbar mit einem Gefühl des Hungers, der gestillt werden will. Ich fütterte mich mit allem Möglichen und hoffte, dass ich befriedigt werde. Mein Hunger stellte sich auch zeitweise ein, doch richtig satt war ich selten.

Ich bin glücklich, aber nicht zufrieden.

Mein Unfrieden drängte sich mehr und mehr in den Vordergrund meines Lebens und alle meine Gedanken kreisten um ihn. Ich wollte um jeden Preis meinen Frieden, war besessen vom Beseitigen meiner Zweifel:

Erst versuchte ich mit meiner Theorie der „Entladung innerer Spannungen durch Heraufbeschwören einer Katastrophe“ meiner unangenehmen Situation zu entfliehen und rief mich mit Gewalt an jenen Bereichen meines Lebens die zur Unzufriedenheit geführt hatten, hoffte so sehr auf ein richtig heftiges Gewitter, das mich wieder aufrüttelte. Der Himmel verdunkelte sich zwar, doch Blitz und Donner blieben aus. So schlug ich den umgekehrten Weg ein, versuchte mich zu beruhigen, merkte jedoch schnell, dass Ruhe nicht unbedingt viel mit Frieden zu tun hat. Letztergier und übertriebene Muße machten die Situation nur schlimmer.

Wie so oft in meinem Leben halfen mir schließlich Gespräche mit wertvollen Menschen, Bücher und Alltagserlebnisse um eine Lösung aus meiner zugeschnürten Lage zu finden. Ich sprach, hörte zu, las und lebte, konnte dann einen kleinen Schritt aus mir heraustreten. Auch ein Tag, an dem ich mich voll und ganz zufrieden fühlte, dafür aber nicht glücklich, half mir bei folgenden Erkenntnissen:

Zufriedenheit macht satt und müde. Sie erscheint mir als Insel der Erholung nach einer kämpferischen Phase. Der Friede dient als Zeitraum der Energieschöpfung und Muße um vor der nächsten Unzufriedenheit gewappnet zu sein.

Unzufriedenheit ist nicht gleich Krieg. Wird sie nicht rechtzeitig bemerkt und

nicht mit der ihr gebührenden Aufmerksamkeit behandelt, kann zu einem Krieg führen, der gewiss Gewinne aber auch seine Opfer mit sich bringen kann.

Die Unzufriedenheit selbst ist allerdings nicht negativ zu betrachten. Jedes Mal unzufrieden sein bedeutet jedes Mal eine neue Chance zu haben, sein Leben in andere Richtungen weiterzudenken und zu leben.

Ich bin nun dabei zu lernen, unzufrieden sein zu dürfen, sein zu müssen. Ich bin ja glücklich. Es kommt nun nur darauf an, was ich mit meiner Chance mache. Ich habe mich dazu entschlossen sie zuzulassen und auf meine Gefühle zu hören. Ich werde mich weiterhin „füttern“, jedoch bewusster auf meine „Ernährung“ achten. Ich spüre, dass ich mit einem ausgewogenen Ernährungsplan angenehm satt und immer wieder hungrig werden kann.

Glücklich und zeitweise zufrieden. In dem Buch „Mit sich selbst befreundet sein“ von Wilhelm Schmid heisst es:

„Ein Geschenk ist es, [...] zufrieden mit sich selbst zu sein, wenn auch nur gelegentlich, um nicht in Selbstzufriedenheit zu versinken; [...]“

Ich denke durch jede Unzufriedenheit könnte ein neues Ziel, ein neuer Sinn entstehen, um den es sich zu kämpfen lohnt. Das Erreichen des Ziels ist der Sieg, der Gewinn, auf den man sich eine kurze Zeit ausruhen kann um dann ein neues Ziel zu stecken. Frieden ist also das Resultat eines Sieges aber keine dauerhafte Lösung.

Im ersten Abschnitt meines Aufsatzes lege ich folgende Definitionen fest: „Unfrieden bedeutet Unausgeglichenheit, Hass, Polarisierung, Angst, Wut. Aus der Unzufriedenheit folgt Auseinandersetzung, Kampf, Krieg, Streit.“

In meiner Erkenntnis musste ich meine Ansicht revidieren. Denn das Gegenteil von Frieden ist Veränderung. Kehrt der Frieden ein, ist ein „Stück“ zu Ende. Unfrieden bedeutet Drang nach Veränderung. Aus der Unzufriedenheit folgt Auseinandersetzung. Aus der Auseinandersetzung folgt Veränderung. Veränderung bedeutet Leben.

- SABINE KRABERGER

Gespräch am Mattenrand

Schon seit vielen Jahren treffen wir einander Freitag abend auf der Matte, junge Studenten und Studentinnen und Danträger am Universitätssportinstitut. Nicht nur das spezielle japanische Ritual des JuJitsu, auch der Termin am Ende einer lernintensiven oder arbeitsreichen Woche läßt Anstrengungen vergessen und Freude auf ein erholsames Wochenende aufkommen.

Beim Aufwärmtraining bleibt ein junger Kollege am Mattenrand stehen. Ich erkundige mich nach dem Grund. Eine kleine Verletzung, die noch der Schonung bedarf und schon plaudern wir über sein Archäologiestudium. Er sei schon ziemlich am Ende angelangt, es fehle nur noch die Diplomarbeit, die benötige noch viel Zeit. Aber gleichzeitig studiere er seit einiger Zeit an einer Fachhochschule, um einen Beruf zu erlernen mit der Möglichkeit damit auch einmal Geld verdienen zu können. Ich bin voll der Bewunderung, weil er trotz der Doppelbe-

lastung nur wenig Zeit im Universitätsstudium (wie er es nennt) verloren hat.

Dann erzähle ich von meinen Aktivitäten und von meiner Theorieausbildung in Logotherapie und Existenzanalyse.

„Das klingt aber sehr interessant, kannst Du mir ein wenig davon erzählen?“

Und so erzähle ich leise, um das Training der anderen nicht zu stören, vom Menschenbild Viktor Frankls, von den drei Säulen, von unserer geistigen Dimension, vom Willen zum Sinn und von unserer Fähigkeit, Stellung nehmen zu können in kritischer Distanz zu uns selbst. Ich erzähle, wie wir, wenn wir bewußt leben, aus den Möglichkeiten, die uns das Leben bietet, auswählen können, ganz bewußt uns für eine Variante entscheiden dürfen, aber daß wir mit jeder Entscheidung auch die Verantwortung für das Gelingen übernehmen. Da unterbricht mich mein junger Freund und meint, das verstehe er sehr gut, nur habe er immer wieder Situationen, in denen ihm das gar nicht gelinge. Ob nicht aus der Logotherapie eine Antwort für seinen inneren Schweinehund zu finden sei?

Oft, wenn er vom Studium nach Hause käme, habe er noch Einiges zu erledigen, zu lernen oder zu schreiben und sei voll der besten Vorsätze. Aber dann passiere es, er setze sich an den Computer, um zur Entspannung ein kleines Spielchen zu spielen, oder sitze gemütlich vor dem Fernseher und aus den geplanten wenigen Minuten werden Stunden und der Rest des Tages sei unproduktiv zu Ende gegangen. Ich skizziere kurz den Unterschied zwischen lustvollem und sinnorientiertem Handeln und versuche die Verführung zu entlarven. Schnell haben wir den inneren Schweinehund an den Ohren erwischt und flüstern ihm übungshalber ein paar stren-

ge aber humorvolle Worte zur Distanzierung ins Ohr.

Das Training beginnt, ich bitte meinem Gesprächspartner mit mir zu trainieren. Wir verbeugen uns voreinander. Übungsthema: Armhebel am Boden. Ich übernehme die Rolle des Uke (an mir wird geübt), liege am Rücken und mein Partner (Tori) muß mich mit einer Hebeltechnik festhalten. Es dauert nicht lange und ich versuche aus den Hebeln auszubrechen. Wir kommen in ein Randori, einen Zweikampf, in dem wir den Partner bestmöglich kontrollieren bzw. fixieren wollen. Und bald fühle ich in mir die Frage, ob unser Wunsch wirklich noch der Sieg sei oder eher ein gemeinsames Bemühen, unsere Energie bestmöglich auf ein Ziel hin auszurichten. Wir geben unser Bestes, keiner vergibt eine Chance, kommt aber auch aus der Umklammerung durch den Partner nicht heraus. Erschöpft, aber hochzufrieden klopfen wir gleichzeitig ab, verbeugen uns tief und freudestrahlend.

Eine Woche später - „Na wie geht es Dir“ - „Super“ - „was macht Dein innerer Schweinehund?“ - „Ja, den hab' ich öfters zum Computer geschickt und ihm gesagt, er soll sich inzwischen alleine ein Spielchen gönnen, ich habe erst später Zeit. Und übrigens: Darf ich Dir meine Verlobte vorstellen? Nächstes Jahr wollen wir heiraten! Kommst Du auch zu unserem Fest?“

Nur einige wenige Worte, die uns einander näher bringen. Eigentlich nichts Außergewöhnliches, gehören doch Philosophie und Kampfkunst seit jeher zusammen. Die Kunst des äußerlichen Ringens gepaart mit der rechten Einstellung fördert das Niederringen innerer Zwiespälte.

- HERMANN SCHECHNER

PEINLICHE ?

Für mich ist Friede nicht das bloße Gegenteil von Krieg schlechthin oder wie schon Baruch Spinoza meinte, als er sagte: **„Friede ist nicht Abwesenheit vom Krieg, Friede ist eine Tugend, eine Geisteshaltung, eine Neigung zu Güte, Vertrauen, Gerechtigkeit.“**

Doch wo beginnt diese Geisteshaltung eigentlich?

Ich denke sie ist dem Menschen immanent, weil jede Geisteshaltung ein Phänomen eo ipso ist, so wie eben auch jeder Krieg.

Nur Menschen führen Kriege und schließen Frieden, wenn dann eine Seite unterliegt. Weder im Tierreich noch sonst wo werden Kriege geführt.

In der Krieg-Frieden Diskussion sollte man nie vergessen, daß unsere Welt dualistisch konstruiert ist und sich gleichsam aus den Polaritäten heraus definiert. Das ist gerade die Plattform für den wahren Menschen, denn „biologisch“ ist der homo-sapiens dem Tiere gleich.

Religion, Kunst, Genuss der Schönheit und ICH-Erkenntnis machen neben der Todeserkenntnis das „biologische Tier“ zum Menschen.

Jetzt schlägt dem Menschen die Stunde der Wahrheit: Der freie Wille lässt Entscheidungen zu, die sich um Gut und Böse wenden.

Der Mensch entscheidet über Krieg und Frieden.

Und dennoch werden zur Stunde weltweit unzählige offizielle und inoffizielle Krie-

ge mit und ohne Waffen geführt. An jeden dieser Kriege sind Menschen beteiligt, aus den unterschiedlichsten Motiven.

Wenn man aufmerksam die Nachrichten verfolgt, wird man sehr schnell feststellen können, daß die Zahl der Bedrohungen und Kriege im Steigen begriffen ist. Viele meinen dazu lautstark: „Waren zwei Weltkriege der Menschheit nicht genug? Sind Millionen von Menschen in den vergangenen Kriegen „sinn-los“ gestorben?“ Sollte nicht gerade im Angesicht solcher Tatsa-



chen der Ausspruch Spinozas eine besondere Qualität für die Menschen haben?

Ist er nicht stete, traurige Mahnung zur Besinnung, zum Nachdenken? **„Auf die Haltung kommt es an“** sagte schon V. Frankl und er hat damit wohl recht.

Jeder Mensch hat die potentielle Freiheit sich zu jeder Situation im Leben so oder eben anders zu entscheiden. Der Wille ist nie zu übersehen, die Menschen

können ihr Entscheidungspotential frei nutzen. Die Verantwortung bleibt ihnen immer. Doch warum entscheiden sich viele Menschen bewusst oder unbewusst für Leid, Schuld oder Tod?

Ich denke viele Menschen leben im ständigen Konflikt mit sich selber, haben ihren inneren Frieden noch nicht gefunden oder schon längstens verloren.

Die Gründe dazu sind mannigfaltig und lassen sich nicht auf die Gesellschaft, die Zugehörigkeit zu einem bestimmten Kultur-

kreis oder einer Wirtschaftsordnung allein reduzieren.

Ein Leben „sinn-voll“ zu gestalten heißt für mich nicht nur, sondern gerade auch, inneren Frieden zu finden und zu leben.

Doch was ist eigentlich „innerer Friede“? Läßt sich das überhaupt „begreifen“, erfassen?

Für mich bedeutet es, mit sich selber im Reinen zu sein und ausgeglichen zu sein im Spannungsfeld zwischen inneren und äußeren Einflüssen. Für mich ist innerer Frieden keine Bedingung, sondern eine Voraussetzung für ein sinnerfülltes und auch nach aussen hin friedvolles Leben, so wie ein

Getreidekorn nur in einem nährstoffreichen und gesunden Boden zu einer starken Ähre heranwachsen kann.

Wie findet man nun „seinen“ inneren Frieden?

Ich meine durch eine gewisse Demut dem Leben gegenüber, durch Bescheidenheit und einer Besinnung auf die vielen kleinen und versteckten Wohltaten, die das Leben für jeden von uns zu jeder Zeit bereithält.

Vielleicht kann es ein freundliches Gedicht bei der Eintönigkeit des alltäglichen Lebens sein?

Ein vorsichtiges Schweigen, wenn man die Fehler anderer sieht?

Ein Wort der Anerkennung für das Gute des Nebenmenschen?

Ein kleiner Dienst, dem erwiesen, der uns unterworfen ist?

Ein warmer Händedruck für den, der traurig ist?

Ein geduldiges Sprechen mit Ungeduldigen und Lästigen?

Ein Blick des Mitgeföhl für den, der verborgenes Leid trägt?

Ein freundlicher Gruß für den „kleinen Mann?“ Ein Bekennen der eigenen Schwachheit?

Ein ehrliches Bekennen des begangenen Unrechts?

Vielleicht gibt es aber auch gar keinen Weg zum inneren Frieden, vielleicht ist ja der innere Friede selber der Weg ...

- ROLAND BÖHM



Sich mit dem Wolf versöhnen

Logotherapeutische Perspektiven eines guten Umgangs mit uns und unserer Mitwelt

Das Thema Aggression ist so alt wie die Menschheit selbst und gehört daher auch wesentlich zu unserer Existenz, zu unserem Geworfensein in diese Welt, wie sich Martin Heidegger ausdrückte.

Ein konstruktiver Umgang mit den aggressiven Anteilen stellt oft eine lebenslange Aufgabe dar.

Wer in Schwierigkeiten mit sich und seiner Mitwelt gerät, sieht sich auch mit eigenen Schwächen und Grenzen konfrontiert, die inadäquate Bewältigungsformen entstehen lassen.

Entwicklung von geeigneten Bewältigungsstrategien und Handlungsalternativen als hilfreich. Ein Netzwerk von Personen, das positive Erfahrungen ermöglicht und gemeinsam mit Betroffenen konstruktive Wege bei Problemen sucht, vermag zur Entwirrung von Verkettungen und Auflösung von Fixierungen beizutragen.

Das Bild rechts entstammt einer Therapiestunde mit einem siebenjährigen Buben, der als äußerst aggressiv beschrieben wird. In seiner Darstellung mittels Fingerpuppen stellt er die von ihm erlebte Bedrohung und Angst als eckelerregende Fledermaus und gefährliche Spinne dar, die er in die von ihm so benannte „Unterwelt“ verbannt. Damit schafft er vorerst eine Distanz zu seinen Schwierigkeiten. Er vermeidet damit allerdings eine Auseinandersetzung in der von ihm so bezeichneten „Oberwelt“, zu der seine Familie, seine Freunde und sein Humor, dargestellt als unreife Tomate, gehören. Dies kann auch als Hilflosigkeit gedeutet werden, die mit seinem Alleingelassenwerden mit Angst und Aggression in Zusammenhang steht. An diesem Fallbeispiel wird transparent, wie sehr das Thema Aggression und Angst auch mit der Mitwelt verbunden ist und eine große Herausforderung an diese darstellt.

... ein böser grimmiger Wolf ...

Dazu gehören die Bedrohung, das Ausleben von Wut und Zorn, Ohnmacht und Angst, das Verletzen und Verletztwerden, die Destruktion sowie der Rückzug in die Isolation oder Depression. Fragen nach einem guten Umgang mit solchen Emotionen und daraus folgenden Handlungen angesichts von zunehmenden Schwierigkeiten und Belastungen werden damit zu einem wichtigen Lebensthema.

Die mit der Aggression in Beziehung stehenden Kräfte und Energien erfahren in einem oftmals lang andauernden Lernprozess eine Verwandlung, die letztendlich der Person und seiner Umwelt zugute kommt. Bereits in jungen Jahren erweist sich die

In diesem Sinn ist auch die folgende Geschichte zu verstehen, die einen umfassenden Ansatz für einen friedensstiftenden Umgang mit Aggression vermittelt und zur Versöhnung anleitet.

Als einst Franz von Assisi in der Stadt Gubbio weilte, verbreitete ein großer, grimmiger Wolf Schrecken in der ganzen Gegend.

Er verschlang nicht nur Tiere, sondern fiel auch Menschen an und dehnte seine Raubzüge ohne Scheu bis vor die Stadtmauer aus, sodass sich jeder, der die Stadt verließ, bewaffnen musste, als ob er in den Krieg zöge.

Trotzdem konnten sich die Leute der schrecklichen Wut des

Wolfes nicht erwehren.

Als Franz von Assisi die allgemeine Furcht sah, beschloss er, diesem Wolf entgegenzutreten, obwohl ihm alle davon abrieten.

Glaubensfroh trat er ohne Furcht dem Wolf entgegen, der mit offenem Rachen auf den heiligen Mann zu rannte.

Als das Untier ihm schon nahe gekommen war, begrüßte er es und rief ihm freundlich zu:

„Komm näher, Bruder Wolf! Ich befehle dir, weder mir noch jemand anderem etwas Böses anzutun!“

Und welch ein Wunder! Das Untier schloss den Rachen, kam mit gesenktem Kopf heran und legte sich gleich einem Lamm zu seinen Füßen.

Und wie er so vor ihm dalag, sprach Franz zu ihm:

„Bruder Wolf, du hast in diesem Lande viel Schaden angerichtet. - Du hast dich an der wunderbaren Schöpfung vergangen und viel Leid verursacht. Alle fürchten und verachten dich und wünschen dir den Tod. Aber jetzt, Bruder Wolf, will ich zwischen dir und den Menschen sowie der ganzen Schöpfung Frieden stiften und Barmherzigkeit walten lassen.“

Der Wolf gab mit Gebärden und Bewegungen kund, daß er damit einverstanden sei und sein Versprechen halten werde.

Darauf fuhr Franziskus fort:

„Da du Frieden machen willst mit den Menschen und der ganzen Schöpfung, verspreche ich dir, daß die Leute dieser Stadt für deinen Lebensunterhalt aufkommen werden.“

Der Wolf hob seine rechte Pfote und legte sie zutraulich in die Hand des Heiligen, um so den Bund des Friedens zu bestätigen. Auch vor dem erstaunten Volke wiederholte der Wolf den Treueschwur zu seiner Abmachung.

Fortan ließ sich der Wolf von den Menschen füttern, ohne jemand ein Leid zu tun. Bis zu seinem Lebensende lebte er friedlich und in Achtung vor der Schöpfung mit den Menschen zusammen.

Die Geschichte vom grimmigen Wolf kann auch als Sinnbild für die Versöhnung des Menschen mit seinen problematischen Anteilen, seinen Schwächen, seiner Aggression und Wut betrachtet werden. Dieser Prozess der Friedensstiftung betrifft uns alle Person und unsere Mitwelt gleichermaßen. Er fordert zu Mut, Vertrauen, Zuversicht und Versöhnungsbereitschaft heraus.

Solange der Wolf diese Versöhnung nicht vollzogen hat, lebt er in Unfrieden mit sich und seiner Umwelt, sodass er ihr Scha-



Unterwelt

den zufügt. Auch seine Mitwelt ist aufgerufen, hilflose und Angst machende Reaktionen zu vermeiden, ihre Opferrolle aufzugeben, die vormals destruktiven Kräfte als Synergien zu nutzen und ein sinnstiftendes Versöhnungsangebot zu machen.

Dieses Sinnbild für einen guten Umgang mit Aggression vermag zum einen Therapieziele zu unterstützen wie in dem zuvor geschilderten Fallbeispiel, indem sich gleichermaßen alle Bezugspersonen und der Bub an der Versöhnung mit Wut, Angst und Bedrohung beteiligen. Franz (abgeänderter Name) fühlt sich bei seinen hilflosen Bewältigungsversuchen nicht mehr allein gelassen sondern von seinem Vater, seiner großen Schwester und der Lehrerin unterstützt und begleitet. Sein lustiges Lachen und sein Humor sind wertvolle Begleiter auf dem gemeinsamen Weg in Richtung mehr Freiheit und Selbstverantwortung, wiewohl anfangs nur kleine Fortschritte erkennbar sind und auch Rückschritte verkraftet werden müssen.

Die Geschichte vom Wolf entwirft eine Vision von einer

Gesellschaft, die ihre aggressiven Anteile integriert und sich in Richtung einer friedensstiftenden Gemeinschaft entwickelt. Damit wird ein Weg in Richtung mehr Würde und Achtung vor dem Menschen und der ganzen Schöpfung möglich, der auch aggressive, leidende, kranke und orientierungslos gewordene Menschen zur Aussöhnung mit sich selbst und ihrer Mitwelt anleitet. Diese Sichtweise erfährt bei Viktor E. Frankl noch eine weitere Aufwertung, wenn er davon ausgeht, daß selbst unabänderbarem Leid noch ein letzter Sinn abgerungen werden kann und dazu Yehuda Bacon zitiert:

„Als Knabe dachte ich, ich werde der Welt schon sagen, was ich in Auschwitz gesehen habe - in der Hoffnung, die Welt würde einmal eine andere werden.

Aber die Welt ist nicht anders geworden, und die Welt wollte von Auschwitz nichts hören. Erst viel später habe ich wirklich verstanden, was der Sinn des Leidens ist.

Das Leiden hat einen Sinn, wenn du selbst ein anderer wirst.“
(Frankl Viktor E. Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. Piper, München, S 49)

- OTMAR WIESMEYR

ZEICHNUNG: WIESMEYR



SINNSUCHE ZU EINEM WERT(E)VOLLEN KLIMA IN DER GESELLSCHAFT BEITRAGEN.

WIR PSYCHOTHERAPEUTEN FÜR EXISTENZANALYSE UND LOGOTHERAPIE DANKEN ALLEN, DIE MIT IHRER PERSÖNLICHEN

**DANKE, DASS SIE
IHR LEBEN
VER-ANTWORTEN.**

nach Prof. DDr. Viktor Frankl



**SINN hat Vorrang,
ein Leben lang!**

FREI WERDEN FÜR NEUE BEZIEHUNGEN

Datum:
29.01.2005 -
30.01.2005

Samstag 9.00 bis
Sonntag 17.00 Uhr

Ort:
Verein für Beziehungsarbeit, Lifehausstraße 24
4111 - Walding
Oberösterreich

Beschreibung:

Wir sind in Bezug auf Beziehungen leider nicht ganz frei, sondern schleppen unbewusst den Ballast unserer Kindheit und früherer Beziehungen mit uns. Sie lernen in diesem Seminar diese Mechanismen kennen und arbeiten daran, alte Themen abzuschließen und sich innerlich zu befreien.

+ Die unbewussten Gesetze der Partnerwahl verstehen und mit ihnen richtig umgehen

+ Psychologische Gesprächsformen für die Arbeit an persönlichen Themen erlernen

+ Mut und Sicherheit gewinnen durch das Erkennen verborgener Persönlichkeitsanteile

+ Belastende Mechanismen eigener

Beziehungen erkennen und durch konstruktive ersetzen

+ Loslassen und Abschiednehmen von früheren Partnern

Ziel:
Als Single gut leben oder einen neuen Partner finden.

Methode:
Imago Beziehungstherapie

Zielgruppe:
AusbildungskandidatInnen im psychotherapeutischen Propädeutikum, KlientInnen, LebensberaterInnen in Ausbildung, StudentInnen der Psychologie.

Kosten:
€ 190,-

ReferentInnen:
Dr. Schallauer Maximilian, Coach, Personal-Trainer, Psychologe, Psychotherapeut, Supervisor, Trainer, Wellness-Trainer, Wirtschafts-Trainer
members.aon.at/dr.schallauer

Anmeldung:
keine Anmeldung erforderlich.



EINFÜHRUNG IN DIE PSYCHOTRAUMATOLOGIE

Dieses Curriculum ist vom ÖBVP und dem Bundesministerium für Gesundheit und Frauen als Weiterbildung für Psychotherapeuten/innen gemäß der Fort- und Weiterbildungsrichtlinie für Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten des BMGF anerkannt.

Datum:
18.02.2005 -
19.02.2005

Ort:
Seminarhaus Steyr
Stelzhamerstraße 81
4400 - Steyr,
Oberösterreich

Inhalt :
Das Seminar stellt eine allgemeine Einführung in die Psychotraumatologie (Begriffsbestimmungen, Kennzeichen des Traumas, neurobiologische Folgen), wobei besonders auf psychodynamische Aspekte bei sexueller Gewalt und anderer Gewalterfahrung sowie auf die wichtigsten Traumafolgeerkrankungen (PTSD, DIS, Somatisierungsstörungen) eingegangen wird.

Darüber hinaus wird ein Überblick in die Psychodynamische Imaginative Traumatherapie (PITT) nach Luise Reddemann gegeben.

Zusätzlich sollen hilfreiche Elemente in der Gesprächsführung mit Patienten/innen mit Traumafolge-Erkrankungen anhand von Fallbeispielen der Teilnehmer/innen geübt werden

Ziel:
Weiterbildung in Spezieller Psychotraumatheorie

Zielgruppe:
Psychotherapeuten/innen

Kosten:
(für 20 Einheiten):
EUR 290,- (inkl. 20% MWSt.) für ÖBVP-Mitglieder

EUR 319,- (inkl. 20% MWSt.) für Nichtmitglieder

ReferentInnen:
Ao. Univ.-Prof. Dr. ASTRID LAMPE MD, Psychotherapeutin, Universitätsklinik für Medizinische Psychologie und Psychotherapie in Innsbruck, Arbeitsschwerpunkt: Trauma und Traumafolgeerkrankungen bei Frauen

Veranstalter:
IPTT - Institut für PsychoTrauma Therapie,
Dr. Theresia Falkner
Stelzhamerstraße 81
4400Steyr,
07252- 702 60
01 - 615 46 43

Anmeldung:
per Mail
(t.falkner@aon.at)
oder Fax (01 - 615 46 43).

FRIEDENSGUTACHTEN 2004

Christoph Weller, 12,90 Euro.

Das Friedensgutachten ist das gemeinsame Jahrbuch der fünf Institute für Friedens- und Konfliktforschung in Deutschland. Einzelanalysen von mehr als dreißig Wissenschaftlerinnen und Wissen-



schaftlern aus verschiedenen Disziplinen untersuchen das internationale Konfliktgeschehen und entwerfen Friedensstrategien. Auf diese Beiträge stützt sich die Stellungnahme der Herausgeber. Sie zieht Bilanz, pointiert Ergebnisse und formuliert Empfehlungen für die friedens- und sicherheitspolitische Praxis in Deutschland und Europa. Das Friedensgutachten 2004 rückt gegen den jüngsten Trend, auf politische Krisen militärisch zu reagieren, Möglichkeiten und Probleme von Friedensstrategien in den Mittelpunkt. Dies erfordert zunächst, die neue Weltlage unter die Lupe zu nehmen: Sind Terrorismus, Massenvernichtungswaffen und Staatszerfall die größten Gefährdungen des Friedens - oder nur die am lautesten beschworenen? Wir nehmen uns exemplarische Friedensprozesse und ihre Krisen vor: Wie entwickeln sich die Konflikte im Irak, im Nahen Osten, in Zentralasien, Bolivien oder Sri Lanka? Welche Maßnahmen befördern Friedensprozesse, welche bringen sie ins Stocken oder zum Scheitern? Friedensprozesse bedürfen auch der Unterstützung von außen. Verfolgen die USA und die Staaten der Europäischen Union dabei die richtigen Strategien?

selbstzufrieden?



VIKTOR E. FRANKL ZUM 100STEN GEBURTSTAG · **INTERNATIONALER
KONGRESS FÜR EXISTENZANALYSE UND LOGOTHERAPIE** · AUSTRIA
CENTER WIEN - 1.4. - 3.4.2005 · WWW.DER-WILLE-ZUM-SINN.ORG

Der

wille

zum

Sinn