

Akademie für Logotherapie
Leitung: Prof. Dr. Randolph Ochsmann
logotherapie@vhs-mainz.de / www.logotherapie-mainz.de
c/o Volkshochschule Mainz e.V.
Karmeliterplatz 1 • Postfach 4064 • 55030 Mainz
Informationen rund um die Mainzer Akademie

AUSGABE 26

September 2010



Scheitern

(von Anneliese Handel)

Das Wort „Scheitern“ ist verwandt mit „Scheit“, das aus dem Altgermanischen kommt und „gespaltenes Holz“ bedeutet. Beim Scheitern geht also – bildlich gesprochen – etwas in Stücke, zu Bruch.

Scheitern ist kein „freundliches“ Thema. Wir sprechen doch viel lieber über Gelungenes,
über unsere kleinen und großen Erfolge.
Und: Haben wir nicht gelernt, dass wir Ausschau halten sollen nach dem Positiven,
dem „halbvollen“ Glas, weil sich das „halbleere“ ohnedies automatisch Aufmerksamkeit verschafft?

Warum also dieses Thema?

Weil Scheitern zu unserem Alltag gehört.

Haben Sie schon einmal ein Kleinkind beobachtet, das Stehen oder Gehen lernt? Unzählige Male zieht es sich an Stuhl oder Hosenbeinen hoch, unzählige Male landet es wieder auf seinem Windelpopo: Wenn man so will, eine Kette von gescheiterten Versuchen. Aber eines Tages klappt es und von da an gehen die Fortschritte meist in Windeseile.

Wenn wir „Scheitern“ ganz unsentimental betrachten, dann heißt das nur:

Ein Vorhaben ist fehlgeschlagen.

Ein Ziel wurde nicht erreicht.

Ein Rekordversuch ist gescheitert, eine Hoffnung, eine Ehe.

Vermittlungsversuche sind gescheitert, Friedensbemühungen, Projekte.

Man kann auch *an* etwas scheitern:

an der Bürokratie, an Vorschriften, an „Sturschädeln“..

Manches ist von vornherein „zum Scheitern verurteilt“, so erscheint es jedenfalls hinterher: Man hätte es sich „gleich denken können“ - Im Nachhinein lässt sich das leicht sagen...

Da es viele Formen von Scheitern gibt, gibt es auch unterschiedliche Arten, darauf zu reagieren.

Da nagt möglicherweise etwas in unserem Inneren ...

Wir fühlen uns „mies“, unfähig, verurteilen uns selbst.

Alle diese „wenn doch nur“ und „hätte ich bloß“, die anklagend auf uns zeigen!

Oder wir schieben anderen den schwarzen Peter zu:

Wären „die da oben“ nicht, dann ...

Hätte „dieser Vollidiot von Nachbar“ nicht ...

Ja, wenn ...

Im Allgemeinen *reagieren* wir.

Wir können auf unser Scheitern aber auch *antworten*.

Dann nämlich, wenn wir das Scheitern als eine Anfrage sehen.

Am Anfang steht die nüchterne Analyse:

Lag es an mir?

War ich vielleicht ungenügend vorbereitet?
Habe ich die Aufgabe unterschätzt?
Habe ich mich selbst überschätzt?

Lag es an anderem, an anderen?

An unüberwindlichen Hürden?
Ließen die Umstände nichts anderes zu?
Habe ich anderen zu viel zugemutet?

Wer beurteilt, ob etwas wirklich Scheitern ist?

Manches, was jetzt nach Katastrophe aussieht, ist es in einigen Jahren
vielleicht nicht mehr (und umgekehrt).

Gibt es möglicherweise etwas Positives beim Scheitern?

Keine Erfahrung ist wertlos!
Kann ich etwas aus meinem Scheitern lernen?
Etwa: mich besser vorbereiten?
Gründlicher nachdenken?
Anderen genauer zuhören?
Bereits im Vorfeld nach Unterstützung Ausschau halten?

Scheitern ist schmerzhaft, zweifellos!

Ich muss erkennen: Ja, etwas ist nicht so geworden, wie ich es wollte!
Ich sollte mich nicht verurteilen deswegen.
Ich darf trauern darüber, dass es so ist.

Aber irgendwann ist es Zeit, Ausschau zu halten:

Was kommt mir als Anfrage vom Leben entgegen, was will durch mich
verwirklicht werden?

So sind wir wieder bei der Logotherapie:

Ich bin gescheitert: Ja!
Was mache ich jetzt damit?
Tut sich vielleicht etwas anderes auf?

Wir streben natürlich das Scheitern nicht an, ebenso wenig wie wir das Leid
aufsuchen. Aber im Scheitern liegen auch Möglichkeiten verborgen, die auf
Entfaltung warten. Um es etwas klischeehaft auszudrücken: Manche Frau
kann (erst) seit ihrer Scheidung Reparaturen im Haushalt durchführen oder
Heizungsabrechnungen verstehen, mancher Mann Kuchen backen oder
Hemden bügeln.

(Hier lassen sich beliebig eigene Erfahrungen einsetzen, an sich selbst und an
anderen beobachtete).

Diese Beispiele sollen den Blick darauf lenken, dass aus dem Scheitern etwas
erwachsen kann, was sonst nicht geworden wäre.

Und noch etwas:

Eigenes Scheitern macht uns hoffentlich auch barmherziger mit anderen.
Kennen Sie Menschen, denen immer alles gelingt (zumindest nach außen...)?
Das sind eher unangenehme Zeitgenossen, weil sie alles auf eigenes Können
und eigene Leistung zurückführen und gerne Ratschläge streuen von der
Sorte „man muss nur ... (dies oder jenes tun oder lassen) ..., dann...
(funktioniert alles)“. Das löst beim Gegenüber leicht aus: „Ich bin unfähig zu..“
oder (wenn es ein sensibler Mensch ist) gar ein „Ich bin *völlig* unfähig!“

Die „gescheiterte Existenz“

Kann man ganz und gar scheitern?

Ist das aus logotherapeutischer Sicht überhaupt möglich?

Ich meine nicht. Die geistige Person, so verschüttet sie auch sein mag, sie bleibt.

„Der Mensch ist mehr als sein Scheitern“!

Für die Gespräche, die wir führen, heißt das:

Dem anderen helfen, sein Scheitern zu sehen.

Ihm nahe sein, wenn er darüber wütend oder traurig ist.

Vermitteln, dass Scheitern zum Leben gehört, wie Schuld und Tod.

Mut machen, es anzunehmen.

Nicht beim Scheitern stehenbleiben.

Aus der Passivität in die Aktivität führen: Antwort geben.

Das Augenmerk darauf richten, was noch kommen kann.

Kraftquellen aufspüren, die ein Weitergehen ermöglichen.

Vertrauen ins Leben wecken.

Vielleicht ein tröstliches Wort zum Abschluss:

Die Stunde unseres Scheiterns

ist die Stunde der unerhörten Nähe Gottes.

Und gerade *nicht* der Ferne.

(Dietrich Bonhoeffer)

Prof. Dr. med. Nossrat Peseschkian

(Nachruf von Prof. Randolph Ochsmann: *Existenz und Logos*, Heft 18 (2010) Seite 91 – 92)

„Das Leben ist ein Paradies, zu dem wir den Schlüssel finden können“

Zum Tode von Prof. Dr. med. Nossrat Peseschkian

Aus einem vollen und erfüllten Leben heraus, nach einem arbeitsreichen Tag starb Prof. Dr. med. Nossrat Peseschkian in seinem 77. Lebensjahr in der Nacht zum 27. April 2010 unerwartet an Herzversagen. Hunderte von sehr betroffenen Menschen gaben ihm am 3. Mai 2010 auf einem kleinen Friedhof in Wiesbaden das letzte Geleit und versammelten sich anschließend zu einer Trauerfeier im Wiesbadener Kurhaus.

Prof. Peseschkian, der Viktor Frankl schon in den achtziger Jahren kennen gelernt hatte, war ein gern gesehener Gast auf logotherapeutischen Veranstaltungen. Unvergessen ist vielen sein Vortrag „Das Leben ist ein Paradies, zu dem wir den Schlüssel finden können“, den er im Rahmen des Jubiläumskongresses der DGLE und GLE-Ost zum 100. Geburtstag von Viktor E. Frankl 2005 im Mainzer Rathaus hielt. Das Menschenbild verband diese beiden Psychiater. Eine Geschichte („Nur den Samen“), die der begnadete Erzähler Nossrat Peseschkian in seinem Buch „Auf der Suche nach Sinn“ festgehalten hat, macht dies besonders deutlich:

Ein junger Mann betrat im Traum einen Laden. Hinter der Theke stand ein älterer Mann. Hastig fragte er ihn: „Was verkaufen Sie mein Herr?“ Der Weise antwortete freundlich: „Alles, was Sie wollen.“ Der junge Mann begann aufzuzählen; „Dann hätte ich gerne die Welteinheit und den Weltfrieden, die Abschaffung von Vorurteilen,

Beseitigung der Armut, mehr Einheit und Liebe zwischen den Religionen, gleiche Rechte für Mann und Frau und ... und ..." Da fiel ihm der Weise ins Wort: „Entschuldigen Sie, junger Mann, Sie haben mich falsch verstanden. Wir verkaufen keine Früchte, wir verkaufen nur den Samen.“

Mit seinen orientalischen Geschichten, die er für die Therapie nutzbar machte („Der Kaufmann und der Papagei“), hat Peseschkian weltweit Menschen erfreut und ihnen geholfen. Im Iran geboren und dort aufgewachsen kam er 1954 nach Deutschland, wo er Medizin in Freiburg, Frankfurt und Mainz studierte. Nach seiner Facharzt Weiterbildung (Neurologie, Psychiatrie), der Promotion und vielfältigen psychotherapeutischen Weiterbildungen eröffnete er 1968 eine Tagesklinik in Wiesbaden. Gleichzeitig entwickelte er auf dem Gebiet der Tiefenpsychologie eine rege Tätigkeit als Dozent und Autor, was annähernd 30 Bücher bezeugen. Seine unermüdliche Arbeit führte schließlich zur Entwicklung der „*Positiven Psychotherapie*“, die heute in etwa 100 Zentren in mehr als 30 Ländern gelehrt wird. Aus der kleinen Wiesbadener Tagesklinik sind inzwischen wichtige Einrichtungen entstanden wie z.B. die „Internationale Akademie für Positive und Transkulturelle Psychotherapie (IAPP)“, die „Stiftung Professor Peseschkian“, die „Wiesbadener Akademie für Psychotherapie (WIAP)“, die „Deutsche Gesellschaft für Positive und Transkulturelle Psychotherapie (DGPP)“, die „European Federation of the Centers of Positive Psychotherapy“ und das „Internationales Zentrum für Positive Psychotherapie (ICPP)“.

Wie Viktor Frankl vor ihm hat Nossrat Peseschkian erkannt, dass Humor in der Psychotherapie als Heilmittel angewendet werden kann. Er besaß – wie Frankl – die Fähigkeit zu lachen und sich an lustigen Dingen im Leben zu erfreuen. Wer ihn gekannt hat, vermag sich nicht vorzustellen, dass auch nur ein Patient sein Sprechzimmer verließ, ohne wenigstens ein Mal gelacht zu haben. „Humor ist das Salz des Lebens. Wer gut gesalzen ist, bleibt lange frisch.“ Dies ist einer der vielen Sinnsprüche, die Peseschkian in seinen Publikationen hinterlassen hat.

Eine weitere Weisheit „Es gibt keinen Fahrstuhl zum Glück – man muss die Treppe nehmen!“ führt uns direkt zu einem neuen Buch, das als ein besonderes Vermächtnis anzusehen ist: „Die Treppe zum Glück“. Zusammen mit seinem langjährigen Kollegen und Freund Raymond Battegay verfasste er hier ein Werk, in dessen Mittelpunkt das Menschenbild der Positiven Psychotherapie steht. Die beiden Autoren geben – unabhängig voneinander – Antworten auf 50 Fragen, die alle Ebenen und Kontexte des Menschseins berühren. Tief bewegt nahmen die Teilnehmer der Trauerfeier dieses Buch in Empfang – als Geschenk von Nossrat Peseschkian, der zu Lebzeiten so verfügt hatte, und dadurch über seinen Tod hinaus als derjenige erschien, der er ein ganzes Leben lang war: ein liebender und gebender Mensch!

Die dem Humanismus verpflichtete Psychotherapie hat einen großen Verlust erlitten ...

Litfass-Säule

Kongress der GLE: 6.-8. 5. 2011 Thema „Spiritualität & Intimität“

Tagungsort: Lindau/Bodensee

Programm:

Interdisziplinärer Dialog

mit der humanistisch-existentiellen Psychotherapie

mit der transpersonalen Psychologie

mit Glaubenshaltungen und Buddhismus

Spiritualität in der Praxis

Praktische Anwendungsbereiche in Prophylaxe und Behandlung

Methoden der Spiritualität

Entwicklungen in der Spiritualität

Umgang mit spirituellen Phänomenen

Vortragende: Kolbe, Längle, Reddemann, Walch u.a.

Näheres unter: www.existenzanalyse.org

9. Studientag in der Nordpfalz : 25. September 2010

(von Helga Lier-Bernsee)

Der Donnersberg ruft...

Wohlgemut und gut gerüstet gegen nasses Wetter trafen wir uns am Parkplatz des schönen Berghotels in Dannenfels. Schon bald gehen wir im Wald den Berg hoch und sogleich hat jeder einen Gesprächspartner und die Zeit geht so schnell voran, dass wir nur auf die Worte des anderen hören und manchmal das Moos und die Pilze bestaunen. Das große Blätterdach des Waldes schützt uns größtenteils vor dem kleinen Regen und wir Stadtmenschen kommen gut voran. Bis zur Aussicht, die muss natürlich genossen werden, auch wenn die weite Ferne nicht alles erkennen lässt. Wie immer staunen wir über die vielen Hügel und Wälder, als wären wir ganz weit von Mainz weg, dabei sind es doch nur ein paar Kilometer. Da sind auch schon zwei Holzhäuser mit einladenden Fenstern, innen drin gemütlich und ein Kamin bullert die Luft warm. Schön sitzen wir zusammen, neu gemischt, und bringen alle Themen von uns mit. Eine Erkältung hat keine Chance. Pfälzer Spezialitäten und vieles andere mehr lockt zum Essen. Eine Jugendgruppe zeigt uns, wie man auch feiern kann: Laut singen und viel trinken. Nicht belehrend und nicht überheblich sehen wir uns das an und verstehen, dass der Mensch noch viel lernen muss.

Haben wir doch unseren Professor dabei, der uns später einen Vortrag halten wird. Aber noch sind wir im Wald und die Gespräche machen den Studientag aus. Wie lebe ich und wie macht es der andere. Den Berg hinunter an Pferden vorbei und schon kommen wir ans kleine Kaffeehaus mit Torten, die es nur auf dem Land gibt.

Das schönste Porzellan aus Omas Zeit wird hier sorgfältig serviert und wieder geht es uns gut.

Nachdem der Körper viel Bewegung hatte und besser denken kann, und auch der Magen nicht mehr knurrt, geht es jetzt zur geistigen Kost im Hotel Berg. Prof. Ochsmann stellt das neue Akademie-Programm vor. Und hält einen zum Nachdenken anregenden Vortrag über die heutige Jungenerziehung, die größtenteils aus Frauenerziehung in Kindergarten und Schule besteht. Die Versagerquote ist hoch in der Hauptschule und beim Studium. Ich bekomme darüber einen Schreck, denn das hat ja weitreichende Folgen, und wie kann man das ändern?

Der Kopf braucht wieder frische Luft und wir gehen zum Garten der Sinne und bewundern die phantasievolle Welt der Freilandskulpturen. Uli Moos hat heute Geburtstag und hat für jeden eine Sonnenblume mitgebracht. Wir singen ihr ein Geburtstagslied. Gerne ist sie bei uns, das spürt man.

Die letzte Runde zum Abendessen besteht aus intensiven Gesprächen. Zum Schluss singen wir alte Volksweisen einschließlich der Logo-Hymne! Die muss nochmal verschickt werden – dass alle sie kennen und singen können! Es ist eine harmonische und glückliche Stimmung, wir verabschieden uns und bedanken uns bei Irmgard und Werner Hoffmann.

Und hier ein Photo vom Studientag:



Besondere Orte im Odenwald Teil 8

(von Carsten Ulrich)

Der Odenwald-Limes

In diesem Teil möchte ich über den Odenwald-Limes berichten. Als ich zu dem Thema „Scheitern“ einen passenden Ort im Odenwald suchte, las ich zufällig einen Bericht über den Odenwald-Limes. In Michelstadt-Vielbrunn ist ein nachgebauter Wachturm des Odenwald-Limes eröffnet worden.

Der Limes zieht mein Interesse ebenso auf sich, wie viele römische Hinterlassenschaften, die auch im Odenwald zu finden sind. Vielleicht auch, weil sich hier zwei unterschiedliche Kulturen treffen. Auf der einen Seite die Weltmacht Rom, auf der anderen Seite die germanischen bzw. keltischen Völker. Der Limes steht als Grenze zu einem Gebiet, das die Römer nicht bezwingen konnten, wo sie an der Gegenmacht „**scheiterten**“. Der Limes stand mehr als Symbol des römischen Reiches und nicht als militärischer Wall gegen Angreifer. Er war nicht dafür gebaut eine Armee aufzuhalten, sondern eher um den Einzug ins römische Reich zu steuern und kleinere Diebesbanden abzuschrecken. Auch bestanden Handelsbeziehungen zwischen den Völkern.

Das römische Reich war (vereinfacht ausgedrückt) eine sehr fortschrittliche Zivilisation, die sich aber auch durch Macht und Dekadenz auszeichnete. Die germanischen/keltischen Völker lebten in Einfachheit, aber mit einer starken Spiritualität und Gemeinschaft. Bezogen auf die heutige Welt und die Sinnsuche sehe ich da durchaus Parallelen: Ein sinnsuchender Mensch, der sich auf der Suche nach neuen Werten befindet, kann an eine Grenze kommen, an der sich zwei Welten treffen. Der Sinnsuchende muss sich dann für eine Welt entscheiden. Dabei kann die Grenze jedoch durchlässig sein, wie es auch der Limes war. Oft können andere Menschen solche Entscheidungen nicht verstehen und betrachten sie als „**gescheitert**“, obwohl dadurch das Leben viel gehaltvoller werden kann.

Der Odenwald-Limes wurde wahrscheinlich 98 n. Chr. gebaut und verlief zwischen Würth am Main und Bad Wimpfen am Neckar. Er wurde schon 159 n. Chr. vom Obergermanischen-Limes abgelöst, der 30 km weiter östlich verlief.

(Quelle Wikipedia)

Am Odenwald-Limes (sowie am Obergermanische Limes) verlaufen Wanderwege, die am oben erwähnten Wachturm, an weiteren Ausgrabungsstätten, Informationstafeln und Nachbauten des Limes entlang führen.

Weiterführende Links:

www.denkmalpflege-hessen.de

Zitate

Es gibt mehr Leute, die kapitulieren, als solche, die scheitern. (Henry Ford)

alles seit je
nie was anderes
immer versucht
immer gescheitert
einerlei
wieder versuchen
wieder scheitern
besser scheitern

(Samuel Beckett)

Buch – Tipp

(Empfohlen von Anneliese Handel)

Gernot Candolini: Labyrinth – Wege der Erkenntnis und der Liebe

(Claudius Verlag, 12,80 €)

Das Labyrinth ist ein uraltes Symbol und wurde schon früh als Bild für den Lebensweg des Menschen gesehen. Alles ist darin zu finden: Die Drehungen und Wendungen, die zum Leben gehören; die Ausblicke und Erkenntnisse; das Sich-Aufmachen; die Versuchung stehen zu bleiben, zu stagnieren; das Ziel aus den Augen zu verlieren, weil ich es plötzlich im Rücken habe und nicht mehr sehen kann; die Ungeduld und der Wunsch, es möge doch alles viel schneller gehen; die Hoffnung auf eine Wendung zum Guten; Begegnungen und Trennungen...

Das Buch enthält auch ein Kapitel, das sich mit dem Scheitern beschäftigt: Scheitern als Fortschritt.

Ein empfehlenswertes Buch für alle, die sich für Labyrinth interessieren.

Ausblick

Die nächsten Logo-News erscheinen im Dezember 2010. Das Thema der nächsten Ausgabe heißt: „**Bücher als Medizin**“

Mitarbeit, Kritik und Anregungen sind ausdrücklich erwünscht!

Beiträge bitte bis Ende November an:

E-Mail: al.handel@yahoo.de

Mit herzlichen Wünschen für eine gute Zeit grüßt das Redaktionsteam:

Anneliese Handel (Text) und Klaus-Dieter Handel (Technik)