

Schweizer Fachtagung Psychoonkologie 16. Mai 2019, Bern

Mehr als ein Mangel – Sinn trotz(t) Krebs

Workshop Inge Patsch, Tiroler Institut für Logotherapie nach Viktor E. Frankl

Wir brauchen nicht so sehr neue Programme, sondern eine neue Menschlichkeit. Viktor E. Frankl (1905 – 1997)

Ein Blick auf die Zeit, in der wir leben

Wir leben in einer Welt, in der die Klugheit des Menschen wenig gilt. Mit Klugheit meine ich, dass wir in vielen Bereichen klüger sind als die Naturwissenschaften belegen. Die Möglichkeiten technischer Geräte und Maschinen haben das Menschsein an den Rand gedrängt. In der Welt der Technik ist vieles machbar geworden und so sind wir seit einigen Jahrzehnten mit einem funktionalen Denken konfrontiert. Auf Knopfdruck sollen wir Befehle empfangen und umsetzen und wenn nicht, dann werden Menschen wie Maschinen behandelt, „repariert“ oder ausgetauscht. Auf Menschen hat die Sichtweise des Funktionalen übergegriffen.

Äußere Taktgeber stören immer wieder den inneren Rhythmus

1. Du bist deines Glückes Schmied

2. Wenn du das tust, dann . . . !

3. Du brauchst nur . . .



Äußere Taktgeber

Innerer Rhythmus Taktgeber & Rhythmus

In vielen Bereichen haben wir vergessen, dass wir das Leben nie im Griff haben können, denn Schicksalsschläge sind nicht vermeidbar. Allerdings meinen immer noch viele, dass das Leben machbar, berechenbar, messbar und vergleichbar sein muss. Es gibt keine Sicherheit – nur lebenslange Abenteuer.

Bei aller Freiheit, die uns allen zur Verfügung steht hat die Gesellschaft die Spielräume für den einzelnen verengt. Das Credo, dass jede und jeder selbst für sein Leben verantwortlich ist, wird oft so verstanden, dass er auch die alleinige Schuld an einem Misserfolg trägt. Diese Schuldzuweisungen treffen Menschen, die von Krebs betroffen sind besonders hart.

Wie begegnen wir dem Machbarkeitswahn im Angesicht einer Krankheit?

Wie gehen wir mit Wissen der Begrenztheit unserer Lebenszeit um?

Auf diese Fragen gibt es keine allgemeingültigen Antworten und keine Rezepte.

Der Forderung alles Leidvolle zu vermeiden steht die Jagd nach dem Glück gegenüber. Das Vermeiden von lebensüblichen Belastungen ist so groß geworden, dass wir in vielen Bereichen verlernt haben mit Niederlagen umzugehen.

Wir brauchen ein „neues Bewusstsein“ hat Tiziano Terzani in seinem Buch „Noch eine Runde auf dem Karussell“ geschrieben. „Dieses neue Bewusstsein muss eine spirituelle Komponente enthalten, die dem zwanghaften Materialismus unserer Zeit etwas entgegensetzen kann. Nur unter diesen Umständen dürfen wir auf eine neue, vertretbare globale Zivilisation hoffen. Die jetzige hat uns in eine Sackgasse geführt und fällt mittlerweile wieder in die Barbarei zurück. Dort müssen wir raus.“¹

Wenn Leisten und Genießen nicht den gewünschten Erfolg bringt

Von Viktor E. Frankl, dem Begründer der Logotherapie, einer Therapierichtung, die das sinnvolle Leben in den Fokus rückt, stammt eine Sicht auf die Welt, die den „Sinn auf dem Hintergrund der Wirklichkeit“ ins Spiel bringt. Daher legen wir in der Logotherapie neben der Sinn- und Wertewelt großen Wert auf ein gesundes Realitätsbewusstsein.

Trotzdem vergisst Viktor E. Frankl nie, dass der Mensch mehr ist - - - als beweisbare Fakten, messbare Diagnosen und vergleichbare Heilungsmethoden. Wer glaubt, er könne durch Diagnosen und Prognosen über den Krankheitsverlauf die Lebensqualität eines Menschen bestimmen, hat vom Geheimnis Mensch nichts verstanden. Diagnosen brauchen wir zur Abrechnung mit den Kassen, auf Prognosen könnten wir verzichten, weil sie in den seltensten Fällen stimmen.

Die Leistungs- und Genussfähigkeit sind wesentliche Merkmale unseres Menschseins. Wir alle waren schon in Situationen, in denen wir weder Leistung erbringen noch genießen konnten. Kopfschmerzen oder Zahnschmerzen lassen die Welt draußen uninteressant werden. An diesem Punkt spricht Viktor E. Frankl von der „Trotzmacht des Geistes“, jene Fähigkeit, die dem Menschen zutraut, dass er stärker sein kann, als das, was ihn klein zu machen droht. Als Einstellungswerte hat er dies bezeichnet. Es geht um die innere Haltung, um eine persönliche Einstellung, wie ein Mensch die schwierigen und schweren Zeiten in seinem Leben gestaltet. Menschen haben die Fähigkeit ,die Trotzmacht des Geistes zu aktivieren und gerade diese Fähigkeit zeichnet den Menschen aus und unterscheidet ihn – neben der Empfindungsfähigkeit und Verletzbarkeit – von Maschinen und künstlicher Intelligenz.

¹ Tiziano Terzani, Noch eine Runde auf dem Karussell, München 2005

Wir dürfen den Menschen, die wir begleiten die Realität zumuten und dabei gibt es gibt Bereiche, mit denen wir immer wieder konfrontiert werden:

- Wir können das Risiko, zu erkranken nicht auf Null reduzieren
- Wir fügen einander Enttäuschungen zu. Wir können nicht leben ohne andere zu verletzen und ohne von anderen verletzt zu werden.
- Wir können das Leben nur voraus leben und erst im Rückblick verstehen wir manches besser, wie Sören Kierkegaard gesagt hat.

Zusammengefasst heißt das; Mit kann etwas passieren, was mein Leben verändert.

Wie begegnen wir der Herausforderung des „Bleibens“?

Mitgefühl, Liebesfähigkeit und Standvermögen fordert das Leben von jenen, die Menschen in Krankheit und schweren Stunden begleiten. Wir brauchen Mut, um sich den Normen des Zeitgeistes zu widersetzen. „Mut setzt Sympathie voraus, die Liebe zu einer Sache, einer Idee oder zu einem Menschen. Der Mut verliert seinen Boden, wo ein Mensch oder eine Gesellschaft apathisch wird, also die Fähigkeit verliert, etwas zu lieben oder an etwas zu leiden.“²

Es kommt auf unsere Sichtweise, auf unsere Einstellung an.



Wer genau nach Plan vorgeht und sicher sein will, dass er alles richtig macht, wird schneller frustriert sein, da das Leben nicht nach Plan verläuft.



Wer den Mut hat, der Vielfalt des Lebens zu vertrauen und sich selbst, dem wird zur rechten Zeit, ein gutes Wort „zufallen“ oder eine Berührung, die „gut tut“.

Manchmal helfen Worte nicht weiter, dann ist der Moment der Berührung gekommen oder selbst zu zeigen, dass einem das Schicksal des anderen nahe geht.

Die Kraft der Berührung wirkt erst im Wahrnehmen der Atmosphäre. Sie wird nur erlebbar in einer bestimmten Stimmung. Dabei geht es nicht um Regeln oder Maßnahmen, sondern es geht um die Fähigkeit herauszufinden, was jetzt stimmig ist.

² Fulbert Steffensky, Feier des Lebens, Freiburg 2009, 84

Um die Stimmung wahrzunehmen, können wir nicht nach Regeln vorgehen und auch der Plan hilft nicht weiter. Im Erstellen eines Plans ahnen wir noch nichts von der Stimmung, in der wir dem Menschen begegnen, den wir gerne begleiten. Wir müssen das Passende, das Stimmige für die Situation finden. Dazu brauchen wir Mut zur Authentizität und zur Kreativität. Berühren und Berührt-Werden ist sehr anspruchsvoll und wer das kann ist professionell im menschlichen Sinn. Nämlich Nähe mit Distanz zu verbinden. Distanz wahren in der Nähe – das ist eine Kunst für sich.

Diesen Mut ihres Therapeuten, Berührung zu zeigen schildert Jennifer Teege:

„Dann habe ich endlich einen Termin bei dem empfohlenen Therapeuten. Er wartet in einem nüchternen Professoren-Zimmer auf mich. Aber er erkennt meine innere Not. Als ich ihm meine Geschichte erzähle, weint er mit mir Ich fühle mich bei ihm aufgehoben. Mein Therapeut wird nie wieder weinen, aber er wird mich durch die nächsten Monate begleiten.“³

„Der Zuspruch hat Grenzen – wo alle Worte zu wenig wären, dort ist jedes Wort zuviel.“⁴ Viktor E. Frankl beschreibt mit diesem Satz jene Situationen, in denen uns Worte fehlen. Gerade neben dem Mut zum Bleiben kann die Berührung zum Segen werden, wenn sie im rechten Moment geschieht. In dem Moment, in dem ich einen Menschen berühre, bring ich zum Ausdruck, dass ich nicht fliehe und keine Berührungsängste habe. Doch bemerke ich auch, wann es genug ist? Spüre ich, wann meine Nähe dem anderen zu viel wird? In vielen Bereichen „fliehen“ wir zu schnell und einige wären froh, wenn wir länger bleiben würden.

Vom Geist der Absichtslosigkeit

Im Unterschied zu einem Herzinfarkt, der sehr plötzlich zum Tod führen kann, haben Menschen, die an Krebs erkrankt sind, die Möglichkeit, sich bewusst mit ihrem Lebensende auseinanderzusetzen. Doch wir können das, was auf menschlicher Ebene zu bewältigen ist nicht an Methoden oder Rezepte delegieren. Was dem einen gut tut, ist für die andere eine Qual.

Ob z. B. jemand seine persönlichen Angelegenheiten in Ordnung bringt oder nicht, ob sich jemand mit einem Menschen versöhnen möchte oder nicht, das bleibt jedem Menschen überlassen. Anregungen können wir geben, aber nicht auf ihre Erfüllung pochen.

Wir können mehr entstehen lassen, als das, was wir planen können.

³ Jennifer Teege, Amon, Mein Großvater hätte mich erschossen, Hamburg 2016, 29

⁴ Viktor E. Frankl, Der leidende Mensch, Bern 1984 241

Die Entscheidung, ob sich Betroffene bewusst auf ein Gespräch einlassen, liegt nicht nur an der Begleiterin oder am Begleiter.

Die Absichtslosigkeit ist eine wesentliche Haltung in der Begleitung von Menschen. Absichtslos sein bedeutet, sich von eigenen und fremden Erwartungen freimachen. Die innere Einstellung der Absichtslosigkeit hat mit einem freien Geist zu tun, der klug ist und nicht im Voraus festlegt, wie sich Dinge entwickeln müssen, um gut, sinnvoll und hilfreich zu sein. Absichtslos sein bedeutet keineswegs, kein Interesse zu haben oder anderen gegenüber gleichgültig zu sein. Absichtslosigkeit ist die Fähigkeit, sich der momentanen Wirklichkeit bewusst zu werden – auch wenn ich nichts zur Veränderung beitragen kann.

„Kein Ziel zu haben, keine Absicht zu verfolgen und so auch keine Entwicklung durch unser Handeln überprüfen und keinen Erfolg der Bemühungen feiern zu können, kann uns im Nahesein mit Sterbenden und Trauernden noch einmal mehr unsere Hilflosigkeit spüren lassen.“⁵

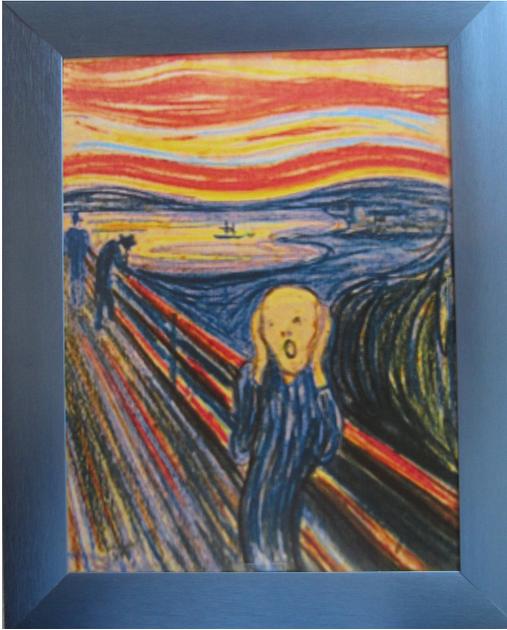
Im Angesicht des Todes muss niemand einer bestimmten Norm entsprechen. Johann Nestroy, ein österr. Schriftsteller meinte dazu: „Das Lügen ist eine Erfindung von und für Lebendige; im Tode muss Wahrheit sein, schon deswegen, weil er der Gegensatz vom Leben ist.“

Wie begegnen, wir jenen, denen wir dienen?

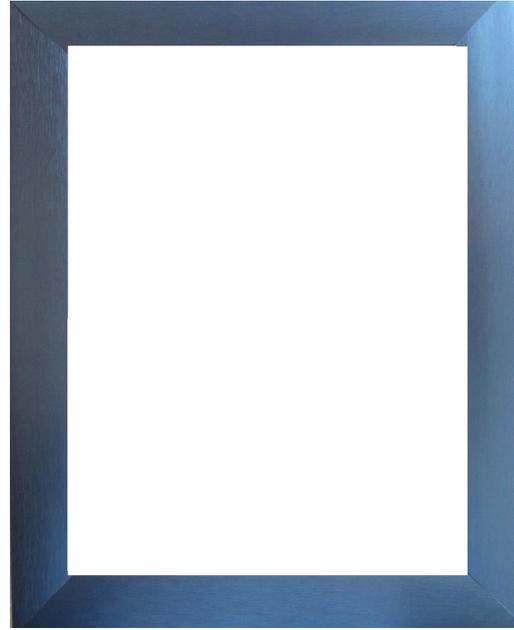
Die Belastung von leidvollen und schmerzlichen Erfahrungen erhöht sich dramatisch, wenn Leistungsdenken und der Machbarkeitsgedanke, dass alles möglich sei, das bisherige Leben bestimmt haben. Menschen, die ihr Leben im Blickwinkel ausschließlichen Schönwetters aus der Werbung betrachten, suchen im Schmerz vergeblich nach den neuesten Wundermitteln, welche ein störungsfreies Leben in der Spaßgesellschaft versprechen. Sie vergessen, dass Schmerzmittel wohl den körperlichen Schmerz eindämmen können, doch die seelische Herausforderung mit der veränderten Situation umzugehen bleibt.

Menschen, denen bis zum Zeitpunkt ihrer Erkrankung ausschließlich Nützlichkeit, gutes Aussehen und körperliche Fitness wichtig waren, tun sich schwer mit Einschränkungen umzugehen. Wer Menschen begleiten möchte, sollte sie an ihre spezifisch menschliche Dimension erinnern. Gerade die geistige Dimension ist im Leiden gefragt und kann zum Segen für Betroffene und Angehörige werden.

⁵ Monika Müller, Dem Sterben Leben geben, Gütersloh 2013, 60



Ein Mensch, der nur seinen Schmerz wahrnimmt, sieht jene, die ihn begleiten nicht und dies verlangt von uns Behutsamkeit



Die richtigen Frage zu stellen in eine Art Leere hinein, erfordert neben Feingefühl auch Intuition und theoretisches Wissen

Die Anregung, die veränderte Lebenssituation zu gestalten, könnte eine Möglichkeit sein, die eine eigene Art von Sinn aufleben lässt.

Es sind Fragen an unsere Patientinnen und Patienten:

Wie gestalten Sie Ihren Tag? Was würde Sie interessieren?

Gibt es etwas, was Sie brauchen? Wem möchten Sie dies sagen?

Wie begegnen Sie Menschen, die Sie pflegen?

Brauchen Sie manchmal einen „seelischen Wintermantel“?

Wie sprechen Sie mit Menschen, die Sie besuchen und Ihnen Ihre Zeit schenken?

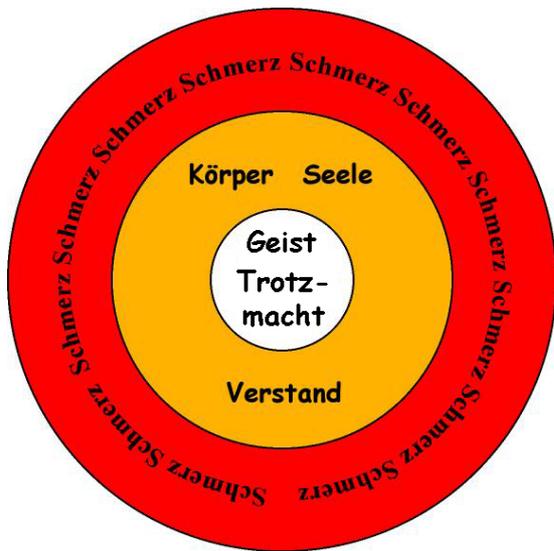
In der Haltung der Patientinnen und Patienten könnte eine Art, wie sie jenen begegnen, die sie besuchen, könnte ein Möglichkeit von Sinn liegen, die den Mangel der Krankheit beiseite stellt. Doch gerade dieser Sinn lässt sich nicht verordnen.

Mehr als ein Mangel – was bedeutet eigentlich dieses „Mehr“?

Es ist die Liebesfähigkeit, die auch in der aufgezwungenen Passivität gelebt und erlebt werden kann.

Die Erkenntnis, dass wir nicht am Leben verzweifeln, sondern an bestimmten Vorstellungen, die wir vom Leben haben, verdanken wir Viktor E. Frankl. Erneut machen nicht die Probleme die größten Schwierigkeiten, sondern unsere Sichtweise.

Körperlicher Schmerz umzingelt Körper und Seele, in diesem Sinne könnte man sagen, dass Schmerz die schlimmste Form des Egoismus ist. Man ist in sich gefangen. Aufgrund des Segens, welche die Pharmazie ist, wäre es unnötig, Schmerzen ertragen zu müssen, die einem jede Kraft zum Trotzdem rauben. Allerdings ist die Gestaltung der veränderten Lebensumstände eine riesige Herausforderung und erfordert Wahrheit zur Realität und viel Mut zur Kreativität



In seinem Buch „Der leidende Mensch“ schreibt Viktor E. Frankl:

„Unnötiges Leiden ist sinnloses Leiden - notwendiges Leiden ist sinnvolles Leiden. Einen Menschen unnötig leiden lassen, ist unärztlich, einem Menschen notwendiges Leiden erlassen, wäre jedoch unmenschlich. Der Mensch hat nämlich einen Anspruch darauf seinen Schmerz zu leiden – ebenso wie er nach Rilke den Anspruch darauf hat, seinen Tod zu sterben.“⁶

In einer Phase aufgezwungener Passivität nach einer Operation, in der mir nur mehr wenig möglich war, war die Musik Trost. Allerdings begann dieser Trost erst dann zu wirken, sobald die Schmerzen aufgrund von Morphium erträglich geworden sind. Bis zu zwanzig Mal hintereinander hörte ich Gloria Gaynors „I will survive“. Während eher ruhige Musik mich aggressiv werden ließ. Ruhig gestellt war ich selbst. Mit den Zehen wippte ich den Takt mit.

„In die größte Einsamkeit wirft der Schmerz einen Menschen, denn mit einem Anderen die Lust zu teilen ist leicht, den Schmerz zu teilen aber unmöglich.“⁷

„Wie sehr die Trotzmacht des Geistes gegenwärtig ist, lässt mich dankbar staunen. Die Trotzmacht des Geistes der Logotherapie fantastisch finden ist eine Sache, sie zu vermitteln eine andere, aber sie selbst zu erleben, lässt die Seele tanzen – auch wenn der Körper dies derzeit nicht kann und längere Zeit nicht können wird. Ich kann nicht beschreiben, ob ich in der Musik aufgegangen bin oder die Musik in mir“.

⁶ Viktor E. Frankl, Der leidende Mensch, Bern 1984, 105

⁷ Wilhelm Schmid, Schönes Leben?, Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt 2000, 52

Als ich später mit einem Theologen über dieses Phänomen sprach, sagte er: „Das ist Mystik.“ In der Mystik gibt es einen wunderschönen Begriff: attingere. Es bedeutet berührt werden und nicht sagen können, von wo die Berührung ausgeht. War es etwas Göttliches oder war es die Musik? Dieses Erleben zeigt mir, dass ich berührt werde, aber ich kann nicht „machen“, dass ich berührt werde.

„In jedem Menschen wohnt eine Kraft, die von innen kommt und diese hat viel mit dem Vertrauen ins Leben zu tun, manche würden es Urvertrauen nennen. Es gibt dieses tröstende Geheimnis, das unzerstörbar ist.

Das funktionale Denken hat immer mehr von jenem Land Besitz genommen, welches wir als das Land des Humanen bezeichnen könnten. Sobald die Sichtweise von „Richtig und Falsch“, Meinungen und Gespräche zu regeln beginnt, verlieren wir im Zwischenmenschlichen das Wesen des Menschen aus den Augen. Diverse Motivationsbegründungen sprechen Menschen ihr ehrliches Engagement ab und Nützlichkeitsargumente reduzieren Menschen auf reine Funktionalität.“⁸

Neben der Musik war Frankls Idee von der Selbstdistanzierung nicht nur für mich eine wesentliche Befreiung von der Unerträglichkeit der Situation.

„Da gebrauche ich einen Trick: plötzlich sehe ich mich selber in einem hell erleuchteten, schönen und warmen, großen Vortragssaal am Rednerpult stehen, vor mir ein interessiert lauschendes Publikum in gemütlichen Polstersitzen - und ich spreche; spreche und halte einen Vortrag und all das, was mich so quält und bedrückt, all das wird objektiviert und von einer höheren Warte aus gesehen und geschildert... Und mit diesem Trick gelingt es mir, mich irgendwie über die Situation, über die Gegenwart und über ihr Leid zu stellen.“⁹

Die Idee mit dem „Trick“ sich eine andere Welt vorzustellen, welche Viktor Frankl geholfen hat, hat auch mir geholfen und könnte sicher auch für andere Menschen eine Anregung sein, sich von der augenblicklichen Unerträglichkeit zu distanzieren.

Die „andere Welt“, in die wir in Gedanken gelangen können geht in Richtung Zukunft und Vergangenheit. „In der Vergangenheit ist nichts unwiderruflich verloren,

⁸ Inge Patsch, Mich in meinem Leben finden, Innsbruck 2019, 64

⁹ Viktor E. Frankl, ..trotzdem Ja zum Leben sagen, München 1977, 120

sondern unverlierbar geborgen.“ Dieser Gedanke von Viktor Frankl könnte beim Erinnern an die guten Zeiten ein Lächeln hervorzaubern und „Der Trost weiß um das, was in der Vergangenheit geborgen ist und die Furcht bangt davor, was in der Zukunft verborgen ist.“ Erneut könnte das bereits Erlebte und Bewältigte stärken und Mut für das Kommende schenken.

Die seelische Schatztruhe mit doppelter Sinnmöglichkeit



1. Sich eine gute Sache oder drei Dinge, die man noch erleben möchte in Gedanken vorstellen und ausmalen.

2. An gute Menschen und Dinge denken und danken, die in der Schatztruhe unverlierbar geborgen sind.

Lass nun ruhig los das Ruder,
Dein Schiff kennt den Kurs allein.
Du bist sicher, Schlafes Bruder
Wird ein guter Lotse sein.
Es ist tröstlich, einzusehen,
Dass nach der bemess'nen Frist
Abschiednehmen und Vergehen
Auch ein Teil des Lebens ist.¹⁰

Reinhard Mey

Ein ganz besonderer Schatz ist die Musik.
Natürlich nicht jede zu jeder Zeit.

Doch Musik als Erinnerung könnte
Ermutigung sein und Dankbarkeit
auslösen.

Wie begegnen wir unseren Kolleginnen und Kollegen?

Wir alle leben in einer Gesellschaft, die sich hauptsächlich an ihren Erfolgen misst. Eine Gesellschaft, die in erster Linie dem Funktionieren nach Plan und den beruflichen Stärken huldigt, der Fitness und dem gepflegten Aussehen hat kaum Verständnis für Niederlagen. Und Krankheit wird als Niederlage erlebt, man weiß doch, was zu tun ist, um nicht krank zu werden. Das sagen jene, die Kranksein nicht kennen. Unsere Gesellschaft steht unter Siegeszwängen. Wer im Krankenhaus oder Hospiz arbeitet, erlebt – aus Sicht der Siegreichen – mehr Niederlagen als Siege. Doch auch in der Begleitung von Menschen am Ende ihres

¹⁰ www.reinhardmey.de

Lebens, gibt es immer wieder die Absicht „es richtig gut machen zu wollen.“ Hier sollten wir uns gegenseitig daran erinnern, dass wir nicht Herr über Leben und Tod sind.

Das seelische Erleben ist für unser Selbstverständnis von großer Bedeutung. Der österreichische Philosoph Ludwig Wittgenstein schrieb: „Wir fühlen, dass selbst wenn alle möglichen wissenschaftlichen Fragen beantwortet sind, unsere Lebensprobleme noch gar nicht berührt worden sind.“ Winston Churchill meinte, dass kein materieller Fortschritt der Seele Ruhe bringen kann, und dies sei wunderbarer als alle wissenschaftliche Offenbarung. Richard von Weizsäcker, der ehemalige deutsche Bundespräsident, sprach davon, dass Wissen ohne Gewissen zur größten Gefahr für die Menschheit wird. Dem deutschen Philosophen Friedrich Schlegel verdanken wir die Erkenntnis aus dem 18. Jahrhundert: „Je mehr man schon weiß, desto mehr hat man noch zu lernen. Mit dem Wissen nimmt das Nichtwissen im gleichen Grade zu, oder vielmehr das Wissen des Nichtwissens.“¹¹



Sich gegenseitig im Geist der Absichtslosigkeit zu stärken und miteinander die Hilfslosigkeit aushalten ermöglicht Begegnung.

Sich gemeinsam durch das „heilige Nichttun“ stärken ist sinnvoll und entlastend.

„Das heilige Nichttun bedeutet nicht, dass alles von selbst geht oder dass es nicht viele Jahre an Disziplin und Durchhaltevermögen erfordern würde, zu lernen. Sondern es bedeutet, dass man äußerlich oder handwerklich „nach menschlichen Regeln“ so viel Können erworben hat und innerlich oder seelisch so viel Vertrauen ‚in die Weisungen des Himmels‘ gewonnen hat, dass man sich spielen lässt.“¹²

In einer Gesellschaft, in der Sinn durch Effektivität und Rentabilität ersetzt wird, ist es eine besondere Herausforderung, Einfühlungsvermögen, Verständnis und vor allem seelische Widerstandskraft, die auf dem Vertrauen ins Leben basiert, zu leben.

¹¹ Inge Patsch, Mich in meinem Leben finden, Innsbruck 2019, 58

¹² Martin Schleske, Herztöne, Lauschen auf den Klang des Lebens, Asslar 2016

„Tiefes Empfinden kann nicht mithilfe von „Wenn-dann-Strategien“ erzeugt werden und es ist nach wie vor nicht möglich, das Zwischenmenschliche an Methoden zu delegieren. Das Gewusst-Wie ist zu wenig, wir brauchen mehr als Wissen. Nicht das Vielwissen sättigt und befriedigt die Seele, sondern das Verspüren und Verkosten der Dinge von innen her. So lautet einer der meist zitierten Gedanken von Ignatius von Loyola.“¹³

Wir brauchen den Mut, uns gemeinsam für den Wert des Menschen einzusetzen. Im Laufe der Geschichte waren es immer wieder Menschen, die Veränderungen bewirkt haben.

„Zu keiner Zeit war es die Masse, sondern einzelne Persönlichkeiten, die auf allgemein gültige Irrtümer aufmerksam machten oder üble Machenschaften ans Licht brachten. 1955 blieb Rosa Parks im öffentlichen Bus sitzen, obwohl sie als Farbige einem Weißen Platz machen sollte. Für Martin Luther King war dies der Auslöser zum Busboykott in Montgomery. Der Mut einer Frau, nicht einem unmenschlichen Gesetz zu gehorchen, war der Auslöser, dass in den USA die Rassentrennung aufgehoben wurde.

Nelson Mandela schrieb 1970 aus dem Gefängnis an seine Tochter: „Wenn es um Systeme geht, ist die Güte von Einzelpersonen sehr oft völlig bedeutungslos. Anders liegt die Sache jedoch, wenn du ... und andere junge Menschen durch gemeinsame Ideen geeint werdet und gemeinsam entwickelte Pläne verfolgt. Sein Leben hat gezeigt, wie der Mut eines Einzelnen viele andere inspiriert und dadurch sein Land verändert hat.“¹⁴

Es kann die Ehre dieser Welt
Dir keine Ehre geben
Was dich in Wahrheit hebt und hält
Muss in dir selber leben

Wenn's deinem Innersten gebricht
An echten Stolzes Stütze
Ob dann die Welt dir Beifall spricht
Ist all dir wenig nütze

Das flücht'ge Lob, des Tages Ruhm
Magst du dem Eitlen gönnen
Das aber sei dein Heiligtum
Vor dir bestehen können.¹⁵

¹³ Inge Patsch, Mich in meinem Leben finden, Innsbruck 2019, 59

¹⁴ Patsch, Sebastian J. Schmidt, Mehr als glücklich, Den Sinn des Lebens entdecken mit Viktor Frankl, Kevelaer, 2016, 129

¹⁵ Theodor Fontane

Am Ende bleibt Beziehung

Jeder Mensch erlebt in der Zeit,
in der auf der Erde herumspaziert
Fröhliches und weniger Fröhliches.

Erträumtes

Erfreuliches

Und weniger Fröhlichkeiten

Viel Erwünschtes

Und viel

LEBEN - - -

Nur was in dir brennt,
was kein Wort benennt,
dauert über der Vernichtung Flammen.
Wärst du nicht geweiht zur Unsterblichkeit
bräch' die Schöpfung in sich selbst
zusammen.

Carl Zuckmayer



Inge Patsch, Tiroler Institut für Logotherapie, 6094 Axams Lizumstraße 34, www.ingepatsch.at
www.logotherapie-tirol.at