

Akademie für Logotherapie
Leitung: Dr. Stephan Peeck

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 76

März 2023



1

1 https://cdn.shopify.com/s/files/1/1784/7543/articles/Titelbild_Sonnenbrand_1024x1024.jpeg?v=1560431716

Vorwort

Fühlen Sie sich wohl in Ihrer Haut?

Oder möchten Sie angesichts der vielen Probleme weltweit am liebsten aus der Haut fahren?

Viele Redewendungen haben die Haut zum Thema.

Warum nicht auch mal die Logo-News?

Nach einigen Betrachtungen über das Thema (Seite 3), finden Sie einen persönlichen Beitrag von Margit Kobold (Seite 7).

Wie immer weisen wir auf spannende Vorträge im Rahmen der Mainzer Gesprächsgruppe hin, eine Übersicht steht auf Seite 11

Tipps warten auf Seite 12 auf Sie.

Viel Freude beim Lesen!

Ihr Redaktionsteam

Ein Wort in eigener Sache

Die Logo-News warten auf ein neues Herausgeber-Team.

Mein Mann und ich haben den Entschluss gefasst, mit der Septemбераusgabe die redaktionelle Arbeit zu beenden. Wir danken für die jahrelange Unterstützung aus dem Kreis der Absolventen der Akademie für Logotherapie und Existenzanalyse. Sie haben zur Gestaltung beigetragen.

Nach nunmehr 15 Jahren und 60 Ausgaben ist es an der Zeit, anderen und anderem Raum zu geben: anderen Menschen, anderen Ideen, anderen Schwerpunkten, einer anderen Gestaltung ...

Es wäre schön, wenn sich jemand/ eine kleine Gruppe für diese Arbeit finden könnte!

Wenn Sie Interesse daran haben, melden Sie sich bitte am besten direkt bei Herrn Dr. Peeck:

Dr. Stephan Peeck:

<http://www.logotherapie-peeck.de/>

Tel.: 040-7200 4952

E-Mail: Speeck@imail.de

Die Haut

(Ein Beitrag von Anneliese Handel)

Mit knapp 2 m² Oberfläche und 4-5 kg an Gewicht (mit Unterhautbindegewebe deutlich mehr) ist die Haut das größte Organ, das wir Menschen haben. Zugleich ist sie unser größtes Sinnesorgan.

Die Haut ist nicht *im* Körper, sondern *um* ihn.

Das weist auf ihre Sonderstellung hin: Sie bildet eine Grenze.

Sie umhüllt den Menschen, umschließt ihn.

Sie **schützt** ihn.

Sie schützt ihn vor äußeren Einflüssen:

- Vor Krankheitserregern, die nicht so einfach in den Körper eindringen können: Bakterien, Viren, Pilze, Parasiten ...
- Vor der Sonnenbestrahlung.
Und sollte sie zu viel gewesen sein, bringt ein Sonnenbrand den Menschen zur Einsicht, beim nächsten Sonnenbad vorsichtiger zu Werke zu gehen ...

Sie schützt aber auch sein Inneres:

- Der Flüssigkeitshaushalt wird auf subtile Weise durch die Haut gesteuert

Die Haut ist gleichzeitig auch **verräterisch**.

Sie ist für den geschulten Blick ein Spiegel von Erkrankungen:

- Das rote Gesicht des Hochdruckpatienten, die Gelbfärbung bei Lebererkrankungen

Sie verrät mein Alter:

- Auch wenn eine ganze Industrie Falten, Altersflecken und „Orangenhaut“ verhindern will, es gelingt nur ansatzweise ...

Sie offenbart meine Stimmungen:

- Wenn ich erröte, merkt jeder, dass mir etwas peinlich ist.
- Wenn ich erbleiche, ist mein Erschrecken offensichtlich....

Im übertragenen Sinn definiert die Haut das Individuum: Sie **umschließt ein „Ich“**. Die Redensart zeigt es:

- Wenn ich mich „wohl-fühle in meiner Haut“, dann geht es mir gut, dann ist das Leben stimmig, dann brauche ich im Augenblick nichts zu ändern.
- Wenn ich „auf der faulen Haut liege“, dann genieße ich den Augenblick, ohne an ein Morgen zu denken, denken zu müssen, denken zu wollen.

„Mit Haut und Haar“ steht synonym für den ganzen Menschen:

- Wenn ich etwas „mit Haut und Haar“ tue, dann bin ich völlig der Arbeit/ der Tätigkeit hingegeben.

- Wenn ich jemandem „mit Haut und Haar“ verfallen bin, dann bin ich in eine Abhängigkeit geraten, aus der es nur schwer wieder einen Ausweg gibt...

Auch der Ausdruck „seine Haut retten“ hat mit dem ganzen Menschen, dem „Ich“ zu tun. Das zeigt sich in Gefahrenmomenten, in denen ich „meine Haut retten“ konnte (also ganz knapp an der Katastrophe vorbei).

Vielleicht habe ich dabei nur an meine Haut gedacht und war hinterher beschämt, dass ich nur an mich gedacht habe in diesem Moment!

Die „Grenze Haut“ kann auch **einengen**, gefangen halten, wie manche Redensart beschreibt:

- „Ich kann nicht aus meiner Haut“:
Das kann eine Ausrede sein („Du musst mich so nehmen, wie ich bin, ändern will ich mich aber nicht.“)
Das kann aber auch darauf hindeuten, dass jemand gerne anders wäre, als er ist.
- Etwas ist zum „Aus-der-Haut-fahren“:
Ich rege mich über etwas auf, am liebsten würde ich jetzt... (dreinschlagen, davonlaufen,...)

Der Wunsch, **in einer anderen Haut zu stecken**, wird meist negativ formuliert:

- „Ich möchte nicht in seiner Haut stecken“ will sagen, dass ich froh bin, nicht etwas ähnlich Unangenehmes durchmachen zu müssen wie mein Mitmensch.

Aber häufig gibt es auch den Wunsch, ein anderer, eine andere zu sein, wenigstens für begrenzte Zeit:

- Hier liegt die Grundlage für alle Maskenbälle, Faschingsumzüge, Rollenspiele.

Viele Feste früherer Jahrhunderte hatten einen Rollentausch zum Inhalt:

- Wenn Kinder zum Tageskönig gekrönt wurden,
- Mönche einen Narrenpapst wählten,
- Frauen am Rosenmontag Krawatten abschneiden (auch heute noch),

dann haben die „Kleinen“, die Unbedeutenden, die Unterdrückten das Sagen, wenigstens für kurze Zeit.

„Sich häuten“ als **Entwicklungsschritt**:

Der Mensch häutet sich nicht, im Unterschied zu manchem Tier.

Aber Märchen erzählen von Menschen, die gefangen sind in einem falschen Körper oder einer falschen „Haut“ und auf Befreiung von außen angewiesen sind.

Der Bärenhäuter gerät ins soziale Abseits, weil er sein Leben dem Teufel verschrieben hat. Sieben Jahre darf er sich weder waschen noch kämmen, und muss in eine Bärenhaut gekleidet sein. So hat er zwar viel Geld, aber niemand will etwas mit ihm zu tun haben. Bis ihn die Liebe erlöst.

Auch der verzauberte Froschkönig wird zum Prinzen, allerdings durch einen aggressiven Akt: Die Prinzessin wirft ihn gegen die Wand...

Haut und **Schönheit**

Auch wenn ein Mensch, der „seine Haut zu Markte trägt“, nicht unbedingt unsere Sympathie hat: Die Haut hat viel mit Eigen- und Fremdwahrnehmung zu tun.

- Finde ich mich „schön“?
- Und finden mich andere „schön“?

Da spielt der Zeitgeist eine große Rolle. Galt in früheren Zeiten Blässe als vornehm, weil sie vom sonnengebräunten Bauernstand abhob, so war sie im vorigen Jahrhundert verpönt: Dunkel gebräunt war angesagt. Mittlerweile schlägt das Pendel wieder in die andere Richtung, was an den immer höheren Lichtschutzfaktoren der Sonnencremes abzulesen ist.

Und in vielen Kulturen wird die Haut gefärbt, geschminkt oder tätowiert.

Die Haut ermöglicht uns die ganze Palette der **Sinnesempfindungen**:

Wir spüren Wind und Wetter, den Wasserstrahl der Dusche, Hitze und Kälte, den Boden unter den Füßen ...

Manches ist uns angenehm, manches nicht. Wir spüren den Dorn im Finger, den Stein im Schuh, die Spritze beim Zahnarzt als Schmerz. Hier wird die Grenze zwischen Innen und Außen spürbar oder verletzt, allerdings manchmal zum Schutz, um Schlimmeres zu verhüten.

Ähnliches gilt für Körperkontakte :

Wir werden gerne von Freunden und unserer Familie umarmt, ja wir sind auf Berührungen angewiesen, vom ersten Lebenstag an. Aber sie brauchen einen geschützten Raum und dürfen niemals übergriffig sein.

Bei Menschen, die einem „auf die Pelle rücken“, gehen wir rückwärts; „Streicheleinheiten“ vertragen wir nicht von jedem und auch Umarmungen nicht! Und feuchte Küsse von Oma oder Opa bleiben in unangenehmer Erinnerung...

Dass der Mensch **sozial vernetzt** ist, merken wir, wenn uns „etwas unter die Haut geht“:

Dann sind wir vom Schicksal anderer betroffen, das Leid des Mitmenschen passiert sozusagen die Grenze zwischen Innen und Außen.

Gänsehaut kann man bei manchen Heiligendarstellungen bekommen und auch bei vielen Nachrichtensendungen über die Kriegsschauplätze dieser Tage:

- Nicht nur dem Hl. Bartholomäus wurde die Haut bei lebendigem Leibe abgezogen (= „geschunden“) ... Nur der Mensch kann sich solche (und viele andere!) Grausamkeiten ausdenken!

Auch **Übergangsrituale** haben oft mit der Haut zu tun, man denke an die Krankensalbung, ein auf die Stirn oder in die Hand gezeichnetes Kreuzzeichen, oder das Aschenkreuz der Passionszeit ...

Hat die Haut etwas mit **Logotherapie** zu tun?

Ich denke schon.

Wenn die Haut für das „Ich“ steht, für das Individuum,
so wie es sich nach außen zeigt,
auch mit seinen jeweiligen Grenzen,
dann muss ich achtsam sein.

Ich muss auf meine eigenen Grenzen achten *und* auf die des anderen.

Ich „kann nicht aus meiner Haut“: Ja.

Aber: Wie gehe ich mit meiner „Haut“ um?

Wen lasse ich an mich ran?

Wofür bin ich durchlässig?

Was darf mir „unter die Haut gehen“?

Und wie viel darf mir unter die Haut gehen, damit ich nicht am Leben verzweifeln muss?

Was mache ich, wenn ich „aus der Haut fahren möchte“ z.B. in einem Gespräch?

Auch der andere „kann nicht aus seiner Haut“.

Auch damit muss ich umgehen.

Achte ich auf seine Grenzen?

Nehme ich seine Grenzen ernst?

Was an Veränderung kann ich ihm zumuten?

Wobei kann ich ihm helfen?

Und dann sind wir - wieder einmal! - an dem Punkt:

Leben heißt dazulernen.

Und üben ...

Und sich entwickeln ...

Und – das alles immer wieder dürfen!

Oft führ man gern aus seiner Haut.
Doch wie man forschend um sich schaut,
erblickt man ringsum lauter Häute,
in die zu fahren auch nicht freute.

(Eugen Roth)

Die Sprache der Haut

(Ein Beitrag von Margit Kobold²)

Die Tür zum Wohnzimmer war nur einen kleinen Spalt weit geöffnet. Mit einem neugierigen Blick konnte man einen kleinen Teil des festlich geschmückten Weihnachtsbaumes erkennen. In diesem Jahr dominierte die Farbe altrosa. Unter dem Baum stapelten sich Geschenke, in buntes Papier verpackt, verschnürt mit weißen Bändern, die in kunstvoll drapierten Schleifen endeten. Eine wirklich festliche Dekoration.

Ihre ganze Familie, Ehemann, Sohn, Mutter und Vater, Schwiegermutter und Großmutter, hatte sich im Esszimmer versammelt. Es wurde Heringssalat gereicht. Das war Tradition zu Heiligabend. Man diskutierte heftig über die unterschiedlichen Preise der Heringe. Es gab mehrere Geschäfte im Ort, die dieses ehemalige Arme-Leute-Essen als Delikatesse anboten. Teuer war er heutzutage, der Heiligabend-Schmaus. War ja auch der beste Hering, zart und ohne Gräten. Kam schließlich aus dem ersten Geschäft in dieser Stadt. Eine Hand füllte halbleere Gläser wieder voll mit Wein, natürlich aus einer der besten Lagen.

Prost! Ein artiges Kopfnicken nach jedem Schluck.

Prost! Halleluja, es ist Weihnachten.

Sie stocherte lustlos mit ihrer Gabel im Salat. Ihre Kehle fühlte sich merkwürdig eng an. Wie immer hatte sie sich zu solchen Familienfesten sorgfältig zurecht gemacht. Das erwartete man von ihr. Stundenlang hatte sie sich vor dem Spiegel mit dem Lockenstab herumgequält. Dabei hasste sie dieses Instrument, das ihre widerspenstigen Haare in ordentliche Wellen zwängte. Sie hasste auch das Kostüm, welches sie einengte und ihren eigentliche Typ veränderte. Sie verabscheute auch den Heringssalat, und überhaupt diese ganze Art der Weihnachtsfeier. Es war mal wieder Weihnachten der Fülle, des überquellenden Tisches, des gegenseitigen heimlichen Aufrechnens der Geschenke. Alles wurde in Mark und Pfennig nachgerechnet, im Kopf zu Buche getragen. Die Summen verglichen, die Konkurrenz im Schenken musste gegenseitig übertrumpft werden.

„Ich habe vorhin die Tagesschau gesehen“. Ihr Satz kam unvermittelt zwischen Prost und Danke für eine neue Portion Heringssalat. Doch ihre Worte blieben ohne Resonanz, wie schon so oft, wenn sie etwas sagte. Man wollte nicht gestört werden beim Gespräch über die verschiedensten Arten der Heringssalatzubereitung. Schließlich einigte man sich darauf, dass die rheinische Art die beste war.

„Sie zeigten einen Bericht aus London. Die Obdachlosen schützen sich mit Kartons gegen die Kälte. Zwei von ihnen sind bereits erfroren. Es soll der kälteste Winter seit zwanzig Jahren in England sein ...“ Sie versuchte damit den ersten Satz über die Berichterstattung in der Tagesschau zu ergänzen.

„Sollen arbeiten gehen, die Penner“. Die Antwort kam von irgendwo und von irgendwem. Doch im weiteren Gespräch ging man über vom Heringssalat zum Wein. Man trank Müller-Thurgau, den mit der silbernen Kammerpreismünze. Und wie gesagt, aus bestem

2 Margit Kobold, Gründerin der „Humaniären Hilfe für Asylbewerber, Ingelheim“, der 1. NGO für Flüchtlinge in Deutschland, 1983. 1993 erhielt unsere Organisation den Verdienstorden des Bundespräsidenten. Den Text hatte ich 1986 verfasst. Er wurde in einer kirchlichen Zeitschrift veröffentlicht. Da alle Beteiligten damals noch lebten, habe ich aus Rücksicht auf meine Angehörigen nicht in der Ich Form geschrieben.

Anbaugelände.

„Die Heilsarmee schenkt heiÙe Suppe aus“ . Sie lieÙ nicht locker. Ein strafender Blick traf sie über den Glasrand.

„Prost“, entgegnete man. Und mit feierlichem Lächeln wischte man Heilsarmee samt heiÙer Suppe vom Tisch.

„Heute waren wir wieder einmal in der Kirche“, eine stolze Stimme berichtete über dieses seltene Ereignis.

„Ach ja“, erwiderte jemand mit einem Seufzen, „früher, als der alte Pastor noch nicht pensioniert war, war es viel feierlicher. Bei ihm wurden noch die alten Weihnachtslieder gesungen. Aber heute! Der junge Pfarrer mit seinen neumodischen Ideen ... mit seiner Politik und dem Elend in der Welt“

„Die Politik hat ja nun wirklich nichts in der Kirche verloren“, erwiderte jemand aus der Runde.

„Früher gingen wir spätabends noch einmal zur Messe“, hörte sie eine andere Stimme sagen.

„Die meisten Leute waren dann schon voll“, kicherte jemand die Antwort.

Allgemeines Gelächter.

„Die Flüchtlingslager in Pakistan sind überfüllt“, warf sie ein. Für diese Störung wurde sie mit einem eisigen Blick bestraft, der ihre ohnehin schon enge Kehle noch mehr zuschnürte. Eine messerscharfe Stimme vom anderen Ende des Tisches schnitt ihr jegliches weiteres Wort ab. Die Stimme vermied die direkte Ansprache und wich in den Plural aus.

„Den jungen Leuten geht es zu gut. Anstatt den Wohlstand zu genießen ...“

Pause.

Böse Blicke trafen sie, weil sie anscheinend diesen Wohlstand nicht genießen wollte. Nun trafen sie ermahnende Blicke aus allen Richtungen.

Eisiges Schweigen.

„Prost!“, unterbrach jemand.

Nach dem Hering wurde Aquavit serviert und nach diesem verließen alle den Raum ins Nachbarzimmer mit dem geschmückten Baum. In diesem Jahr war er in altrosa gekleidet. Unter ihm lagen die Geschenke. Nun wurden sie ausgeteilt.

Papier raschelte, Bänder, weiÙe und goldfarbene, wurden sorgfältig zusammengerollt und für die nächste Gelegenheit in einem Beutel aufbewahrt. Aus dem Papier schälten sich Kartons, unwichtige Wichtigkeiten stapelten sich mal auf dem Fußboden, mal auf dem Tisch, abschätzende Augen verglichen das Soll und Haben bei der Geschenkeregistrierung

Lasst uns singen, es ist Weihnachten!

Aber in London gibt es heiÙe Suppe für die Obdachlosen und in Pakistan frieren afghanische Flüchtlingskinder...! Sie sagte es lautlos.

„Stille Nacht – Heilige Nacht ...“ eine zaghafte Stimme, hinter aufgestapelten leeren Kartons versteckt, begann mit dem Lied.

Frieden auf Erden und hoch die Tassen, Hauptsache uns geht's gut. Oh du fröhliche, oh du selige, lasst uns jetzt singen, flüsterten ihre Gedanken.

Nein, bitte nicht, flehten sie sofort. Sie wollte hinaus, es war heiÙ im Zimmer, drauÙen war es bitterkalt und vielen Menschen fehlte ein Dach über dem Kopf.

Maria und Josef waren auf der Flucht, als Jesus geboren wurde.
So endete der Heiligabend. Heilig?

Am nächsten Tag zeigten sich rote Streifen auf ihrer Haut. An den Armen, auf dem Bauch, am gesamten Körper. Sie juckten und beim Kratzen traten hässliche Quaddeln hervor. „Das kommt vom Heringssalat“, tröstete man sie. „Das geht vorbei“.

Aber es ging nicht vorbei. Auch nicht nach den Tropfen, auch nicht nach den Tabletten und den vielen Spritzen, die sie im Laufe der nächsten Wochen erhielt. Sie konsultierte viele verschiedene Ärzte und viele Ärzte versuchten viele Therapien. Wochenlang. Monatlang. Ohne Erfolg. Ihr Körper war voller Quaddeln, die unaufhörlich juckten. Unerträglich war jeder Tag und jede Nacht. Sie fand keinen Schlaf mehr und bemerkte mit Schrecken, wie Quaddeln und Pusteln ihren ganze Körper in Besitz nahmen, bereits den Hals herauf krochen und nur noch ihr Gesicht verschonten. Noch. Aber wie lange noch?

Im Iran mussten die Frauen jetzt einen Tschador tragen. „Ich brauche auch bald einen“, spottete sie. Ein ständiges Zittern durchlief ihren Körper, das Schlucken wurde zur Qual, manchmal rang sie nach Luft, das Atmen fiel ihr schwer. Sie musste ins Krankenhaus. Schnell. Uniklinik. Hautklinik. Atemnot.

- - -

„Das kommt von der Seele“, sagte der Professor. Er saß an ihrem Bett und schaute sie an. „Sie können noch bleiben, wenn Sie wollen“, sein Angebot. „Sie können sich noch ein wenig hier ausruhen.“

Sie ruhte sich schon seit Wochen aus. Draußen hatte der Frühling Einzug gehalten und die Obdachlosen in London brauchten jetzt keine Kartons mehr. Die afghanischen Flüchtlingskinder freuten sich über die ersten warmen Sonnenstrahlen, aber die Nächte waren immer noch bitterkalt, dort am Hindukusch.

Die Quaddeln auf ihrem Körper waren verschwunden. Der Juckreiz hatte ein erträgliches Maß angenommen. Die verwundete Seele bekam jeden Tag eine kleine Tablette zum Frühstück. Rosa war sie.

„Ich will nach Hause“ log sie.

„Ich kann auch nicht mehr für Sie tun, als das, was getan worden ist,“ entgegnete der Professor. Dann gab er ihr die Adresse einer Psychotherapeutin.

- - -

Die Stimme der Therapeutin hatte einen warmen Klang. Die gleiche Wärme lag auch in ihrem Blick: Sie lehnte sich in ihrem Stuhl zurück und lächelte.

„Reden Sie“, forderte sie sie auf.

„Wo soll ich anfangen?“, entgegnete sie. Es war ihr erster Besuch.

Vor ein paar Wochen hatte der Juckreiz wieder zugenommen, die gefürchteten roten Striche zeigten sich auf ihrem Bauch. Auch das innere Zittern meldete sich wieder. Wie vor einigen Monaten, vor einem Jahr oder war es erst gestern gewesen? Hinzu gekommen war ein Schmerz im Bereich des Unterkiefers. Er zog seine Kreise bis hinunter zum Kinn. „Das sind versteckte Aggressionen“ hörte sie die warme Stimme sagen und ein Lächeln zeigte sich bei der Therapeutin.

„Es sind die Aggressionen Ihrer Seele gegen Vieles, gegen alles, vielleicht auch gegen Sie selbst“.

„Ich will endlich wieder Ich selbst sein“, antwortete sie und dann sprudelten die Worte nur so aus ihr heraus. Endlich wollte sie wieder so leben, wie sie leben musste, denn nur so war sie fähig ihrem Leben einen Sinn zu geben. Vielleicht auch einen Auftrag zu erfüllen, weswegen sie überhaupt lebte.

„Aber mir fehlt der Mut“ klagte sie mit leiser und verzagter Stimme. Und mit einer Geste der Resignation beendete sie diese erste Stunde, in der sie sich offenbaren durfte, ohne unterbrochen und ohne mit Blicken bestraft zu werden.

- - -

In Beirut haben viele Kinder Vater und Mutter verloren. Bei einem Bombenattentat ist ein riesiger Wohnblock zerstört worden. Einem Kind wurde ein Bein abgerissen. Das vor Schmerz und Schrecken gequälte Gesicht dieses Jungen erschien unbarmherzig auf dem Bildschirm des Fernsehapparates und verfolgte sie eine ganze Nacht lang. Im Zeitalter der Medien zog der Schrecken sinnloser Kriege aus fernen Ländern bis in die Wohnzimmer der Wohlstandsgesellschaft, um dort zu einem Horrortrip einer Movie-Show zu erstarren. Diese furchtbaren Bilder trafen sie bis in das Innerste ihrer Seele. Reden wollte sie über dies alles, reden, um nicht zu ersticken. Aber niemand wollte sie hören. Jeder wandte sich ab.

Doch ihre Augen hatten das Sehen gelernt – sie sollte sie schließen. Ihre Ohren konnten hören – sie sollte sie verstopfen. Ihr Mund konnte sprechen – wollte schreien – aber sie musste schweigen. Und ihr fehlte der Mut dies zu ändern. Bald war wieder Weihnachten. Sie werden wieder singen, dachte sie, stillen Nacht, heilige Nacht und Frieden auf Erden.

- - -

Viele Stunden verbrachte sie in den nächsten Wochen in dem Raum mit dem bequemen Sessel, in dem sich die Frau mit der warmen Stimme in ihrem Sitz zurück lehnte, ein Lächeln aufsetzte und ihren Block hervor holte, auf dessen Seite die Seiten ihres Lebensbuches übertragen wurden. Seite für Seite blätterten sie es gemeinsam zurück, immer auf der Suche nach dem Zeitpunkt, als ihr Mut sie erlassen hatte. Wie zwei Detektive suchten sie in mühseliger Kleinarbeit nach dem Punkt, dem Moment und der Ursache. Irgendwo in ihrer Seele musste etwas tief vergraben sein.

- - -

Nach einem weiteren Winter war der Frühling gefolgt. Tag für Tag musste er sich sein Daseinsrecht neu erkämpfen. Schließlich ging er doch als Sieger dieses Zweikampfs hervor und bei jeder ersten Morgendämmerung stimmten die Vögel ein gemeinsames Jubelkonzert an.

An einem solchen Tag betrat sie wieder den kleinen Raum. Aber heute sollte ihr Lebensbuch geschlossen bleiben: Ihre Augen strahlten, aller Glanz, der sich früher einmal in ihnen zeigte, war zurückgekehrt. Der Klang ihrer Stimme war plötzlich frisch und klar. Sie saß, wie zum Sprung bereit auf der vordersten Kante des Sessels, der ab sofort zur nebensächlichsten Sache der Welt degradiert worden war. Dann begann sie von ihrem Engagement für die Geflüchteten zu berichten

„Wir brechen die Behandlung ab“, lachte die Therapeutin und schlug mit einem Schwung ihren bereit gelegte Schreibblock zu. Die Übertragung in ihr Lebensbuch war damit abgeschlossen.

„Sie haben selbst ihre Therapie gefunden. Viel Glück und machen Sie weiter so!“ Sie reichte ihr die Hand zum Abschied.

Eilig verließ sie die Praxis, in der sie ihren verloren gegangenen Mut wieder gefunden hatte. Die ständigen Verbote, die Art eines Lebens, das man ihr aufgezwungen hatte, würde sie ab jetzt ignorieren.

Mit einem Blick auf ihre Armbanduhr stellte sie fest, dass sie nur noch wenig Zeit hatte. Man erwartete sie. Da waren heimatlose Menschen, Frauen, Männer und Kinder. Alte und Junge, mit leeren und traurigen Augen. Menschen aus vielen Nationen, Geflohene unseliger Kriege, Menschen die Zuflucht suchten und den Frieden, die geflüchtet waren vor Bomben, Hunger, Diktatur und Folter. Auch solche, die dem falschen Lockruf – ein Paradies zu finden – gefolgt waren, deren Träume und Erwartungen sich in Enttäuschung auflösten. Ihnen allen wollte sei von nun an einen Teil ihrer Zeit, ihrer Kraft und ihrer Liebe schenken.

Und sie war sich bewusst, dass diese Kraft und Liebe in ihr selbst wohnte, als Geschenk, als Auftrag von ihm, der immer bei ihr war und der sie nie verlassen wird. Ihre Haut zeigte nie wieder juckende Quaddeln oder rote schmerzende Flecken.

Veranstaltungen der Mainzer Akademie

Logotherapeutischer Gesprächskreis in Mainz

Er findet jeden 1. Mittwoch im Monat um 19 Uhr statt.

Ort: Volkshochschule Mainz, Karmeliterplatz 1, Raum A/01

Nähere Informationen bei Helga Lier-Bernsee, Tel. 06131-220034

Nach den Gesprächskreisen gibt es noch ein Treffen zur Nachlese: In der Pizzeria Midi, Mitternachtsgasse 3, Mainz, gegenüber dem Roten Kreuz.

Bitte bei Helga Lier-Bernsee anmelden. Gäste sind herzlich willkommen.

12. April 2023

„JUNG meets FRANKL“ Margarete Lang (von der C.G.Jung-Gesellschaft)

03. Mai 2023

... Liebe ... Katarzyna Krzakowski

07. Juni 2023

„Das innere Kind“ Birgit Mück

05. Juli 2023

„Der letzte Hilfe- Kurs“ Hospiz Mz-Gonsenheim; Spenden sind willkommen.

Tipps

(Ein Beitrag von Anneliese Handel)

Jugendstilabteilung des Landesmuseums Wiesbaden.

Seit 2019 zeigt das Museum die Sammlung Neess als Dauerpräsentation. Dabei werden unterschiedliche Facetten vom floralen Jugendstil Frankreichs bis zu den Wiener Werkstätten gezeigt: Vasen, Mobiliar, Lampen, Bilder, Keramik, Schmuck ... Die Gestaltung der Sammlung ist hervorragend präsentiert, auch textlich.

Spannende Filme über die Pariser Weltausstellung 1900 und verschiedene Künstler (Émile Gallé, Hector Guimard, Loïe Fuller) entlasten den Rücken und bieten eine Fülle von zusätzlichen Informationen: Ein Besuch lohnt sich !

Und wenn Sie Geschmack am Jugendstil gefunden haben, dann können Sie auch in Darmstadt fündig werden: Die Mathildenhöhe ist ja inzwischen Weltkulturerbe und bietet viel Jugendstil in Form von Gebäuden (sehenswerte Häuser von Olbrich und Behrens) und Objekten (im Museum Künstlerkolonie und im Hessischen Landesmuseum).

Kontakte:

Akademie für Logotherapie u. Existenzanalyse

Volkshochschule Mainz e. V. Tel. 06131-2625-0

Institut für Logotherapie und Existenzanalyse

Bei Fragen zur Logotherapie und Existenzanalyse wenden Sie sich bitte direkt an

Herrn Dr. Stephan Peeck:

<http://www.logotherapie-peeck.de/>

Tel.: 040-7200 4952

E-Mail: Speeck@imail.de

Ausblick

Die nächsten Logo-News erscheinen Ende Juni 2023

Das nächste Thema: „**Humor**“

Schreiben Sie bitte bis Mitte Juni per

E-Mail: [al.handel\(at\)yahoo.de](mailto:al.handel(at)yahoo.de)

Mitarbeit, Kritik und Anregungen sind ausdrücklich erwünscht!

Es grüßt das Redaktionsteam:

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