

**Akademie für Logotherapie**  
**Leitung: Prof. Dr. Randolph Ochsmann**

[logotherapie@vhs-mainz.de](mailto:logotherapie@vhs-mainz.de) / [www.logotherapie-mainz.de](http://www.logotherapie-mainz.de)

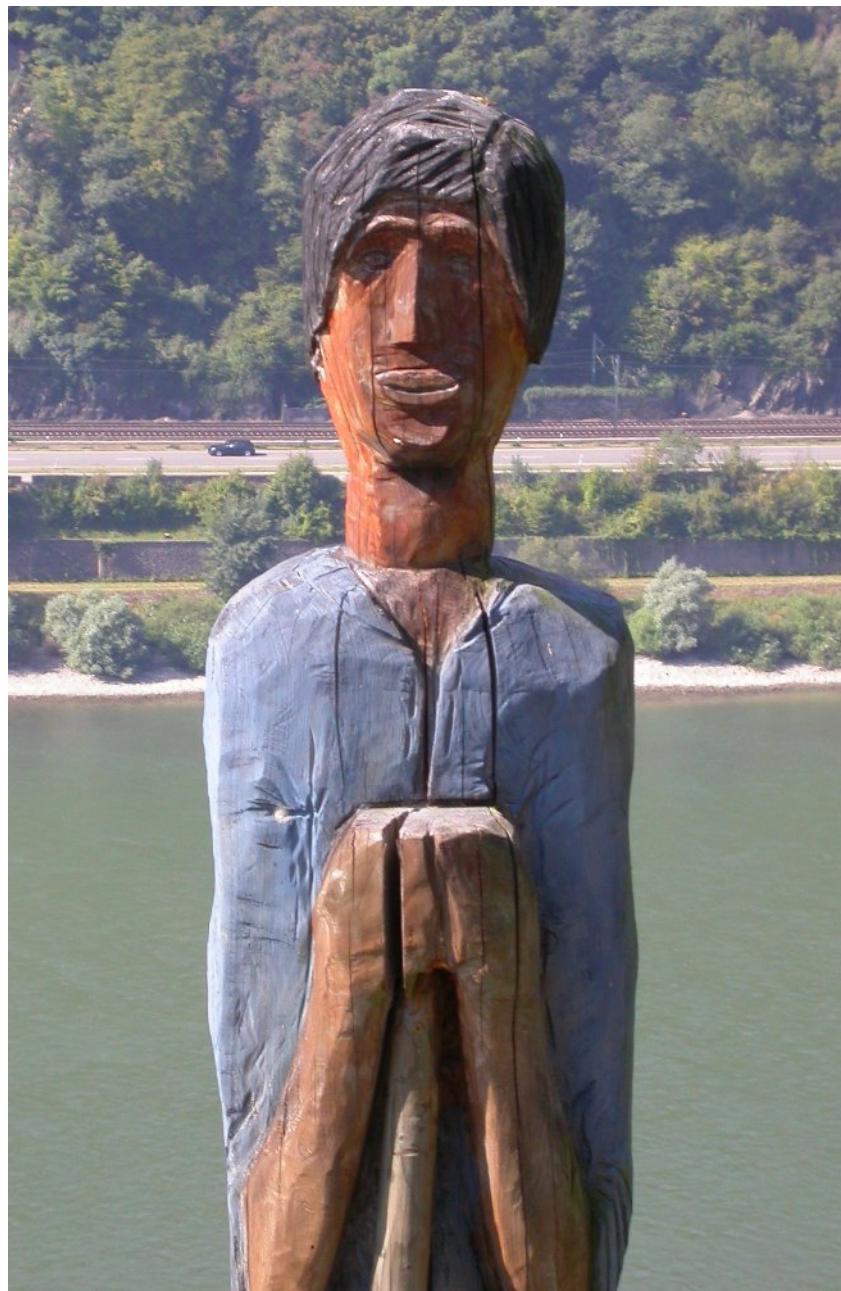
c/o Volkshochschule Mainz e.V.

Karmeliterplatz 1 • Postfach 4064 • 55030 Mainz

Informationen rund um die Mainzer Akademie

AUSGABE 30

September 2011



**Lebensmitte**

## Vorwort

Warum nicht das Thema des Sinnwochenendes auch zum Thema der Logo-News machen? Das war ein Vorschlag aus dem Kreis der Teilnehmenden. So haben auch die etwas davon, die diesmal nicht die Gelegenheit hatten dabei zu sein.

Sr. Michaela Klodmann hat ihre Einführung in das Thema zur Verfügung gestellt, Dr. Elke Stadelmann hat ihr Referat für die News noch einmal überarbeitet, Beate von Devivere hat zusätzlich einen eigenen Text eingesandt:

So liegen nun verschiedene Facetten zum Thema **LEBENSMITTE** vor Ihnen.

Wir wünschen Ihnen eine anregende Lektüre!

Margit Kobold hat Eindrücke vom Studientag aufgeschrieben. Die „Logo-Hymne“, die inzwischen zur Tradition dieses Tages gehört, ist von Absolventen späterer Ausbildungsjahrgänge um einige zusätzliche Strophen erweitert worden. Die vorläufige Endfassung ist dieser Ausgabe beigelegt, zum Selbstsingen und Auswendiglernen....?

## Sinnwochenende 2011, Thema: Lebensmitte

*(Einführung von Sr. Michaela Klodmann)*

In der Mitte unseres Lebens (Wie definiert man sie? Zwischen 40 und 50?) geht es um die alles entscheidende Frage:

- „Was ist die Mitte unseres Lebens?“
- „Was hält uns im Innersten lebendig? Von wo kommt die Dynamik, die uns auch im Älter-Werden noch beweglich sein lässt?“

Ist es nicht eine unstillbare Sehnsucht in uns, erkannt zu werden und zu erkennen, geliebt zu werden und zu lieben? In der jüdischen Tradition erzählt man sich, dass über einem Menschen, wenn er geboren wird, ein Wort ausgesprochen wird. Und der Mensch hat das ganze Leben lang damit zu tun, dieses Wort herauszufinden. Nur er selbst kann es entdecken, niemand anders kann das für ihn tun. Um diesem Gedanken noch mehr auf die Spur zu kommen, machen wir uns zunächst einmal bewusst, wer dieses Wesen Mensch eigentlich ist.

Im Hebräischen heißt der Mensch der Adam, der aus der Erde Genommene, aus der Adama geformte. Die Adama, das ist die Erde, der Staub.

Doch genau in dieser Geschöpflichkeit schlummert ein Geheimnis. Vom Schöpfer wurden wir in Sein Eben-Bild geschaffen, Seinen Geist hat Er uns eingehaucht. Der Ewige lebt in uns und hat sich mit uns verbunden. Das ist die andere Bedeutung des Wortes Adam = ani domeh, ich gleiche...

So wie Pascal es einmal gesagt hat:

„Der Mensch übersteigt um ein Unendliches den Menschen“.

Diese unsere Zugehörigkeit zur Natur und zur Welt des Geistes bleibt ein undurchdringliches Geheimnis. In dieser Spannung zwischen Erde und Himmel, zwischen Staub und Geist bewegt sich unser Leben und je tiefer wir in uns selbst zur Einheit finden von Erde und Himmel, Staub-Sein und Geist-Sein, Begrenzt-Sein und Unbegrenzt-Sein, umso erfüllter kann unser Leben werden. Denn das ist nach biblischem Verständnis die Bestimmung des Menschen: Himmel und Erde zu verbinden.

Rabbi Sussja sagte: Am Ende meines Lebens werde ich nicht gefragt werden, warum bist Du nicht Moses gewesen. Ich werde gefragt werden, warum bist Du nicht Sussja gewesen.....?

Ein Leben lang in immer tieferen Schichten geht es um die Entscheidung, dass Sussja einwilligt, ganz Sussja zu sein, dass ich einwillige, ganz ich zu sein, diese meine einmalige Bestimmung immer tiefer erkenne und erfülle.

Zu dieser Bestimmung des Menschen gehört es unmittelbar dazu, dass er als Beziehungs-Wesen auf andere hin erschaffen wurde. So erfüllt sich sein Schicksal mit jedem Ereignis seines Lebens und in jeder wahren Begegnung. Durch verschiedene Phasen hindurch bleibt der Mensch in einer dynamischen Bewegung und Entwicklung von der Geburt bis zum Tod. Dieses sein Leben besteht in einer Verkettung von Augenblicken, die in ihrer Verbindung zueinander einen Sinn aufleuchten lassen können.

Es bleibt also vom Anfang bis zum Ende die Möglichkeit zur Veränderung und Erfüllung. Je länger, je mehr, entdecken wir, dass der eigentliche Wert des Lebens nicht in einer Anhäufung von Dingen liegt, sondern eher in einer Richtung, die man in ein paar entscheidungsvollen Stunden eingeschlagen hat.

Es gibt in jedem Leben bevorzugte Augenblicke, die mehr zählen als alle übrigen, weil sie eine Stellungnahme, einen verpflichtenden Einsatz, eine entscheidende Wahl bestimmt haben. Indem man wählt, sich für etwas einsetzt, wird man Person. Durch den Einsatz bekundet der Mensch seine Menschlichkeit. Wirklich glücklich werden wir nur, wenn wir uns selbst aus den Augen verlieren, in etwas aufgehen, das über unsere Person hinausgeht.

Je weiter die Jahreszeit vorrückt, umso mehr besteht die Notwendigkeit einer Wahl. Leben heißt immer neu wählen. Wer nichts opfert, auf nichts verzichten will, zersplittert sich und gelangt nicht zur Entfaltung. Je älter man wird, umso mehr erkennt man, worauf man verzichten muss, um so mehr wächst das Gefühl für die Grenzen der eigenen Kraft. Immer tiefer enthüllt sich die Armseligkeit des Daseins und man erkennt, dass das Sinngewicht des Lebens nicht das Extensive, sondern das Intensive, die Kraft des fühlenden Erlebens ausmacht.

## Gedanken zur Lebensmitte

(von Dr. Elke Stadelmann)

Kennen Sie das: Die Jahre sind verflogen und Sie haben einiges erreicht im Leben. Eigentlich geht es Ihnen gut. Warum nur will sich das Gefühl des Angekommenseins nicht einstellen? Der morgendliche Blick in den Spiegel und die Rücken- und Kniegelenke signalisieren: Die Zeit der unbegrenzten Kraft und Energie ist vorbei. Aber Sie sind nicht zufrieden mit dem Erreichten, stattdessen quält sie eine eigenartige Unruhe und Unzufriedenheit. Soll es das gewesen sein?

*„Hälfte des Lebens, Menschskind, Hälfte des Lebens! Wann wird man denn endlich erwachen und aufstehen? Wann, du lieber Gott, wann kommt denn die Reife, die man als Jüngling in jedem Erwachsenen neidvoll vermutete? Wann fängt es denn an, das wirkliche, das sinnvolle, das wesentliche Leben?“*  
(Max Frisch)

Wenn Ihnen diese Gedanken vertraut vorkommen, dann hat Sie die Krise der Lebensmitte voll im Griff. Ihr Leben ist sozusagen mitten in der Krise der Lebensmitte. Wir können uns fragen: Was für eine Zeit sind diese mittleren Erwachsenenjahre eigentlich?

Das Konzept der „midlife crisis“ hat sich in unserem Alltagsbewusstsein erstaunlich gut gehalten. Dabei gilt in der Entwicklungspsychologie längst als widerlegt, dass es in der Lebensmitte eine universelle, jeden Menschen betreffende Krise gibt. Sicher ist: In dieser Zeit des Lebens wird der Mensch vermehrt mit verschiedenen Herausforderungen konfrontiert, zum Beispiel dem schleichenden Alterungsprozess oder dem Erleben von Überforderung in Familie und Beruf. Aber diese Herausforderungen stellen sich nicht allen Menschen gleichermaßen und wenn sie sich stellen, werden sie unterschiedlich erlebt. Die Lebensmitte muss also nicht krisenhaft verlaufen, entsprechend gibt es keine Patentrezepte und übrigens auch keine klare Alterseingrenzung zur Lebensmitte (man findet meist die Spanne von 40 Jahren bis hin zu 70 Jahren). Es gibt aber eine Unmenge von Literatur zu dem Thema. Die folgenden Überlegungen wollen Denkanstöße sein, wie ein gelingendes Leben in der Lebensmitte aussehen könnte.

Von Romano Guardini (1885-1968) ist erstmals 1953 und mittlerweile in 14. Auflage die kleine Schrift „Die Lebensalter“ erschienen. Guardini unterscheidet sechs Lebensphasen als Grundformen menschlichen Daseins. Er geht davon aus, dass jeweils im Übergang von einer Phase zur nächsten eine Krise stattfindet. Was geschieht nach Guardini in der Lebensmitte? Die Phase des von Guardini sogenannten „mündigen Menschen“ dauert bis ca. Mitte 40, wobei die Grenzen fließend sind, wie Guardini betont. Es ist die Phase der vollen Kraft, in der der Mensch Stand gefasst und eine innere Festigung erreicht hat. Nun findet ein Übergang statt, in dem sich der „mündige Mensch“ zum sogenannten „ernüchterten Menschen“ entwickelt. Die Kennzeichen dieses Übergangs beschreibt Guardini sehr eindrücklich: Der Mensch bekommt ein immer deutlicheres Gefühl für die Grenzen

der eigenen Kraft. Das Dasein bekommt den Charakter des Bekannten und immer mehr zeigt sich die „Armseligkeit des Daseins“. Nach Guardini kommt es jetzt darauf an, ob der Mensch in dieser Krise die Bejahung des Lebens vollzieht oder ob die Enttäuschung die Oberhand gewinnt. Wie man diese „Bejahung“ vollziehen kann, beschreibt Guardini nicht näher. Er sagt lediglich, dass der Mensch die Unzulänglichkeiten des Daseins sieht und annimmt in dem Sinne „... dass es nun einmal so ist und bestanden werden muss.“

Gerade wir Jüngeren in der Lebensmitte sind groß geworden in einer Zeit der unbegrenzten Möglichkeiten. Unsere Eltern wollten, dass wir es besser haben. Der gesellschaftliche Wandel brachte eine Liberalisierung persönlicher Lebensstile in Familie und Beruf mit sich. Alles scheint möglich, es gibt keine Normalbiographie mehr, alles liegt in unserer Hand. Wir hatten große Erwartungen an unser Leben. Aber: das Leben schuldet uns nichts. Im Gegenteil: Mit Viktor Frankl fragen wir, was können wir dem Leben bieten, nicht umgekehrt. Und wenn wir in jungen Jahren noch so viele Möglichkeiten haben: Es gibt immer nur *eine* Wirklichkeit, all die nicht verwirklichten Möglichkeiten lassen wir zurück. Mit den Jahren verengen sich dann die Möglichkeiten, und doch bleibt immer ein Raum von Freiheit, um diese eine Wirklichkeit sinnvoll zu gestalten. Wir lernen: es sind die kleinen Dinge, die das Leben ausmachen.

#### *Halbzeit*

*Ich bin jetzt halb so alt wie ich gerne werden möchte  
und bleibe öfter als früher vor alten Bäumen und Häusern stehen:  
Suche Deckung hinter meiner erprobten Melancholie  
wenn mein Auge unsere verblühenden Züge jäh überfällt.  
Nur noch selten nehme ich neue Sätze und Menschen in Zahlung.  
Die Treue bis ans Grab rückt näher.*

*(aus dem Gedichtband „Unerhörte Nähe“ von Ulla Hahn, Stuttgart 1988)*

Unsere Lebensspanne wird überschaubar. In der Lebensmitte findet eine Verschiebung des Lebensgefühls statt: Die eigene Lebenszeit wird nicht mehr wahrgenommen als Zeit von der Geburt bis zur Gegenwart, sondern als verbleibende Zeit von heute bis zum Tod. Carl Gustav Jung veranschaulicht das mit dem täglichen Lauf der Sonne als Gleichnis. Je mehr Ungelebtes in der Lebensmitte übrig geblieben ist, je mehr ein unerfüllter Anspruch empfunden wird, desto schwerer ist es, den Blick nach vorne zu richten, so Jung.

So mag in der Lebensmitte der Blick zurück bisweilen weh tun. Das Leben hat Spuren hinterlassen: Manches ist schief gelaufen, wir haben vielleicht schmerzhaft Verluste erlitten. Viktor Frankl spricht von den ‚vollen Scheunen der Vergangenheit‘, die einem nicht mehr genommen werden können. In der Lebensmitte können wir uns fragen: Gibt es Verluste, Verletzungen, Schuld, die mich daran hindern, frei zu sein für die Zukunft? Und: Wie voll sind unsere Scheunen schon? Es verbleiben noch Möglichkeiten und gleichzeitig haben wir bereits ein gewisses Maß an Lebensweisheit gewonnen. Was für eine Chance, noch einmal die Ausrichtung seines Lebens neu zu überdenken und damit den Grundstein für weiteres inneres Wachstum zu setzen! Nicht zuletzt stellt der Mensch jetzt wichtige Weichen dafür, wie er sein Leben in der nächsten Phase – im Alter – verbringen wird.

Bei dieser Zwischenbilanz mit Blick zurück und Überprüfung des Lebens im Hinblick auf Gegenwart und Zukunft stellen sich existentielle Fragen: Wo stehe ich im Leben? Bin ich auf meinem Weg oder bin ich mir über den Erwartungen anderer fremd geworden? Wo komme ich her? Wo gehe ich hin? Was trägt? Was ist der Sinn meines Lebens? Was möchte ich mit der Zeit machen, die mir noch zum Leben bleibt? Die geistige Person kann sich diesen Fragen stellen. Um ein Klischee dagegen zu setzen: Der alternde Casanova mit neuem Sportwagen und junger Freundin verbleibt sozusagen im Psychophysikum, kommt nicht zu den wahren Ursachen der Krise, sondern bekämpft die Symptome und ist sich dessen häufig nicht einmal bewusst.

Stellt sich aber die geistige Person diesen existentiellen Fragen, wird häufig deutlich, dass sich ein Wertewandel vollzieht: Anderes als früher wird wichtig. Nicht mehr die äußeren Werte oder die Erwartungen anderer zählen, vielmehr richtet sich der Blick nach innen. Wir besinnen uns auf das, was uns ausmacht und definieren angesichts der begrenzten Lebenszeit neu, was das eigentlich Wichtige im Leben ist.

*In Wirklichkeit quält mich ja nicht, dass die Zahl der mir verbleibenden Tage ständig abnimmt, sondern dass ich diese Jahre, wenn nichts Entscheidendes geschieht, auf eine so belanglose Weise verbringen werde. Obwohl ich es mir nie eingestanden habe, ist mein bisheriges Leben verlaufen, als käme das eigentlich Wichtige erst noch.  
(aus dem Roman „Schlaflose Tage“ von Jurek Becker, Frankfurt 1978.  
Im folgenden hört der Hauptdarsteller auf, Rollen zu spielen. Er findet ins „richtige“ Leben, nämlich in seines)*

Gelassenheit für die Gesamtschau des Lebens kann das Bild des Lebens als eines Mosaiks oder als 'Patchwork-Decke' vermitteln. Dieses Bild kann helfen, das Leben so anzunehmen, wie es verlaufen ist, und immer wieder neu Lust machen, Sinnmöglichkeiten für die Zukunft auszuloten: So bunt, mit genau dieser Farbkombination ist es *mein* Leben und als solches einzigartig! Ein Scheitern gibt es nicht, es gibt vielleicht den ein oder anderen ‚Häkelfehler‘, aber das macht nur die Einzigartigkeit noch deutlicher. Immer wieder von Neuem kann ich beginnen und versuchen, mein Bestes zu geben. Und am Ende wird es ein vollkommenes Bild sein.

Schließlich: wir können Verbündete suchen und gemeinsam darum ringen, die Herausforderungen der Lebensmitte zu begreifen und anzunehmen. Beim diesjährigen „Sinnwochenende“ in Gnadenthal haben wir das getan und einmal mehr hat sich gezeigt, dass die Logotherapie einiges zu den wesentlichen Fragen des Lebens beizutragen hat.

*(Die Zitate von Max Frisch, Ulla Hahn und Jurek Becker sind entnommen aus:  
Bernhard Sill: Projekt Lebensmitte, Regensburg 1994)*

## Wer bin ich und wie halte ich die Jahre?

(Beate von Devivere)

Lebensmitte: Die beruflichen Grundlagen gelegt, Erfolge errungen, alleinstehend geblieben oder eine eigene Familie gegründet, Kinder ins Leben begleitet, Freundschaften gefunden und gepflegt, Neues gelernt, so viele Erfahrungen gemacht, so viele Freuden erlebt und Traurigkeiten erlitten – und plötzlich klopft etwas an, meldet sich auf oft merkwürdig unbestimmte Weise.

Im Gespräch mit vielen Menschen in ihrer Lebensmitte – zwischen Ende 30 und Ende 40 – kreisen unsere Gedanken und Empfindungen um sechs Fragen:

- Wer bin ich? Was macht mich als einmalige, einzigartige Persönlichkeit aus?
- Wie kann ich glücklich sein oder werden?
- Was soll ich mit meinem Leben noch anfangen? Was ist mein Lebensziel?
- Wie treffe ich richtige Entscheidungen für heute und für die Zukunft?
- Wohin gehöre ich? Wer sind mir Freunde und Nächste?
- Was ist der Sinn des Ganzen? Worum geht es im Leben – in Anbetracht des Todes? Wozu die Mühe noch bei so viel Flüchtigkeit?

Die einzigartige Sinnfindung des einzigartigen Menschen ereignet sich auf acht Wegen<sup>1</sup>:

- Positive Gefühle und Erlebnisse: Freude und Ehrfurcht empfinden
- Achievement (Leistung, Errungenschaft): Individuelle Lebens-Leistungen
- Beziehung/en: Die Qualität und Bedeutung der Beziehungen
- Intimität: Nähe austauschen, tiefe Empfindungen und Erfahrungen
- Religion/Spiritualität: Etwas, das größer ist als der Mensch
- Selbsttranszendenz: Überwindung der eigenen Grenzen
- Selbstannahme: Die Grundlage der Liebe
- Fairness/soziale Gerechtigkeit: Jenseits des egoistischen Glücks

Gute, erfüllende Erfahrungen in diesen Bereichen bedeuten für jeden Einzelnen nichts weniger als „das ganze Leben“:

- Sie tragen zum Wohlbefinden bei.
- Sie sind ein präventiver und schützender Faktor.
- Sie sind die Grundlage für Hoffnung in hoffnungslosen Situationen.

Steven Covey<sup>2</sup> spricht von vier grundlegenden Bedürfnissen, die wir alle teilen: Leben, Lieben, Lernen und ein Vermächtnis hinterlassen. In der Lebensmitte klopfen diese Grundbedürfnisse an. Mitten am Tag, vielleicht ein unbestimmtes Gefühl von Leere, vielleicht ein Herzklopfen, vielleicht ein Gefühl von Ratlosigkeit, von Ermüdung, von Rat-Losigkeit, von Vergeblichkeit und Verlorenheit, von Déja-Vu, von

1 Paul Wong, Professor an der Universität von Toronto und Vorsitzender des INPM International Network on Person Centered Meaning, verbindet die Erkenntnisse der Positiven Psychologie mit der Logotherapie und dem grundlegenden Bedürfnis des Menschen nach Sinnerfüllung

2 Steven Covey: Der Weg zum Wesentlichen, Campus Verlag

Müdigkeit, von Erschrockenheit oder Erkenntnis. „Etwas“ fragt an. Unabweisbar. „Letztlich kommt es nie und nimmer darauf an, was wir vom Leben erwarten, sondern was das Leben von uns erwartet.“ (Viktor Frankl).

Gute Gespräche in der Lebensmitte, mit Freunden, mit einem Berater, mit einem Coach oder einem Therapeuten, die um diese Themen kreisen, sind wie im folgenden Gedicht beschriebene wunderbare Lieder, die erklingen: „...Lass singen deine Jahre, ich hör sie schon“:

### **Das Lied der Jahre**

*Rudolf Hagelstange*

Wer bin ich und wie halte ich die Jahre,  
die glühn, verflackern, löschen wie der Mohn?  
Wohin der Duft? Und wer bewahrt den Ton?  
Hoch flog der Ball im Aufwind junger Jahre.  
Nun fällt er schon ... ?

Ist dies verloren, ist es je gewesen?  
Schlaf unter Sternen; Küsten meerumblaut;  
der Ströme Wandern; Städte hochgebaut?  
Ich könnte wieder alte Straßen gehen ...  
Sie wären nicht vertraut.

Wer bin ich, da mir dies entsunken?  
Und wer, vor dem, das Zukunft mir gespart?  
Und wer, vom Winde schwach, vom Weine trunken,  
inmitten dieses Schwarms und dieser Fahrt  
von Seelenvögeln und von Geisterfunken?  
Gib Antwort, Gegenwart!

Ich bin, ich atme - eines: Mund und Flöte.  
Ich spiele mir ein Lied; ich bin das Lied.  
Ich bin der Hauch, der durch die Höhlung zieht,  
der Spieler und das Spiel, der Leib der Flöte,  
der Flöte Lied.

Was frag ich nach dem Lied verschollner Jahre ...  
Ich bin, ich atme. Hör ich nicht den Ton!  
Hell schwebt die Wolke. Leuchtend brennt der Mohn.  
Die Flöte harrt. Lass singen deine Jahre.  
Ich hör sie schon.

°

## 10. Studientag am Rheinsteig: 03. September 2011

(von Margit Kobold)

Wenn Engel reisen, dann lacht der Himmel...: Das stammt von mir oder hatte das schon einmal jemand gesagt?

Also waren wir, zumindest an diesem wunderschönen 3. September, alle Engel, die sich morgens um 10.00 Uhr am Friedhof von Dörscheid, oberhalb von Kaub, trafen. Helga hatte zuvor unsere Route „vorgewandert“ und diese Wahl getroffen. Ihr sei ein herzliches Dankeschön. Aber es kommt noch mehr zum Danken....

Unsere Gruppe bestand aus 35 TeilnehmerInnen, wobei es sich nicht nur um LOGOS handelte, sondern auch um LOGO-Familienangehörige, Freunde, Interessierte, eben der bunte „Blumenstrauß“. Jeder „von uns“ kennt diesen Ausdruck und weiß, was er bedeutet.

Recht schnell zog sich eine Schlange aus Wandernden den Berg hinunter. Eifrig in LOGO-Gespräche vertieft, gemeint: Austausch unserer verschiedensten Anwendungsgebiete im Bereich Frankelscher Sinnthematik. Er würde sich freuen, wenn er wüsste, wie vielfältig man seine Logotherapie anwenden kann. Zuerst einmal bei sich selbst, um sie dann so breit wie möglich anderen Menschen zugute kommen zu lassen.



Die Spitze unserer Wanderschlange musste zwischendurch immer mal das Tempo drosseln, und bei den Wegbiegungen auf Helga, unsere Vorwanderin, warten, um nicht in die falsche Richtung zu laufen. Die Wege der Dörscheider Heide waren beschwerlich, aber nur für die Füße, da unwegsam und gewöhnungsbedürftig, aber zumindest ging es hierbei immer bergab.

Und so standen wir beide, Birgit und ich als erste vor einer wunderbar gedeckten Tafel, besser 2 Tischen mit Bänken, die für erschöpfte Wanderer dort aufgestellt sind. Dazu ein herrlicher Blick auf den Rhein mit der Zollburg Pfalzgrafenstein, über den Rhein und auf die gegenüberliegenden Berge oberhalb von Oberwesel mit der Schönburg. Am Tisch Helgas Bruder Alfred, der all das ausgepackte, was sie eingekauft hatte und was nun unsere Augen und Mägen erfreute: Käse und

Fleischwurst mit Senf, Brot und Brezeln, Gürkchen und Oliven, Trauben rote und helle, Äpfel und Pflaumen und jede Menge kalte Getränke. Und über allem flatterte die Fahne der UNESCO unter tiefblauem Himmel. Alfred musste, bevor wir erschienen, die Köstlichkeiten vor dem Ansturm so manchen Rheinsteigbezwinger verteidigen, die diese Tafel als Unesco-Willkommensgruß deuteten.

Nach einer Stunde Pause, wobei wir es leider nicht schafften, alle Köstlichkeiten aufzuessen, ging es nun den „richtigen“ Rheinsteigweg immer bergan wieder zurück nach Dörscheid auf die Terrasse des Landgasthofes. Kaffee und Kuchen, oder ein frisches Bier mit und ohne Alkohol, und dazu immer wieder Gespräche, Gespräche, Gespräche. Eben LOGO-Austausch.

Der wurde unterbrochen, als wir allesamt in der Vinothek des Landgasthofs Platz nahmen. Jetzt war Professor Ochsmann dran, mit dem Thema: Sinnloses Leben, oder wer bringt sich um? Angesichts des wunderschönen Sonntags mit so vielen lieben Menschen fällt es mir schwer, den richtigen Titel des Vortrags zu nennen. Zumindest sei angemerkt, dass sich in unserer modernen Gesellschaft immer mehr Menschen des Lebens müde fühlen, keinen Sinn mehr darin sehen und die Konsequenzen ziehen. Die Zahlen belegen es. Alte Menschen, zudem männliche, bilden die Spitze.

Birgit Mück, Uli Moos und Angelika Wittich brachten anschaulich Beispiele aus ihrem eigenen Umfeld, wie es auch anders gehen könnte. Hat das Leben nicht immer Sinn?

Zum Schluss durften wir unter Anleitung von Angela Stösser unsere Eindrücke des Tages malend auf Papier bringen und wer wollte, konnte sein Ergebnis vorstellen. Es war interessant!

Irmgard und Werner Hoffmann bekamen noch ein „Dankeschön“ für ihre jahrelange Ausrichtung der Studientage am Donnersberg überreicht. Werner schmückt seitdem ein Logo-Orden aus gebackenem Brezelteig.



Dann stimmten wir alle ein in „unsere“ LOGO-Hymne und zogen anschließend wieder auf die Terrasse des Landhotels zum Abendessen.

Ein wunderschöner Tag, voll gepackt mit Sonne, gutem Essen, interessanten Gesprächen, dem Wiedersehen so manch einer/einem LOGO, den/die man lange nicht mehr gesehen hatte, fand sein Ende. Zum Abschluss lugte noch der Mond um die Ecke, um den Heimweg zu beleuchten.

Ach ja, und ganz zum Schluss bekam ich noch ein Feuerwerk über Bingen geschenkt. Da stand ich direkt auf der Fähre.

Schön war's und so soll es auch im nächsten Jahr wieder sein!

## Logo-Hymne



Lo-go-the-ra-peu-ten sind wir, Fran-kl's E-pi-go-nen-schar,  
sei-ne Leh-ren zu ver-brei-ten sind wir hier auf im-mer-dar.  
Frei-heit in Ver-ant-wor-tung le-ben, das ist un-ser al-ler Ziel, im-  
-mer nach dem Lo-gos stre-ben, mag da kom-men, was da will.

- 2 Für den Menschen sind wir offen, der uns gegenübertritt,  
für ihn wir das Beste hoffen, werten nie sein Defizit.  
Helfen ihm in Lebensfragen, suchen mit ihm nach dem Sinn;  
glaub's(!), das Leben wird dich tragen, schaust du nach dem Logos hin!
- 3 Sieht der Mensch in einer Krise meist die lauernde Gefahr,  
doch das Monster, dieses Fiese, stellt auch eine Chance dar!  
Sich nicht mehr die Haare raufen, lass das Schwere hinter dir,  
und beginnst du loszulaufen öffnet sich die neue Tür.
- 4 Die Entscheidung braucht Vertrauen, in mich selbst und meine Kraft.  
Unser Geist kann Neues bauen, hoffen wir, dass er es schafft.  
Mit Distanz wird es gelingen, schaut man sich von außen an,  
Prägungen zu überspringen und den Freiraum sieht man dann.

- 5 Werte finden, Sinn entdecken deshalb sind wir alle hier,  
nach dem Schönen uns zu recken ist das Lebens-Elixier.  
Immer auch den Andern sehen, ist geboten, Tag für Tag,  
ihm ein Stück entgegen gehen, auch wenn's oft misslingen mag.
- 6 Geistes Macht galt's zu begreifen für uns hier zwei Jahre lang,  
dran zu wachsen und zu reifen mit viel Spaß und ohne Zwang.  
16 Schüler, 4 Dozenten bildeten ein super Team,  
unser Logos wird uns lenken bis zum nächsten Wiedersehen.

*Text: Strophe 1 + 2 Anneliese Handel; Strophe 3 - 5 Sabine Holz, Hans-Walter Braun und Annette Schmidt; Strophe 6 Jutta Pistorius; Melodie: nach Freude schöner Götterfunken von L.v.Beethoven*

## Ausblick

Die nächsten Logo-News erscheinen im Dezember 2011.  
Das Thema der nächsten Ausgabe lautet: „**Transzendenz**“.

**Vielleicht haben Sie Tipps für sinn-volle Weihnachtsgeschenke??**

**Beiträge bitte bis Ende November an:**

**E-Mail: [al.handel@yahoo.de](mailto:al.handel@yahoo.de)**

Mitarbeit, Kritik und Anregungen sind ausdrücklich erwünscht!

Mit herzlichen Wünschen für eine gute Herbstzeit grüßt das Redaktionsteam:  
Anneliese Handel (Text) und Klaus-Dieter Handel (Technik)