

**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 29

Juni 2011



## Vom Paradies

(von Anneliese Handel)

Nun haben sie wieder Hochkonjunktur, die Ferienparadiese:

Es gibt sie für Taucher, für Wanderer,  
für Familien oder ganz einfach „für jedermann“.

Man kann sie ansteuern mit Last-minute-Flügen, mit Auto, Bahn, Bus, dem Schiff  
oder mit den Füßen.

Sie sind naturnahe oder luxuriös, für wenig Geld zu haben oder sündhaft teuer.

Sie sind bedroht oder blühend und gar nicht selten haben sie Schönheitsfehler.

Dann sind sie ein Fall für Juristen...

Es bietet sich also an, in der Sommerzeit einmal das Paradies zum Thema zu  
machen.

### **Das Paradies ist käuflich:**

So sagt es zumindest die Werbung. Die Domain „irdisches-paradies.de“ ist noch zu  
haben!

Und wenn Sie mit offenen Augen durch Ihren Wohnort gehen, dann wird Ihnen  
mindestens eines der folgenden Paradiese begegnen:

Asiaparadies

Autoparadies

Bettenparadies

Bilderparadies

Bücherparadies

Computerparadies

Drachenparadies

Einkaufsparadies

Fahrradparadies

Filmparadies

Fotoparadies

Früchte- und Gemüseparadies

Hunde- und Katzenparadies

Jonglierparadies

Kaffeeparadies

Kinderparadies

Kleiderparadies

Mineralienparadies

Musikparadies  
Nagelparadies  
Saunaparadies  
Schlemmerparadies  
Schmuckparadies  
Schuhparadies  
Spielparadies  
Sportparadies  
Teddy-Paradies  
Teeparadies  
Trinkparadies  
Uhrenparadies  
Videoparadies  
Weinparadies  
Zauber-und Theaterparadies

Werfen wir einen genaueren Blick auf diese Paradiese, dann merken wir rasch:

Das „Kinderparadies“ ist nicht etwa ein Ort, an dem Kinder in Frieden heranwachsen können, sondern ein Ort, an dem sie „bespaßt“ werden.

Das „Urlaubsparadies“ ist selten ein Ort, der Leib und Seele erfrischt, sondern ein Ort mit All-inclusive-Buffer und Rund-um-die-Uhr-Zerstreuung.

„Einkaufsparadiese“ bieten alles, was das Herz begehrt, aber leider nur für den zahlungskräftigen Kunden.

Und es bleibt die Frage: Wenn ich alles kaufen kann und dann alles besitze - ist das ein paradiesischer Zustand?

Die Seele ahnt es: Nein, das alles sind nur Surrogate.

Das Paradies ist nicht ein Zustand des Alles-Habens, das Paradies ist nicht käuflich.

Was also ist Paradies?

### **Der Paradiesgarten:**

Im ersten Buch der Bibel ist die Vorstellung eines Gartens entfaltet (Garten Eden). Das Paradies ist hier ein wasserreicher Ort, in dem alles wächst und gedeiht. Der Entwurf passt zu einem Nomadenvolk: Für das Volk Israel war das Bild von einem Ort, an dem es ausreichend Wasser gab und an dem alles ungestört wachsen konnte, eine „himmlische“ Vorstellung.

Das Wort „Paradies“ kommt aus dem Persischen und bezeichnet einen umgrenzten Bereich. Dass ein Garten ein Paradies sein kann, wissen die Gärtner unter uns schon lange...

Bevor es so weit ist, gilt es zwar, Saatgut oder Pflanzen zu erwerben, Muskelkraft einzusetzen, Schweiß zu vergießen, Schnecken und Ungeziefer zu vertreiben; aber alle Mühe ist vergessen, wenn sich die Rosenknospen öffnen, Thymian und Rosmarin ihren Duft verbreiten, Erdbeeren ihr Aroma entfalten...

### **Die himmlische Stadt:**

Das letzte Buch der Bibel schildert die Vision der himmlischen Stadt. Sie ist ebenfalls von einer Mauer umgeben, aber ihre Tore sind offen. Es gibt nichts Böses mehr, kein Leid, keinen Krieg. Bäume des Lebens und ein Strom des Lebens sorgen für Nahrung und Heilung und stehen für einen Zustand ohne Mangel, ohne Krankheit, ohne Tod.

Gott wohnt mitten unter den Menschen, Zeichen für heile Gemeinschaft.

### **Das verlorene Paradies:**

Über das Verbot, vom Baum der Erkenntnis zu essen, haben sich Adam und Eva hinweggesetzt:

Empfanden sie das Verbot als Willkür?

Meinten sie, Gott wolle ihnen etwas vorenthalten?

Jedenfalls verlockte sie das Versprechen der Schlange: „Ihr werdet sein wie Gott!“ Sie sind nicht so geworden wie Gott. Das Essen der Frucht führte sie zur Erkenntnis, dass sie „nackt“ sind, das heißt: schutzbedürftig und ganz und gar nicht allmächtig oder allwissend.

Das Paradies ist verloren, das sagen alle Mythen und Paradiesesvorstellungen. Aber die Sehnsucht danach ist geblieben. Auch Märchen nehmen dieses Thema auf, aber in verfremdeter Weise.

### **Paradies oder Schlaraffenland?**

#### **Im Schlaraffenland...**

- fliegt einem der Braten kross gebraten in den Mund,
- sind die Steine aus Käse,
- fließen im Flussbett wahlweise Milch, Wein oder Honig,
- hagelt es Rosinen und Mandelkerne,
- wachsen die schönsten Kleidungsstücke auf den Bäumen,
- verdient man sein Geld im Schlaf,
- und wird das Alter durch einen Jungbrunnen vertrieben.

So wenigstens erzählen es verschiedene Märchen. Das Schlaraffenland steht bedeutungsgleich für einen Zustand der Faulheit und der Rundumversorgung.

### **Im Paradiesgarten...**

- hat der Mensch Aufgaben:
- Er soll den Garten Eden bebauen und bewahren.
  
- Gefragt sind Kreativität und Vorstellungsvermögen,
- Forscherdrang und Beobachtungsgabe,
- Sorgfalt und Ausdauer.
  
- Das Paradies steht für einen Ort,
- an dem der Mensch arbeiten und gestalten darf,
- an dem Arbeit Freude macht und gelingt,
- an dem der Mensch im Einklang lebt mit allem.

### **Welche Vorstellung spricht Sie mehr an?**

#### **Paradies ist zeitloses Sein:**

Das Leben auf der Erde ist an Raum und Zeit gebunden.

Es gibt aber Momente, in denen wir Zeit und Raum vergessen, Momente, in denen diese Begrenzungen unwichtig werden. Das sind Augenblicke der Selbstvergessenheit oder des vollkommenen Glücks. Dort, wo der Mensch ganz aufgeht in einer (guten) Sache oder sich ganz ausrichtet auf einen anderen Menschen, dort ist er „ganz“.

„Der Mensch ist nur Mensch in dem Maße, als er sich von der Transzendenz her versteht“ (Viktor Frankl).

Da, wo wir uns ganz hin-geben, (was nicht gleichzusetzen ist mit sich auf-geben!!), da ist „Paradies“.

#### **Paradies = Nicht alleine leben müssen!**

„Es ist nicht gut, dass der Mensch allein sei...“

Gemeinschaft haben zu können, das ist ein Stück Paradies!

Das kann man nicht alleine:

trösten

küssen

Fußball spielen

schwätzen  
Vergebung erlangen  
kuscheln  
sich den Blinddarm entfernen  
Kanon singen  
ein Haus bauen  
ein Fest feiern  
ein Kind in die Welt setzen  
diskutieren  
Kammermusik machen....

Mögen Sie die Liste fortsetzen?

---

---

**Das Titelbild:**

Der „Meister des Paradiesgärtleins“ hat Anfang des 15.Jhdts die Vorstellungen seiner Zeit aufgenommen. Das Gemälde ist im Frankfurter Städel zu bewundern. Der (unbekannte) Künstler schildert das Paradies als einen geschützten Ort, in dem Menschen (hier Maria, Jesuskind und Heilige) in Eintracht miteinander und mit Tieren und Pflanzen leben. Das Bild atmet Gelassenheit und Frieden, Schönheit und Freude am Sein.

**„Hausaufgabe“:**

Wir haben nicht mehr das Paradies auf Erden.  
Aber es gibt „Paradies-Fragmente“.  
Vielleicht haben Sie ja Zeit und Lust, in den Sommertagen dieser Frage nachzugehen:

**Was sind paradiesische Momente für mich?**

## Nachlese: SINN-WOCHENENDE 2011 in Gnadenthal

- **Das** Sinnwochenende war eine gelungene Aufforderung und Anregung den eigenen Lebensweg zu bedenken. Danke!
- **Das** Thema Lebensmitte und geistige Person war für mich sehr erhellend und geistig erweiternd in der dazu passenden Gegend mit viel Natur, Ruhe und hohem Erholungswert abseits vom Alltagstrubel.
- **Ich** nahm sehr gerne zum dritten Mal am Sinnwochenende in Gnadenthal teil, weil es einfach gut tut, an diesem schönen, in Natur eingebetteten, spirituellen Ort in stimmungs- und vertrauensvoller Atmosphäre mit Logotherapeuten existentiellen Fragen tiefsinnig nachzuspüren und über Erlebtes und Erfahrenes nachzudenken.
- **Wo** gab es Sinnerfüllung und Lust am Leben? Dies war die letzte von 10 Fragen, die uns Elke Stadelmann auf ihrer „Meilenstein-Liste unseres bisherigen Lebens“ vorgelegt hat. Doch nicht nur mit diesen Fragen, auch mit der „Überprüfung meines Lebens im Hinblick auf Gegenwart und Zukunft“ hätte ich mich beschäftigen können, wenn ich denn gewollt hätte. Von der Selbstverwirklichung bis zur Sinnverwirklichung reichte der Bogen meiner vorläufigen Lebensaufgabe, wenn, ja wenn mir die Themen am Rande Zeit und Gelegenheit gelassen hätten. Sie waren bunt und interessant, aus dem prallen Leben geschöpft, wie die Beschreibung der Hochzeitsfeierlichkeiten von Angelika und Bernd (Wittich). Ihnen zu lauschen war füllend genug – und spannend obendrein.

Herr Ochsmann, als neu ernannter „Hirte“ unserer leider geschrumpften Schar, stellte uns die Begriffe „erstrangige und zweitrangige Religion“ aus dem Buch „Der nackte Kaiser – oder: wie man die Seele der Kinder versteht und heilt“, von Nossrat Peseschkian vor. Und Schwester Michaela blieb auch nicht stumm. Ihr biblischer Teil (s. Text in den nächsten LOGO-News) ergänzte unser Thema „Lebensmitte“.

Viel zu schnell verging die Zeit – im Plenum und im Zwischen-um, mit gutem Essen, einer abendlichen Führung mit Schwester Michaela, vom Kunstwerk bis zum Kuhstall, und einem spätabendlichen Wein-Plausch, ganz unten im Eingangsbereich. Wer noch konnte.

Na, und zum Schluss die große Frage: Wie kriegen wir Euch LOGOS das nächste Mal nach Gnadenthal?  
(das reimt sich sogar).  
Mein Tipp: Kommt einfach mit!



- **Nach** langer Zeit habe ich das erste Mal wieder Kontakt zur Logotherapie gesucht und mich erstmalig beim Sinn-Wochenende in Gnadenthal angemeldet. Für mich war das Wochenende sehr bereichernd, vor allem aus zwei Gründen: es ist uns in den zwei Tagen gut gelungen, jahrgangsübergreifend in einen intensiven Austausch miteinander zu kommen. Und thematisch war das Wochenende eine gute Gelegenheit, Themen, die mich selbst beschäftigen in einer größeren Gruppe zur Diskussion zu stellen. Die Gastfreundschaft in Gnadenthal und die wunderschöne Umgebung boten die idealen Rahmenbedingungen für ein gelungenes Wochenende.
- **Lange** hinausgeschoben hatte ich die Entscheidung, Gnadenthal oder nicht! Alleinsein in Stille kann ich doch auch zu Hause haben, manchmal mehr als genug. Aber dann dieser Ort mit seiner klaren Struktur in Schönheit, Qualität und Einfachheit, in Gemeinschaft mit logotherapeutisch fühlenden Menschen...  
Gut war's, gefahren zu sein!
- **Bereits** am ersten Abend war die Vorstellungsrunde so beeindruckend, da jeder erzählt hat, wie er „Logotherapie“ verwirklicht: Jeder auf seine Weise, jeder nach seinen Gaben. Das alleine war schon ein Lehrstück, von dem man viel mitnehmen konnte in seinen Alltag auf bemerkenswerte gute Weise! Nach dieser Nacht kam es mir vor, nicht mehr dieselbe zu sein, sondern ich war verändert.



- **In** Gnadenthal zu sein, ist für mich immer wieder eine Freude. Bestimmt hat es auch zu tun mit der Landschaft, die so viel Ruhe ausstrahlt. Und mit den Menschen und der liebevollen und annehmenden Atmosphäre dort. Ich fühle mich jedes Mal ein Stück aus der Zeit genommen, weg – gerückt vom Alltag. Der Blick wendet sich von außen nach innen.

Es ist auch die äußere Form: die Architektur, die Gestaltung der Räume, der Ablauf des Tages (mit der Mischung aus „Arbeit“, „Einkehr“ und gemeinsamen Mahlzeiten) und immer wieder den Momenten der Stille, die die Beschäftigung mit der „Geistigen Person“ so fruchtbar machen. Auch die Mitte des Seminarraums, die Schwester Michaela so liebevoll gestaltet, ist auf eine wunderbare Weise hilfreich, von der „äußeren“ zur „inneren“ Mitte zu finden.

Bei jedem Sinn – Wochenende genieße ich ganz besonders den Austausch zwischen den einzelnen Logo – Jahrgängen. Egal, ob abends bei einem Glas Wein, in der Mittagspause, bei einem gemeinsamen Waldspaziergang oder dem Besuch des Gnadenthaler Buchladens (der übrigens immer wert ist, durchstöbert zu werden) – es gibt reichlich Gelegenheit zu Gesprächen.

Der Samstag Abend ist dem gemütlichen Beisammen- Sein gewidmet. Wir machten diesmal einen Spaziergang zu den diversen Kunstobjekten auf dem Gnadenthaler Gelände. Körper, Seele und Geist – in Gnadenthal kommt jedes zu seinem Recht. Und in allen Bereichen gestärkt, kann sich der Blick am

Ende wieder nach außen, in Richtung Alltag, wenden.

Vielen Dank an Elke Stadelmann, die in diesem Jahr ein Referat hielt über die Krise in der Lebensmitte und an Prof. Ochsmann, Schwester Michaela und Anneliese Handel für die Organisation und Gestaltung des Wochenendes!!

- **Das** Sinnwochenende in Gnadenthal- für mich die ideale Verbindung von gelebtem Sinn vor Ort in der Kommunität und der immer wieder nötigen Beschäftigung mit der „Geistigen Person“. Dazu haben Sr. Michaela, Elke Stadelmann, Prof. Ochsmann und der Austausch untereinander vielfältige Anregungen gegeben:  
Ein dichtes Wochenende!



## **Einladung zum Studientag 03. September 2011**



Liebe Freundinnen und Freunde der Logotherapie!  
Wir treffen uns im Mittelrheintal:

**56348 Dörscheid  
Parkplatz am Friedhof (Ortseingang)  
10.00 Uhr**

Zu Fuß sind wir auf dem schönsten Abschnitt des Rheinsteigs „Dörscheider Heide“ unterwegs. Auf Schritt und Tritt überrascht der Rheinsteig mit einmaligen Erlebnissen am Wegesrand, mit zauberhaftem Blick auf den Pfalzgrafenstein (ehemalige Zollstation bei Kaub). Zur Stärkung gibt es zu Mittag ein kleines Picknick am Weinberg. Viel Zeit also für intensive Gespräche zum gegenseitigen Kennenlernen – die Basis für ein glückbringendes Miteinander.

**Landgasthaus Blücher (Kaminsaal)  
56348 Dörscheid, Oberstraße 19  
15.00 Uhr**

Einkehr im Landgasthaus Blücher, wo Prof. Ochsmann einen Vortrag über die „Höhenpsychologie“ von Viktor E. Frankl hält. Zuvor gibt es Kaffee mit leckeren Kuchen, dann zum Abschluss gemeinsames Abendessen à la carte. Das Restaurant bietet frische Zutaten aus der Region, vor allem hervorragende Wildspezialitäten aus heimischem Revier sowie saisonal variierende, ausgesuchte Speisen, auch vegetarische Speisen.

Zu guter Letzt ein gemütliches Beisammensein mit fröhlichem Programm: Singen, Geschichten vorlesen. Alle Teilnehmer können ihre lustigsten oder komischsten Seiten zum Vorschein bringen. Spiele und Lieder sind gefragt! Wer hat was? Wer kann ein Instrument spielen? Der Witz und der Humor sind die lächelnde Trotzmacht des Geistes.

Anfahrt: Mitten im schönen Rheinland, im Weltkulturerbe Oberes Mittelrheintal auf einer Rheinhöhe, liegt das Landgasthaus Blücher ([www.landgasthaus-bluecher.de](http://www.landgasthaus-bluecher.de)).

Mit dem Auto: Fahren Sie rechtsrheinisch von Koblenz oder von Wiesbaden kommend die B 42 entlang bis nach Kaub. Folgen Sie dort dem Schild „Dörscheid 4 km“ durch das Blüchertal auf die Rheinhöhe.

Mit der Bahn: Frankfurt - Kaub via 25010.

Wer benötigt Transfer nach Dörscheid oder eine Mitfahrgelegenheit? Bitte bei der Anmeldung angeben!

Gäste, die sich mit dem Ideen- und Gedankengut von Viktor E. Frankl vertraut machen wollen, sind herzlich willkommen!

**Anmeldungen an Helga Lier-Bernsee**

**E-Mail: [lier-bernsee@web.de](mailto:lier-bernsee@web.de)**

**Tel. 06131-220034**

## **Buch – Tipp**

*(Empfohlen von Friederike Frey )*

Werner Berschneider

### **Wenn Macht krank macht - Narzissmus in der Arbeitswelt**

*(Präsenz Verlag 16,95 €)*

Nun habe ich das Buch gelesen und es ist wirklich eine gute Grundlage für uns Logotherapeuten - gerade weil es auf diesem Gebiet noch so wenig Fachlektüre gibt.

Das Buch, geschrieben von Werner Berschneider, ist unverkennbar von einem bekennenden und sehr engagierten Logotherapeuten geschrieben. Logotherapie - nicht zu verwechseln mit der Logopädie. Auf den ersten Seiten des Buches zeigt Werner Berschneider deutlich, wofür er sich „auf-macht“ - um es mit den Worten von Dr. Uwe Böschmeier zu beschreiben - wie er sich „auf-richtet“ und das aktuelle Zeitgeschehen, die Machenschaften narzisstischer Wirtschaftslenker oder rücksichtsloser Politiker hinterfragt. Ausführlich geht er ein auf das, was ihn persönlich „unmittelbar angeht, was ihn betrifft und betroffen macht“. Auf genau die Sinnfragen, die wir Logotherapeuten uns und unseren Klienten stellen.

Werner Berschneider beschreibt in seinem Buch die unterschiedlichen Wesenzüge des Narzissten und belegt sie mit ihrer Entstehung im Kindesalter. Wichtiger erschienen mir jedoch die praktischen Tipps in der zweiten Hälfte des Buches. Wie wir narzisstische Wesenzüge (auch an uns selbst) erkennen, wie wir wertschätzend - trotz allem wenn und aber - mit Narzissten umgehen lernen und wie uns vor destruktiven Manipulationen krankhafter Narzissten in Führungsetagen schützen können.

Die aufgezeigten Hilfestellungen können sofort in die Praxis umgesetzt werden - logotherapeutisches Gedankengut vorausgesetzt. Die vielen Fallbeispiele, zeigen sehr anschaulich, wie die angewandten Methoden aus der Logotherapie im Umgang mit den speziellen Formen des Narzissmus wirken können. Sowohl von den Fallbeispielen und den Hilfestellungen hätten ich mir mehr gewünscht. Ein lohnenswertes Buch für Menschen die sich im Arbeitsleben mit Narzissten beschäftigen wollen oder müssen.

## **Ausblick**

Die nächsten Logo-News erscheinen im September 2011.

Das Thema der nächsten Ausgabe lautet: „Lebensmitte“.

Mitarbeit, Kritik und Anregungen sind ausdrücklich erwünscht!

Beiträge bitte bis Anfang September an:

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

Mit herzlichen Wünschen für eine gute Sommerzeit grüßt das Redaktionsteam:

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