



„MENSCHEN, DIE MUT MACHEN“

Festvortrag zum 105. Geburtstag von Viktor E. Frankl
von Dr. Boglarka Hadinger

I. VOM WESEN DES MUTES

1. Mut zu sein, das ist eine innere Haltung.
Es ist die Haltung des inneren Aufgerichtet-Seins. Ermutigt zu sein heißt: **innerlich aufgerichtet** zu sein. Die Gegenspieler / die „Testpersonen“ unseres Mutes sind: die Angst; die Pein und die Hilflosigkeit.
2. Innerlich aufgerichtet zu sein: Das ist der Grundzustand, die **Grundhaltung** des Menschen. Analog zum Sinn bemerken wir aber diesen Zustand vor allem dann, wenn er uns verloren geht oder bedroht ist.
Wir sind demzufolge viel öfters mutig als wir es bemerken. Wir brauchen keine „Gönner“, die uns ständig aufrichten, also ermutigen.
Die beste Form der Ermutigung ist: den anderen (oder sich selbst) nicht ständig zu entmutigen.

II. Vom Wesen der Entmutigung

1. Entmutigt oder mutlos können wir werden:
durch uns selbst durch andere Menschen durch das Schicksal
2. Und dies in unterschiedlichen Lebensbereichen. In den Bereichen:
 - Beziehungen
 - Kompetenz
 - Ideale, Werte, Ziele
 - Ethische Selbstbewertung
 - Lebenskraft, Vitalität

Dabei spielen die drei Zeitperspektiven eine Rolle: Vergangenheit, Gegenwart, Zukunft.

Es gehört wohl zu den Gesetzen des Lebens, dass wir von Zeit zu Zeit den Zustand der Mutlosigkeit erleben werden.

III. VOM WESEN DER ERMUTIGUNG

1. Ermutigung ist die Wiederaufrichtung eines Menschen oder die Unterstützung, damit er eine schwierige Situation durchstehen kann.
Ermutigt können wir werden
durch uns selbst durch andere Menschen durch das Schicksal
2. Und dies in unterschiedlichen Lebensbereichen. In den Bereichen:
 - Beziehungen
 - Kompetenz
 - Ideale, Werte, Ziele
 - Ethische Selbstbewertung
 - Lebenskraft, Vitalität



Je mehr ein Mensch bedroht ist, umso mehr Unterstützung braucht er, damit er die schwierige Situation „durchstehen“ kann.

Je mehr ein Mensch verwundet ist, umso mehr Zeit und Unterstützung braucht er, damit er diesen Zustand aushält und sich später wieder aufrichten kann.

Der Sinn aber ist stärker als der Hohn, der Spott oder ein Misserfolg. Durch die Dimension des Sinns und durch die „Trotzmacht des Geistes“ eröffnet uns Viktor E. Frankl eine übergeordnete Dimension. Die nachhaltigste Ermutigung ist der Sinn.

IV. UNSERE ZEIT UND IHRE HERAUSFORDERUNG

„Jede Zeit hat ihre Krankheiten und braucht deshalb ihre eigenen Therapien.“ Viktor E. Frankl

Die Effizienzgesellschaft und die Sinnfrage: „**Dafür** leben wir?“
Der Zangengriff der Effizienzgesellschaft:

- Für die einen*
- Lebenstempo ↑
 - Lebensinhalt –
 - menschliche Begegnungen ↓
 - Lebensraum ■

Für die anderen

Menschen wollen keine Almosen. Sie wollen Sinn.

„Manchmal ist das Symptom das einzig gesunde in einem krank geführten Leben.“
Viktor E. Frankl

*Nicht alles, was effizient und messbar ist, ist sinnvoll.
Nicht alles, was sinnvoll ist, ist effizient und messbar.*

Die Veränderung dieser Lebenssituation wird nicht durch neue Gesetze und Verordnungen erfolgen. Sondern durch einen Prozess, an dem viele einzelne Menschen beteiligt sind. „**The country of hope?**“

- Zusammenhalt / Zusammenhelfen
- Einfallsreichtum / Kreativität
- Zupacken
- Zukunftsperspektive:
Den gegenwärtigen Zustand nicht als Endpunkt des Lebens sehen,
sondern als einen **Zwischenschritt** unserer Entwicklung.

V. Jeder von uns braucht von Zeit zu Zeit Ermutigung, damit wir unsere aufrechte Haltung wieder finden können.
Und in jedem von uns steckt die Fähigkeit, einem anderen Menschen so zu begegnen, dass sich dieser wieder aufrichten kann.

Das ist das Besondere an der Logotherapie Viktor E. Frankls: indem sie uns den Blick für den Sinn schärft, führt sie zur Ermutigung und dadurch zur aufrechten Haltung.

Weitere Informationen unter: www.logotherapie.net oder info@logotherapie.net