Dr. Helmut Graf – Rosenweg 8, 9232 Rosegg

***Die Welt ist nicht heil, aber heilbar. Schwierige Lebensphasen meistern*.**

Autor/-in: Alexander Batthyány / Elisabeth Lukas

Wer meint, ein Ratgeberbuch vorfinden zu wollen, in dem easy-to-do Lebensrezepte feilgeboten werden, wird das Buch sehr rasch zur Seite legen. Wer hingegen seinen Lebensentwurf in der Heraus- und oft Überforderung durch die allgegenwärtigen sozialen, politischen und wirtschaftlichen Dysbalancen fruchtbar reflektieren möchte, wird sich zum Weiterlesen eingeladen fühlen.

E. Lukas und A. Batthyany, beide exzellente Fachkundige der Logotherapie und Existenzanalyse nach Viktor Frankl, die auch mit ihm im engen persönlichen und wissenschaftlichen Austausch waren, verstehen es in herausfordernder Dialogform Themen und Fragen zu reflektieren, deren Beantwortung per se bei existenziellen Lebenskrisen dafür ausschlaggebend sind, hilfreiche und lebensdienliche Perspektiven neu zu gewinnen. Sie begründen Frankls tragischen Optimismus „die Welt ist nicht heil, aber heilbar" auf tiefsinnige Weise, indem sie nicht nur Erkenntnisse aus der Psychologie, Philosophie und Psychotherapie hilfreich aufgreifen, aber zum Teil auch kritisch hinterfragen, sondern weil sie wesentliche Erkenntnisse der Logotherapie und Existenzanalyse aufgreifen, die helfen, die gegenwärtigen Herausforderungen der Zeit besser verstehen und einordnen zu können.

Die Themen spannen einen ungewöhnlich breiten Bogen. E. Lukas lässt im Eingangskapitel all jene verstummen, die meinen, Viktor Frankl hat die Aussage „die Welt ist heilbar" in einen zeitlichen Kontext hineingesetzt, der keine ernstzunehmenden Krisen gekannt hat. Die Frankl-Kennerin verweist auf die Dreißigerjahre des letzten Jahrhunderts, die zwar noch keine globalen Klimakrisen und so starke Vernetzungen, sprich Abhängigkeiten kannten, aber Brutstätte von nationalem Hass waren und Wirtschaftskrisen, kollektive Feindbilder, Rassismus oder Entfremdung keinen lebenswerten Blick in die Zukunft zuließen. Alles Parameter, die wir aus dem Hier und Jetzt doch kennen!

Eindrucksvoll wird also zunächst der geschichtliche Kontext mit der jetzigen Aktualität der Zeit hergestellt um dann Themen und Fragen zu erörtern, die heute resilient wirksam sein könnten.

Mit welchen neuen Blickwinkeln und Themen gelingt es, den allgegenwärtigen Irritationen, dem teilweise nihilistischen Mainstreamdenken entgegenzuwirken?

Ist es wirklich eine Kunst, den Herausforderungen der Gegenwart zu begegnen, oder bedarf es „nur" einer realitätsbezogenen Hoffnung, mit Möglichkeiten sich gegenseitig zu stützen und den Mut und die Weitsicht zu haben, Leidketten zu beenden, indem Sinnmöglichkeiten sichtbar gemacht werden und damit das soziale Miteinander, im Gespräch, zu praktizieren.

Dass dabei Themen wie Umgang mit Schuld, das Gewissen und das Verantwortlich-Sein nicht außer Acht gelassen werden dürfen, erhellt und vertieft die neu zu gewinnenden Perspektiven in Lebenskrisen, um den Alltag sinnorientiert bewältigen zu können.

Der Umgang mit sozialen Medien wird kritisch konstruktiv durchbuchstabiert, genauso gut wie der wohlüberlegte Abstand zum Themenkreis künstliche Intelligenz, durch die milliardenschwere Unternehmer glauben, den („enhanced“) Übermenschen erzeugen zu können und dabei das je Spezifische im Menschen, die geistige Ebene, sträflich ausblenden.

Diesem nihilistisch-reduktionistischem Menschenbild, wird das mehrdimensionale Menschenbild gegenübergestellt, das nach Sinn fragt, und durch das Wissen um Entscheidungsfreiheit, herausgefordert durch ein Mindestmaß an Verantwortungsgefühl, individuelle und kollektive Realitäten richtig einzustufen vermag. Anders: So kann der Entwurf eines Menschenbildes gelingen, das dazu beitragen kann, die individuelle Erlebnis-Welt und das erlebte System-Umfeld, je nach Möglichkeit, zumindest teilweise heilbar machen zu können.

Am Ende fordert A. Batthyány zu einem realitätsbezogenen Neubeginn auf und löst den Entschluss ein, warum die beiden Frankl-Kenner das Buch überhaupt in Angriff genommen haben: Sie wollten beitragen, die Nöte der Zeit besser verstehen zu können und vor allem diesen existenziellen Herausforderungen angemessener begegnen zu wollen. Nicht nur mit einem sehr breiten theoretischen Hintergrund der Logotherapie und Existenzanalyse, sondern auch durch deren vielfältigen Erfahrungsschatz aus hunderten Therapieeinheiten, ist ihnen das sehr gut gelungen.

Ein lesenswertes Buch, dass herausfordert, manche Passagen zweimal zu lesen, damit das Angedachte wohl sinnerweiternd eingeordnet werden kann. Aber das macht die Lektüre so spannend.

Dr. Helmut Graf

Psychotherapeut

helmut.graf@logoconsult.at