

MARINOFF, Lou:

SOKRATES' COUCH.

Philosophie als Medizin der Seele.

Düsseldorf 2000: Patmos Verlag, 317 S., geb., EUR 24,- (ISBN 3-491-72437-6).

Dialog statt Diagnose - diese Devise markiert die Absicht des Autors, neben der Psychotherapie und der Seelsorge einen weiteren Ansatz der beraterischen Begleitung von Menschen in Problem- und Konfliktsituationen zu etablieren: die philosophische Beratung. Sie geht - ähnlich wie die Logotherapie - davon aus, dass der Mensch mit seinen geistigen Ressourcen, wenn sie wirklich genutzt werden, in der Lage ist, für seine Fragen und Probleme Lösungen zu finden. Dazu steht ihm ein reicher Schatz an philosophischen Erkenntnissen und Lebensweisheiten der Kulturen der Völker zur Verfügung, zu denen er nur einen Zugang finden muss. Der Autor ist davon überzeugt, dass dies die meisten Menschen auch ohne fremde Hilfe können. Wie eine solche philosophische Selbstberatung bzw. eine philosophische Selbsthilfe unter der Anleitung eines darin geübten Menschen konkret erfolgen kann, zeigt er auf sehr ansprechende und überzeugende Weise auf, indem er einen detaillierten Einblick in seine „philosophische Praxis“ bietet: Weisheitslehrer und Philosophen aus Ost und West, aus der Antike und der Gegenwart halten Einsichten, Erfahrungen und Denkanstöße bereit, die tatsächlich weiterhelfen und die Persönlichkeitsentwicklung jedes Menschen voranbringen können. Der Autor holt die Philosophie aus dem akademischen Elfenbeinturm und macht sie nutzbar für den Umgang mit den Fragen und Problemen des Menschen von heute. Allerdings bezeichnet er einschränkend seinen Ansatz als eine „Therapie für Gesunde“ und zeigt damit auch seine Grenzen an. Er ist weniger für solche Menschen gedacht, die psychisch erkrankt sind oder sich in einer Krise befinden, die ihre Kräfte lahm gelegt hat. Er eignet sich vielmehr für solche Menschen, die sich mit Problemen beschäftigen, die keine pathologischen Auswirkungen haben.

Matthias Hugoth

GUGGENBÜHL, Allan:

WER AUS DER REIHE TANZT, LEBT INTENSIVER.

Mut zum persönlichen Skandal.

München 2001: Kösel. 191 S., kt., EUR 15,50 (ISBN 3-466-30539-X).

„**E**in ganz normales Leben zu führen, ist das Ziel der meisten Menschen“, so stellt der Autor zu Beginn seines Buches fest (S. 10). Ebenso trifft es aber auch zu, „dass die meisten Menschen große Mühe haben, über längere Zeit Normalität zu leben...Wenn außen alles klappt, stellt sich Unzufriedenheit ein“ (s. 11). Wie können wir mit diesem „Unzufriedenheitsgen“ umgehen, ohne dass es zu Katastrophen in unseren Beziehungen und am Arbeitsplatz kommt? Der Autor zeigt zunächst auf, welche Bedeutung ein Tanzen aus der Reihe, ein persönlicher Skandal, also der Widerspruch gegen einen sozialen Code, ein rituelles Muster oder eine Konvention, gegen unterschwellig geltende Gesetze („Kryptonormen“) und heimlich verhängte Sanktionen für unsere Authentizität und Selbstzufriedenheit haben kann. Denn Skan-

Ndale bringen verheimlichte, oft unbewusste Schattenmotive zur Geltung und werden meist inszeniert, um die Anpassung an Kryptonomen und an eine nur zum Schein übernommene, keinesfalls internalisierte Moral zu beenden. Auch öffentliche Skandale haben eine wichtige Funktion, da sie „die moderne Form des moralischen Diskurses“ sind und „Auseinandersetzungen mit Schattenthemen ermöglichen“ (S. 75). Wer in einem Krankenhaus, einem Heim, einer Schule oder in einem Kindergarten arbeitet, weiß dass Skandale, also das, was sich eine Person „erlaubt“, auch die Chance enthält, dass es endlich zu der längst fälligen Klärung von unterschwellig wirkenden Moralkodices und Sanktionssystemen kommt. Vieles von dem, was sich davon im Zusammenleben der Menschen und an Arbeitsplätzen im Hintergrund verbirgt, wird vom Autor ans Tageslicht gebracht, stets jedoch so, dass auch der positive Effekt, den widerspenstige, skandalöse Verhaltensweisen bewirken können, sichtbar wird. Ein auf annehmbare Weise aufklärendes und zugleich zu einem authentischen Leben ermutigendes Buch, auch wenn diese Authentizität durch einen persönlichen Skandal erkaufte werden muss. Matthias Hugoth

JÄGER, Renate:

DER MUT ZUM NEIN.

Vom Umgang mit Grenzen.

Düsseldorf 2001: Walter Verlag. 192 S., kt., EUR 22,- (ISBN 3-530-42159-6).

Wohl jeder, der in einem seelsorglichen oder helfenden Beruf tätig ist, kennt das Problem der Balance zwischen Nähe und Distanz, zwischen Offenheit und Rückzug. Dabei ist jedem ebenfalls klar, dass Nähe und Hingabe zum Mitmenschen nur möglich sind, wenn es Zeiten der Abgrenzung und der Konzentration auf uns selbst gibt. Warum es vielen schwer fällt, mit Grenzen umzugehen, und wie man zu einem ausgewogenen Verhältnis zwischen dem Offensein für andere und der Sorge für sich selbst finden kann, ist Thema dieses Buches. Die Autorin zeigt die psychologische Bedeutung von Grenzen auf und macht deutlich, dass sie die Voraussetzung dafür sind, Beziehungen einzugehen und durchzuhalten. Ihre zahlreichen Praxisbezüge und Beispiele beziehen sich sowohl auf alltägliche Grenzerfahrungen und auf solche von existentieller Bedeutung. Das macht dieses Buch konkret und gibt ihm zugleich den Tiefgang, der dem Thema angemessen ist. Es ist optimistisch und bisweilen ein wenig leichtfüßig geschrieben, es enthält Anregungen und Hilfen, um die eigenen Begrenzungen zu akzeptieren und notwendige Grenzziehungen vorzunehmen, aber auch, die Begrenztheiten und die Nähebedürfnisse anderer Menschen besser zu verstehen und zu ertragen. Matthias Hugoth

WEINER, Beth:

WO LEBEN IST, IST HOFFNUNG.

Erst als ich das Leiden losließ, fand ich das Glück.

Freiburg 2001: Herder. 208 S., Geb., DM 34,00 (ISBN 3-451-27553-8).

Dieses Buch ist sehr mitteilend und einladend geschrieben - nicht nur, weil die Autorin ihre Leser an ihrem gewagten, aufregenden und zugleich von einer erstaunlichen Daseinszuversicht getragenen Leben teilnehmen lässt, sondern auch, weil sie ihre Botschaft geradlinig und eingängig formuliert: Wer den Mut hat, sich auch die vergrabenen, verharmlosten, verklärten Verletzungen, die einem bereits in der frühen Kindheit und im Laufe des Le-