

### Wertvoll leben

Vortragsabend

*"Werd' ich zum Augenblicke sagen: Verweile doch, du bist so schön!"*

*aus: J.W. von Goethe, Faust 1*

Die Beschleunigung unseres Zeitalters zieht eine Flüchtigkeit nach sich, die ein Verweilen im Augenblick häufig verhindert. Was uns heute allgemein als wertvoll „verkauft“ wird, verbleibt im Äußeren: mein Haus, mein Boot, mein Auto, heißt es in einer bekannten Anzeigenwerbung.

Damit aber hängt Lebensqualität zusammen, dass wir uns Zeit und Raum nehmen, um die schönen Augenblicke des Lebens bewusst zu erfahren. Dabei entsteht eine Nähe zu den Personen und Dingen unserer Umwelt, die eine „Wertberührung“ in Gang bringt: So, wie die gestrichene Saite eines Cellos die Saite eines zweiten in Schwingung versetzt, so können auch wir von den Werten dieser Welt berührt werden.

Auf Grundlage der Existenzanalyse & Logotherapie nach V. Frankl gehen wir im Vortrag u.a. diesen Fragen nach:

- Was ist ein Wert? Wie lässt sich das Abstrakte im konkreten Leben finden?
- Welche Voraussetzungen braucht die Wertberührung beim Menschen?
- Welche Wege führen uns ins Werterleben hinein?
- Wie kann ich meine Wertvorstellungen vor anderen vertreten?

Kleine Übungen zur Erfahrung von „Erlebniswerten“ runden den Vortrag ab.

### Literaturempfehlung:

- Viktor E. Frankl „...trotzdem Ja zum Leben sagen“, 25. Aufl., dtv-Verlag, München: 2005, ISBN 3-423-30142-2  
Autobiografie von Viktor Frankl
- Silvia Längle, Martha Sulz (Hg.) „Das Eigene leben: ein Lesebuch zur Existenzanalyse“, 2005, ISSN 0258-5391- zu beziehen über die GLE im Internet unter <http://www.gle-d.de/Shop.284.0.html>  
Praktische Lebenshilfen aus der Existenzanalyse