

**Ute Griebel: „Lebensfreude und Gesundheit.“**  
**NLP-Tools bei der Begleitung schwer kranker Menschen“**  
**Vortrag beim NLP-Konvent 2012**

**I Lachen ist die beste Medizin. - Eine alte Weisheit wird neu bestätigt.**

Lachen ist ursprünglich Ausdruck von Lebensfreude. Lachen ist Ausdruck eines freien, positiven Gefühls ohne Begründung oder Normierung.

„Bereits seit Aristoteles glaubt man, dass Lachen die Blutzirkulation verbessere, der Verdauung helfe, Energie zurückgebe und Körperfunktionen anregt“<sup>1</sup>.

Oder moderner formuliert: Durch das Lachen werden „psychophysische Spannungen aufgelöst, Selbstheilungskräfte mobilisiert und der Energiefluss im Körper gefördert“<sup>2</sup>.

**Lebensfreude** stärkt also die Gesundheit, sie wirkt sich ganzheitlich aus.

„Sind die Nervenbahnen, auf denen Zufriedenheit und Freude ...weitergeleitet werden, oft in Gebrauch ... verbreitern sich diese ‚positiven‘ Nervenbahnen und die Zentren für Belohnung, Lustgewinn und Überschwang werden größer und stärker...“<sup>3</sup>. Die gleichen Nervenbahnen werden nicht nur bei **positiven Gefühlen**, sondern auch bei **positiven Gedanken** genutzt und gefördert.

Freude schafft eine Wechselwirkung von Geist und Körper in Richtung Gesundheit.

Das sind die Hinweise aus **der PNI, Psychoneuroimmunologie**. In diesem relativ jungen Fachgebiet wird das komplexe Zusammenspiel zwischen neuronalen, immunologischen und endokrinen Abläufen erforscht.

„Jeder Gedanke, jedes Gefühl hat ein biochemisches Äquivalent“<sup>4</sup>.

So hat man herausgefunden, dass **psychische Belastungen die Abwehrkraft des Immunsystems** schwächen. Und umgekehrt: „Alles, was Ihr Ich-Gefühl fördert, stärkt ... auch ihr Immunsystem“<sup>5</sup>.

Nun ist die Frage, ob diese Weisheit auch bei schwerer Krankheit hilft.

---

<sup>1</sup> Wild, Barbara (Hg). Humor in Psychiatrie und Psychotherapie. Schattauer. 2012. S. 47.

<sup>2</sup> Titze, Michael. Wie therapeutisch sind Lachgruppen? Ebd. S. 255.

<sup>3</sup> Bartens, Werner. Körperglück. Wie gute Gefühle gesund machen. Ebd. S. 21.

<sup>4</sup> Northrup, Christiane. Frauenkörper Frauenweisheit Wie Frauen ihre ursprüngliche Selbstheilungskraft wieder entdecken können. Zabert Sandmann. München. 2006. 10. Aufl. S. 55.

<sup>5</sup> Mc Dermott, Ian, O' Connor, Joseph. NLP und Gesundheit. VerlagsGmbH Kirchzarten bei Freiburg, 2002, 3. Aufl., S. 145.

**Ute Griebel: „Lebensfreude und Gesundheit.  
NLP-Tools bei der Begleitung schwer kranker Menschen“  
Vortrag beim NLP-Konvent 2012**

**II Lebensfreude - bei Menschen mit einer schweren Krankheit?**

Wie ist das bei **Menschen** mit einer schweren Erkrankung, die zum Tod führen kann, bei einer Krankheit wie Krebs?

In dieser Situation braucht man keine klugen Ratschläge, sondern Verständnis, Trost und Nähe. Ist es dann nicht taktlos, auf die Lebensfreude hinzuweisen?

Auch wenn Lebensfreude positiv sich auf die Gesundheit auswirken kann und dabei hilft, sich besser zu fühlen, gibt es kein Patentrezepte, schon gar keine garantierte Heilung im schulmedizinischen Sinne.

„Tatsache ist, dass die **Lebensumstände der kranken Menschen** (...) den Voraussetzungen für Humor und Lebensfreude „diametral entgegenstehen. Die Ursachen und Folgen von Krankheit sind alles andere als lustig. Deshalb ist es eine große Herausforderung“<sup>6</sup> zu versuchen, Freude in das ernste, manchmal toderne „Unternehmen Krankheit“ einzubringen.

Aus der **Humorforschung** kommen erste vorsichtige Einschätzungen:

Freude unterstützt anscheinend - auch in schweren Zeiten

- das persönliche **Wohlbefinden** und ermöglicht ein intensiveres **Genießen**<sup>7</sup>, sie hat einen(kurzfristigen) **schmerzreduzierenden Effekt** und ermöglicht die **Reduktion von Angst und negativen Gefühlen. Sie ermöglicht eine Stressmodulation**<sup>8</sup> und hilft bei der **der Gewinnung sozialer Unterstützung**<sup>9</sup>.

Denn „Lächeln und Lachen (...) sind emotional ansteckend“<sup>10</sup>.

So öffnen die Momente des Lächelns, der Freude „ein Fenster der Möglichkeiten“, einen **Raum für neues Denken und Verhalten, für neue innere und äußere Möglichkeiten**, im persönlichen Leben wie im sozialen Bereich.

Auch, wenn es keine Heilung im Sinne im schulmedizinischen Sinne gibt.

---

<sup>6</sup> Bischofberger, Iren (Hg.). Ebd. S. 32.

<sup>7</sup> Diener, Ed. In: Von Hirschhause, Eckart. Glück kommt selten allein.. Rowohlt Taschenbuch. Reinbek. 2011. S. 403.

<sup>8</sup> Wild, Barbara (Hg). Humor in Psychiatrie und Psychotherapie. Schattauer. 2012. S. 50.

<sup>9</sup> Wild, Barbara (Hg). Humor in Psychiatrie und Psychotherapie. Schattauer. 2012. S. 52.

<sup>10</sup> Wild, Barbara (Hg). Humor in Psychiatrie und Psychotherapie. Schattauer. 2012. S. 54

**Ute Griebel: „Lebensfreude und Gesundheit.  
NLP-Tools bei der Begleitung schwer kranker Menschen“  
Vortrag beim NLP-Konvent 2012**

**III Die innere Haltung der Begleitenden**

Bevor wir uns die Praxis und das methodische Handwerkzeug anschauen, ist ein Aspekt für mich wesentlich: es geht um die Haltung, um die innere Einstellung derer, die das Handwerkszeug nutzen wollen.

Für die Begleitung schwer kranker Menschen sehe ich folgende Voraussetzungen:

1. Die **volle Wahrnehmung der Realität**, eine Einstellung, die weder das Schöne und Freudenreiche, noch das Schwere, das Leiden ausblendet. Das Wissen, das Tod und Leben zusammengehören.
2. Eine Einstellung, die von Respekt und Wertschätzung gekennzeichnet ist, die Werte wie **Menschenwürde**, Selbstbestimmung und Freiheit hoch hält.
3. Dazu gehört: Lust am Verstehen, **Liebe zum Menschen**,
4. Dazu gehört die **eigene Lebensfreude**, die Kreativität und das „Durchgearbeitetsein“!
5. Schließlich das **Vertrauen**, dass es mehr gibt, als wir wissen und glauben.

Aus dieser Haltung heraus kann man schwer kranke Menschen begleiten und das methodische Handwerkzeug sinnvoll einsetzen. Zumal, wenn man der Meinung ist, dass Freude „kein exklusives Gut der Unversehrten ist“<sup>11</sup>.

Manchmal gelingt es Menschen in schwersten Zeiten sogar, eine „**Trotzmacht des Geistes**“ zu kultivieren, wie dies Viktor Frankl nennt“<sup>12</sup>. Er meint damit die entwickelte Fähigkeit, Augenblicke der Freude auch unter extremen Bedingungen zu erleben. Viktor Frankl war im KZ. Er hat es überlebt, und uns in seinem Lebenswerk hinterlassen, wie es möglich war, auch unter diesen Bedingungen so etwas wie Würde und Liebe, aber eben auch Freude und Humor zu erhalten.

---

<sup>11</sup> Bischofberger, Iren (Hg.). Ebd. S. 32.

<sup>12</sup> Bischofberger, Iren (Hg.). Ebd. S. 32.

**Ute Griebel: „Lebensfreude und Gesundheit.“**  
**NLP-Tools bei der Begleitung schwer kranker Menschen“**  
**Vortrag beim NLP-Konvent 2012**

**IV Viktor E. Frankl: Momente der Freude in der Härte des Daseins**

**Viktor Emil Frankl** lebte von 1905 – 1997, war jüdischer Arzt und Professor für Neurologie, Psychiatrie, und Logotherapie in Wien. 1942 wurde er mit seiner Frau und seinen Eltern nach Theresienstadt deportiert, danach war er in Auschwitz, später im Außenlager von Dachau.

Eines seiner Bücher, in dem er die Erfahrungen im KZ reflektiert, heißt: ‚...trotzdem Ja zum Leben sagen‘.

Ich wollte herausfinden:

- Wie hat Viktor Frankl es geschafft, Freude in schweren, in unmenschlichen Situationen, wahrzunehmen, zu erleben und sogar zu initiieren?
- Was ist davon zu übertragen für die Begleitung von schwer erkrankten Menschen?
- Welche NLP-Tools stehen uns dafür zur Verfügung?

**Viktor E. Frankl: Trotzdem Ja zum Leben sagen**

Ich gehe an den drei Zeit-Dimensionen entlang: Freude in der Gegenwart, Freude aus der Vergangenheit, Freude auf die Zukunft, um die große Fülle des Materials, das bei Frankl zu finden ist, zu ordnen.

**IV 1. Freude in der Wahrnehmung der Gegenwart empfinden**

Viktor Frankl schreibt: „Der furchtbarste Augenblick (...) des Lagerlebens war das jedesmal das Erwachen. (...) In diesen grässlichen Minuten gab es für mich einen schwachen Trost: ein vom Abend aufgespartes **Stückchen Brot** aus der Tasche ziehen und – ganz hingeeben diesen Genuss – es verzehren“<sup>13</sup>.

Viktor Frankl beschreibt weiter, wie ihn **intensives Naturerleben** „die ganze furchtbare Situation vollends vergessen“<sup>14</sup> lässt. „...es kam einmal dazu, dass eines Abends, als wir todmüde von der Arbeit in den Baracken auf dem Erdboden schon hingestreckt lagen, plötzlich ein Kamerad hereinstürzte, um uns aufzufordern, trotz aller Müdigkeit und der Kälte draußen, uns den Anblick eines Sonnenuntergangs

---

<sup>13</sup> Frankl, Viktor E. ... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. Ebd. S. 56.

<sup>14</sup> Frankl, Viktor E. ... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. Ebd. S. 66.

**Ute Griebel: „Lebensfreude und Gesundheit.“**  
**NLP-Tools bei der Begleitung schwer kranker Menschen“**  
**Vortrag beim NLP-Konvent 2012**

nicht entgehen zu lassen (...). Die Männer standen tatsächlich auf und sahen „draußen die düster glühenden Wolken im Westen und den ganzen Horizont belebt von den vielgestaltigen und stets sich wandelnden Wolken mit ihren phantastischen Formen und überirdischen Farben vom Stahlblau bis zum blutig glühenden Rot und darunter (...) die öden Erdhütten des Lagers und den sumpfigen Appellplatz, in dessen Pfützen noch sich die Glut des Himmels spiegelte...“<sup>15</sup>

Ich habe etwas ähnlich Bewegendes mit einem Leukämie-Patienten im Krankenhaus erlebt: Wie er mit einem Baum, den er vom Bett aus sehen konnte, in einen intensiven Dialog ging und den schönen Anblick in vielen Fotos verarbeitete.

Ich erlebe auch, wie Patienten das besondere Essen genießen, das ihnen liebevoll von der Familie mitgebracht wird, ebenso die Blumen oder Musik . . .

Im NLP pflegen wir die bewusste Wahrnehmung mit allen fünf Sinnen. Wir lernen, mit der Aufmerksamkeit ganz „draußen“ zu sein. – Auch, um bei Bedarf eben Distanz zu inneren Prozessen zu gewinnen, um sich von der Angst zu erholen. – Das kann eine sinnvolle Lenkung der Aufmerksamkeit von Patienten sein, die für diese Dinge empfänglich sind.

#### **IV 2. in der Gegenwart : Freude und Humor durch innere Arbeit**

Viktor Frankl berichtet auch von Kunst und Humor im Konzentrationslager. Er schreibt: „Immerhin (...) gibt es improvisierte **Kabarettveranstaltungen**. (...) um ein wenig zu lachen oder zu weinen, auf jeden Fall: ein wenig zu vergessen. Ein paar Lieder, ein paar Gedichte, ein paar Späße, auch mit satirischer Tendenz. Dies alles soll vergessen helfen. Und es hilft!“<sup>16</sup>

Über Humor sagt er:

Humor gibt es „nur für Sekunden oder Minuten. (...) Der Humor ist eine Waffe der Seele im Kampf um ihre Selbsterhaltung. Ist es doch bekannt, dass der Humor wie kaum sonst etwas (...) geeignet ist, Distanz zu schaffen und sich über die Situation zu stellen“<sup>17</sup>.

---

<sup>15</sup> Frankl, Viktor E. ... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. Ebd. S. 67.

<sup>16</sup> Frankl, Viktor E. ... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. Ebd. S. 69.

<sup>17</sup> Frankl, Viktor E. ... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. Ebd. S. 71.

**Ute Griebel: „Lebensfreude und Gesundheit.“**  
**NLP-Tools bei der Begleitung schwer kranker Menschen“**  
**Vortrag beim NLP-Konvent 2012**

Frankl selbst übt sich bewusst im Humor, indem er einem Freund und Kollegen) vorschlug, „täglich mindestens eine lustige Geschichte zu erfinden, und zwar etwas, das sich dereinst, nach der Befreiung und Rückkehr ereignen könnte“<sup>18</sup>.

Aus der Begleitung der Krebspatientinnen kenne ich mehrere, die ihre Krankheit mit humorvollen Geschichten und Gedichten verarbeiten (die oft auch sehr hilfreich für Mitpatientinnen sind). Kürzlich erschienen ist ein Comik-Band „Cancer-Woman“, eine unübertreffliche Selbstironie und Krankenhaussatire! – Natürlich erfinden meine Patienten und Patientinnen Spitznamen für die Ärzte und Schwestern (Dr. Stistides) oder „die Göttin“).

Als Psycho-Onkologin mit NLP-Werkzeug arbeite ich hier (vorsichtig) mit Übertreibungen und bewussten Absurditäten, gelegentlich auch mit Provokation – und freue mich, wenn der Patient lacht.

#### **IV. 3 Freude aus der Vergangenheit schöpfen**

Viktor Frankl war gerade ein Jahr verheiratet, als die Familie getrennt in verschiedene Lager verschleppt wurde. In sehr anrührender Weise erzählt er, wie er sein Liebe – und wie seine Liebe ihn - aufrecht erhalten hat.

„Während wir kilometerweit dahinstolpern, im Schnee waten oder auf vereisten Stellen ausgleiten, (...) fällt kein Wort mehr, (...) jeder von uns denkt an seine Frau. (...) Mein Geist ist jetzt erfüllt von der Gestalt (...) Ich führe Gespräche mit meiner Frau. Ich höre sie antworten, ich sehen sie lächeln, ich sehe ihren fordernden und ermutigenden Blick, und – leibhaftig oder nicht – ihr Blick leuchtete jetzt mehr als die Sonne, die soeben aufgeht“<sup>19</sup>.

Das erste Mal in meinem Leben erfahre ich die Wahrheit dessen, (...) dass Liebe irgendwie das Letzte und das Höchste ist, zu dem sich menschliches Dasein aufzuschwingen vermag. Ich erfasse den Sinn (...): die Erlösung durch die Liebe und in der Liebe! Ich erfasse, dass der Mensch, wenn ihm nichts mehr bleibt auf dieser

---

<sup>18</sup> Frankl, Viktor E. ... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. Ebd. S. 71.

<sup>19</sup> Frankl, Viktor E. ... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. Ebd. S. 63.

**Ute Griebel: „Lebensfreude und Gesundheit.“**  
**NLP-Tools bei der Begleitung schwer kranker Menschen“**  
**Vortrag beim NLP-Konvent 2012**

Welt, selig werden kann – und sei es auch nur für Augenblicke – im Innersten hingegeben an das Bild des geliebten Menschen“<sup>20</sup>.

Er sagt über all die Schätze, die er bereits eingesammelt hat in seinem Leben: Was wir in der Fülle unseres vergangenen Lebens, in dessen Erlebnisfülle verwirklicht haben, diesen inneren Reichtum kann uns nichts und niemand mehr nehmen. Aber nicht nur, was wir erlebt; auch das, was wir getan, das, was wir Großes je gedacht, und das, was wir gelitten... all das haben wir hineingerettet in die Wirklichkeit, ein für allemal. Und mag es auch vergangen sein – eben in der Vergangenheit ist es für alle Ewigkeit gesichert! Denn Vergangenheit ist auch noch eine Form von Sein, ja vielleicht die sicherste“<sup>21</sup>.

Es gehört mit zu den seelsorglichen Aufgaben der Psycho-Onkologin, Menschen beim Bilanzieren ihres Lebens zuzuhören und sie dadurch zu unterstützen. Dabei ist die gelebte Liebe oft ein Schwerpunkt.

Manchmal wird man Zeuge einer ganz wesentlichen Vertiefung einer Ehe – gerade am Krankenbett. Ich habe eine Frau vor Augen – Hirntumor- die mit ihrem Mann Hand hielt und vom Walzertanzen erzählte . . .

Im NLP gibt es zahlreiche Werkzeuge, konstruktiv mit Erinnerungen zu arbeiten: Das Konzept der Zeitlinie hilft, Schätze der Vergangenheit einzusammeln und sich neu und dankbar an ihnen zu erfreuen.

#### **IV.4 Freude als Vorfreude auf die Zukunft**

Fragen wir noch einmal Frankl, wie es mit der Vorfreude geht, wenn es eigentlich keine Zukunft gibt. Er schreibt:

„Im Konzentrationslager - in extrem trostloser und hoffnungsloser Situation - da stellte ich mir vor, ich stünde an einem Rednerpult in einem (...) hellen Vortragssaal, (...) und ich spräche von alledem, was ich – soeben erlebte“<sup>22</sup>. I

„Und all das, was mich so quält und bedrückt, all das wird objektiviert...“

---

<sup>20</sup> Frankl, Viktor E. ... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. Ebd. S. 63.

<sup>21</sup> Frankl, Viktor E. ... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. Ebd. S. 124 f.

<sup>22</sup> Weigel, Hans. In: Frankl, Viktor E. ... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. Ebd. S. 7.

**Ute Griebel: „Lebensfreude und Gesundheit.  
NLP-Tools bei der Begleitung schwer kranker Menschen“  
Vortrag beim NLP-Konvent 2012**

Und mit diesem Trick gelingt es mir, mich irgendwie über die Situation, über die Gegenwart und ihr Leid zu stellen und sie so zu schauen, als ob sie schon Vergangenheit darstellte.<sup>23</sup>

Im Herbst 1976 erhielt Frankl in Wien den Preis für sein Lebenswerk, zugleich eine triumphale Bestätigung für seine Lehre und seine Phantasie und „konnte diesen Abend erleben, weil er ihn im Geist vorwegnehmend damals erlebt hatte“<sup>24</sup>.

Allerdings hat er sich nie etwas vorgemacht: Er schreibt:

Trotzdem „veranschlagte ich meine Aussicht zu überleben, mit ungefähr fünf Prozent. Und sagte es den Leuten! Denn ich sagte ihnen auch, dass ich (...) nicht daran dächte, die Hoffnung aufzugeben. (...) Denn kein Mensch wisse die Zukunft, kein Mensch wisse, was ihm vielleicht schon die nächste Stunde bringe“<sup>25</sup>.

Er sagte ihnen auch, „dass das Leben von ihnen etwas erwarte, dass etwas im Leben, in der Zukunft auf sie warte. Tatsächlich ergab sich auch, dass auf den einen ein Mensch wartete: sein Kind, an dem er (...) hing. Auf den anderen wartete... eine Sache: sein Werk“<sup>26</sup>. So hielt Frankl für sich und andere den Spannungsbogen zur Zukunft aufrecht.

Wir kennen aus dem Krankenhaus den Unterschied zwischen einem Menschen, der (bis zuletzt) hofft und dem, der sich aufgibt. Einem Menschen, der sich aufgibt, kann man kaum noch helfen. (Wegen dieser positiven Bedeutung der Hoffnung ist die „Wahrheit am Krankenbett“ auch so heikel! )

Im NLP haben wir den Grundsatz: Solange der Mensch lebt, gibt es Grund zur Hoffnung. Und verstehen Hoffnung und Genesung in einem weiteren, in einem größeren Sinne.

---

<sup>23</sup> Frankl, Viktor E. ... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. Ebd. S. 113.

<sup>24</sup> Weigel, Hans. In: Frankl, Viktor E. ... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. Ebd. S. 7.

<sup>25</sup> Frankl, Viktor E. ... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. Ebd. S. 124.

<sup>26</sup> Frankl, Viktor E. ... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. Ebd. S. 121.



**Ute Griebel: „Lebensfreude und Gesundheit.“**  
**NLP-Tools bei der Begleitung schwer kranker Menschen“**  
**Vortrag beim NLP-Konvent 2012**

**IV. 5 Freude in der weiteren Zukunft: Transzendenz**

Viktor Frankl beschreibt in seinem Buch **das religiöse Interesse** der Mitgefangenen: „Das religiöse Interesse (...), sobald und sofern es aufkeimt, ist das denkbar innigste. Der neu hinzugekommene Lagerinsasse wird oft nicht ohne Erschütterung von der Lebendigkeit und Tiefe religiösen Empfindens überrascht sein. Am eindrucksvollsten (...) sind wohl die improvisierten Gebete oder Gottesdienste, wie wir sie im Winkel einer Lagerbaracke erleben konnten oder in einem finsternen versperrten Viehwaggon“<sup>27</sup>.)

Frankl malt uns die Suche des Menschen nach **Sinn** vor Augen, die für ihn die Basis des Lebens und der Freude ist.

Wieder hebst du an mit deiner Zwiesprache mit dem geliebten Wesen, oder, zum tausendsten Mal beginnst du Klagen und dein Fragen zum Himmel zu schicken. Zum tausendsten Mal ringst du um eine Antwort, ringst du um den Sinn deines Leidens (...) – um den Sinn deines langsamen Sterbens. In einem (...) Aufbäumen (...) fühlst du deinen Geist das Grau, das dich umgibt, durchstoßen, und fühlst (...) wie dein Geist über diese (...) Welt hinausdringt und zuletzt von irgendwoher dir ein sieghaftes ‚Ja!‘ entgegenjubelt. Und in diesem Augenblick – leuchtet ein Licht auf“<sup>28</sup>.

Ich habe einige Patientinnen begleitet, die durch ihren Glauben friedlich, zufrieden mit ihrem Leben eingeschlafen sind. Als Glaubende können wir einen Horizont über den Tod hinaus sehen.

Die Psychoonkologie ist religiös-neutral - und offen für Sinnfindung und Spiritualität in ihren verschiedenen Ausprägungen. Transzendenz als ein Angebot des Überschreitens der Endlichkeit, der begrenzten menschlichen Wirklichkeit.

NLP respektiert und unterstützt die individuelle Sinnfindung jedes einzelnen Menschen. Hierhin gehören die Formate auf den logischen Ebenen, besonders die Arbeit auf der Identitäts- und der Spiritualitätsebene, die Arbeit mit der persönlichen Kraft-Quelle, die Rede von der Zugehörigkeit zu einem größeren Ganzen.

---

<sup>27</sup> Frankl, Viktor E. ... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. Ebd. S. 59.

<sup>28</sup> Frankl, Viktor E. ... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. Ebd. S. 67 f.

**Ute Griebel: „Lebensfreude und Gesundheit.  
NLP-Tools bei der Begleitung schwer kranker Menschen“  
Vortrag beim NLP-Konvent 2012**

Ich schließe mit einem Zitat von **Richard Bandler** zur Spiritualität bei Owen Fritzpatrick  
**„Es geht darum, dass du glücklich mit dir selbst bist und mit deinem Platz in der Welt“,  
andere zu lieben, sie gut zu behandeln und die richtigen Dinge aus den richtigen  
Gründen zu tun, dankbar für alles zu sein, was du hast und für all die Menschen in  
deinem Leben, zu üben, veränderte Zustände einzugehen, die es dir ermöglichen,  
dich mit einer größeren Macht zu verbinden, um die Welt zu einem besseren Platz zu  
machen, andere in ihren Überzeugungen zu respektieren und akzeptieren und die  
Unterschiede wertzuschätzen. „**