

# Inhaltsverzeichnis

<b>Das Leben beginnt</b>	<b>11</b>
1 Schöne Kinderzeit	11
1.1 Meine Mutter und mein Vater	11
1.2 Unsere Familie in Olbernhau	13
1.3 Einschulung in Olbernhau	14
1.4 Umzug nach Ludwigshafen am Rhein	14
1.5 Neubeginn in Ludwigshafen	15
2 Die Jugendzeit	16
2.1 Gymnasium in Ludwigshafen	16
2.2 Meine Jugendfreundschaften	17
3 Leben als Heranwachsender	19
4 Entscheidung für einen Beruf	20
5 Deutsches Schulsystem	22
5.1 Allgemeinbildung	22
5.2 Berufsbildung	24
5.3 Hochschulbildung	25
6 Regeln für junge Menschen	25
<b>Die Basis meines Lebens</b>	<b>28</b>
1 Der Industriekaufmann	28
2 Der Fußballer	30
2.1 Fußballjugend	30
2.2 Stürmer in der obersten deutschen Fußballliga	32
3 Übergangszeit bis zum ersten Studium	35
4 Erstes Studium	36
5 Zweites Studium	38
6 Nachdiplomstudium	43
<b>Die Ehepartnerschaft, Lehrertätigkeit, Reisen</b>	<b>48</b>
1 Meine Frau Isolde und ihre Eltern	48
2 Erste gemeinsame Reiseerlebnisse	50
3 Unsere Heirat und weitere Reisen	52

► Inhaltsverzeichnis

4 Lehrertätigkeit an einer Berufsfachschule	55
4.1 Anfangsprobleme des neuen Lehrers	56
4.2 Das Vorbild des Pädagogen	57
4.3 Lehrerkollegen und Klassenleiter	57
4.4 Geschichten meiner Lehrerzeit	58
5 Umzug in das eigene Heim	60
6 Weitere Inlands- und Auslandsreisen	62
7 Prinz-Luitpold-Bad	65
 <b>Das weitere Berufsleben, Reisen, Begegnungen</b>	 68
1 Industrie- und Handelskammer Ludwigshafen	68
1.1 IHK Ludwigshafen	68
1.2 Prinzipien eines Dozenten an einer IHK	69
1.3 Verabschiedung als Dozent an der IHK	73
2 Berufsakademie Mannheim	73
2.1 Fachleiter an der BA Mannheim	74
2.2 Beurteilung meiner BA-Dozentenzeit	75
2.3 Verabschiedung an der BA Mannheim	76
3 Fachhochschule Ludwigshafen	76
3.1 Vorlesungen an der FH Ludwigshafen	77
3.2 Professoren an der Fachhochschule	78
3.3 Bewertungen meiner FH-Vorlesungstätigkeit	80
4 Weitere Dozententätigkeiten	82
5 Tätigkeit als redaktioneller Projektleiter	83
6 Meine umfassende Autorentätigkeit	84
7 Weitere Reisen 1987 bis 1995	89
8 Sonstige Auslandsreisen 1996 bis 2007	91
9 Erlebnisse in der schönen Pfalz und anderswo	94
10 Interessante Begegnungen	97
 <b>Unsere Lebensfreundschaften</b>	 100
1 Heutige Familie	101
2 Heutige Freunde und Bekannte	104
3 Unsere Nachbarn in Grünstadt	111
3.1 Geschätzte Nachbarn und Bekannte	111
3.2 Sehenswürdigkeiten in unserer Nähe	113

<b>Das Leben im Ruhestand</b>	116
1 Mein Ruhestand	116
1.1 Ende der Berufstätigkeit	117
1.2 Hobbys im Ruhestand	118
1.3 Probleme im Ruhestand	122
1.4 Gegen Krankheiten kämpfen	124
1.5 Künstlerische Tätigkeiten	125
1.6 Kurze Geschichte der Ölmalerei	128
1.7 Wege zur Zufriedenheit im Alter	130
2 Reisen kurz vor dem Ruhestand	132
3 Die Reise nach China	133
3.1 Shanghai	133
3.2 Jangtsekiang Fluss	135
3.3 Chonggoing	136
3.4 Peking	137
3.5 Die Große Mauer	138
3.6 Letzter Tag in China	139
4 Reise nach Südtirol	141
4.1 Meran	141
4.2 Bozen	142
4.3 Brixen	143
4.4 Dolomiten	143
5 Reise nach Davos und St. Moritz	144
5.1 Davos	144
5.2 St. Moritz	145
6 Kreuzfahrt im östlichen Mittelmeer	145
6.1 Reiseroute und Gegebenheiten an Bord	145
6.2 Ausgangspunkt Genua	147
6.3 Ajaccio auf Korsika	148
6.4 Meerenge von Messina	148
6.5 Koloss von Rhodos	149
6.6 Pyramiden von Ägypten	149
6.7 La Valetta auf Malta	151
6.8 Altstadt von Tunis	151
6.9 Neapel und Pompejj	151
7 Die Reise nach St. Petersburg	152
8 Die Flugreise nach Vietnam und Kambodscha	153
8.1 Hanoi und der Norden Vietnams	154
8.2 Hué und die Mitte Vietnams	155
8.3 Saigon und der Süden Vietnams	157
8.4 Sehenswürdigkeiten in Kambodscha	158

► Inhaltsverzeichnis

<b>Der Sinn des Lebens</b>	159
1 Reaktionen auf die Sinnfrage	160
2 Philosophische Sinngebungen	164
2.1 Ansichten aus der Antike	164
2.2 Scholastische Philosophie	165
2.3 Der Reformator Martin Luther	165
2.4 Die Zeit der Aufklärung	166
2.5 Die Philosophie des Willens	168
2.6 Die Existenzphilosophie von Kierkegaard	168
2.7 Weitere existenzphilosophische Sichtweisen	170
2.8 Analytische Sprachphilosophie	171
2.9 Skeptiker und Hedonismus	172
3 Beiträge der Psychologie	172
3.1 Psychoanalytischer Ansatz	173
3.2 Gemeinschaftsgefühlsansatz	174
3.3 Ansatz der Logotherapie	175
3.4 Individuationsansatz	176
3.5 Entfaltungsbezogener Ansatz	176
4 Natur- und geisteswissenschaftliche Sichtweisen	177
4.1 Neurowissenschaftliche und andere Beiträge	177
4.2 Anmerkungen zu den Thesen	180
4.2.1 Interdisziplinäre Hirnforschung und Theologie	181
4.2.2 Dualismus von Geist und Materie	182
4.2.3 Bedeutung der Seele	186
5 Religionen zur Sinnfrage	187
5.1 Christentum	187
5.2 Islam	189
5.3 Chinesischer Universalismus	191
5.4 Hinduismus	192
5.5 Buddhismus	193
5.6 Judentum	195
5.7 Auffassungen zu den Religionen	195
5.8 Für und wider die Religion	196
5.9 Leben nach dem Tode?	197
6 Befragungsergebnisse zur Sinnfrage	199

<b>Postulate zur Lebensbewältigung</b>	202
1 Die Sinnfrage als Irrgarten	202
2 Postulate zur besseren Lebensbewältigung	204
2.1 Für eine bessere Erziehung kämpfen	204
2.2 Politikern nicht blind vertrauen	209
2.3 Sich für die Freiheit einsetzen	211
2.4 Mehr soziales Handeln	213
2.5 Haushalts- und betriebswirtschaftliche Probleme lösen	219
2.6 Volkswirtschaftliche Schwierigkeiten bewältigen	221
2.7 Die Umwelt schonen	228
2.8 Auch ärmere Länder weiter fördern	229
2.9 Auf die Gesundheit achten	230
2.10 An uns selbst arbeiten	232
2.11 Manchmal helfen die »Großen Geister«	237
2.12 Den Lebenskampf annehmen	240
2.13 Gottes Gebote beachten	244
<b>Thesen zum Sinn des Lebens</b>	249
1 Modell zur Sinnfrage des Lebens	250
2 Die persönliche Sinnbasis	252
3 Der individuelle Prozess der Lebensbewältigung	253
3.1 Persönliche Ziele	254
3.2 Der Mensch selbst	257
3.3 Persönliche Planung	259
3.4 Persönliche Lebensbewältigung	261
3.5 Persönliche Lebenssituation	263
3.6 Persönlicher Erfolg	263
3.7 Steuerung	265
4 Mysterium Zufriedenheit	266
5 Persönliche Sinnbasis und Überbau	270
6 Zusammenfassung	276
<b>Literaturverzeichnis</b>	282
<b>Fußnoten</b>	338