



## Anatomie des Friedens Teil I: Mensch oder Objekt

### Anatomie des Friedens - Einführung

In dieser Reihe von vier Gottesdiensten geht es um Unfrieden und um den Weg zum Frieden. Wir werden Schritt für Schritt sehen, wie wir in Unfrieden hineingeraten und wie wir wieder zurück zum Frieden finden.

Konflikte sind etwas Alltägliches. Wir alle tragen sie mit uns. Bei dieser Analyse spielte es keine Rolle, ob über persönliche Konflikte oder Weltkriege angesprochen wird. Ob lauter Krach oder stiller Groll: die Mechanismen sind immer dieselben.

Gerade für uns Christen ist es entscheidend, wie sich unser Glaube in den Konflikten bewährt. Es gehört zum Kern von unserem Glauben, versöhnend zu wirken und selber versöhnt zu leben. Dazu sind wir bereit, zwei Schritte zu wagen:

- Wir bekennen uns zu unseren eigenen Schwächen und zu Fehlern, die wir begehen. Wir anerkennen, dass wir selber unseren Beitrag in allen Konflikte einbringen
- Wir bringen uns und unsere Nöte mit Jesus Christus zusammen. Wir lassen Jesus Christus in unsere Konflikte und beten darum, dass er sie verwandelt.

Ein Missverständnis muss allerdings noch angesprochen werden. Wenn wir uns durch Jesus Christus verändern lassen in unseren Konflikten, wird das viel Gutes bewirken. Aber es wird nicht alle Spannungen vermeiden. Es bleiben Konflikte bestehen, die wir austragen müssen. Aber wir werden uns in ihnen anders bewegen – und das wird dann eben doch vieles verändern. Denn es ist ein grosser Unterschied, ob ich mich mit einem Herz im Kampf oder mit einem Herz im Frieden in eine Auseinandersetzung gebe. Die Auseinandersetzung selbst lässt sich nicht umgehen. Aber wir können Konflikte so austragen, dass es dem Frieden dient.

Sind Sie bereit, dass wir uns auf diesen Weg machen? Dann also los. Gott möge uns alle darin segnen.

### Predigt Kolosser 3, 13 – 15, Mensch oder Objekt

...und ertrage einer den andern und vergebt euch untereinander, wenn jemand Klage hat gegen den andern; wie der Herr euch vergeben hat, so vergebt auch ihr! Über alles aber zieht an die Liebe, die da ist das Band der Vollkommenheit. Und der Friede Christi, zu dem ihr berufen seid in einem Leibe, regiere in euren Herzen; und seid dankbar.

**(Kolosser 3, 13 – 15)**

Der Kolosserbrief kennt ganz offensichtlich das Leben. Die Erwartungen auch an Christen sind nicht sehr hoch: „**Ertrage einer den anderen...**“. Dieser Ermahnung an Christen genügt es offenbar, wenn sie sich unter einander einfach mal ertragen.

Doch selbst das ist nicht selbstverständlich. Im Grossen wie im Kleinen passiert es ganz schnell, dass der Friede gefährdet ist. Wir rutschen dann in Spannungen ab – egal ob offensichtlich oder



## Evangelisch-methodistische Kirche

unterschwellig. Das passiert uns allen ganz rasch – auch mir. An einem Beispiel zeige ich, wie das funktioniert:

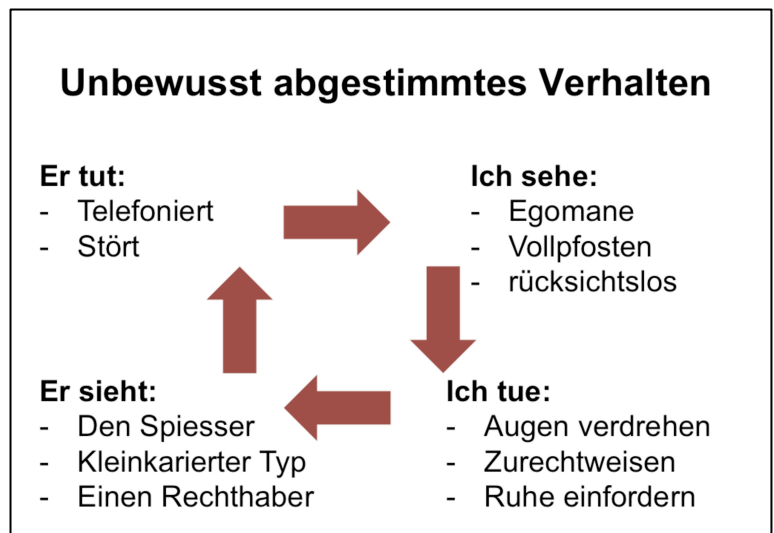
Letzte Woche bin ich im Zug gefahren und lese mein Buch. Da steigt in Aarau einer zu. Er setzt sich ins Abteil neben mir. Und telefoniert. Offenbar glaubt er, dass seine Frau ihn besser versteht, wenn er möglichst laut spricht.

Da kann man gut verstehen, dass ich mich aufrege. So laut und so intimes Zeug telefoniert man nicht im Zug. 3 Minute lang versuche ich krampfhaft, wegzuhören. Dann bin geladen. Was bildet sich der Depp eigentlich ein? Er **tut** etwas, was man anständigerweise nicht macht.

Ich **sehe** in ihm darum einen rücksichtslosen Egomane. Ein Vollpfosten, der sich nicht benehmen kann. So bilde ich mir ein Urteil über den Kerl. Ich **sehe** was für ein Idiot er ist. Auf das, was er tut, reagiere ich, in dem mir ein Urteil über ihn bilde.

Nun ist es an mir, etwas zu **tun**: Ich verdrehe die Augen und signalisiere ihm, dass er nervt. Ich gestikuliere, damit er endlich Ruhe gibt. Ich will ihm zeigen, dass ich lesen will. Er muss verstehen, dass er unerträglich ist. Ich protestiere leise und will ihm begreifbar machen, dass das so nicht geht.

Er **sieht** mich ganz genau. Für ihn bin ich wohl ein Störenfried. Er **sieht** mich als Rechthaber, arroganter Arsch und als Spiesser, der bei jedem Mucks aufschreit und seine Ruhe haben will.



### Drei Erkenntnisse aus dieser Spirale

So funktionieren Konflikte. Wir begegnen einander auf eine Art und Weise, dass sich die Probleme hochschaukeln. Das ist die **erste** Erkenntnis. Konflikte funktionieren im Kreis. Auf seine Aktion folgt meine Reaktion, folgt seine Reaktion, folgt meine Reaktion, usw.

Die **zweite** Erkenntnis: In den meisten Konflikten sind alle, die beteiligt sind, der Überzeugung: „Ich stehe auf der Seite der Guten. Ich mache es richtig.“ Der Mann, der da telefoniert, findet nicht etwa sein lautes Gespräch blöd, sondern er nervt sich über mich. Er findet sich selber in keiner Weise schwierig, mich aber sehr wohl.

Die **dritte** Erkenntnis aus dieser Geschichte: Ob es mir gefällt oder nicht: ich bin selber Teil des Problems. Während ich darauf fokussiert bin, dass der Kerl mit dem Telefon endlich Ruhe gibt, trage ich genau dadurch dazu bei, dass er weitermacht.

Diese Spirale ist ganz alltäglich. Sie dreht in Ehekonflikten, in der Kirche, selbst im Kampf von Terroristen läuft genau das ab. Denn auch Terroristen sind der Überzeugung, dass sie das Richtige tun und ihnen keine andere Wahl mehr bleibt, als für ein höheres Ziel zu morden. Länder, die vom Terrorismus betroffen sind, verurteilen nicht nur die Gewalt (die niemals gerechtfertigt ist), sie sind



## Evangelisch-methodistische Kirche

auch nicht bereit, die Beweggründe von Terroristen zu verstehen. Weil diese ja alleine schuld sind, an dem was sie tun...

### Es in den Griff bekommen: andere als Objekte sehen

Der Ärger löst in uns etwas aus. Einen sich anbahnenden Konflikt erleben wir bedrohlich. Das macht Angst. Darum versuchen wir unbewusst, ihn in den Griff zu bekommen.

In den Gedanken und Gefühlen versuchen wir, uns in Sicherheit zu bringen. Und um die Angst zu bewältigen, wollen wir sie beherrschen. Wir entwickeln eine Sicht, die uns die Macht gibt über das, was wir gerade erleben. Dann ist die Situation für uns weniger bedrängend.

Aber dazu steigen wir aus der Beziehung zum anderen aus. Um überlegen zu bleiben, machen wir den anderen zu einem Objekt. So bekommen wir alles in den Griff. Wir müssen uns nicht mit ihm auseinandersetzen, nicht fragen, wer er ist, warum er so tickt wie er eben tickt und ob er vielleicht mit seinem Verhalten nicht auch ein bisschen Recht hat (...weder den telefonierenden Mann im Zug noch einen Terroristen).

All das bleibt uns erspart, wenn wir den anderen zum **Objekt** machen und ihn nicht mehr als Person sehen. Es kommt noch etwas dazu: tief in uns wissen wir, wie wir uns menschlich und als Mit-Menschen zu benehmen haben. Einem Objekt gegenüber fallen diese Schranken. Einen Ball darf ich treten. Und wenn jemand für mich so zum Objekt wird – und ich ihn nicht mehr als Mensch wahrnehme – geraten wir in einen Kampf-Modus. Manchmal nur ganz leise in mir drin – und manchmal auch laut oder zerstörerisch.

Im Beispiel von vorher ist genau das passiert: Der Mann, der im Zug telefoniert, ist für mich zu einem Objekt geworden. Ich will bestimmen, was hier gilt. Ich sehe ihn nicht mehr als Menschen und versuche schon gar nicht erst zu verstehen, warum er telefoniert. Ich habe ihn innerlich zu einem Objekt gemacht.

### The Magic Moment

Das passiert aber nicht einfach so automatisch. Es geht ganz schnell, fast unbemerkt, dass andere für uns zum Objekt werden. Aber eben nur fast. Vorher gibt es etwas, das ich den **Magischen Moment** nenne. Es ist nämlich nicht so, dass der andere schon im Vornherein ein Objekt ist für mich.

Im ersten Moment sehe ich im anderen in aller Regel den Menschen, den er ist. Mein erster Impuls im Zug war nicht, dass der Kerl ein Arsch ist. Wenn ich ehrlich bin, habe ich zuerst gedacht: „Ach, einer, der seiner Frau etwas zu sagen hat.“ – erst dann ist der Ärger hochgekommen. Das wäre der magische Moment gewesen. Da habe ich ihn als Menschen gesehen. Erst durch meine Interpretation wurde er dann zu einem Objekt für mich. Der Kreislauf begann zu drehen.

Ich habe die Möglichkeit, mich zu entscheiden. In dem ich diesen magischen Moment wahrnehme, kann ich entscheiden, ob ich den anderen als Menschen oder als Objekt sehe.

Ich will damit **nicht** sagen, dass es richtig ist, dass der Mann im Zug so laut und störend telefoniert hat. Das ist nicht anständig. Aber ich will sagen, dass sich meine Einstellung zu ihm ändert, je nachdem, ob ich ihn als Objekt oder als Menschen sehe.



## Evangelisch-methodistische Kirche

Sehe ich in ihm nämlich einen Menschen, kann ich ihm ganz anders sagen, dass ich mir vielleicht mehr Ruhe wünsche. Ich kann es sagen, aber so, dass Achtung und Respekt erhalten bleiben. Der Kreislauf des Konfliktes beginnt nicht zu drehen.

Mit meiner Entscheidung in diesem ‚magischen Moment‘ verändere ICH mich. MEINE Einstellung zu dieser Situation und zu den beteiligten Personen wird anders. Wenn ich in ihm ein Objekt sehe und ihn so behandle, beginnt das Rad des Streites zu drehen. Ich gehe innerlich (und vielleicht auch äusserlich) in den Kampf. Dann **ist mein Herz im Kampf**. Dagegen sieht es ganz anders aus, wenn ich im anderen einen Menschen sehe. Die Spirale beginnt nicht zu drehen. Mein **Herz bleibt im Frieden**.

Das ist ein gewaltiger Unterschied. Zunächst einmal nur für mich. Ich fühle mich anders, wenn mein Herz im Kampf oder wenn mein Herz im Frieden ist. Wenn mein Herz im Frieden ist werde ich nach der Zugfahrt nicht zuerst erzählen, was für einen Depp ich getroffen habe. Und dann bei jeder Gelegenheit anderen sagen, wie unverschämt heute telefoniert wird. Ich finde für mich einen Frieden über der Sache.

Und dann kann ich anders in Spannungen und Auseinandersetzungen einsteigen. Auseinandersetzungen bleiben uns nicht erspart. Aber sie sind für uns ganz anders und weniger bedrohlich, wenn mein Herz im Frieden bleibt.

...und ertrage einer den andern und vergebt euch untereinander, wenn jemand Klage hat gegen den andern; wie der Herr euch vergeben hat, so vergebt auch ihr! (...) Und der **Friede** Christi, zu dem ihr berufen seid in einem Leibe, regiere in euren Herzen; und seid dankbar.

Ertragt einer den anderen... Das ist vielleicht ein grösserer Schritt, als wir denken. Wir beten darum, dass Jesus Christus und dazu erlöst. Wir beten für eine neue innere Freiheit, in unseren Spannungen und Auseinandersetzungen ein Herz im Frieden zu haben.

An dieser Stelle spricht uns Gott an: Er weckt in uns eine Sehnsucht, in Spannungen und Auseinandersetzungen wahrhaftig zu bleiben und in ihnen eine christliche Haltung zu bewahren. Er weckt eine Sehnsucht: Ich wünsche mir, dass wir heute nach Hause gehen mit dem Wunsch, dass wir wirklich ein Herz in Frieden erhalten können.

Es geht nämlich schon: Am Karsamstag war ich beim Metzger – und 1000 andere Leute auch. Ich stand in der Schlange bis vor die Türe. Da kommt eine Frau, und schiebt sich genau vor mich. Und was will sie kaufen? – Je 100 Gramm von fast allem – und bitte jedes einzelne Vakuum verpackt... Was will die blöde Gans sich da vordrängen? – Halt: Ich bin ja auch im Stress und möchte da möglichst rasch wieder raus. Wenn ich eine Gelegenheit hätte, schneller dranzukommen, würde ich sie auch nutzen. O.k: Dann halt zuerst sie. Und: Ja, gut dass Sie mich fragen, ich war zuerst da...

Das Thema ist noch nicht abgeschlossen. Am 22. April geht es weiter. Bis dahin gibt es ausnahmsweise eine Art Hausaufgabe:

- Eine Selbstbeobachtung: Achte auf dich selber: Wann beginnt der Kreislauf zu drehen – und wo ist (oder wäre) der magische Moment?
- Eine Gebetsaufgabe: Bete darum, dass Gott die Sehnsucht nach einem Herz in Frieden schenkt.



**Evangelisch-methodistische Kirche**