

In welcher Welt möchtest Du leben?



Friedenslogik

die verbindende, Lebens- u. Menschenfreundliche Ebene

Grundmerkmal der Friedenskultur ist:

Der Mensch wird als individuelles **Subjekt** mit all seinen Stärken und Schwächen gesehen

- Gleichwertigkeit aller Menschen
- Unabhängig sein - Selbstwert ist weitgehend unabhängig von außen

Voraussetzung ist die Selbstannahme, die Anerkennung, Benennung und das Zulassen von Gefühlen und Bedürfnissen

Dadurch ergibt sich:

- Selbstbestimmt leben
- Jedem das Seine
- Selbstverantwortung
- Freude bestimmt das Leben
- Handlung - Individuum: jeder hat viele Seiten
- Respekt vor allen Menschen
- Empathie* - Akzeptanz
- Integrieren - Zusammengehörigkeit
- Wiedergutmachen - Versöhnung
- Gewaltlosigkeit - Ausgleich
- Zuhören - offen in Verbindung gehen
- Gute konstruktive Zusammenarbeit
- Gegenseitiges Vertrauen
- Freiheit

* Empathie = Die Fähigkeit und Bereitschaft, Empfindungen, Gedanken, Emotionen, Motive und Persönlichkeitsmerkmale einer anderen Person zu erkennen und zu verstehen.



Sicherheits-/Gewaltlogik

die trennende, Lebens- u. Menschenfeindliche Ebene

Grundmerkmal der Gewaltkultur ist:

Der Mensch wird als **Objekt** von Bewertungen, Erwartungen und Absichten gesehen

- Wertigkeit des Menschen nach Geld, Macht, Status, Ausbildung, Leistung, Aussehen etc.
- Notwendige Bestätigung von außen - Anpassung und Buhlen um Anerkennung

Ursache ist die Selbstentfremdung, das Abschneiden von Gefühlen und Bedürfnissen bzw. Trennung von Körper, Geist und Seele

Dadurch ergibt sich:

- Unterwerfung und Anpassung (Obrigkeitsgläubig)
- Bevormundung und Manipulation
- Opferdenken - andere verantwortlich machen
- Ängste bestimmen das Leben
- Gleichsetzen von Individuum und Handlung
- Identifizierung von Feinden – Sündenbock
- Entmenschlichung - Distanz
- Ausgrenzen - getrennt sein
- Bestrafen - Rache
- Gewalttätigkeit - gegen sich selbst und andere
- Recht haben - oft doktrinäres** Denken
- Rücksichtslose Ausbeutung
- Generelles Misstrauen
- Kontrolle und Überwachung

** doktrinär = Glaubenssystem und Ansichten, die als allgemein gültig dargestellt werden und von denen nicht abgewichen werden darf bzw. die verbindlich sind.

Die Vision einer Friedenskultur entwickeln

Ausgehend vom „inneren Frieden“ der Gewaltlogik etwas entgegensetzen

Von Dieter Riebe

Vor ca. 300.000 Jahren hat sich im evolutionären Prozess der Homo sapiens entwickelt, der Mensch. Vom Kleinkind bis zum Erwachsenen braucht der Mensch von allen Säugetieren die längste Entwicklungszeit. Der Mensch ist ein ursprünglich soziales Wesen und seine frühkindliche Entwicklung ist vollkommen von der Fürsorge anderer Menschen abhängig. Er ist bei der Geburt noch nicht ausreichend entwickelt und im Gegensatz zur Tierwelt am wenigsten triebgesteuert. Wissenschaftliche Untersuchungen haben ergeben, dass unser Gehirn schon im Mutterleib und bis zum 6. Lebensjahr alle Informationen ungefiltert im Unterbewusstsein abgespeichert. Der Mensch hat also ein überwiegend frei programmierbares Gehirn. Es ist ein Überlebensorgan und hat uns dazu befähigt, die Welt nach unserem Willen zu gestalten. Wir sind „soziale Glaubenswesen“, mit Vorstellungsvermögen, Phantasie und rationalem Denken. Unser Empfinden ist jedoch davon abhängig, wie wir denken, fühlen und was wir glauben. Unsere Gefühlswelt ist zum größten Teil von der Gesellschaftsform, in der wir aufwachsen abhängig. Unser Dasein und Empfinden ist also überwiegend das Ergebnis unserer vorgegebenen Umwelt bzw. des Gesellschaftssystems.



Weltweit ist die Menschheit seit Jahrtausenden in der Gewaltkultur gefangen. Die Gewaltkultur ist in unserer Gesellschaft so stark verwurzelt bzw. wird als Normalität angesehen, dass uns gar nicht mehr auffällt, wie sie unser Verhalten negativ prägt und schadet. Mit ihrer direkten physischen Auswirkung umfasst sie auch die im Hintergrund wirkende kulturelle und gesellschaftliche Gewalt. Heute ist das Mittel der direkten Gewalt zunehmend geächtet, wird aber trotzdem beibehalten. Kriege sind der Exzess der rücksichtslosen Gewalt. Das Dilemma der ausgeübten brutalen Gewalt ist, dass sich ihr fast alle unterwerfen. Sie hat die Eigenschaft, jeglichen Widerstand zu brechen und die Menschen in Angst und Schrecken zu versetzen, sie traumatisiert uns. Die Gewalt zerstört unmittelbar alle positiven Ansätze des verbindenden menschlichen Miteinanders.

Wir müssen die Gewaltkultur beenden, wenn wir als Menschheit eine langfristige Überlebens-Chance haben wollen. Dies gilt nicht nur für die direkte, sondern auch für die kulturelle und gesellschaftliche Gewalt. Die negativen Folgen unserer Gewaltkultur für die Erde und auch für alle Lebewesen sind mittlerweile unübersehbar geworden. Keiner kann heute mehr sagen, dass wir nicht vor großen existenziellen Problemen stehen, die der Mensch sich selbst erschaffen hat.

Wenn uns klar wird, dass wir uns mit der Gewaltkultur in eine Sackgasse manövriert haben, bedeutet dies, dass wir unser Verhalten ändern müssen. Die Menschheit wird erkennen, dass sie den Weg zur Friedenskultur gehen muss.

Wie unterscheidet sich die Gewaltkultur von der Friedenskultur auf menschlicher, individueller Ebene ?

Die Ursache der Gewaltkultur ist, dass der Mensch von seinen Gefühlen und Bedürfnissen getrennt ist. Also Körper, Geist und Seele (Gefühle) nicht im Einklang sind. Voraussetzung für die Friedenskultur ist sich selbst anzunehmen, indem man seine Gefühle und Bedürfnisse anerkennt, benennen und zulassen kann.

In der Friedenskultur wird der Mensch als selbstbestimmtes **Subjekt** wahrgenommen, mit all seinen Stärken und Schwächen. Hier wird der Mensch von Geburt an als an sich wertvoll, als gleichwertig angesehen. Hier sprechen wir vom „Selbstwert“ - einem weitgehend von äußeren Dingen unabhängigen Leben.

Jeder Mensch wird als **Subjekt** geboren und will angenommen und geliebt werden. „Liebe deinen Nächsten, wie Dich selbst“, setzt voraus, dass wir uns wirklich selbst lieben. Doch die Allermeisten konnten diese Liebe nicht erfahren, da die Eltern diese Liebe selbst nicht empfinden können, weil sie wiederum selbst die Liebe nicht erfahren haben.

Nicht eine oberflächliche Liebe, wie wir sie allgemein kennen, die an Bedingungen geknüpft ist, sondern eine innige, tiefe Eigenliebe ist dazu notwendig. Diese Eigenliebe wird uns durch die gut gemeinte Erziehung der Eltern (und anderen Personen), meist aberzogen, da wir zum **Objekt** ihrer Erwartungen werden. Sie wollen, dass ihr Kind in der Gesellschaft gut zurecht kommt. Das Kind lernt schon früh, dass es zwischen „Zuckerbrot und Peitsche“ wählen darf, um sich den Anforderungen der Erwachsenen anzupassen. Zusätzlich machen dem Kind die Erfahrungen von emotionalen Abweisungen, von evtl. Missbrauch, sowie Gewalterfahrungen etc. zu schaffen. Mit jeder Anforderung an das Kind, sich an die meist gesellschaftlich geforderten Regeln anzupassen, sich dem unterzuordnen, also dem „System“ gerecht zu werden, tritt eine weitere Entfremdung zu seinem „wahren Ich“ auf. Daraus entwickeln sich Schuldgefühle, werden eigene Emotionen umgelenkt und entstehen innere Konflikte. Dieser Anpassungsprozess bzw. diese Konditionierung ist so tief in unserer Gesellschaft verankert und akzeptiert, dass man sich in der Regel überhaupt keine Gedanken mehr darüber macht und es daher auch kein Bewusstsein dafür gibt. Das Kind wird als **Objekt** behandelt und das Kind selbst passt sich dem an, indem es sich selbst zum **Objekt** macht, weil es als **Subjekt** keine Liebe erfahren würde. Die Liebe - die Zuwendung und Wertschätzung bedeutet - ist an Bedingungen geknüpft, die es erfüllen muss. Der sich selbst entfremdete Mensch, wird sein ganzes Leben nach seiner verloren gegangenen Einheit („Paradies“) suchen.

Wenn wir den Unterschied der Gewaltkultur zur Friedenskultur bewusst wahrnehmen und benennen können, dann wird uns ihre Dimension, was sie mit uns macht und wie sie uns beeinflusst, klar ersichtlich. Jede persönliche, innere Änderung vollzieht sich erst im Denken und der Wahrnehmung der wahren Bedürfnisse, indem wir zur Erkenntnis kommen und dadurch ein Bewusstsein entsteht. Auf der umseitigen tabellarischen Gegenüberstellung klärt sich auf, wie unterschiedlich sich die Friedenslogik und die Sicherheits-/Gewaltlogik auswirken.



In welcher Welt möchtest Du leben, als Subjekt oder als Objekt?

Der Begriff **Subjekt** steht hier sinnbildlich für ein bewusstes, eigenverantwortliches, selbstbestimmtes Leben und als **Objekt** ist hier ein Mensch gemeint, der ein unbewusstes, fremd-orientiertes, angepasstes Leben führt.

Willst du weiterhin in einer Gewaltkultur leben, bei der du zu einem fremdbestimmtes **Objekt** von Bewertungen, Erwartungen und Absichten gemacht wirst? Es ist nicht nur so, dass in der Gewaltkultur die Anderen Dich allein zum **Objekt** machen, sondern auch Du selbst machst Dich zum **Objekt** anderer. Als Folge urteilen wir selbst über andere und werden ebenso einer Wertigkeit unterworfen, die je nach Geld, Macht, Status etc. ausfällt. Zudem buhlen wir als objektthafte Wesen um die Anerkennung der anderen. Wir brauchen dann die Bestätigung der anderen als notwendigen Beweis unserer vorgestellten, uns selbst erhöhenden Wertigkeit, ohne die wir uns nicht genug anerkannt und angenommen fühlen.

Das Positive ist, dass wir zur Bewusstheit kommend uns immer mehr der Friedenskultur zuwenden, wir uns immer mehr vom Fremdorientierten, Objekthaften entfernen. Wir werden wieder zu selbstbestimmten **Subjekten**, zu freien Menschen. Als **Subjekte** nehmen wir unser Leben selbst in die Hand, gestalten es nach unseren tatsächlichen Bedürfnissen. Es bestimmen dann nicht mehr überwiegend die Ängste, sondern grundsätzliche Freude unser Leben. Wir werden einfach glücklicher.

Wer schon anfängt, sein Leben bewusst zu ändern, spürt unmittelbar die positiven Veränderungen in seinem Leben und schreitet deshalb immer weiter voran. Das Erkennen der Not, gepaart mit größerer Tatkraft der Bemühungen eines jeden Einzelnen, wird eine bessere Welt möglich machen.

Dies ist meine große Hoffnung und Appell an uns alle!



***Sei du selbst die Veränderung,
die du dir wünschst für diese Welt.***

(Mahatma Gandhi)