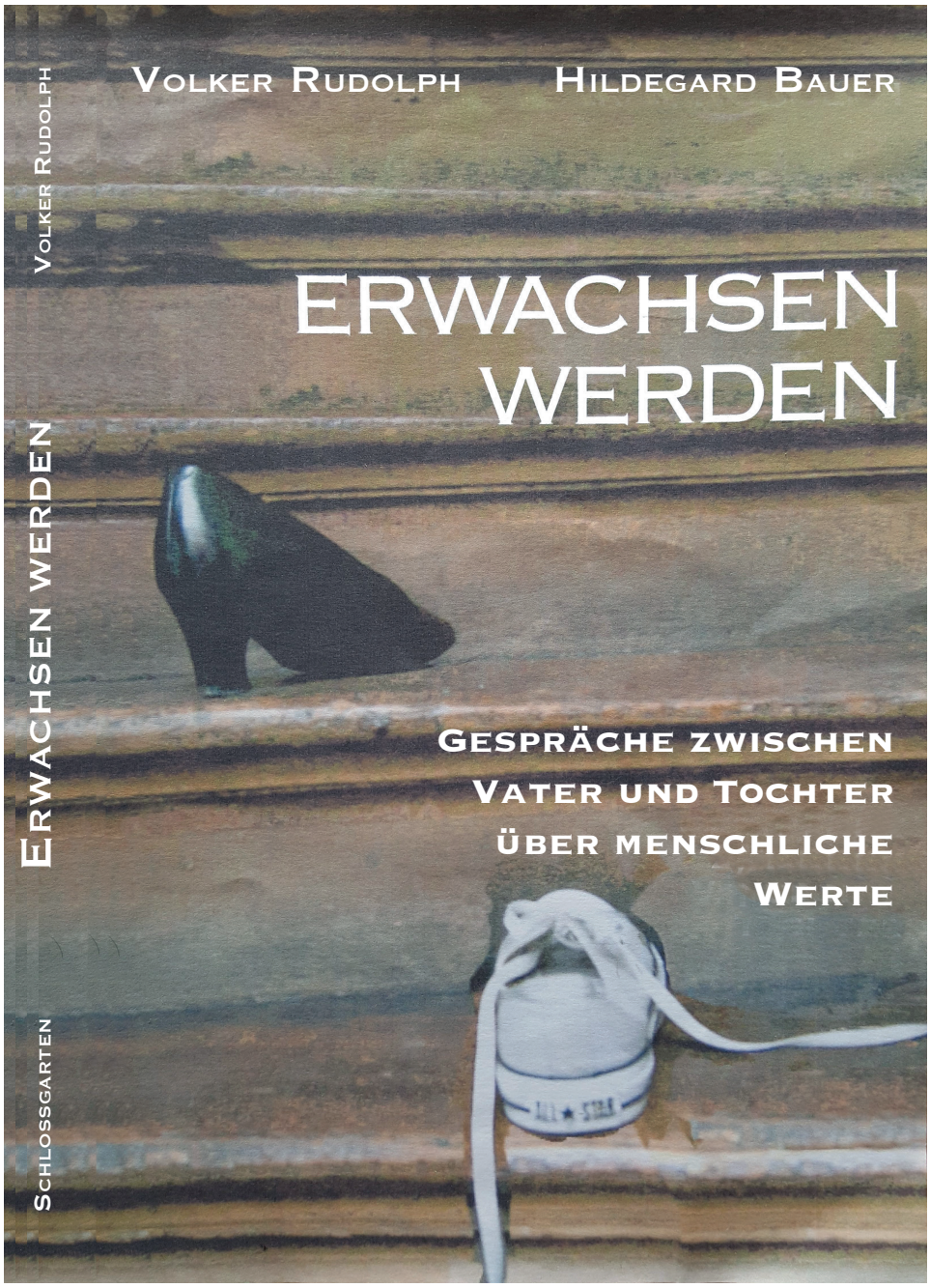


Erwachsen Werden

Schritte ins Leben

Zwei Dinge sollten Kinder von ihren Eltern mitbekommen:

Wurzeln und Flügel

Goethe

Es war Sarahs Tag, aber es war auch sein Tag. Ein bedeutender Tag.
Als Michael nach Hause kam, waren Sarah und ihre Mutter bereits im Garten, um die Geburtstagsparty für den Abend vorzubereiten. Schon an der Haustür hörte er ihr fröhliches Geplapper und ansteckendes Kichern. Er schmunzelte, legte seine Sachen ab und ging ins Wohnzimmer. Lächelnd schaute er durchs Fenster in den Garten und erblickte voller Freude seine Tochter in dem neuen Kleid, das sie sich so sehr zu ihrem 15.Geburtstag gewünscht hatte. Er bewunderte die Leichtigkeit ihrer Bewegungen und die Freude in ihrem Gesicht erfüllte ihn.
„Meine Tochter….."dachte er stolz „Wie groß sie doch geworden ist, beinahe schon erwachsen."
Wie er feststellte, war sie körperlich schon fast zur Frau gereift, und nun wollte er ihr auch etwas für ihre menschliche Bildung geben, etwas, das ihr die Schritte ins Leben erleichtern sollte.
„Ja", sprach er halblaut zu sich selbst „es ist der richtige Zeitpunkt. Heute kann ich ihr endlich das mitteilen, worauf ich mich solange vorbereitet habe."
Gut gelaunt stürmte Sarah ins Zimmer. Schon von der Tür aus rief sie: „Hallo Paps, du bist ja schon da!" und lief auf ihren Vater zu. Herzlich umarmte Michael seine Tochter, drückte sie voller Freude an sich und küsste sie auf die Stirn:
„Alles Liebe und alles Gute zu deinem 15. Geburtstag, mein Schatz."
„Vielen, vielen Dank, Papa. Und tausend Dank für das tolle Kleid!"
Unbekümmert fing sie an zu tanzen, drehte sich mehrfach vor Michael und breitete überschwänglich ihre Arme aus.
„Sehe ich darin nicht super aus?" fragte sie selbst verliebt. „Meine Freunde wird's heute Abend bestimmt umhauen!"
„Ja, mein Schatz, du siehst wirklich klasse aus!"

Michael ging auf sie zu, nahm sie nochmals in den Arm und sagte:
„Es freut mich, dass mir diese Überraschung so gut gelungen ist. Aber das eigentliche Geschenk, das kommt erst noch."
„Was? Noch ein Geschenk?" Gespannt richtete sie ihre großen Augen auf ihren Vater.
„Ja, noch ein Geschenk……. aber es ist anders, als du es dir vorstellst."
Plötzlich war ein anderer Klang in seiner Stimme.
„Wie meinst du das?" sah sie ihn fragend an.
„ Komm, setzen wir uns. Ich möchte dir an diesem besonderen Tag etwas mitteilen. Etwas sehr, sehr Wichtiges, etwas, das dich dein Leben lang begleiten soll."
„ Mich ein Leben lang begleiten? Papa, du machst mich echt neugierig."
„Ja, ein Leben lang, und deswegen möchte ich dir etwas von mir und meinem Leben erzählen."
„ Von *deinem* Leben?" fragte Sarah verwirrt zurück. „Wollten wir heute nicht *meinen* Geburtstag feiern?"
„Ja, natürlich wollen wir das. Aber dir von meinem Leben zu erzählen, gehört zu meinem besonderen Geschenk. Weißt du, meine Große, du bist das Wertvollste, was mir das Leben geschenkt hat. Ich liebe dich über alles und mein größter Wunsch ist, dass es dir gut geht und du ein glücklicher Mensch wirst."
„Aber Paps, glücklich bin ich doch jetzt schon."
Liebevoll legte sie den Arm um seine Schulter, schmiegte sich an ihn und sagte voll inniger Vertrautheit:
„Ich habe doch dich, Mama, meine Freunde und unseren Bello".
„Schön, dass du das sagst. Es macht mich richtig stolz, wenn du so empfindest. Aber eines Tages wirst du uns verlassen und deinen eigenen Weg gehen, andere Menschen kennen lernen, einen Beruf ergreifen und vielleicht selbst eine Familie gründen. Was immer kommen mag, ich möchte, dass du auch als Erwachsene ein glücklicher Mensch bist. Aber um das zu erreichen, muss man im Leben elementare Voraussetzungen erfüllen; Voraussetzungen, die unabhängig von Kultur und Religion, Nation und Hautfarbe überall auf der Welt Gültigkeit haben…. und letztendlich zeitlos sind, wenn ich da an die alten Philosophen und die großen Dichter denke. Siehst du, und diese Voraussetzungen, diese Schätze des Lebens, möchte ich dir vermitteln."
Er schwieg einen Moment. Sarah betrachtete ihn von der Seite, sagte aber ebenfalls nichts. Doch ihre quirlige Lebendigkeit war nun einer angespannten Ernsthaftigkeit gewichen.
„Schau, Sarah" nahm er mit ernster Stimme das Gespräch wieder auf, „wir leben heute in einer sehr oberflächlichen Zeit, in der die wahren menschlichen Werte verdrängt, ignoriert, teilweise sogar ganz unterdrückt werden. Stattdessen dreht sich alles nur noch um Geld, Macht, Position, um Ansehen und Titel. Durch den herrschenden Egoismus in unserer Gesellschaft sind wir mittlerweile so fehlgeleitet, dass jeder wie auf einer Überholspur lebt und selbstsüchtig nur die eigenen Ziele verfolgt. Es geht immer um den persönlichen Vorteil, um den eigenen Profit…… und das am besten auf Kosten der anderen. Dabei begreift keiner, dass er irgendwann für seine Fehlentwicklung und seinen Egoismus auch einen Preis bezahlen wird."
Erneut verstummte er. Traurigkeit lag plötzlich in seinen Augen und es schien, als ob er in die Vergangenheit zurückginge.
„Weißt du, auch ich bin anfangs diesem Geist der Zeit gefolgt und habe mich an falschen Vorbildern orientiert. Einfach, weil ich es nicht besser wusste, aber auch, weil ich als junger Mensch niemanden hatte, der mich vor dem falschen Weg bewahrte. Mich hat leider damals niemand an die Hand genommen und mir gezeigt, was wirklich wichtig ist im Leben."
„Aber Papa, du hattest doch Oma und Opa."
„Natürlich hatte ich sie. Und meine Eltern haben mich ja auch nach bestem Wissen und Gewissen erzogen und haben es sicher gut mit mir gemeint. Aber leider lag der Schwerpunkt

ihrer Erziehung vor allem auf Ausbildung, Wissen und gesellschaftlichem Aufstieg, so dass die menschliche Seite vernachlässigt wurde. Kein Wunder also, dass auch ich mich, ohne es zu merken, langsam zu einem Egoisten entwickelte. Ich machte Fehler im Umgang mit anderen Menschen, erlebte dadurch menschliche Enttäuschungen, enttäuschte aber auch selbst andere Menschen durch mein Verhalten. Noch heute wünschte ich, dass ich vieles davon rückgängig machen könnte. Erst als ich begriff, was ich durch mein Verhalten angerichtet hatte, war es mir möglich, aus dieser seelischen Sackgasse wieder herauszufinden. Der Weg zurück war wirklich nicht einfach. Er kostete mich viel Anstrengung, Energie und Lebensfreude. Mir war nämlich bewusst geworden, dass ein Vorteilsdenken nichts bringt und letztendlich selbstzerstörerisch wirkt. Als ich diese schwierige Hürde dann mit viel Mühe genommen hatte, fühlte ich mich nicht nur glücklicher, sondern war auch menschlich gewachsen. Mittlerweile weiß ich, dass man sein Glück nicht auf dem Leid oder Schaden anderer aufbauen kann.

„Ach Papa…..“
Noch nie hatte Sarah erlebt, dass ihr Vater so offen von sich erzählte. Erwartungsvoll folgte sie seinen Worten, als er fort fuhr:
„Solche Enttäuschungen und menschliche Niederlagen, wie ich sie erlebt und durchlitten habe, möchte ich dir ersparen. Du musst nicht jede schlechte Erfahrung selbst machen, um daraus zu lernen.“

Sarah lauschte gebannt. Sie liebte ihren Vater und hatte schon immer ein inniges Verhältnis zu ihm. Aber die Art, wie er jetzt mit ihr sprach, ließ sie eine ganz neue Nähe zu ihm spüren. Dass er sich so öffnete, machte deutlich, dass er sie nicht mehr als Kind ansprach.
„Papa, ich weiß gar nicht, was ich sagen soll“, meinte sie unsicher.
„Ach Sarah, sagen musst du gar nichts. Es ist so schön, dass du mir zuhörst. Ich wünsche dir von Herzen, dass du nicht solche Umwege gehen musst, sondern dein Leben von Anfang an auf die wahren menschlichen Werte aufbaust. Damit dir das auch gelingt, möchte ich von nun an jede Woche mit dir über einen menschlichen „Werte“-Begriff sprechen, der dir als Rüstzeug für ein glückliches Leben dienen soll. Damit meine ich das Glück, das du in deinem Inneren empfindest und das dich strahlen lässt wie vorhin, als du mir das Kleid vorgeführt hast……..weißt du, glückliche Menschen sind die Lichter in dieser Welt. Doch für das wahre Glück brauchst du bestimmte Glücksbausteine, die ich dir erklären will. Ich möchte dich dabei von A wie Achtung, L wie Liebe über T wie Toleranz und V wie Verantwortung bis zu Z wie Zuversicht führen. Und glaube mir, allein die menschlichen Werte bieten ein solides Fundament für das Leben.“
„Papa, was versteht man denn genau unter Werten?“
„*Werte sind das Gute im Menschen.* Das, wonach sich im Grunde genommen jeder sehnt. Sie sind das von Menschlichkeit getragene Gedankengut, das nötig ist, um ein harmonisches Zusammenleben von Menschen zu gewährleisten. Werte machen das Leben *wertvoll*, weil wir erst durch sie zu wahren Menschen werden. Sie sind der eigentliche Reichtum eines Menschen und bilden den Grundstock für ein glückliches Leben. Ohne Werte wäre das Leben nicht lebenswert. Bald wirst du verstehen, dass nur ein Mensch, der Werte hat, das Leben zu schätzen weiß.
Siehst du, und die Vermittlung dieser Werte, das ist mein Geschenk.“

*

Achtung

„Komm, meine Große, fangen wir heute Abend an, mein Geschenk auszupacken.“
„ Oh ja, Papa, ich platze schon vor Neugier.“
Während Sarah ziemlich aufgedreht war, blieb Michael die Ruhe selbst. Bedächtig begann er das Gespräch.
„Wenn du das Paket der Werte nun aufmachst, wirst du darin viele kleine Päckchen finden. Sie alle sind mit einem Buchstaben versehen. Von A bis Z. In jedem dieser Päckchen ist ein menschlicher Wert eingepackt. Und jeder dieser Werte soll dir als Orientierung dienen, um deinen Lebensweg zu meistern. Öffnen wir also von nun an jede Woche ein Päckchen.“
„Einverstanden, Paps, aber womit fangen wir an?“
„Natürlich beginnen wir mit dem A.“
„Das dachte ich mir schon, aber wofür steht das A?“
Das A steht für Achtung. Achtung ist der höchste menschliche Wert, auf den alles aufbaut, und die wichtigste Voraussetzung für das friedliche Zusammenleben von Menschen. Sie ist der Grundstein von allem …… von Harmonie und Liebe, Freundschaft und Toleranz, Aufrichtigkeit und Würde. All diese schönen menschlichen Werte, nach denen sich eigentlich jeder sehnt, gäbe es ohne die Achtung gar nicht. Erst sie ermöglicht den gegenseitigen Austausch zwischen Menschen, der uns immer wieder aufs Neue bereichert und Lebendigkeit in unser Dasein bringt.“
„Hm, Papa, aber was ist denn Achtung genau?“
„Also, Achtung ist die Wertschätzung des Menschen und allen Lebens und ist somit die Voraussetzung von Menschlichkeit überhaupt. Wer das erkennt, weiß, dass Achtung und Menschlichkeit zusammengehören. Und wer Achtung hat, der hat das Leben begriffen. Er hat erkannt, dass jeder einzelne von uns einzigartig ist und jeder einzelne von uns wichtig ist und damit Achtung verdient.“
„Papa, das klingt aber ganz schön schwierig. Kannst du mir das mal mit einfachen Worten erklären?“ bat sie ihn verunsichert.
„Na gut, dann will ich es dir bildlich darstellen. Schau, das Zusammenleben der Menschen ist vergleichbar mit einem Brillanten, auf dem jeder von uns eine Facette darstellt. Dabei ist es die Aufgabe eines jeden, seine Facette zu pflegen und zum Glänzen zu bringen und die Schnittstelle zur Nachbarfacette zu achten und zu akzeptieren, nicht zu beeinträchtigen, nicht zu verletzen. Und erst durch die Vielfalt der Facetten und deren Glanz kann der Brillant letztendlich in seiner Gesamtheit strahlen. Verstehst du, was ich meine?“ unterbrach Michael seine Ausführungen. „Hast du schon eine Vorstellung, was Achtung ist?“
„Ja sicher“, erwiderte sie überzeugt, „Achtung heißt, die Menschen zu akzeptieren. Aber Achtung habe ich doch schon, Paps. Schließlich habe ja Respekt vor Euch und auch vor meinen Lehrern.“
„Gut, dass du den Ausdruck ‚Respekt’ gebrauchst. Respekt ist auch wichtig, aber es ist nicht das Gleiche wie Achtung, obwohl viele Leute diese beiden Begriffe immer wieder verwechseln. Natürlich kommen beide aus derselben Quelle, aber die Bedeutung ist jeweils eine andere.“
Angestrengt dachte Sarah nach.
„Aber wenn ich jemanden respektiere“, fuhr sie fort „achte ich ihn doch, oder nicht?“
„Nicht unbedingt. Respekt ist die Anerkennung äußerer Gegebenheiten. Ich will es dir mal in einem Beispiel erklären: Respekt hat man einem Vorgesetzten gegenüber. Selbst wenn er menschliche Defizite aufweist und eher ein unangenehmer Mensch ist, fordert er Respekt. Das verlangt seine Position, und weil er ein Vorgesetzter ist, erwartet er, dass seine Entscheidungen respektiert werden. Genauso wäre es bei einem Sportler, der tagtäglich trainiert und enorme Strapazen auf sich nimmt, um eine große sportliche Leistung zu vollbringen. Vor dieser Leistung kann man Respekt haben. Dies sagt aber wiederum nichts über den Menschen selbst aus.“
„Ach so, das versteht man also unter Respekt. Und wie ist es bei der Achtung?“

„Bei der Achtung wird der Charakter eines Menschen beurteilt. Spricht man von Achtung, meint man einen Menschen, der edel und gut denkt und auch so handelt. Dazu gehört Toleranz und Großzügigkeit, Akzeptanz und Einfühlungsvermögen, Hilfsbereitschaft und Mitgefühl."
„Könnte man also sagen, Papa, dass sich Respekt auf das bezieht, was ein Mensch äußerlich darstellt, und Achtung auf seine menschlichen Eigenschaften?"
„Prima, mein Schatz, wie ich sehe, hast du den Unterschied gut verstanden", lobte er seine Tochter. „Trotzdem will ich dir noch ein Beispiel erzählen, das den Begriff „Achtung" schön erklärt. Und was bietet sich da Besseres an als meine Oma. Weißt du, meine Oma war nämlich so ein Mensch, der allen Achtung entgegen brachte. Sie war die liebenswürdigste Person, die du dir vorstellen kannst. Nicht nur meine Familie und ich liebten Oma, sondern sie wurde auch von den Nachbarn und Freunden hoch geschätzt. Anfangs dachte ich immer, alle mochten sie nur, weil sie stets hilfsbereit und nett, und dabei immer humorvoll war. Das sind natürlich wunderbare Eigenschaften, aber heute weiß ich, ihr wahres Geheimnis war die Achtung, die sie allen entgegen brachte und mit der sie ihren Mitmenschen tagtäglich begegnete."
„Auch euch Kindern?"
„Das galt sogar besonders für uns Kinder. Nie hat sie uns in irgendeiner Weise herablassend behandelt. Auch wenn wir mit unseren kleinen Sorgen zu ihr kamen, hat sie uns immer ernst genommen. Egal, ob wir Angst vor dem Zahnarzt hatten, eine schlechte Schulnote bekamen oder das Geschenk zum Muttertag misslungen war. Von ihr fühlten wir uns verstanden. Stets gab sie uns das Gefühl der Geborgenheit und stärkte unser Selbstvertrauen. Es waren gerade die kleinen alltäglichen Dinge, die sie immer mit Mitmenschlichkeit bewältigte, was ich noch heute sehr an ihr bewundere."
„Du, das finde ich auch stark", bestätigte Sarah anerkennend. „So eine Oma hätte wohl jeder gerne."
Zustimmend nickte er und fuhr lächelnd fort:
„Einmal hatte Oma beim Metzger eingekauft. Zuhause bemerkte sie, dass die Wurst, die er ihr eingepackt hatte, schon verdächtig alt aussah und alles andere als frisch war. Aber statt über so eine „Unverschämtheit" los zuschimpfen, meinte sie nur: „Oh, der hat wohl vergessen, die alte Wurst aus der Theke zu nehmen."
Sie ging noch mal in die Metzgerei und wartete, bis sie die einzige Kundin im Laden war. Schließlich wollte sie nicht seinen Ruf schädigen, sondern nur die Wurst umtauschen. Fast wie nebenbei bemerkte sie: „ Herr Weber, schauen Sie, Sie haben mir versehentlich eine alte Wurst gegeben. Die scheint nicht mehr ganz in Ordnung zu sein." Der Metzger entschuldigte sich sofort, nahm die alte Wurst zurück und gab meiner Oma eine viel größere Portion von der frischen …….und das gratis.
Ja, so war meine Oma", schwärmte er.

„Paps, jetzt, wo du das erzählst, fällt mir auch jemand ein, der wohl Achtung vor Kindern hat."
„Ach ja, wen meinst du denn?"
„Kannst du dich noch an Sabine erinnern, meine Erzieherin in der Vorschulgruppe?"
„Oh je, das ist lange her. Ich glaube, sie war schwarzhaarig und trug eine Brille."
„Nein, das war Nadja. Sabine war die Blonde."
„Jetzt erinnere ich mich, erzähl' mal."
„Gerade erst wird mir bewusst, wie viel Achtung sie doch vor Kindern hatte. Das konnte man im täglichen Umgang immer wieder erleben. So war sie unter anderem ein entschiedener Gegner des Auslachens. In ihrer Gruppe zählte das Auslachen zu den Obersünden und wurde nie geduldet. Wenn eines der Kinder zum Beispiel wenig Geschick beim Malen hatte, verhinderte sie jeglichen Spott von vornherein. Beim Besprechen der Bilder zeigte sie dann

immer, was jenem Kind besonders gelungen war, z. B. die Auswahl der Farben oder die Idee, die hinter einem Bild steckte. Oft lenkte sie unsere Blicke auf ein bestimmtes Detail im Bild und erklärte, was daran bemerkenswert war. So kam es fast nie vor, dass sich einer über den anderen lustig machte. Hat trotzdem mal ein Kind ein anderes ausgelacht, musste es mit Sabine ins Nebenzimmer zum „ernsten Gespräch". Sie hatte nämlich die absolute Begabung, jemandem ins Gewissen zu reden. Und wie sie das konnte! Aber es fand nie vor der Gruppe statt. Sie hat also selbst die kleinen Übeltäter mit Achtung behandelt.
Findest du nicht auch, dass Sabine zu den Menschen gehört, die Achtung haben?"
„Auf jeden Fall. Wie du siehst, ist Achtung eine edle Geisteshaltung. Sie basiert auf der Wahrnehmung der Grenzen des anderen und der Wachsamkeit, diese nicht zu überschreiten. Denn wenn man die Grenzen eines anderen Menschen überschreitet, engt man ihn ein, verletzt seine Würde und seine Gefühle, so dass er sich nicht mehr so darstellen kann, wie er wirklich ist. Er kann also nicht mehr er selbst sein, kann sich nicht mehr frei entfalten und nimmt so Schaden an seiner Persönlichkeit. Diese fehlende Anerkennung zeigt sich auch oft in Partnerschaften, wenn einer den anderen dominiert, anstatt ihn als gleichberechtigt anzuerkennen und zu behandeln."
„Dann kann fehlende Achtung ja unglaubliche Verletzungen und großes Leid verursachen" stellte sie aufgewühlt fest.
„Da hast du vollkommen Recht, Sarah. Ein Mensch, der Achtung hat, hat dies klar erkannt. Deshalb behandelt er seine Mitmenschen achtsam und ist mit ihnen immer auf Augenhöhe. Er betrachtet sie als gleichwertig und spiegelt wider, wie auch er von anderen angenommen werden möchte. Er schenkt ihnen Aufmerksamkeit und Anerkennung. Sein Verhalten zeichnet sich durch Einfühlungsvermögen, Anstand und Benehmen aus. Er unterdrückt nicht, erniedrigt nicht, lehnt nicht ab, sondern sieht die Andersartigkeit und die Vielfalt der Menschen als Bereicherung seines eigenen Lebens. Selbst wenn Mitmenschen Fehler machen, sei es im fachlichen oder im zwischenmenschlichen Bereich, denkt er an Schadensbegrenzung, nicht an Anklage und nicht an Bloßstellung. Der Grund für diese Haltung ist, dass er eine hohe Selbstachtung hat. Er will also anderen durch sein Tun nicht gefallen, sondern es ist ihm ein inneres Bedürfnis, seine Geisteshaltung auch zu leben und zu bewahren. Ja, Sarah, Achtung ist wirklich die edelste Art, seinen Mitmenschen zu begegnen."

„Papa, das hast du echt schön erklärt. Das verstehe ich jetzt. Aber was passiert denn, wenn Menschen keine Achtung voreinander haben?"
„Um Himmels willen! Ohne Achtung würden wir im Chaos versinken, würden wir uns stets im Krieg mit anderen befinden. Jeder würde egoistisch seine Ziele verfolgen und, aus welchen Gründen auch immer, die Grenzen des anderen missachten und verletzen. Wenn ein Mensch die Persönlichkeit eines anderen nicht anerkennt, seinem Wesen, seiner Einstellung und seinen Empfindungen keinen Raum lässt, ist dies ein untrügliches Zeichen dafür, dass es ihm an Achtung fehlt."
„Kennst du so jemanden?" fragte Sarah interessiert nach.
Michael nickte. „Menschen ohne Achtung treffen wir überall", nahm er das Gespräch wieder auf. „Das ist nämlich unabhängig von Geld und Gesellschaftsschicht. Ebenso spielt es auch keine Rolle, welche Stellung man im Berufsleben hat, oder ob man einen Titel trägt. Denn weder ein doppelter Doktortitel noch eine Machtposition in einem Aufsichtsrat sagen uns etwas über die menschlichen Qualitäten einer Person. Da fällt mir spontan der Personalchef in meiner Firma ein. In seiner Arroganz liebt er es, Menschen zu verletzen, und Späße macht er nur auf Kosten anderer. Dabei merkt er gar nicht, wie entwürdigend das für die Betroffenen ist, und unterstreicht damit nur, dass er keine Achtung vor seinen Mitmenschen hat."
„Mensch Papa, wenn ich das so höre, denke sofort an unseren Englischlehrer. Der verhält sich auch immer so mies. Stell dir vor, ständig hackt der auf irgendeinem aus der Klasse herum und stellt ihn als Idioten dar, nur weil es mit den Vokabeln oder der Grammatik nicht klappt.

Da fallen dann so gemeine Sätze wie: „Du lernst das sowieso nie; dazu braucht man eben eine gewisse Intelligenz; von dir habe ich auch gar nichts anderes erwartet.“ Weißt du, er stellt ihn nicht nur bloß, sondern er lacht auch gehässig über ihn. Voll peinlich, sage ich dir!“
„Ja, Sarah, du hast es schon verstanden. Dieser Mensch hat sicher keine Achtung. Tatsache ist, dass solche Menschen unter uns sind, und erschreckend dabei ist, dass es immer mehr werden. Den meisten ist ihre fehlende Achtung jedoch nicht bewusst, und die, denen es bewusst ist, wollen es oft nicht wahrhaben…….zielstrebig verfolgen sie ihre egoistischen Interessen, auch wenn sie merken, dass ihnen selbst keinerlei Achtung mehr entgegengebracht wird**.**
Sarah sah ihren Vater fragend an:
„Aber du bist doch nicht so. Du bist doch nicht einer von denen, stimmt’s Papa?“
Michael spürte die Besorgnis, die in ihrer Frage mitschwang.
„Jetzt nicht mehr“, gab er vorsichtig zurück. „Aber es war nicht immer so.“
„Wieso? Ist es dir denn auch schon mal passiert, dass du jemandem keine Achtung entgegengebracht oder die Achtung sogar verweigert hast?“
Vor dieser Frage hatte er sich gefürchtet, denn sie erinnerte ihn an einen Vorfall, den er immer noch bereute. Gleichzeitig war er froh, dass seine Tochter ihm diese Frage gestellt hatte, denn so konnte er ihr aufzeigen, was passiert, wenn man sein Vorteilsdenken über jede Achtung stellt.
Nachdem Michael sich gefangen hatte, begann er zu erzählen:
„Ja, wie ich dir schon sagte, befand ich mich in jungen Jahren auch auf dem Weg in die falsche Richtung und war nicht in der Lage, die Konsequenzen abzuschätzen, die sich durch mein egoistisches Verhalten ergeben sollten. Hier möchte ich dir eine wahre Begebenheit erzählen, die mir selbst passiert ist und die mir heute noch sehr Leid tut.“
Sarah war ganz still geworden. Mit Herzklopfen wartete sie darauf, dass ihr Vater weitersprach ……
„Es war in einer großen Firma in Stuttgart, und wir hatten durch das Versagen einzelner Mitarbeiter mehrere Kunden verloren. Aufbrausend und völlig außer sich machte mein damaliger Chef einen Kollegen dafür verantwortlich. Er beleidigte ihn in meinem Beisein, warf ihm Unfähigkeit vor und behandelte ihn wie einen Fußabtreter. Ich wusste genau, dass diesen Mann keine Schuld traf und er sich wirklich nichts vorzuwerfen hatte. Trotzdem schritt ich nicht ein, klärte nicht den Sachverhalt auf. Nur ein Wort von mir hätte genügt, die Sache klarzustellen. Stattdessen gab ich meinem Chef Recht, weil ich ja schließlich auf der Erfolgsleiter höher klettern wollte und nur an meinen Vorteil dachte.
Als ich den zu Unrecht beschuldigten Kollegen später traf, schaute er mich abweisend an und sagte:
„Michael, du hast meine Achtung verloren.“
„Kannst du dir vorstellen, wie ich mich da gefühlt habe, Sarah?“
„Ich kann mir gar nicht vorstellen, dass *du* so etwas getan hast, Papa.“
„Ja leider“, gab er schuldbewusst zurück. „Was glaubst du, wie ich mich vor mir selbst geschämt habe?“
Sarah sagte nichts. Tröstend griff sie nach seiner Hand, um ihr Mitgefühl auszudrücken. Erst nach einem längeren stummen Austausch fuhr er mit gestärkter Stimme fort:
„Wie du siehst, Sarah, ist ein Mensch ohne Achtung im Grunde genommen ein ganz armer Hund. Ich weiß, wovon ich spreche. Selbst wenn dieser Mensch durch seinen Egoismus und sein Vorteilsdenken zu Geld und Macht gelangt, führt er doch im menschlichen Bereich ein äußerst armseliges Leben. Gute zwischenmenschliche Beziehungen kann er nicht aufbauen und zu einer glücklichen Liebesbeziehung ist er nicht fähig, weil ihm die Grundlage dazu, also die die Achtung vor dem anderen, fehlt. Man könnte auch sagen, er ist nur eine leere Hülle mit viel Oberfläche und wenig Tiefgang. Diese innere Leere muss er natürlich mit noch mehr oberflächlichen Vergnügen füllen. Er wird dabei nie die schöne Erfahrung machen, dass ein Mensch, der andere achtet, auch selbst geachtet wird. Die Bedeutung von Selbstachtung

ist ihm völlig fremd. Deshalb hinterlässt er am Ende seines Lebens nur eine Spur menschlicher Verwüstung."
Sarah erschrak regelrecht bei diesen Worten. Noch nie hatte sie über solche menschlichen Abgründe nachgedacht.
„Das ist ja schrecklich, was du da schilderst! Wie wird man denn so?" fragte sie forschend.
„Nun, der Grund für fehlende Achtung ist immer ein ausgeprägtes Vorteilsdenken und ein schwaches Selbstwertgefühl, aber auch der Wille, andere zu beherrschen und zu manipulieren. Ich denke da an den Betrüger, Vergewaltiger, Unterdrücker oder den Ausnutzer, die immer wieder egoistisch einen Keil zwischen die Menschen treiben, nur um sich einen Vorteil zu verschaffen. Doch damit unterstreichen sie nur ihre Unzulänglichkeit als Mensch. Alle, die ich hier genannt habe, haben eines gemeinsam: Sie haben keine Selbstachtung. Denn wenn sie nur ein wenig Selbstachtung hätten und ihren eigenen Wert als Mensch erkennen würden, könnten sie diese Untaten gar nicht begehen, weil sie sich der Konsequenzen dieser Taten sofort bewusst wären. Dann würden sie sagen: "Dafür bin ich mir zu schade; für so etwas gebe ich mich nicht her."
Sarah nickte zustimmend.
„Ja, das sehe ich ein Papa. Aber manchmal ist es doch sicher schwierig herauszufinden, was für einen Menschen ich vor mir habe. Wie kann denn ich beurteilen, ob er Achtung hat oder nicht?"
„Ja, Sarah, das ist manchmal schwer einzuschätzen. Deswegen solltest du dir angewöhnen, immer genau zuzuhören, was ein Mensch von sich gibt. Denn wenn er redet, fallen auch immer wieder Worte, die einfach nicht zu dem passen, was sie aussagen sollen. Und wenn du genau diese verräterischen Worte zusammensetzt, entsteht langsam ein Bild, wer dieser Mensch wirklich ist. Das ist vergleichbar mit einem Radio, wo du den Sender nicht richtig eingestellt hast. Auch da kommen neben dem Rauschen immer wieder Wortfetzen durch. Durch das Zusammenfügen dieser Wortfetzen entsteht dann langsam ein Bild, aus dem man erkennt, was der Sinn ist."
Sarah murmelte leise vor sich hin:
„Vielleicht sollte ich mehr auf das achten, was hinter den Worten steht, die jemand sagt. Dann weiß ich auch besser, wen ich vor mir habe."

„Papa, aber was entscheidet denn eigentlich darüber, ob jemand Achtung hat oder nicht?" wollte sie plötzlich wissen.
„Wie ich dir schon sagte, kann jeder Mensch Achtung haben. Das ist unabhängig von der gesellschaftlichen Stellung und auch keine Frage des Titels, weil dies alles nichts über den wahren Charakter eines Menschen sagt. Du glaubst gar nicht, wie oft ich schon erlebt habe, dass Menschen mit Titel oder in hoher Position sich ihren Mitmenschen gegenüber mies und charakterlos verhalten haben. Aber um deine Frage zu beantworten, Achtung erlangt man in erster Linie durch eine gute Erziehung und ein gesundes Selbstwertgefühl. Wächst also ein Mensch in einem positiven Umfeld auf, wo einer den anderen achtet, wird er gar nicht anders können, als diese edle Haltung für sein späteres Leben zu übernehmen."
„Oh, da habe ich ja Glück, dass ich von Mama und von dir erzogen werde. Ihr achtet mich doch, nicht wahr?"
„Selbstverständlich achten wir dich. Und natürlich achten wir uns auch gegenseitig. Sonst gäbe es Spannungen in unserem Familienleben."
„Ich bin froh, dass das nicht so ist, Papa. Was denkst du, habe ich gute Chancen, ein Mensch mit Achtung zu werden?"
„Da bin ich ganz zuversichtlich, mein Schatz. Schließlich bist zu ja *meine* Tochter."
Sarah musste lachen. „Natürlich hat man die guten Eigenschaften immer nur von den Eltern und die schlechten sonst wo her, oder etwa nicht?"
Auch Michael konnte sich ein Lachen nicht verkneifen.

„Ja, ja, da hast du recht, Sarah. Aber im Ernst, ich denke, dass du das, was ich dir über die Achtung mitteilen wollte, schon ganz gut aufgenommen hast. Nun weißt du, dass ein Mensch, der anderen Achtung erweist, allen Grund hat, sich selbst zu achten.“
„Alle Achtung, Papa, jetzt habe ich wirklich was gelernt.“

*

Leitgedanken zur Achtung

Achtung ist der höchste menschliche Wert

Wer andere achtet, wird geachtet

B

Bewusstsein

„Na**,** Sarah, bist du bereit für B?“
„Klar, Paps, wir können das nächste Päckchen aufmachen. Also, was steckt hinter dem B?“
Michael spürte ihre Neugier und freute sich über ihr ehrliches Interesse. Besonnen antwortete er:
„Hinter dem B steckt etwas, das sehr großen Einfluss auf dein Leben hat. Etwas, das dich immer wieder zwingen wird, Entscheidungen zu treffen.“
„Komm Paps, erzähl schon, mach’s nicht so spannend!“
„Also gut, das B steht für Bewusstsein.“
„Bewusstsein…….?“ wiederholte sie nachdenklich. „Meinst du damit, sich eine Sache bewusst zu machen?“
„Genau, sich etwas bewusst zu machen, das ist Bewusstsein. Aber lass es mich Schritt für Schritt erklären. Über das Bewusstsein wurde natürlich schon jede Menge geschrieben. Aber ich möchte mit dir weder über die philosophische Auslegung noch über die medizinische Bedeutung von Bewusstsein sprechen.“
„Über was willst du dann sprechen?“ drängte sie.
„Weißt du, um im täglichen Leben bestehen zu können, benötigt man eine gute Wahrnehmung und ein objektives Urteilsvermögen. Die Grundlage dafür bildet ein gesundes Bewusstsein. Denn erst das Bewusstsein ermöglicht es uns, bei allem was wir tun, auch die möglichen Konsequenzen zu erkennen und uns dann für das Richtige zu entscheiden. Nur so ist gewährleistet, dass wir keinen Schaden nehmen und menschlich nicht ins falsche Fahrwasser geraten.“
„Falsches Fahrwasser …….? Was meinst du denn damit, Paps?“
„Falsches Fahrwasser heißt nichts anderes, als sich menschlich in die falsche Richtung zu bewegen oder immer wieder die gleichen Fehler zu machen. Davor schützt nur ein reifes Bewusstsein. Denn wer ein reifes Bewusstsein hat, ist auch stets in der Lage, sein Vorgehen zu überdenken, und weiß genau, was er tut……. bevor er handelt.
„Ah, dann hat also Bewusstsein mit wissen zu tun, stimmt’s Papa? Oder was genau ist Bewusstsein?“
„Ja, so kann man es ausdrücken. Bewusstsein ist nämlich geistige Klarheit und Besinnung, das Wissen um etwas. Es schärft unsere Wahrnehmung, ist ein Instrument zur Entscheidungshilfe und ermöglicht uns menschlich richtig zu handeln. Im Laufe unseres Lebens entwickeln wir unser Bewusstsein durch Erfahrungen, Erkenntnisse und durch objektives Betrachten immer weiter. Je höher der Grad an Bewusstsein ist, desto besser können wir zwischen richtig und falsch entscheiden.“
„Ach, dann ist ja das Bewusstsein sehr wichtig im Leben.“
Ja, es ist sogar mehr. Das Bewusstsein ist das Zentrum unseres Daseins. Denn die Qualität deiner Gedanken bestimmt die Qualität deines Lebens.“
„Das sind echt schöne Worte, Papa. Aber kannst du das auch einfacher erklären?“
„Also, Sarah, es verhält sich folgendermaßen. Das Bewusstsein bestimmt unser Leben, weil es die Quelle unserer Entscheidungen ist. Deshalb lebt ein Mensch mit einem höheren Bewusstsein ein erfüllteres Leben als ein Mensch mit einem niedrigeren Bewusstsein.“
„Stimmt das wirklich?“ fragte Sarah überrascht.
„Ja, ja, das stimmt. Menschen mit einem hoch entwickelten Bewusstsein nehmen viel mehr wahr, erkennen das Schöne und Gute im Leben, können Fehler von vornherein vermeiden, weil sie wissen, wer sie sind und was für sie richtig ist. Und wenn alle Menschen ein hoch entwickeltes Bewusstsein hätten, würde es auch allen besser gehen. Du erinnerst dich doch sicher noch an den Brillanten, bei dem wir alle unsere Facette pflegen?“
Sarah nickte schweigend.
„Siehst du, auch das Bewusstsein ist einer dieser menschlichen Werte, der unsere Facette zum Strahlen bringt.“

„Papa, wenn aber jemand seine Facette noch nicht zum Glänzen gebracht hat, kann der denn sein Bewusstsein weiter entwickeln? Kann der dazulernen?“
„Ja, natürlich kann er das. Wenn jemand sein Bewusstsein schärfen will, muss er die Bereitschaft zur Einsicht aufbringen. Denn im Laufe seines Lebens hat er, wie wir alle, immer wieder die Möglichkeit, durch Erfahrungen, Erkenntnisse und objektives Betrachten dazuzulernen und so sein Bewusstsein weiter zu entwickeln.“
Sarah folgte den Worten ihres Vaters interessiert und meinte nachdenklich:
„Dass man durch Erfahrungen und Erkenntnisse lernen und wachsen kann, ist mir jetzt klar, aber was meinst du mit objektivem Betrachten?“
„Ach, weißt du“, begann Michael seufzend „in unserer Jugend werden wir von Eltern, Lehrern, Freunden und auch von den Medien immer wieder mit Überzeugungen und Glaubenssätzen gefüttert und zugeschüttet. Zusätzlich bilden wir uns noch eigene Meinungen und Urteile. So ist es nicht verwunderlich, dass wir mit der Zeit einen riesigen Rucksack, gefüllt mit Überzeugungen und Glaubenssätzen, mit uns herum schleppen. Es wäre aber falsch, dieses angesammelte Gedankengut stets kritiklos und ohne nachzudenken einfach zu übernehmen. Denn wenn wir mal einen objektiven Blick darauf werfen, stellen wir schnell fest, dass dieser Rucksack viel Unwichtiges, Belastendes und sogar geistigen Müll enthält.“
„Das klingt aber hart“, warf Sarah ein.
„Ja, ich weiß, aber es ist so. Doch ein entwickeltes Bewusstsein hilft uns, zwischen Nützlichem und Unwichtigem oder sogar Schädlichem zu unterscheiden und sich davon zu trennen, wie z. B. von Überzeugungen, die man irgendwann nicht mehr teilt, oder einer Parole, der man nicht mehr folgen kann oder nicht mehr folgen will.“
„Aha, du willst mir also sagen, dass ich all das, was du mir gerade versuchst beizubringen, erstmal überdenken soll, bevor ich es für mein Leben übernehme?“
Sarah sah ihn verschmitzt an und beide konnten sich das Lachen nicht mehr verkneifen.
„Genau genommen, ja“ räumte er ein. „Natürlich versuche ich, dir nur das Richtige weiterzugeben.“
Plötzlich änderte sich sein Tonfall und mit ernster Stimme fuhr er fort:
„Sarah, aber wenn du eines Tages feststellst, dass für dich das eine oder andere davon falsch ist, dann löse dich davon. Das meine ich genau so, wie ich es sage.“
Ganz spontan umarmte Sarah ihren Vater.
„Ach, Paps, ich vertraue dir doch. Ich kann mir wirklich nicht vorstellen, dass du mir etwas Falsches beibringst.“
„Vielen Dank, Sarah, es freut mich riesig, dass du so viel Vertrauen zu mir hast“, sagte er gerührt und drückte sie fest an sich.
Nach einem Moment der Stille nahm Michael das Gespräch wieder auf.
„Wie du merkst, kann man mit Hilfe des Bewusstseins Unnötiges aus dem Rucksack herausnehmen, so dass er mehr und mehr an Gewicht verliert, wir uns besser fühlen und leichter durchs Leben gehen. Siehst du, das Bewusstsein ist also nicht nur Entscheidungshilfe, sondern dient uns auch zur Entsorgung falscher Einstellungen. Im Laufe meines Lebens habe ich selbst schon manche Überzeugung abgelegt, die ich als falsch erkannt hatte.“
„Das war doch bestimmt nicht immer einfach, Papa“, unterbrach sie ihn verständnisvoll.
„ Natürlich geht das nicht ohne Anstrengung. Es erfordert nämlich einiges an geistiger Kraft und Konsequenz, aber auch den Mut zur Änderung von Lebensgewohnheiten. Doch das Schöne dabei ist, dass der Lohn für unsere Bemühungen und Einsichten, nicht das ist, was wir zurückbekommen, sondern etwas viel Wertvolleres, nämlich das, was wir dadurch werden. Durch diese Weiterentwicklung unseres Bewusstseins wachsen wir als Mensch, sind glücklicher und werden zu einer Bereicherung für die Gemeinschaft.

Neulich beim Sport habe ich einen jungen Mann getroffen, auf den das hundertprozentig zutrifft.“
„Echt? Mensch, Papa, dann erzähl mal!“
„Ja, ich war joggen in dem kleinen Wäldchen, du weißt schon, hinter der Musikschule. Der besagte junge Mann parkte sein Auto genau neben meinem. Als ich loslief, nickte er mir freundlich zu, überholte mich aber schon nach kurzer Zeit und war bald außer Sichtweite. Ich gab mein Bestes, doch als ich keuchend zum Auto zurückkam, stand er völlig ausgeruht neben seinem Wagen. Etwas irritiert sprach ich ihn an: „Sind Sie auch die große Runde gelaufen?“
„Ja natürlich “ , entgegnete er.
„ Aber Sie sind doch nach mir losgelaufen und trotzdem vor mir angekommen. Sie müssen ja eine gute Kondition haben.“ Er drehte sich mir zu und lächelte. Erst da sah ich, dass er einen steifen Arm hatte.
„Ja, aber das war nicht immer so gewesen“, antwortete er. „Vor meinem Unfall wäre ich nie auf die Idee gekommen, Sport zu treiben. Da hatte ich ganz andere Flausen im Kopf. Erst seit meinem Unglück achte ich bewusst auf meinen Körper und treibe regelmäßig Sport.“
„Trotz der Behinderung?“ fragte ich erstaunt.
„Ja gerade deswegen, denn sie erinnert mich an den gravierenden Wendepunkt in meinem Leben. Sie hat mir geholfen, all das, was damals passierte, auch zu bewältigen.“
Er strahlte eine heitere Gelassenheit aus, die mir sofort gefiel. Ohne dass ich nachfragte, wies er auf seine Behinderung und fuhr fort:
„Als Zwanzigjähriger hatte ich einen schweren Unfall verursacht. Ich fuhr im Drogenrausch mit dem Auto von einer Party nach Hause, überfuhr eine rote Ampel und stieß mit einem anderen Fahrzeug zusammen. Dabei wurde mein Arm gequetscht und seither ist er steif geblieben. Der Schmerz damals war schon schlimm genug. Aber als ich dann die beiden schwer verletzten Insassen des anderen Autos sah, die blutüberströmt in ihren Sitzen hingen, wurde mir schlagartig bewusst, was ich angerichtet hatte. In diesem Augenblick schwor ich mir, nie wieder Drogen zu nehmen und meinem Leben einen neuen Sinn zu geben. Der erste Schritt in die richtige Richtung war, dass ich die Verletzten im Krankenhaus besuchte und um Verzeihung bat. Wir haben noch immer Kontakt und mittlerweile habe ich ein sehr gutes Verhältnis zu ihnen. Inzwischen betrachte ich das Unglück sogar als Glück. Ich habe zwar einen steifen Arm davon getragen, habe aber durch den Unfall endlich zu mir selbst gefunden.“
„Dass Sie das so sehen“, sagte ich, „verdient wirklich Anerkennung.“
Dabei spürte ich seine Verlegenheit und sah, wie er leicht errötete.
„Jedenfalls“, nahm er das Wort wieder auf, „würde ich nun keine Drogen mehr nehmen, weil ich erkannt habe, dass das der falsche Weg ist. Aus dieser Erkenntnis heraus beschloss ich, anderen in gleicher Situation zu helfen, und begann, in der Drogenberatung zu arbeiten. Dort konnte ich schon mehrere Jugendliche zur Umkehr bewegen. Seitdem hat mein Leben einen Sinn, ich bin menschlich gewachsen und durch das neue Bewusstsein habe ich eine höhere Lebensqualität erhalten.“
„Da hatten Sie wirklich Glück im Unglück.“ Während ich das sagte, bewunderte ich seine Offenheit.
„Ja“, sagte er lächelnd, setzte sich in sein Auto, winkte mir noch einmal freundschaftlich zu und fuhr davon.
Sicher kannst du dir vorstellen, wie beeindruckt ich von diesem Menschen war.“
„Ja“, meinte Sarah zustimmend, „das kann ich gut nachvollziehen. Aber sag’, ist es nicht schlimm, wenn jemand erst durch ein Unglück erkennt, dass er sich in die verkehrte Richtung entwickelt?“

„Ja, ich finde das auch traurig, aber leider ist bei vielen Menschen das Bewusstsein zu wenig ausgereift. Sie machen sich einfach keine Gedanken über ihre Lebensweise und erkennen deshalb auch nicht rechtzeitig die Gefahren, die ihnen drohen."
„Gefahren?" wiederholte Sarah, „was passiert denn mit Leuten, die kein ausreichendes Bewusstsein haben?"
„Sarah, du kannst noch nicht wissen, dass das Leben oft eine Gratwanderung ist. Denn der Mensch kann all seine Stärken, Talente und Fähigkeiten sowohl im positiven Sinne als auch im negativen anwenden und leben. Jemand, der z.B. aufgrund einer falschen Erziehung oder eines Gefühls der Minderwertigkeit kein ausreichendes Bewusstsein hat, verhält sich egoistisch, wird von einem Vorteilsdenken beherrscht und setzt seine Begabungen und Fähigkeiten immer nur zum eigenen Nutzen ein."
„Mensch, und wohin führt dieses Verhalten?" wollte sie wissen.
„Auch er läuft wie der Mensch ohne Achtung letztendlich in eine Sackgasse hinein. Er merkt dabei nicht, dass die Leute sich immer mehr von ihm abwenden, bis er sich schließlich nur noch mit Gleichgeschädigten umgibt. Er erkennt zunächst nicht, dass er in die falsche Richtung läuft, da er anfangs durchaus Erfolg hat und durch diesen Erfolg geblendet ist. So wird er von materiellem Denken geprägt und stellt sich immer über die Haben-Schiene dar. In Wirklichkeit sucht er aber nur Anerkennung und will sein Gefühl der Minderwertigkeit über Besitz, Stellung oder Titel ausgleichen."
„Kennst du so jemanden?"
„Ich kenne schon Leute, deren Bewusstsein zu wünschen übrig lässt, aber über einen besonders krassen Fall habe ich gerade gestern in der Zeitung gelesen."
„Ah, jetzt wird's spannend", begeisterte sich Sarah. „Was ist denn da passiert?"
„Weißt du, da ist in Frankfurt ein Anlagebetrüger aufgeflogen, dem wird gerade der Prozess gemacht. Stell dir vor, der hat Hunderte von Kleinanlegern um ihr mühsam Erspartes gebracht. Doch er selbst scheffelte Millionen, indem er das Vertrauen dieser Menschen missbrauchte."
Sarah schüttelte den Kopf.
„Aber Papa, das ist doch eine ganz linke Tour!"
„Absolut! Aber das ist typisch für einen Menschen mit einem gering entwickelten Bewusstsein. Das zeigt sich hier in fehlendem Verantwortungsgefühl. Rücksichtslos dachte er nur an seinen eigenen Vorteil und an seine persönliche Bereicherung. Was mit den Anlegern passierte, das war ihm völlig egal."
„Ich finde solche Typen zum Kotzen!" platzte Sarah heraus. „Kannst du mir mal erklären, warum jemand so etwas tut? Das ist ja hochkriminell!"
„Das kannst du laut sagen. Aber der wahre Grund für so eine schäbige Handlungsweise ist der pure Egoismus. In diesem Fall zeigt er sich im Streben nach materiellem Besitz, denn nur das hilft ihm, sein Minderwertigkeitsgefühl auszugleichen. Aufgrund seiner seelischen Schieflage glaubt er, nur über diese materielle Schiene mit anderen gleichziehen zu können. Das Verführerische für ihn dabei ist, dass er sich anfangs natürlich durch den Erfolg auf dem richtigen Wege glaubt, sich gut und bestärkt fühlt. Dabei bemerkt er aber nicht, dass er sich durch seine Einstellung und sein Verhalten von seinen Mitmenschen isoliert und menschlich gesehen in eine Sackgasse läuft."
Sarah schloss kurz die Augen und versuchte, sich die Situation vorzustellen.
„Aber in einer Sackgasse geht es doch irgendwann nicht mehr weiter" warf sie ein. „Was passiert, wenn er am Ende angelangt ist?"
„Irgendwann muss er feststellen, dass er trotz seines materiellen Erfolges völlig alleine dasteht und menschlich abgekoppelt ist. Das tut weh, denn er muss hier erkennen, dass ihn Geld und Besitz allein nicht glücklich macht.

„Damit du auch wirklich verstehst, was ich meine, Sarah, muss ich dir jetzt etwas ganz, ganz Wichtiges mitteilen."
„Ja, wie – wichtig? Bisher war doch alles wichtig."
„Natürlich war alles bisher wichtig. Aber hier geht es um etwas ganz Entscheidendes. Wie ich dir vorhin schon sagte, ist das Leben eine Gratwanderung. Der Grat teilt das Leben in zwei Welten. Auf der einen Seite befindet sich die Welt des Habens; auf der anderen Seite befindet sich die Welt des Seins. In welcher dieser beiden Welten wir leben, hängt immer vom Grad unseres Bewusstseins ab. Deshalb möchte ich dir jetzt diese beiden Welten eingehender beschreiben."
„Langsam, Papa, jetzt verstehe ich gar nichts mehr. Zwei Welten?"
„Ja, zwei Welten, Sarah. In der einen baut man seine Persönlichkeit auf das Haben auf, in der anderen auf das Sein."
„Da bin ich aber gespannt. Doch ich bin sicher, du kannst mir auch das erklären", lächelte sie ihren Vater an.
„Und das tu ich sehr gerne, mein Schatz. In der Welt des Habens wirst du nur nach dem beurteilt, was du hast. Alles dreht sich um Äußerlichkeiten wie Besitz, Macht oder Titel. Das Bewusstsein für menschliche Werte ist nicht ausgeprägt oder diesen Menschen abhanden gekommen. In dieser Welt kämpft jeder gegen jeden, will immer mehr haben als der andere, besser oder mächtiger sein. Das zieht natürlich Neid, Gier, Misstrauen und Kriminalität nach sich. Und hier spreche ich nicht nur über den Anlagebetrüger. Diese Welt gibt es auch im Kleinen. Denk doch nur mal an Jugendliche, die andere Jugendliche erpressen, ihnen die Jacke oder das Handy abnehmen."
„Ja, das ist wirklich schlimm. Sogar bei uns in der Schule gibt es solche miesen Typen. Kannst du mir mal sagen, was in denen vorgeht?"
„ Menschen, die in der Haben-Welt leben, werden allein vom Egoismus gesteuert. Dieser Egoismus ist aber nichts weiter als ein Mangel an Mitgefühl. Die Menschen, die sich dieser Welt hingeben und deren ganze Persönlichkeit auf das Haben aufgebaut wurde, erkennen nicht, dass man im Leben nicht alles haben kann. Da gibt es immer wieder Grenzen, weil auch andere haben wollen. Was jedoch in dieser Welt leicht passieren kann, ist, dass man wegen des ständigen Kampfes all diese Äußerlichkeiten wieder verliert. Da es aber für einen Haben-Menschen das Einzige ist, was er hat, was seine Persönlichkeit darstellt, ist er am Ende im wahrsten Sinne des Wortes ein Habe-Nichts. Ein kümmerliches Menschlein, also eine stumpfe Facette auf dem Brillanten."
„Mensch Papa, das ist ja erschreckend. Neid, Misstrauen, Geldgier, Machtstreben…….. aber keine Menschlichkeit. In dieser Welt möchte ich nicht leben!"
„Davor möchte ich dich auch bewahren. Deshalb habe ich dir ja dieses besondere Geschenk zu deinem Geburtstag gemacht. Wenn du dir all die menschlichen Werte, die ich dir vermitteln will, zu eigen machst, dann steht dir eine ganz andere Welt offen…… nämlich die Welt des Seins. Und die will ich dir nun beschreiben.
In der Welt des Seins wirst du nach dem beurteilt, was du bist. Hier steht der Mensch selbst im Mittelpunkt. Seine Facette glänzt und funkelt, weil seine Persönlichkeit auf menschliche Werte aufgebaut ist. Er hat wahres Selbstbewusstsein, lebt, was er ist und was er in sich gefunden hat. Er lebt also seinen inneren Reichtum und nutzt seine Fähigkeiten und Begabungen zum Wohle aller. Seine überschüssige Energie lässt er dabei frei abfließen, so dass sie von anderen aufgenommen werden kann. In der Welt des Seins hält sich Geben und Nehmen die Waage. Der Brillant strahlt in den schönsten Farben des Lichts und die Menschen haben die besten Voraussetzungen, glücklich zu sein. Eben weil das Glück nicht aus Besitz besteht, sondern wir es in uns selbst tragen. Und das kann uns, im Gegensatz zur Haben-Welt, niemand wegnehmen."
„Papa, die Welt des Seins ist genau die Welt, in der ich auch leben möchte."

„Du bist doch schon auf dem Weg dorthin. Denn du hast ja bereits begriffen, dass nicht das zählt, was man hat, sondern, wie man sich fühlt.“

*

Leitgedanken zum Bewusstsein

Bewusstsein ist geistige Klarheit

Bewusstsein ist das Zentrum unseres Daseins

C

Courage

„Du, Paps, ich bin schon voll auf das C eingestellt, können wir dieses Päckchen jetzt aufmachen?“ fragte Sarah ungeduldig.
„Einen Moment bitte, ich hole uns erst etwas zu trinken.“
Die kleine Pause kam Sarah gelegen. Angestrengt überlegte sie, was sich wohl hinter dem C verbergen könnte.
„Ist es vielleicht Charakter?“ rätselte sie. „Oder etwa Charisma?“ Doch plötzlich strahlte ihr Gesicht. „Ich hab’s! Bestimmt ist es Charme“, war sie sich sicher.
Als Michael mit dem Saft zurückkam, sprach sie ihn sofort an:
“Du, Paps, ich weiß schon, welcher Begriff jetzt kommt. Du willst mit mir über Charme sprechen, nicht wahr?“
Michael musste lachen.
„Aber Charme hast du doch schon, meine Große. Damit kriegst du mich doch immer so schön rum. Wie zum Beispiel bei dem Kleid, das du zum Geburtstag bekommen hast. Da hast du mich mit deinem Charme so lange bezirzt, bis mir nichts anderes mehr übrig blieb, als es dir zu kaufen. Nein, nein…….“ Michael schüttelte den Kopf, „Charme hast du wirklich genug, darüber brauchen wir also nicht zu sprechen. Außerdem ist Charme ja kein menschlicher Wert. Und wir wollen doch bei den menschlichen Werten bleiben. Das Päckchen mit dem C enthält etwas viel Wichtigeres. Etwas, was mit der eigenen Überzeugung zu tun hat.
„Mit Überzeugung?“
„Ja, mit Überzeugung. Das C steht nämlich für Courage.
„Courage? Wieso Courage? Du willst wissen, ob ich mutig bin?“ Verwundert sah sie ihn an.
„Nein, dass du mutig bist, weiß ich ja. Courage ist etwas anderes. Courage ist die Weiterentwicklung von Mut. Sie fängt da an, wo man zu seiner Einstellung steht, auch wenn Nachteile zu erwarten sind.“
„Du Paps, das musst du mir aber jetzt genauer erklären.“
„Courage ist der Mut, fest zu sich selbst, zu seiner Überzeugung und Einstellung zu stehen. Aber auch Recht einzufordern und Unrecht anzuklagen …..egal, welche Konsequenzen sich daraus ergeben. Sicher kannst du dir vorstellen, dass dies nicht immer einfach ist. Oft muss man gegen den Strom schwimmen, steht mit seiner Meinung alleine da, wird belächelt, angegriffen oder sogar ausgegrenzt. Dann fühlt man sich so manches Mal wie das schwarze Schaf in der Herde.“
Sarah versuchte, sich in diese Situation hineinzufühlen.
„Aber wenn alle gegen einen sind und dieser Mensch trotzdem zu seiner Überzeugung steht, muss er doch ein starkes Selbstbewusstsein haben.“
„Das ist richtig, Sarah. Ein Mensch mit Courage nimmt das alles in Kauf. Courage bedeutet nämlich, in jeder Situation Rückgrat zu haben, Charakter zu zeigen und zu sich selbst zu stehen. Dieser Mensch ist nicht bereit, sich fremden Meinungen zu beugen, die er selbst als falsch erkennt.“
„Das ist beeindruckend. Diese Courage hätte ich auch gern. Sag’ mal Papa, wie kriegt man denn Courage? Ist das angeboren oder kann man das erlernen?“
„Siehst du Sarah, weil ich dich so liebe, habe ich dir ja dieses Geschenk gemacht. Es liegt mir sehr am Herzen, dir zu zeigen, dass man alle menschlichen Werte, wenn man sie nicht schon von Natur aus hat, erlernen und sie sich zu eigen machen kann. Courage ist kein Talent und auch keine angeborene Fähigkeit, sondern das Ergebnis einer starken Persönlichkeit. Also ein persönlicher Reifeprozess, der mit der Entwicklung des Bewusstseins einhergeht. Das heißt, je höher das Bewusstsein ist, desto weniger kann man sich der eigenen Verantwortung, dem eigenen Charakter und den eigenen Überzeugungen entziehen. Es bleibt einem nichts anderes übrig, als mit allen Konsequenzen zu sich selbst zu stehen. Das hat zwangsläufig Courage zur Folge.“
„Oha“, stöhnte Sarah, „kannst du mir auch das mal näher beschreiben?“

„Ja sicher. Aber vielleicht ist es besser, wenn ich es dir anhand eines Beispiels verständlich mache.
Stell dir vor, da arbeiten drei Jugendliche als Azubis in einem großen Supermarkt. Sie kennen sich schon von der Schule, sind keine Freunde, aber gute Bekannte. Zusammen haben sie ihre Ausbildung begonnen und sind bereits im zweiten Lehrjahr. Eines Tages bekommt einer der drei mit, dass die beiden anderen zwei Flaschen Wodka aus dem Supermarkt mitgehen lassen. Als er sie darauf anspricht, ermutigen sie ihn, sich doch auch zu bedienen. Es würde doch gar nicht auffallen, wenn etwas fehlte. Ganz locker erzählen sie ihm, dass sie regelmäßig klauen und dass doch da gar nichts dabei ist. Schließlich verdienen sie ja nicht viel und etwas Alkohol für die Party am Wochenende brauchen sie ja auch. Sie fordern ihn auf: “Sei kein Feigling! Nimm doch auch eine Flasche mit und komm am Samstag zu unserer Fete. Da geht’s voll ab!“ versuchen sie ihn zu überreden.

Aber er lehnt energisch ab: „Nein, wenn ihr klaut, ist das eure Sache, aber für mich kommt das nicht in Frage. Ich klaue grundsätzlich nicht!“ betont er selbstbewusst. Im Weggehen denkt er noch „Nein, das habe ich nicht nötig, dafür bin ich mir zu schade, selbst wenn mich die beiden in Zukunft links liegen lassen.“
„Na, Sarah, kannst du dir denken, warum der ‚nein’ gesagt hat.?“
„Vielleicht hatte der nur Angst, geschnappt zu werden.“
„Nein, das war bestimmt nicht der Grund. Sonst hätte er nicht im Weggehen gedacht „Dafür bin ich mir zu schade“. Dieses Verhalten zeugt von einer hohen Selbstachtung. Er hat fest zu seiner Überzeugung und zu seinem Rechtsempfinden gestanden. Siehst du, Sarah, das war Courage.“
„Dann war sein Motiv ja richtig edel. Du, das imponiert mir.“ Stolz strahlte sie ihren Vater an. „Jetzt weiß ich, was Courage ist. Da habe ich doch glatt wieder etwas dazugelernt.“
Michael musste über Sarahs Feststellung lachen.
„Es ist wirklich schön, wie gut du alles aufnimmst. Aber was ich dir mit diesem Beispiel vermitteln wollte, ist erst die erste Stufe der Courage.“
„Wie die erste Stufe? Gibt es denn noch eine zweite?“
„Ja, so könnte man sagen. Es gibt nämlich noch eine Steigerung. Wie du anhand des Beispiels mit dem Azubi erkennen konntest, galt seine Lebenshaltung nur seiner eigenen Überzeugung, galt also nur für ihn selbst. Doch die höchste Stufe der Courage ist erreicht, wenn man seine Einstellung und Überzeugung nicht nur für sich selbst, sondern auch für andere einsetzt. Das ist die Zivilcourage.“
„Ja, und was ist Zivilcourage genau?“ hakte Sarah nach.
„Für einen Menschen mit Zivilcourage steht der Mensch im Mittelpunkt seines Denkens. Er ist bereit, seine Stärken, Talente und Fähigkeiten auch zum Wohle anderer einzusetzen. Stets schreitet er dort ein, wo es die Situation erfordert. Wenn er die Not anderer erkennt, zeigt er menschliche Größe und ist bereit, Verantwortung zu übernehmen. Er will dem Unrecht nicht die Möglichkeit geben, Überhand zu gewinnen. Selbstlos streitet er für Gerechtigkeit und hilft, wo sofortige Hilfe nötig ist. In dem Moment, wo er eingreift, sind mögliche Konsequenzen bei ihm ausgeblendet, weil er aus einem starken inneren Antrieb handelt.“
„Aber Papa, dann hat Courage ja auch viel mit Bewusstsein zu tun.“
„Ach Sarah, ich freue mich so, dass du mir so gut folgen kannst und verstehst, was ich sage. Du hast Recht. Courage und Bewusstsein sind miteinander verflochten.“
„Verflochten?“
„Ja, je höher das Bewusstsein ist, um so mehr festigt sich eine ethische Moral. Diese wird dann durch die Courage verteidigt, das heißt, durch die Courage wird das Denken in Handlung umgesetzt. Die Courage ist somit die ausführende Instanz des Bewusstseins.“
Sarah nickte beeindruckt und dachte intensiv über die letzten Worte nach, bis sie langsam, aber mit sicherer Stimme bestätigte:

„Du Papa, jetzt habe ich auch die Zivilcourage verstanden. Das ist ja wie bei den Geschwistern Scholl, die von den Nazis hingerichtet wurden. Das haben wir gerade in der Schule durchgenommen. Die hatten doch wirklich Courage, nicht wahr?“
„Ja, da hast du vollkommen recht. Ein besseres Beispiel wäre mir jetzt gar nicht eingefallen.
Die Geschwister Scholl waren außergewöhnliche Menschen. Wie andere erkannten sie in der Nazi-Zeit das Unrecht, aber sie waren bereit, selbstlos dagegen vorzugehen. Sie sind Vorbilder, denn sie spiegeln das wider, was sich im Grunde genommen jeder wünscht, nämlich mit Courage, Charakter und Rückgrat durchs Leben zu gehen. Leider gelingt dies vielen von uns nicht, weil ihr Bewusstsein nicht weit genug entwickelt ist und sie immer wieder an ihrem Vorteilsdenken, ihrem Egoismus oder ihrer eigenen Schwäche scheitern. Wenn jedoch das Bewusstsein einen gewissen Grad erreicht hat, kann man nicht anders, muss man handeln. Selbst wenn man in einer Situation der Unterlegene ist, handelt man trotzdem. Man nimmt keine Rücksicht auf die eigene Person, sondern folgt dem inneren Bestreben, dem Recht gerecht zu werden.
„Also Papa, wir haben das zwar in der Schule durchgenommen, aber so gut hat es mir bisher keiner erklärt.“
„Danke für das Lob, meine Große. Das tut mir richtig gut.“
„Das hast du dir doch verdient, Paps“, bekräftige Sarah. „Ich finde es richtig klasse, welche Courage manche Menschen aufbringen. Aber sicher gibt es auch andere, die nicht helfen oder eingreifen.“
„Oh je, die gibt es zur Genüge. Und leider auch solche, die sich einen Dreck darum scheren, wenn anderen Unrecht geschieht. Ich will dir mal eine Begebenheit erzählen, die klar macht, welche Auswirkungen fehlende Courage hat. Es war vor ungefähr acht Wochen. Da hat ein Fernsehsender einen Test durchgeführt. In einer Einkaufsstrasse einer deutschen Großstadt wurde eine Situation nachgestellt, in der drei junge Männer auf einen am Boden liegenden Schwarzafrikaner einschlugen und eintraten. Man wollte herausfinden, wie groß die Bereitschaft der Passanten ist einzugreifen. Die ganze Szene wurde von Schauspielern sehr lebensecht nachgestellt und mit versteckter Kamera gefilmt. Der Schwarze blutete bereits stark im Gesicht und schrie laut. Trotzdem schlugen die drei Täter weiter auf ihn ein. Obwohl das Opfer die Passanten mehrmals um Hilfe anbettelte und sie die Not des Mannes genau erkannten, griff dennoch keiner ein, sondern sie gingen einfach weiter.
Eine Strasse entfernt stand ein anderes Team, ebenfalls mit versteckter Kamera, und befragte die Passanten, warum sie vorbeigegangen waren und nicht eingegriffen hätten. Dabei gaben sie sich allerdings nicht als Reporter zu erkennen, sondern sie spielten die Rolle von Passanten, um ehrliche Antworten zu erfahren.
„Mensch …..Sie haben doch auch gerade die Schlägerei gesehen“, sprachen sie die Leute an. „Wieso haben Sie nicht eingegriffen?“
Diese miesen Ausreden hättest du mal hören sollen. Wie ein Spiegel unserer Zeit!
Da sagte der fein gekleidete Banker: „Ich habe mir gerade einen Designer-Anzug gekauft. Soll ich mir den etwa ruinieren lassen?“
Die ältere Dame wies auf ihren dringenden Arzttermin hin, lief einfach weiter, blieb aber schon am nächsten Schaufenster stehen.
Der nächste sagte: „Ich wollte mich nicht einmischen.“
Doch das Erschreckendste überhaupt war, dass einer der Gaffer achselzuckend meinte: „Wieso? Das war doch nur ein Schwarzer, wir haben doch eh viel zu viele davon.“
Du glaubst gar nicht, wie mich diese Menschen verachtende Aussage schockiert hat.“
„Doch das glaube ich. Und da hat wirklich keiner eingegriffen?“
„Nein, kein einziger, sag’ ich dir. Und das finde ich so traurig. Daran kannst du erkennen, wie gleichgültig und kaltherzig die Leute heutzutage sind. Sie denken nur noch an sich. Keiner zeigt mehr Mitgefühl für den anderen……von Verantwortung und Selbstachtung ganz zu schweigen. Dabei würde durch Courage - vorausgesetzt alle hätten sie - eine Kette der

Menschlichkeit entstehen. Jeder würde sich für andere einsetzen, keiner bliebe ausgeschlossen oder einem Unrecht ausgeliefert. Siehst du, Sarah, daran sollten wir alle arbeiten.

*

Leitgedanken zur Courage

Courage ist die Weiterentwicklung von Mut

Courage ist die ausführende Instanz des Bewusstseins

D

Demut

Michael saß nachdenklich auf der Couch, als Sarah zur Haustür hereinstürmte und ihre Schultasche in die Ecke warf. Freudestrahlend begrüßte sie ihren Vater.
„Hallo Paps, du bist ja schon da!“ rief sie. „ Musst du heute denn nicht arbeiten? Wer soll denn dann das Geld verdienen!“ meinte sie scherzend.
„Nein“ antwortete er besonnen “ich habe mir extra den Nachmittag frei genommen, um heute mit dir über den nächsten Werte-Begriff zu sprechen“.
Erst beim Nähertreten bemerkte sie, dass sie ihn wohl aus seinen Gedanken gerissen hatte.
„Was ist los Papa? Du siehst ja so traurig aus?“ Ohne die Antwort abzuwarten, setzte sie sich neben ihn.
„Ich bin nicht traurig, Sarah, ich denke nur nach.“
„Worüber denn? Ist irgend etwas Schlimmes passiert?“ fragte sie plötzlich erschrocken.
„Keine Angst, es ist nichts passiert“ beruhigte er sie mit sanfter Stimme.
Während er das sagte, nahm er liebevoll ihre Hand. Bedächtig fuhr er fort: „Ich habe mich nur noch einmal mit dem menschlichen Wert auseinandergesetzt, den wir heute besprechen wollen. Er ist nämlich sehr anspruchsvoll und schwierig zu erklären. Ich musste erst selbst lange über dieses Thema nachdenken, bevor ich so weit war, es an dich weitergeben zu können. Aber ich denke, jetzt bin ich dazu in der Lage. Glaubst du, du kannst heute etwas Schwieriges aufzunehmen?“
Sarah kannte ihren Vater. Wenn er in diesem Tonfall sprach und sie so ernst ansah, wusste sie, dass es sich um etwas wirklich Tiefgründiges handeln musste.
„Warum nicht? Bisher hast du mir doch immer alles so gut vermittelt, dass ich es wirklich verstanden habe. Welchen menschlichen Wert willst du mir denn heute erklären?“ fragte sie vorsichtig zurück.
„Heute wollen wir das Päckchen mit dem D aufmachen. Und das D steht für Demut.
„Oh je,…… mit diesem Wort kann ich aber wenig anfangen.
„Hast du denn überhaupt eine Vorstellung von Demut?“
„Nein, eigentlich nicht. Erklär’ du mir doch besser, was du damit meinst.“
Behutsam begann er zu sprechen.
„Ich dachte mir schon, dass dir der Begriff „Demut“ nicht geläufig ist, weil er heutzutage nicht in den Zeitgeist passt und nur noch von wenigen angewandt wird. Wie ich dir schon sagte, sind die Menschen heute sehr oberflächlich und leben mehr im Haben als im Sein. Bei dieser Lebenseinstellung ist es nicht zu verwundern, dass das Klima zwischen den Menschen immer kälter wird und die menschlichen Werte untergehen…… im Besonderen dieser. Alle vergessen, wie wichtig die Demut eigentlich ist.“
Sarah rückte näher an Michael heran, sah ihn fragend an und wartete darauf, dass er weitersprach. Deutlich spürte sie seine Anspannung. Doch erst nach einer längeren Pause nahm er vorsichtig das Wort wieder auf.
„Weißt du, Sarah, Demut hat im allgemeinen Sprachgebrauch zwei Bedeutungen. Die eine ist die Unterwürfigkeit, die Ehrfurcht, der Respekt vor der Obrigkeit…… doch darüber möchte ich nicht mit dir sprechen, weil das ist die Form von Demut ist, die ein Schwächerer einem vermeintlich Stärkeren entgegenbringt. Wenn ich das Wort Demut gebrauche, meine ich die Demut aus der Stärke, ich meine Bescheidenheit und Zurückhaltung.“
„ Bescheidenheit – ist das denn ein menschlicher Wert?“ warf Sarah zweifelnd ein.
„Ja natürlich. Auch sie ist Teil einer edlen Geisteshaltung.“
„Dann hat das ja auch wieder etwas mit Bewusstsein zu tun.“
„Ganz genau, die Voraussetzung für Demut aus der Stärke ist die Achtung vor anderen und ein hohes Bewusstsein. Durch ein hohes Bewusstsein gelangt man schließlich zu der Einsicht, dass man als Mensch nicht besser ist und keinen höheren Wert hat als andere. Ein Mensch, der das erkannt hat, besitzt auch die Stärke, diese Erkenntnis umzusetzen und danach zu leben.“
„Ja…… wie lebt der denn?“

„Seine innere Haltung zeigt sich dann in Bescheidenheit und Genügsamkeit. Er weiß sich zurückzunehmen, beruft sich nicht auf seine Stärken, sondern lässt Rücksicht walten. Der Grund dafür ist, dass ihm das Wohlergehen anderer mehr am Herzen liegt als das eigene. Selbst in Situationen, wo er aufgrund seiner Fähigkeiten, seiner Talente oder seines Wissens der Überlegene ist, vermittelt er nicht das Gefühl, über den anderen stehen zu wollen. Er stellt sich nie in den Vordergrund, will nicht ausnutzen und will sich durch seine Stärken auch keinen Vorteil verschaffen. Er hält sich persönlich zurück und ist bescheiden, um auf gleicher Höhe mit den anderen zu bleiben. Er lebt nach dem Grundsatz „ ich bitte, ich gebe, ich trete zurück“ ……obwohl er es nicht nötig hätte. Und das, Sarah, ist Demut.“
„Also ehrlich Papa, so wie du das gerade beschrieben hast, ist die Demut eigentlich ganz leicht zu verstehen. Ich weiß jetzt schon, was du damit meinst. Es wäre doch toll, wenn alle Menschen so wären!“
Seine Gesichtszüge entspannten sich und seine Augen begannen zu strahlen.
„Ach, Sarah, jetzt bin ich wirklich erleichtert. Du glaubst gar nicht, wie froh mich das macht, dass du das so schnell verstehst. Andere Menschen reden bei diesem Thema immer drum herum aber kommen nie zum Punkt. Deshalb hatte ich solche Zweifel, ob ich es dir erklären kann. Und wenn du sagst, es wäre toll, wenn alle Menschen so wären, da muss ich dir vollkommen Recht geben. Das wäre wirklich schön. Denn Demut ist die Krönung edlen Verhaltens. Der Mensch, der Demut anwendet, zeigt wahre menschliche Größe. Im Gegensatz zum Egoisten hält er seine Talente, Neigungen und Fähigkeiten nicht fest, sondern lässt sie immer frei abfließen und stellt sie jedem großmütig zur Verfügung, der sie in diesem Moment braucht. Das ist auch der Grund, warum ihm seine Mitmenschen Zuneigung und Wertschätzung entgegenbringen. Wie gesagt, er könnte, wenn er wollte, aber er tut es nicht. Und wenn wir alle danach leben würden, hätten wir kein Oben und kein Unten, keine Mächtigen und Ohnmächtigen, sondern könnten in Frieden miteinander leben.“
Sarah nickte. „ Ja, ich verstehe, Demut ist eine Rücksichtnahme aus Stärke. Hmmm…. Aber wie wirkt sich das auf die Mitmenschen aus?“
„Ein Mensch mit Demut versucht die Gleichwertigkeit von Menschen zu bewahren. Durch sein Verhalten vermittelt er anderen Anerkennung und stärkt ihr Selbstwertgefühl. So können sie sich frei entfalten, ihre eigenen Stärken einbringen und wiederum andere an ihren Fähigkeiten, Talenten und ihrem Wissen teilhaben lassen.“
„Hast du auch hier mal ein Beispiel?“
„Ja, da fällt mir mein ehemaliger Klassenlehrer ein. Sein Name war Waldemar, aber wir haben ihn immer nur Waldi genannt. Du kannst dir gar nicht vorstellen, wie beliebt der bei uns war. Der hat es einfach verstanden, uns stets das Gefühl zu geben, dass wir auf der gleichen Stufe stehen. Dass er uns an Wissen und Erfahrung um soviel voraus war, ließ er uns nie spüren. Er vermittelte den Stoff so gut und interessant, dass wir es alle begriffen und alle in diesem Fach gut waren. Dabei war er nie herablassend oder überheblich, hat sich nie auf seine Position berufen, sondern hat sich immer verhalten wie ein Mensch unter Menschen. Wenn er mit seinen viel zu kurzen Hosen ins Klassenzimmer kam, musste man im ersten Moment über ihn lachen, aber so wie er uns behandelte, hatten wir immer Respekt und wirkliche Achtung vor ihm. Er war einer der wenigen, die jederzeit gerecht waren.
Und schon damals imponierte mir, dass er nie jemanden vor der Klasse bloßstellte, sondern stets ein persönliches Gespräch bevorzugte. Ja, der Waldi war schon klasse. Heute weiß ich den Grund für sein Verhalten richtig einzuschätzen. Er war ein Mensch, der ein hohes Bewusstsein hatte und Demut lebte. Wie du siehst, Sarah, ist ein Mensch mit Demut ein wahrer Menschenfreund.“
„Ja Papa, wie du das schilderst, ist es einfach zu begreifen. Ich finde, eigentlich sollte jeder von uns so sein. Aber wenn ich darüber nachdenke, dann frage ich mich, wie wohl ein Mensch ohne Demut ist. Sag’ mal, hat der auch bestimmte Verhaltensweisen?“

„Ja, das kann man wohl sagen. Der Mensch ohne Demut ist ein Mensch ohne Menschlichkeit; also nur ein Egoist, der andere durch sein Verhalten demütigt, aber selbst in keiner Situation Demut zeigt. Ständig erhebt er sich über andere, erniedrigt sie, nur um seine eigene Schwäche zu überspielen. Und auch das will ich dir durch ein Beispiel näher bringen.
„Wie, du kennst so einen? Persönlich?“
„Ja, wir haben da so einen in der Firma, der ist seit einem Jahr bei uns. Das ist wirklich ein Mensch, der überhaupt keine Demut hat. Der bildet sich ein, er sei etwas Besseres, nimmt sich viel zu wichtig und erhebt sich in seiner Geltungssucht grundsätzlich über andere. Nach oben dient er, nach unten tritt er. Bei allem, was er tut, sieht er nur seinen eigenen Vorteil. Er setzt seine Begabungen und seine Stärken allein für sich selbst ein. Dabei übernimmt er gerne Wissen von anderen, würde aber sein eigenes Wissen anderen niemals zur Verfügung stellen. Durch seine ständige Ich-Sucht meiden die Leute seine Nähe, doch er merkt das gar nicht. Und wenn er einmal mit einer Situation konfrontiert wird, die von ihm Verantwortung oder Rücksichtnahme abverlangt, hat er schon im Vorfeld immer Ausflüchte und Ausreden zur Hand, wie z. B.“ Muss ich dir das schon wieder erklären? Soll ich deine Arbeit auch noch machen? Hast du das immer noch nicht kapiert? Ist doch seine eigene Schuld, wenn der so dumm ist, usw.“ Stell dir vor, aber gleichzeitig katzbuckelt er vor unserem Chef.“
„Das ist ja nicht nur ein unangenehmer Zeitgenosse, sondern ein richtiger Kotzbrocken!“ warf Sarah empört ein.
„Eigentlich hast du ja Recht. Aber wir wollen nicht so hart sein. Natürlich merkt man an seinem miesen Verhalten, dass dieser Mensch keine Demut hat. Er kennt weder Rücksicht noch Menschlichkeit und bei näherer Betrachtung, wenn ich ehrlich sein soll, ist er ein ganz armer Schlucker. Stell dir vor, der merkt noch nicht mal, dass sich die Leute durch sein Benehmen von ihm abwenden. Er begreift auch nicht, dass er eines Tages alleine da stehen und selbst das Opfer seines egoistischen Denkens und Handelns sein wird.“
„Was?! Und mit so einem musst du tagtäglich zusammenarbeiten? Wie hältst du das denn aus?“
„Tja, Sarah, das ist manchmal wirklich nicht einfach. Ich bemühe mich ständig, ihm seine Art durch mein Verhalten bewusst zu machen und ihm so eine Brücke zu schlagen. Leider wurde ich bisher immer wieder enttäuscht. Er begreift es einfach nicht.“
„Mensch, Papa, warum lässt du ihn denn nicht einfach links liegen. Zeig’ du ihm doch deine Stärke!“
„Ach weißt du, Sarah, wenn ich mich so verhalten würde, wäre ich ja nicht besser als er. Dann würde ich mich mit ihm auf eine Stufe stellen. Und das will ich nicht. Ich möchte meine Selbstachtung bewahren. “
„Aber warum hast du denn so viel Verständnis für ihn? Warum kommst du ihm immer wieder entgegen?“
„Wenn ich ganz ehrlich sein soll, er erinnert mich an mich selbst in jungen Jahren. Auch ich steckte damals mehrfach in einer dieser menschlichen Sackgassen und habe lange gebraucht, wieder herauszufinden.“
„Ach, erzähl doch mal!“ sagte Sarah neugierig.
Michael sah sie schmunzelnd an. „Ja, warum soll ich dir das eigentlich nicht erzählen? Schließlich ist es ein Teil meines Lebens und ich bin froh, dass ich mich heutzutage so offen zu meinen Fehlern bekennen kann.“
„Komm, jetzt erzähl schon!“
„Anfang zwanzig war ich mit Freunden für vier Wochen in Brasilien unterwegs. Ich war der einzige, der die Landessprache gut beherrschte und konnte mich aufgrund dessen leicht zum Chef aufspielen .Du glaubst gar nicht, wie ich die Situation immer wieder auszunutzen wusste. Wenn wir irgendwo hingingen, z. B. in ein Restaurant oder eine Kneipe, habe ich die anderen dann bevormundet, dirigiert und auch stets den besten Platz beansprucht. Ich habe es genossen und sie ständig fühlen lassen, dass sie von mir abhängig waren. Stell dir vor, so

überheblich war ich. Sogar, wenn einer mal seine paar Brocken Portugiesisch loswerden wollte, bin ich ihm gleich besserwisserisch über den Mund gefahren, um ja meine Position zu verdeutlichen. Das Schlimme dabei war, dass ich mich bei meinem Tun auch noch wohl fühlte und mich in meinem scheinbaren Erfolg sonnte. Du kannst mir wirklich glauben, ich wusste damals nicht, wie sehr ich den einen oder anderen verletzte. Erst als wir wieder in Deutschland waren und der Kontakt zu meinen Freunden langsam abbröckelte, wurde mir klar, wie rücksichtslos, rechthaberisch und egoistisch ich mich verhalten hatte. Heute tut mir das leid."

„Das glaube ich", sagte Sarah mitfühlend, „aber zum Glück hast du ja daraus gelernt."

„Ja, ich habe daraus gelernt. Das macht mich stolz und glücklich zugleich. Siehst du, und diese Chance möchte ich unserem Mitarbeiter auch geben. Ich weiß genau, wie er funktioniert, wie er denkt und warum er sich so gibt. Eigentlich ist es gar nicht schwer zu verstehen. Ein Mensch, der so auftritt, versucht nur, seine eigenen Schwächen und Defizite vor anderen zu verbergen.

Natürlich könnte ich ihm Bescheid sagen, ihm sein falsches Verhalten verdeutlichen. Aber du kannst sicher sein, er hätte sofort wieder eine handfeste Ausrede parat, denn mit Vernunft kann man ihm nicht beikommen. Und weil ich das weiß, lebe ich solchen Menschen einfach das Positive vor. Nur das zwingt sie nämlich, über ihr Verhalten nachzudenken und ermöglicht ihnen zudem, eine Kursänderung in die richtige Richtung einzuleiten. Diese Hilfe biete ich ihm jeden Tag an. Aber wenn er nicht bereit ist, das anzunehmen, muss er auch den Preis für seinen Egoismus bezahlen und damit rechnen, dass er eines Tages ganz alleine dasteht.

*

Leitgedanken zur Demut

Gute Beziehungen erfordern Demut

Demut ist die Krönung edlen Verhaltens

E

Ehrlichkeit

„Na, Sarah, wollen wir heute das Päckchen mit dem E auspacken?“
„Ach Papa, dieses Kapitel können wir doch einfach überspringen. Hier kann ja nur die Ehrlichkeit gemeint sein. Das hast du mir doch alles schon als kleines Kind beigebracht. Ich weiß noch, wie oft wir zusammensaßen und du mir lang und breit erklärt hast, dass man nicht lügen darf. Erinnerst du dich noch, wie böse du mit mir warst, als ich dich wegen der kaputten Vase angelogen habe?“
„Ja sicher, das habe ich nicht vergessen. Das war nämlich die wertvolle Vase, die ich von meiner Urgroßmutter geerbt hatte. Danach saßen wir lange zusammen und sprachen über Ehrlichkeit. Ich weiß noch, wie du damals geweint hast. Und obwohl wir solange darüber geredet hatten, hast du mich dann ja noch mal angelogen, als ich dich nach der Klassenarbeit fragte.“
Sarah war die Situation plötzlich unangenehm. Musste ihr Vater jetzt ausgerechnet das erwähnen? Verteidigend meinte sie sofort:
„Hör mal, Paps, das habe ich noch nur gemacht, weil ich eine Fünf hatte. Ich wollte dir damit einfach deinen schönen Geburtstag nicht verderben. Aber ich habe ja daraus gelernt und bin doch ein ehrlicher Mensch geworden, oder nicht?“
„In der Tat, das bist du, mein Schatz, und darauf bin ich auch wirklich stolz.“
Durch die lobenden Worte ihres Vaters kehrte schnell ihre Selbstsicherheit zurück. Schnippisch fragte sie:
„Also, wozu noch ein langes Gespräch über Ehrlichkeit führen? Ich hab’s doch längst kapiert.“
„Nein, nein, so einfach ist das nicht. Natürlich weißt du, was Ehrlichkeit bedeutet, und auch, dass sie in unserer Gesellschaft ein hochgeschätzter Wert ist. Aber Ehrlichkeit ist mehr, als die Wahrheit zu sagen. Deswegen möchte ich das Thema nicht überspringen, sondern sogar noch vertiefen. Du sollst nämlich auch wissen, was das Fundament und auch der Hintergrund der Ehrlichkeit ist.“
Wortlos rückte Sarah etwas näher. Was ihr Vater gerade gesagt hatte, ließ sie plötzlich aufhorchen.
„Wie Fundament? Und was meinst du mit Hintergrund? Erklär’ das doch mal genauer!“ fragte sie neugierig geworden.
Michael schmunzelte. Er freute sich, dass er nun doch ihr Interesse für dieses Gespräch geweckt hatte.
„Also, zum besseren Verständnis möchte ich dir erst einmal den Begriff Ehrlichkeit erklären. Wie du selbst siehst, steckt in dem Wort Ehrlichkeit auch das Wort Ehre. Und Ehre hat ein Mensch immer dann, wenn er eine hohe Selbstachtung hat.“
„Ja, dann hat ja Ehrlichkeit auch wieder mit Achtung zu tun ……. und sicher auch mit Bewusstsein!“ sprudelte es aus ihr heraus.
„Ja genau“ bestätigte Michael, „die Vernunft, das Bewusstsein, öffnet das Tor zur Ehrlichkeit, weil das Bewusstsein die Wahrheit erkennt…….
„……. und wer Achtung hat, kann sich der Wahrheit nicht verschließen“ beendete sie stolz den Satz.
„Es freut mich, wie gut du mitdenkst. Somit kennst du nun das Fundament der Ehrlichkeit. Aber lass mich weiterfahren. Bisher bedeutete Ehrlichkeit für dich immer, die Wahrheit zu sagen“, nahm Michael das Gespräch wieder auf. „Das ist absolut richtig. Aber Ehrlichkeit heißt auch, sich selbst gegenüber die Wahrheit einzugestehen, auch wenn es manchmal schwerfällt. Das bedeutet, die eigenen Fehler und schlechten Eigenschaften zuzugeben, und sich zu seinem Fehlverhalten zu bekennen. Denn Ehrlichkeit erlaubt keine Falschheit, kein Theater und kein Rollenspiel. Sie vertuscht nicht und verdrängt nicht, sondern akzeptiert das

Gegebene, wie es ist. Ehrlichkeit heißt also auch, sich so anzunehmen und sich so zu geben, wie man ist.“
„Ach, so habe ich das noch gar nicht gesehen“ unterbrach Sarah ihren Vater mit leiser Stimme. „Ehrlichkeit heißt also nicht nur, die Wahrheit zu sagen, sondern auch zu sich selbst ehrlich zu sein.“
„Richtig, genau so ist es. Und wer nach dieser Regel lebt, ist ein freier und starker Mensch, geht gelassen durchs Leben und hat ein gesundes Selbstbewusstsein. Aufgrund seiner Ehrlichkeit ist er nicht angreifbar und nicht erpressbar. Von anderen wird er als anständiger Mensch beurteilt und geschätzt. Seine Ehrlichkeit schafft zwischenmenschliche Nähe und bildet damit die Grundlage für gegenseitiges Vertrauen. Siehst du, und das wünsche ich Dir von Herzen.“
„Danke Papa. Jetzt habe ich wieder etwas dazugelernt. Jetzt bin ich sogar froh, dass wir das Kapitel nicht übersprungen haben. Das, was du mit Nähe und Vertrauen meinst, war mir in dieser Form gar nicht richtig bewusst. Aber jetzt, wo du das sagst, fällt mir sofort meine beste Freundin Melli ein. Du weißt doch, wen ich meine?“
„Ja natürlich, die Melanie! Ihr kennt euch doch schon vom Kindergarten.“
„Ja, genau die. Sie ist auch immer ehrlich zu mir. Selbst wenn sie mal anderer Meinung ist, sagt sie mir trotzdem die Wahrheit. Auf sie kann ich mich hundertprozentig verlassen. Jetzt weiß ich auch, warum sie meine beste Freundin ist und ich ihr in allen Situationen vertrauen kann. Sie ist einfach ein ehrlicher Mensch.“
Michael nickte stumm.
„Ja, und genauso ist es auch bei anderen“, fuhr er fort. „Denn die Verhaltensweise und Darstellung ehrlicher Menschen ist immer gleich. Das beste Beispiel dafür ist unser Nachbar, der Klaus. Er ist ein ehrlicher Mensch und zeigt sich, wie er ist – natürlich, ungekünstelt und aufrichtig. Stets ist er er selbst und macht dir nichts vor, selbst wenn er mal schlecht gelaunt oder seine Seele unaufgeräumt ist. Wenn du ihn etwas fragst, erhältst du grundsätzlich eine ehrliche Antwort. Er spendet kein falsches Lob, sondern macht dich auch auf seine freundliche Art auf Fehler aufmerksam. So wie er mich vor kurzem darauf hinwies, dass die Hundehütte, die ich für Bello gebaut hatte, sicher nicht lange halten werde. Schnell sah ich ein, dass er Recht hatte. Doch ich muss sagen, selbst wenn er Kritik übt, klingt das nie besserwisserisch, sondern stets hilfreich und unterstützend. Und weißt du warum?“
„Sicher, weil er es ehrlich und gut meint.“
„Das hast du richtig erkannt. Wenn nämlich ein ehrlicher Mensch ein Lob ausspricht oder Kritik anbringt, dann meint er es auch so. Natürlich erwartet er diese Aufrichtigkeit auch von anderen. Siehst du, und weil wir beide ehrlich zueinander sind, hat sich mit der Zeit ein Vertrauensverhältnis gebildet, das die Basis für unsere gute Nachbarschaft ist. Ich stelle immer wieder fest, wie gerne ich doch mit ihm zusammen bin.“
„Da hast du Recht. Ich finde ihn auch ganz unkompliziert; genau wie Melli. Und solche Menschen mag ich.“
„Ja Sarah, ich wünschte, alle Menschen wären so wie diese beiden. Das wäre wirklich graßartig. Aber leider sind heutzutage die meisten sehr oberflächlich, egoistisch und berechnend. Von anderen erwarten sie Ehrlichkeit und Vertrauen. Sie selbst jedoch verhalten sich oft unehrlich und gebrauchen die Unwahrheit als Mittel, um besser da zu stehen. Die Lüge ist auf dem Weg in die Unehrlichkeit nur der erste Schritt, dann folgt die Intrige, der Betrug, bis hin zur Lebenslüge.
„Intrige und Lebenslüge? Das klingt aber krass! Könntest du mir das mal näher erklären?“
„Gerne. Wie ich dir schon sagte, hat die Unehrlichkeit viele Gesichter. Ich will dir hier zwei klassische Formen der Unehrlichkeit beschreiben, weil sie dir in deinem Leben immer wieder begegnen werden. Nehmen wir als erstes die Intrige. Dazu habe ich ein treffendes Beispiel.“
„Jetzt bin ich aber gespannt. Etwas, was sich wirklich zugetragen hat?“

„Ja, es was schon vor mehreren Jahren. Damals hatte deine Mutter eine Arbeitskollegin, die hieß Brigitte. Sie wurde das Opfer einer ganz fiesen Intrige. Brigitte hatte eine gute Freundin, sie waren ein Herz und eine Seele und hingen wie zwei Kletten zusammen. Jedes Wochenende zogen sie gemeinsam los, gingen ins Kino oder zum Tanzen. Doch eines Tages lernte Brigitte einen Mann kennen und verliebte sich in ihn. Natürlich verbrachte sie nun mehr Zeit mit dem neuen Freund als mit der Freundin. Diese wurde eifersüchtig und konnte das Glück ihrer Freundin nicht ertragen. Weil sie nicht alleine da stehen wollte, nahm sie sich vor, die beiden auseinander zubringen. Hinterlistig fädelte sie eine gemeine Intrige ein."
„Was hat sie denn gemacht?"
„Du glaubst es nicht, was für eine Niedertracht sich da abgespielt hat. Zuerst hat sie Brigitte ganz geschickt ausgehorcht, um Persönliches und Einzelheiten über den neuen Freund zu erfahren. Dann rief sie den Mann an. Gab vor, in der gleichen Firma zu arbeiten, und sagte:
„Meinen Namen möchte ich nicht nennen, aber als gute Kollegin sehe ich mich verpflichtet, Sie darauf aufmerksam zu machen, mit wem Sie sich da eingelassen haben. Ich habe Sie mit Ihrer neuen Freundin gesehen und ich sage Ihnen, ich kenne diese Frau gut. Deshalb möchte ich Sie warnen. Diese Frau wechselt die Männer schneller als ihre Unterwäsche. Sie benutzt Sie nur."
„Das glaube ich nicht!" entrüstete sich der Mann.
„Dann gehen Sie heute Abend doch mal ins Café Mozart. Da werden Ihnen die Augen aufgehen!" Dann legte sie den Hörer auf.
„Papa, das ist ja fast wie ein Krimi. Ging er dann tatsächlich dahin? Wie ging die Geschichte denn weiter?"
„Die Freundin hatte das Café Mozart aus zwei Gründen erwähnt. Einmal wusste sie, dass sich Brigitte dort mit ihrem Bruder traf und zum Zweiten hatte das Café sehr große Fenster, durch die man von außen einen guten Einblick hatte. Brigittes Freund verfolgte das Geschehen aus sicherer Distanz, konnte sehen, wie sie sich bei der Begrüßung herzlich umarmten und während des Gesprächs mehrfach die Hand hielten. Enttäuscht brach er kurzerhand jeden Kontakt zu Brigitte ab."
„Was für ein hinterhältiges Weibsstück! Und wie kam es schließlich heraus?"
„Brigitte und der Freund besuchten zufälligerweise drei Monate später den gleichen Lehrgang. Als sie miteinander ins Gespräch kamen, klärte sich alles auf."
„Mensch Papa, da ist man ja richtig machtlos gegen so ein Intrigenspiel!"
„Das kann man wohl sagen. Deshalb solltest du deine Freunde immer sorgfältig aussuchen. Glaube mir, oft ist es besser, allein zu sein, als sich mit falschen Freunden zu umgeben."
Zustimmend nickte sie.
„Aber Paps, warum macht man denn so etwas? Wie kann jemand nur so gemein sein?"
„Weißt du, die Intrige zeigt sich immer nach dem gleichen Muster und hat nur ein Ziel, jemandem Schaden zuzufügen. Nur so ist es dem Intriganten möglich, kurzfristig Genugtuung und Erleichterung für seine eigene seelische Schieflage zu erreichen. Aber egal, ob er aus Rache, Eifersucht, aus Neid, Missgunst oder Vorteilsdenken handelt, die Ursache dafür ist stets ein schwaches Selbstwertgefühl, geringe Selbstachtung und ein fehlendes Verantwortungsbewusstsein. Diese Menschen haben nicht nur eine schwache Persönlichkeit, sondern sind auch Gefangene ihrer eigenen negativen Gefühlswelt. Getrieben von ihrem ständigen Bemühen, ihre persönlichen Defizite auszugleichen, finden sie keine innere Ruhe."
„Also Papa, ich wusste gar nicht, dass Unehrlichkeit so viele Formen annehmen kann. Eigentlich kann ich mir das immer noch nicht richtig vorstellen. Ich dachte nämlich bisher, dass Unehrlichkeit nur Lügen bedeutet. Aber jetzt ist mir auch klar, was du vorhin mit dem Begriff Hintergrund gemeint hast."
„Ich bin froh, Sarah, dass du das so prima verstanden hast. Aber damit du auch den wahren Umfang der Unehrlichkeit besser einzuschätzen weißt, will ich dir noch die Lebenslüge

schildern. Sie ist der Gipfel der Unehrlichkeit. Du glaubst gar nicht, wie viele Leute mit einer Lebenslüge leben. Leider musste ich das in meinem Leben immer wieder beobachten."
„Wie, mit einer Lebenslüge leben? Das verstehe ich nicht. Was bedeutet das eigentlich?"
„Tja, eine Lebenslüge bedeutet, wie das Wort schon sagt, sein Leben auf eine Lüge aufzubauen."
„Wie kann man denn sein Leben auf eine Lüge aufbauen, Papa?"
„Ach, weißt du, das passiert öfter, als du denkst. Du brauchst dich nur richtig umzuschauen. Dann wirst du schnell merken, wie viele Menschen sich doch ein Leben lang etwas vormachen und in einer Scheinwelt leben."
„Was meinst du damit – sich ein Leben lang etwas vormachen?"
„Ich spreche hier von all den Menschen, die nicht leben, was sie sind. Mir fällt da spontan die Frau ein, die eines Tages feststellen muss, dass sie mit dem falschen Mann verheiratet ist. Obwohl sie es schon vorher geahnt hatte, hörte sie nicht auf ihre innere Stimme, sondern ließ sich von ihrer Mutter und den Freundinnen beeinflussen ……..schließlich sah er ja gut aus und war keine schlechte Partie. Wo sie diesen Irrtum feststellt, ihn aber vor anderen nicht eingestehen will, beginnt ihre Lebenslüge. Nun spielt sie ihren Mitmenschen die heile Welt vor. Das ist oft nicht einfach und lässt sich nur mit Hilfe von Unwahrheiten aufrecht erhalten. Diese Unwahrheiten zwingen sie jedoch mit der Zeit, ihrer Umwelt gegenüber ständig eine Verteidigungshaltung einzunehmen. Denn die Unwahrheiten kann sie nur mit weiteren Lügen decken. Hier beginnt für die Betroffene ein Teufelskreis. Weil jede Lüge zwei neue Lügen nach sich zieht, ist sie schon bald von einem richtigen Lügengeflecht umgeben. In diesem Lügengeflecht ist sie selbst gefangen und wird so zum Opfer ihrer eigenen Unehrlichkeit."
„Aber gäbe es denn da keinen anderen Ausweg?"
„Doch sicher. Hätte diese Frau menschliche Größe, würde sie den Mut zur Konsequenz, also den Mut zur Trennung aufbringen. Da sie diese Courage aber nicht hat, nimmt sie sowohl sich selbst, als auch ihrem Partner die Chance für einen Neuanfang."
„Ja, und warum trennt sie sich dann denn nicht?"
„Ach, da gibt es mehrere Gründe. Es könnte finanzielle Nachteile bedeuten, Angst vor dem Alleinsein, aus gesellschaftlichen Gründen usw."
„Und dafür nimmt sie ein unglückliches Leben in Kauf? Wie fühlt sie sich denn dabei?"
„Wie sie sich fühlt? Also, ich möchte auf keinen Fall in ihrer Haut stecken. So ein Mensch besitzt keine innere Ruhe, ist stets unausgeglichen, weil ihm immer Angst im Nacken sitzt, dass sein Lügengeflecht wie ein Kartenhaus zusammenbricht."
Sarah legte vertraut ihren Arm auf Michaels Schulter.
„Mensch Papa, wenn ich mir vorstelle, welch schlimme Folgen die Unehrlichkeit haben kann, dann bleibe ich doch lieber ehrlich."
„Jetzt bist du ganz meine Große", strahlte er freudig.

*

Leitgedanken zur Ehrlichkeit

Ehrlichkeit schafft Vertrauen

Unehrlichkeit schafft Misstrauen

F

Freude

„Na, Paps, ist es nicht Zeit für den nächsten Buchstaben?“
„Ja, Sarah, heute machen wir ein Päckchen auf, das dir richtig gefallen wird. Heute sprechen wir über das F – und das F steht für die Freude.“
„Oh, das Päckchen enthält die Freude? – das ist ja super einfach. Da kann *ich* dir sogar was erzählen.“
„Na also, dann leg’ mal los!“
„Ach Paps, ich freue mich doch so oft. Weißt du noch, wie ich mich über das tolle Kleid zum Geburtstag gefreut habe. Und auch über die schöne Party, die ich hier machen durfte. Außerdem freue ich mich jedes Mal, wenn ich mittags aus der Schule komme und Bello mich Schwanz wedelnd begrüßt. “
Sarah überlegte kurz, bevor sie mit etwas zurückgenommener Stimme sagte:
„Und Papa, du wirst es nicht glauben, aber oft freue ich mich schon morgens, wenn ich aufwache. Ich weiß dann gar nicht, warum…… ….aber es ist immer ein schönes Gefühl.“
Erneut stoppte Sarah, dachte kurz nach, bis sie plötzlich laut lachen musste und fröhlich fortfuhr:
„Und wenn die Melli da ist, das müsstest du mal erleben. Wenn wir zusammen sind, haben wir immer so viel Spaß. Da können wir uns manchmal vor Albernheit und Ausgelassenheit kaum bremsen. Wir kugeln uns vor Lachen und wissen am Schluss gar nicht mehr, warum wir eigentlich lachen. Ich kann dir sagen, da fühlen wir uns so richtig wohl.“
Angesteckt von ihrer Heiterkeit schmunzelte Michael.
„Es freut mich wirklich, dass du so herzlich lachen kannst und ihr soviel Spaß miteinander habt. Denn Freude ist etwas ganz Wertvolles im Leben. Allerdings gibt es einen Unterschied zwischen Freude und Spaß.“
„Wieso, ich lache doch in beiden Momenten?“
„Das stimmt, Sarah, aber trotzdem gibt es einen Unterschied, auch wenn er vielen Menschen nicht bewusst ist. Freude ist ein Glücksgefühl, das tief im Inneren angesiedelt ist, weil einen etwas wirklich bewegt. Spaß dagegen spielt sich eher an der Oberfläche ab und wird von einem äußeren Impuls ausgelöst.“
„Das musst du mir jetzt aber mal näher erklären.“
„Also, Spaß hat man zum Beispiel, wenn man einen lustigen Film ansieht, ein witziges Buch liest, sich mit anderen vergnügt, mit Freunden albern ist oder Unsinn macht. Der Unterschied ist, dass Spaß immer zeitlich begrenzt ist. Er dauert nur so lange, wie der Anlass gegeben ist. Ist jedoch der Impuls vorbei, ist auch der Spaß vorbei. Die Freude dagegen behält man in sich und empfindet sie auch später noch. Selbst wenn man nach einiger Zeit oder sogar nach Jahren an eine schöne Begebenheit zurückdenkt, kommt diese Freude wieder hoch.“
„Ach, das ist der Unterschied? Das war mir wirklich nicht bewusst. Aber du hast Recht. Wenn ich so darüber nachdenke ……..weißt du noch, als du mir den kleinen Bello mitgebracht hast. Der war ja so putzig, dieses kleine Fellknäuel! An dem Tag bin ich vor Freude fast an die Decke gesprungen. So glücklich war ich. Und wenn ich mich jetzt wieder daran erinnere, weiß ich ganz genau, wie gut ich mich damals gefühlt habe.“
„Mir geht es genau so. Wenn ich daran denke, wie ich dich zum ersten Mal im Arm hielt……. wie überwältigt und glücklich war ich da! Ich spüre dieses Gefühl noch immer, aber in Worte fassen kann ich es bis heute nicht.“
Sarah genoss die Wärme, die ihr Vater ausstrahlte. Sie war sichtlich gerührt und fühlte sich in diesem Moment richtig geborgen. Sie sahen sich an, aber keiner von beiden sprach ein Wort. Erst nach einer Weile fragte sie:
„Und was ist mit der Freude, die man ohne Grund hat? Kannst du mir auch dazu etwas sagen?“
„Mit Vergnügen, mein Schatz. Was du meinst, ist die Lebensfreude. Diese Art der Freude ist etwas ganz Bedeutendes im Leben eines jeden und daher unverzichtbar für alle. Lebensfreude hat man aus sich selbst heraus. Sie ist eine Einstellung zum Leben und wird tief in der Seele

empfunden. Sie ist eine Form des Glücks. Man kann sogar sagen, Freude ist der Grundstein für das Glück. Und nur wer Freude in sich trägt, verfügt über genügend Kraft und Energie, um am wahren Leben teilnehmen. Leider ist vielen Menschen nicht bewusst, dass alle Macht, jede Position und jeglicher Besitz ohne diesen Motor keinen Wert hat. Und nichts wird heutzutage so beneidet, aber auch nichts so gefürchtet wie die Freude des anderen. Doch Freude kann man nicht kaufen, nicht einfordern und auch nicht erzwingen. Sie ist ein Schatz, den jeder in sich trägt, den aber jeder selbst für sich entdecken muss.“
„Was meinst du, Paps, habe ich diesen Schatz schon gefunden?“
„Unbewusst ja, aber du hast sicher noch kein Bewusstsein dafür entwickelt. Bevor ich dir jedoch erkläre, warum die Freude so wichtig ist und was sie dir für dein Leben bringt, will ich dir erstmal beschreiben, was passiert, wenn ein Mensch keine Freude mehr empfindet.“
„Mensch Papa, wenn ich mir vorstelle, keine Freude mehr zu haben …….Das wäre ja grauenhaft.“
„In der Tat, Sarah. Das ist wirklich grauenhaft. Aber es ist so. Viele Menschen empfinden heutzutage wenig oder gar keine Freude mehr.“
„Viele?“ fragte Sarah verblüfft. „Wie kann es passieren, dass viele Menschen keine Freude mehr haben?“
„Tja, das ist das traurige Ergebnis einer falschen Lebenseinstellung. Vom heutigen Zeitgeist beeinflusst, definieren sich immer mehr Menschen nur noch über Macht, Position und Besitz und machen sich so zum Sklaven ihrer materiellen Ziele. Sie streben nach Haben, mehr Haben und noch mehr Haben. Glauben dabei „wenn ich ….hätte, wenn ich …. wäre und wenn ich ……könnte, dann stünde meinem Glück nichts mehr entgegen. Da aber viele das gleiche Ziel anpeilen, ist es natürlich kein Wunder, dass bei dieser Jagd nach Äußerlichkeiten Konkurrenzdenken, Misstrauen und Neid entstehen und die Bewertung von allem nur noch über den Kopf stattfindet. Weil sie meinen, nur so ihr Glück zu finden, geben sie all ihre Kraft und Energie für diesen Kampf her. Vergessen dabei aber, ihre Gefühlswelt zu kultivieren und geraten so aus dem seelischen Gleichgewicht, bis sie schließlich keine wahre Freude mehr empfinden können.“
„Du meinst, die können sich nicht mehr richtig freuen? Können gar nicht mehr lachen?“
„Doch, lachen können sie schon noch. Wie ich dir eben erklärte, können sie Spaß haben, empfinden aber keine echte Freude, weil sie die Leichtigkeit des Seins mittlerweile verloren haben.“
„Aber wie fühlen sich solche Menschen? Haben die ein schweres Leben?“
„Weißt du, zuerst fühlen sich diese Menschen noch gut. Bestätigt durch ihre anfänglichen Erfolge glauben sie, auf dem richtigen Weg zu sein. Doch um ihrem gesetzten Ziel noch näher zu kommen, beginnen sie, alle Situationen nur noch über den Kopf zu bewerten. Sie denken, sie bedenken, sie überdenken, bis sie schließlich alles zerdenken. Hetzen durchs Leben, um auf keinen Fall einen Profit oder beruflichen Aufstieg zu verpassen. Selbst Magengeschwüre und Bluthochdruck bringen sie nicht zum Umdenken. Dabei bemerken sie nicht, dass sie langsam aber sicher aus dem seelischen Gleichgewicht geraten und ein ständig wachsendes Defizit im Gefühlsbereich entsteht. In diesem schleichenden Prozess verkümmern sie menschlich mehr und mehr; zuerst verarmen sie gefühlsmäßig, verhärten dann innerlich, bis sie eines Tages emotional völlig versteinern.“
„Papa, das ist ja abschreckend, so möchte ich auf gar keinen Fall werden.“
„Nein, mein Schatz, dafür habe ich dich viel zu lieb. Mein größter Wunsch ist, dass du dein ganzes Leben lang ein glücklicher Mensch bleibst und deine Facette zum Strahlen bringst. Nur dafür mache ich dir dieses Geschenk. Und damit dieser Wunsch auch in Erfüllung geht, brauchst du Lebensfreude.“
„Aber warum ist die Lebensfreude denn so wichtig im Leben?“
„Das will ich dir gerne sagen. Doch bevor ich das tue, will ich dir erst einmal bewusst machen, was die Voraussetzung für Lebensfreude ist. Es ist so, um Lebensfreude zu

bekommen, musst du in allen Lebenslagen immer ganz du selbst sein. Nimm dich an, wie du bist, und bleibe dir bei allen Entscheidungen treu.“
„Treu? Wie bleibt man sich denn treu?“
„Das will in dir anhand eines kleinen Beispiels deutlich machen. Nimm doch mal Melli und dich. Ihr seid gute Freundinnen, verbringt sehr viel Freizeit miteinander und doch habt ihr in der Schule andere Kurse belegt. Melli hat sich für Naturwissenschaften entschieden und du hast den Sprachzug gewählt. Ihr habt euch also beide für das entschieden, was euch am meisten liegt und wo ihr euch am besten entfalten könnt. Siehst du, wenn man auf seine innere Stimme hört, heißt das, sich treu zu bleiben. Wenn du aber nur Melli zuliebe auch Naturwissenschaften gewählt hättest, wärst du dir nicht treu geblieben.“
„Ach danke Papa, jetzt habe ich es kapiert.“
„Oh, da bin ich aber froh. Denn nur wenn du dir treu bleibst, ist auch gewährleistet, dass du dein inneres Gleichgewicht behältst und mit dir im Reinen bist. Wenn du das erreichst und in dir ruhst, stellt sich die Lebensfreude von ganz alleine ein.“
„Wirklich?“
„Ja wirklich, Sarah. Das ist das ganze Geheimnis.“
„So einfach ist das? Aber was bringt eigentlich die Freude einem Menschen im Leben?“
„Lebensfreude ist ein Zeichen, dass man lebt. Sie ist ein Garant für ein unbeschwertes Leben, für Optimismus und Zuversicht. Alltagsprobleme können einen nicht übermannen und nicht aus der Bahn werfen. Auch Leidvolles wird durch die Lebensfreude leichter verarbeitet, denn sie hilft einem, Schicksalsschläge zu ertragen, damit umzugehen und zu überwinden. Wer Lebensfreude hat, trägt einen Schatz in sich, den ihm - im Gegensatz zu Besitz und Macht - niemand nehmen kann. Wenn einem das bewusst ist, hat man auch keine Zukunftsangst und ist jederzeit bereit, Hilfe, Kraft und Energie anderen selbstlos zukommen zu lassen. Und wie jeder weiß, kommt die Freude, die man anderen schenkt, ja wieder zu einem selbst zurück. Und das ist ein tolles Gefühl!“
„Da hast du Recht, Paps. Das kenne ich auch.“
„Ja?“
„Das hast du vielleicht gar nicht mitbekommen. Aber letzte Woche habe ich nachmittags die ganze Wäsche weggebügelt, als Mama beim Einkaufen war. Du kannst dir gar nicht vorstellen, wie sie gestrahlt hat. Dankbar und voller Freude nahm sie mich in den Arm. Ich kann dir sagen, da habe ich mich gut gefühlt.“
„Oh, an diesen Abend kann ich mich recht gut erinnern. Als ich nach Hause kam, strahlte deine Mutter nämlich immer noch über das ganze Gesicht. Wie du hier selbst feststellen konntest, zeigt sich die Freude auch nach außen sehr deutlich. Bei der Lebensfreude ist es nicht anders. Man geht mit leuchtenden Augen durchs Leben, hat eine positive Ausstrahlung und gute Laune. Auf andere wirkt man ausgeglichen und sympathisch. Kein Wunder, dass jeder die Nähe solcher Menschen sucht.“
„Ach Papa, so möchte ich auch gern werden.“
.

*

Leitgedanken zur Freude

Freude ist ein Zeichen, dass man lebt

Lebensfreude ist der Grundstein für das Glück

G

Gewissen

Unsicheren Schrittes näherte sich Sarah ihrem Vater.
„ Du Papa, ich muss dir was sagen.“
„Ja ….was denn?“
„Es geht um die Unterlagen, die ich dringend für dich bei der Bank abgeben sollte. Es tut mir echt leid, aber ich hab’s vergessen. Bist du jetzt sauer?“
„Na ja, ist nicht so schlimm. Aber versprich mir, dass du morgen auf jeden Fall daran denkst.
„Fest versprochen. Bist du mir wirklich nicht böse?“
„Nein, wirklich nicht.“
„Danke Papa, ich hatte schon ein schlechtes Gewissen.“
„Das brauchst du nicht zu haben, Sarah. Aber mit dem Wort Gewissen hast du gerade unser neues Päckchen aufgemacht. Heute wollen wir über den G-Wert sprechen. Und was bietet sich da besser an als das Gewissen?“
Sarah überlegte kurz und wiederholte:
„Gewissen? Bei G könnten wir doch auch über Gerechtigkeit oder Geborgenheit sprechen, oder nicht?“
„Natürlich könnten wir das, aber das Gewissen ist mir deshalb so wichtig, weil es sich meldet, wenn man die menschlichen Werte missachtet, die wir hier besprechen.“
„Was passiert denn, wenn man diese Werte missachtet? Hat man dann zwangsläufig ein schlechtes Gewissen?“
„Nein, nicht jeder hat zwangsläufig ein schlechtes Gewissen. Es ist immer die Frage, wie weit das Bewusstsein eines Menschen entwickelt ist.“
„Dann hängt ja Gewissen auch wieder mit Bewusstsein zusammen.“
„Sehr sogar. Das Gewissen geht nämlich aus dem Bewusstsein hervor.“
„Ah…….und was genau ist Gewissen?“
„Das Gewissen ist ein Kind des Bewusstseins. Es ist ein wesentlicher Teil unserer Persönlichkeit, der unser Handeln beurteilt. Es hilft uns nämlich, zwischen „gut und böse“ zu unterscheiden, ist aber stets vom Entwicklungsgrad unseres Bewusstseins abhängig. Das heißt, je höher das Bewusstsein eines Menschen entwickelt ist, desto besser wird seine Wahrnehmung von gut und böse und damit die Urteilskraft seines Gewissens.“
„Sag mal, Papa, ein Gewissen hat doch eigentlich jeder Mensch, oder?“
„Das stimmt. Jeder Mensch hat ein Gewissen, der eine mehr, der andere weniger. Wie eben gesagt, hängt es immer vom Grad des Bewusstseins ab. Wenn wir ein gereiftes Bewusstsein haben, drängt uns das Gewissen schon *vor* einer Entscheidung, das Richtige zu tun, oder warnt uns, wenn wir etwas Falsches tun wollen, das wir später bereuen würden. Ist das Bewusstsein aber nicht stark entwickelt, meldet sich das Gewissen erst *nach* einer Handlung, und zwar dann, wenn wir uns über die Tragweite unseres Tuns bewusst werden.“
„Aber Papa, wenn es uns warnt, warum tun wir dann trotzdem manchmal Dinge, die uns ein schlechtes Gewissen bereiten?“
„Weißt du, das Gewissen hindert uns nicht, Fehler zu machen. Dafür ist es auch nicht da. Es ist uns gegeben, um unser Handeln zu bewerten. Es ist wie eine moralische Instanz in uns. Man könnte auch sagen, das Gewissen ist unser eigener Richter. Aber es liegt immer in unserer persönlichen Verantwortung, ob wir auf unser Gewissen hören oder nicht.“
„Was passiert, wenn wir nicht auf das Gewissen hören?“
„Dann bekommen wir ein schlechtes Gewissen.“
„Oh je, das kenne ich. Das ist doch dieses mulmiges Gefühl in mir. Haben das eigentlich alle?“
„Weißt du, ein schlechtes Gewissen ist immer bedrückend Der eine fühlt sich mies und klein, der andere schämt sich und fühlt sich schäbig. Ein schlechtes Gewissen kann man eben nicht einfach abschütteln.
“Das weiß ich, Paps. Es verfolgt einen ständig, weil man immer wieder daran denken muss, was man getan hat…….ob man will oder nicht.“

„Ja, Sarah, und manch einer macht sich sogar ein Leben lang Vorwürfe. Da hört man dann „warum habe ich nur ……..? Hätte ich doch……. Wäre ich doch nicht ……..“
„Ein Leben lang …..das ist aber ganz schön heftig. Gibt es so etwas wirklich?“
„Da brauche ich gar nicht lange nachzudenken. Du kennst doch die Bergers, die da vorne an der Ecke wohnen. Weißt du, dass die einen Sohn haben?“
„Ja sicher, den Hans.“
„Genau. Vor gar nicht langer Zeit habe ich Frau Berger getroffen. Bisher ging sie mir ja immer aus dem Weg. Gegrüßt hat sie zwar, aber nie weiter mit mir gesprochen. Jetzt weiß ich auch, warum.“
„Ja, und warum?“
„Aus Schamgefühl, weil ihr Sohn im Gefängnis sitzt.“
„Was, der sitzt echt im Gefängnis?“ schoss es aus ihr heraus. „Was hat der denn angestellt?“
„Das weiß ich nicht so genau. Ich weiß nur, dass Frau Berger sich schwere Selbstvorwürfe macht. Sie sagte mir: „Ich hätte von Anfang an mit dem Jungen strenger sein sollen. Hätte schon damals einschreiten müssen, als die Polizei das erste Mal zu uns ins Haus kam. Vor allen Dingen hätte ich meinem Sohn den Umgang mit diesem Peter verbieten sollen. Ich wusste damals schon, dass der nichts taugt und alles ein schlimmes Ende nehmen wird. Wie oft habe ich das meinem Sohn gepredigt, aber er wollte einfach nicht auf mich hören. Und nun sitzt er im Gefängnis! Welche Schande! Sie glauben gar nicht, wie es in mir aussieht und wie ich leide. Heute weiß ich, was ich alles falsch gemacht habe. Fühle mich schuldig und kann mir einfach nicht verzeihen, dass mein Junge auf die schiefe Bahn geraten ist.“
Was Frau Berger mir da erzählt hat, hat mich ganz schön mitgenommen. Aber wie du leicht erkennen kannst, Sarah, leidet Frau Berger eindeutig unter ihrem schlechten Gewissen.“
„Mensch Papa, diese Frau ist wirklich nicht zu beneiden“, sagte Sarah voller Mitgefühl. „Kann man der nicht irgendwie helfen?“
„Nein, helfen kann sie sich nur selbst. Sie muss sich zu ihren Fehlern bekennen und bereit sein, sich zu verzeihen. Erst dadurch gibt sie sich die Chance für einen Neuanfang.“
„Ach, dann hoffe ich, dass sie das auch tut. Aber der Hans, der hat doch jetzt sicher sein ganzes Leben versaut.“
„Ja, wahrscheinlich. Hier sieht man mal wieder, dass das Schicksal eines Menschen durch die Entscheidungen bestimmt wird, die er in seinem Leben trifft.“
„Du, Paps, bei uns in der Schule war da neulich auch so eine Sache.“
„Ach ja? Was ist denn passiert?“
„Ich habe dir doch schon mal von Julia erzählt, die immer so angibt.“
„Ja, ja, die große Blonde, die kenne ich.“
„Genau die. Wie du ja weißt, müssen wir beim Sport alle Sachen in der Umkleidekabine lassen. Stell dir vor, als wir vom Turnen zurückkamen, war der schöne Pulli von Julia in Streifen geschnitten.“
„Echt? In Streifen geschnitten?“ fragte Michael verständnislos. „Wer macht denn so was?“
„Das ist zunächst nicht heraus gekommen“, antwortete Sarah. „Obwohl unsere Lehrerin die ganze nächste Stunde mit uns darüber gesprochen hat, wie gemein und feige diese Tat ist, hat es niemand zugegeben. Aber stell dir vor, am Nachmittag hat sich Anna bei mir ausgeweint und gestanden, dass sie den Pulli zerschnitten hatte. Unter Tränen sagte sie mir, dass es ihr unheimlich Leid tue und wie sehr sie sich doch schäme, vor der Klasse nicht den Mut aufzubringen, zu ihrer Tat zu stehen. Sie konnte dem seelischen Druck einfach nicht mehr standhalten und brauchte jemanden, dem sie sich anvertrauen konnte. Und dann hat sie mich gefragt, was sie tun soll. Ich habe ihr geraten, Julia die Wahrheit zu sagen, sich bei ihr zu entschuldigen und den Schaden zu ersetzen.
„Und? Hat sie es getan?“
„Ja, gleich am nächsten Tag haben sich die beiden ausgesprochen und wieder vertragen. Aber Freundinnen werden die nie!“

„Warum hat Anna das eigentlich gemacht?“
„Aus Eifersucht. Julia hat Anna den Freund ausgespannt. Und der hatte Julia diesen Pulli geschenkt.“
„Ja, ja, Eifersucht hat schon viel Leid verursacht“, stellte Michael nachdenklich fest „Aber Anna hat sich genau richtig verhalten. Durch ihr Bekenntnis und ihre Entschuldigung hat sie menschliche Größe gezeigt. Sie ist wieder mit sich im Reinen, hat dazugelernt und ist zudem menschlich gewachsen. Du kannst sicher sein, dass sie so etwas in Zukunft nicht mehr tun wird. Auch an diesem Vorfall kannst du gut erkennen, wie Entscheidungen unser Leben bestimmen. Sicher kennst du doch das Sprichwort „Jeder ist seines Glückes Schmied?“
„Na klar, Paps, das kennt doch jeder“, gab Sarah selbstbewusst zurück.
„Siehst du, das heißt nämlich nichts anderes als, wer im Leben die richtigen Entscheidungen trifft, der schafft die besten Voraussetzungen, um glücklich zu werden. Und das hat Anna getan.“
„Und dabei hilft uns das Gewissen?“
„Ja, wenn wir auf unser Gewissen hören, dann sind normalerweise die Weichen für ein glückliches Leben gestellt.“
„Papa, dann kann man doch das Gewissen eigentlich als einen Freund bezeichnen. “
„Klasse! Das ist ein passender Vergleich. Denn unser Gewissen meint es wirklich gut mit uns.“
„Hast du denn immer auf diesen inneren Freund gehört?“ wollte Sarah aus heiterem Himmel wissen.
Michael fühlte sich ertappt. Er schluckte zweimal kurz hintereinander, bevor er die Frage mit gemischten Gefühlen beantwortete.
„Wie ich dir ja anfangs erzählte, habe ich in meinem Leben auch so manches Mal den Fehler gemacht, nicht auf mein Gewissen zu hören. Bin dadurch in einen seelischen Konflikt geraten, habe aber glücklicherweise letztendlich doch noch die Kurve gekriegt.“
„Standest du etwa auch vor einer Gewissensentscheidung?“
„Ja. Vor vielen Jahren war ich in einer finanziellen Klemme. Da ich keinen anderen Rat wusste, war ich der Versuchung nahe, einen Versicherungsbetrug zu begehen. Das Geld hätte ich damals dringend gebrauchen können. Ich hatte auch schon alles gründlich durchdacht und einen entsprechenden Brief aufgesetzt.“
„Ja, und?“ fragte Sarah neugierig. „Hast du ihn abgeschickt?“
„Nein. Ich hatte Gewissensbisse.“
„Warum, hattest du Angst, dass der Betrug auffliegt?“
„Nein, ich konnte es einfach nicht tun. Ich hatte am EndeAngst, meine Selbstachtung zu verlieren.“
„Hm, das kann ich gut verstehen. Aber da gibt es doch bestimmt viele, die diesen Betrug ohne Zögern durchgezogen hätten.“
„Ja, mit Sicherheit. Leider passiert das öfter, als man glaubt. Und das ist doch schlimm, oder nicht?
„Das finde ich auch“, bestätigte Sarah.
„Aber am schlimmsten sind die Menschen, die überhaupt kein Gewissen mehr haben und eiskalt über Leichen gehen. Das Leid anderer, das sie verursachen, interessiert sie überhaupt nicht, weil sie nur auf ihren eigenen Vorteil aus sind.“
„Ach, du meinst die skrupellosen Egoisten wie diesen Finanzhai, von dem du mir erzählt hast?“
„Ja, genau die. Man findet sie in allen Gesellschaftsschichten und je höher man kommt, umso größer ist oft auch die Gewissenlosigkeit.“
„Papa, was ist eigentlich der Grund für diese Gewissenlosigkeit?“

„Der Grund für Gewissenlosigkeit ist immer überzogener Egoismus, Profitsucht und Machtgier. Doch letztendlich ist jede Form von Gewissenlosigkeit immer nur ein Mangel an Gefühl und Mitgefühl. Diesen Menschen fehlt einfach die natürliche Bremse des Gewissens."
„Ach Papa, da bin aber froh, dass ich ein reines Gewissen habe."
„Ja, ja, mein Schatz, ein gutes Gewissen ist ein sanftes Ruhekissen."
„Du, diesen Spruch kenne ich. Aber worauf muss man achten, wenn man sich dieses Ruhekissen bewahren will?"
„Gute Frage, Sarah. Da hast du etwas wirklich Wichtiges angesprochen. Weißt du, im Grunde genommen will ja jeder Mensch unbelastet durchs Leben gehen. Aber um das zu erreichen, muss man immer, und ich betone nochmals, immer auf sein Gewissen hören, *bevor* man etwas tut…… dann braucht man *nachher* auch nichts zu bereuen. Macht man aber doch einmal einen Fehler, sollte man die menschliche Größe haben, diesen ehrlich einzugestehen, sich bei anderen zu entschuldigen, und ihn, wenn möglich, wieder gutzumachen. Das zeugt nicht nur von Anstand und Verantwortungsbewusstsein, sondern bringt auch das Gewissen wieder ins Reine."
„Du sag' mal, Papa, und wie lebt es sich denn mit einem guten Gewissen?"
„Wer ein gutes Gewissen hat, erlebt die Leichtigkeit des Seins. Geht frei und unbeschwert durchs Leben und befindet sich im seelischen Gleichgewicht wie mein Freund Martin. Der hat in seinem Leben immer darauf geachtet, ein gutes Gewissen zu haben. Zu mir sagt er des Öfteren: „Weißt du, Michael, wenn ich mal als alter Mann auf mein Leben zurückschaue, möchte ich nicht vor einem Scherbenhaufen stehen und vor Reue und Scham im Boden versinken. Ich will stolz zurückblicken, will feststellen können, dass ich mich als Mensch stets richtig verhalten habe. Es ist doch schön, wenn man im Alter mit heiterer Gelassenheit durchs Leben gehen kann, oder nicht?"
„Papa, der denkt aber weit voraus!"
„Ja, und Recht hat er. Von ihm habe ich viel gelernt. Deshalb kann ich jedem nur raten: „Hör' auf dein Gewissen und lebe danach, dann behältst du deine Selbstachtung."

*

Leitgedanken zum Gewissen

Das Gewissen – der ungebetene Gast

Das Gewissen ist unser moralischer Richter

Herzenswärme

Überraschend kam Tante Karin mit ihrem Sohn zu Besuch. Freudig stürmte Sarah auf den kleinen Philip zu, nahm ihn auf den Arm und ging mit ihm in den Garten. Michael und seine Frau Jutta nahmen mit dem Gast im Wohnzimmer Platz. Angeregt unterhielten sie sich bei Kaffee und Kuchen, sprachen über dieses und jenes und alltägliche Dinge, die man unter Verwandten so austauscht. Während des Gesprächs schaute Michael des Öfteren aus dem Fenster und beobachtete, wie liebevoll Sarah mit dem kleinen Philip spielte.
„Meine Große……“ dachte Michael und lächelte still vor sich hin. Im Laufe der weiteren Unterhaltung erwähnte Jutta auch das Geschenk, das Michael Sarah zum Geburtstag gemacht hatte.
Karin war von dieser Idee sehr beeindruckt.
„Du, das finde ich ganz toll. Kompliment! So etwas habe ich ja noch nie gehört. Da tust du etwas enorm Wichtiges für die Entwicklung eurer Tochter. Sicher wird sich dies positiv auf ihr Leben auswirken.“
„Ja, ich hoffe, dass ich ihr damit die Weichen für ein glückliches Leben stelle, denn nichts liegt mir mehr am Herzen als das.“
„Das glaube ich dir, Michael. Damit gibst du ihr auf jeden Fall einen guten Start ins Leben. Aber wie macht ihr das genau?“
„Nun, wir setzen uns einmal in der Woche zusammen. Dann besprechen wir jeweils einen menschlichen Wert, und zwar in alphabetischer Reihenfolge. Begonnen haben wir mit A für Achtung, B für Bewusstsein und das geht weiter bis Z für Zuversicht.“
„Also, Michael, da muss man erst mal drauf kommen. Man merkt, wie wichtig dir die Erziehung ist. Das finde ich wirklich klasse!“
„Da kann ich dir nur zustimmen, Karin“, warf Jutta ein. „Du solltest die beiden mal erleben, wenn sie sich unterhalten. Wie zwei innig Vertraute sitzen sie zusammen, diskutieren und tauschen sich aus, ohne ihre Umwelt noch wahrzunehmen. Da geht einem als Mutter wirklich das Herz auf.“
„Das glaube ich dir, Jutta“, sagte Karin zustimmend, bevor sie sich wieder Michael zuwandte:
„Und wie nimmt Sarah das an? Kann sie denn diese wunderbaren menschlichen Werte auch schon umsetzen?“
„Du, ich bin selber erstaunt, wie gut Sarah das alles versteht und wie sie von Mal zu Mal menschlich wächst. Und ehrlich gesagt, Karin, tut es auch mir gut, wenn ich sehe, wie sie sich weiterentwickelt.“
„Ich muss schon sagen, Michael, du bist wirklich ein guter Vater.“
„Danke, aber schau doch mal aus dem Fenster, wie sie mit dem Kleinen umgeht und bereits hier Verantwortung zeigt. Wenn ich das sehe, bin ich richtig stolz auf meine Tochter.“
„Das kannst du auch, Michael. Aber nicht nur auf deine Tochter, sondern auch auf dich.“

Am frühen Abend, als Karin sich verabschieden wollte, bat Sarah:
„Ach, Tante Karin, Philip ist so ein kleiner süßer Junge und ich bin so gern mit ihm zusammen. Bitte bleibt doch noch ein wenig.“
„Es tut mir wirklich Leid, Sarah, aber wir müssen jetzt wirklich aufbrechen. Der Kleine muss ins Bett. Eigentlich ist es schon zu spät für ihn. Doch ich verspreche dir, wir kommen nächste Woche wieder.“
Nachdem Karin und Philip gegangen waren, räumte Sarahs Mutter den Tisch ab und brachte das Geschirr in die Küche.
Sarah und Michael waren nun allein, setzten sich auf die Couch und Michael sagte:
„Du, Sarah, ich habe dich vorhin beobachtet, wie lieb du mit dem kleinen Philip im Garten gespielt hast. Es hat mich riesig gefreut, wie herzlich du auf ihn zugegangen bist.“
„Ach, der Kleine ist ja auch zum Knuddeln.“

„Man konnte richtig spüren, wie wohl er sich bei dir fühlte," fuhr Michael fort. Es war so ein schöner Anblick. Ihr wart wie ein Herz und eine Seele. Tja, was soll ich sagen? Dein Verhalten passt genau zu dem menschlichen Wert, den ich heute Abend mit dir besprechen will. Wenn du möchtest, machen wir jetzt das Päckchen mit dem H auf."
„Papa, so wie du strahlst, muss da etwas sehr Schönes drin sein."
„Ganz genau, meine Große. Das H steht nämlich für Herzenswärme. Und darauf habe ich mich schon die ganze Zeit gefreut, weil die Herzenswärme die Menschen einander näher bringt."
„Ach Papa, darüber brauchen wir nun wirklich nicht zu reden. Herzenswärme hat doch jeder Mensch in sich, oder nicht?"
„Moment, so einfach ist das nicht. Von Natur aus trägt zwar jeder Herzenswärme in sich, doch bei vielen verkümmert sie im Laufe ihres Lebens, weil sie sich falschen Zielen verschreiben und dann versäumen, ihre Gefühlswelt zu entwickeln."
„Hm,…….. kannst du mir Herzenswärme mal näher erklären? Vielleicht habe ich sie doch noch nicht ganz verstanden."
„Kein Problem, mein Schatz. Weißt du, Herzenswärme ist der Garten der Gefühle. Wer hier spazieren geht, hat eine lebendige Seele und verfügt über seelische Gesundheit. Wer Herzenswärme hat, denkt mit dem Herzen, verfügt also über emotionale Intelligenz. Er kann sich in jede Gefühlssituation seiner Mitmenschen hineinfühlen, kann Liebe, Freude, Bedrängnis und Not genau nachvollziehen und mit ihnen teilen. Herzenswärme bedeutet, die Menschen zu lieben."
„Ah, das versteht man also unter Herzenswärme?"
„Ja, das ist Herzenswärme Man kann auch sagen, Herzenswärme ist das Band, das alle Menschen miteinander verbindet, die Frequenz, auf der alle ursprünglich senden. Sie ist vergleichbar mit einer Währung, die überall auf der Welt Gültigkeit hat, egal in welcher Gesellschaft, egal in welcher Sprache oder Kultur ------- anstandslos wird sie akzeptiert und eingewechselt. Wer diesen Schatz besitzt, der kann sich wirklich reich nennen, denn er ist ein wertvoller Mensch."
„Papa, das war aber ein schöner Vergleich. Jetzt ist es mir schon viel klarer. Aber wie merkt man denn, ob ein Mensch Herzenswärme hat?"
„Das ist einfach, Sarah. Menschen mit Herzenswärme erkennt man an ihrer menschlichen Haltung. Sie haben Verständnis und Nachsicht für andere und gehen offen, freundlich und gütig auf ihre Mitmenschen zu. Ihre Stimme und Ausdrucksweise ist ruhig und liebenswürdig. Bei jedem Wort spürt man, dass ihre Freundlichkeit nicht gespielt, sondern immer ehrlich ist. Weil sie ausgeglichen und bei sich selbst sind, fühlt man sich in ihrer Nähe wohl und fasst schnell Vertrauen zu ihnen."
„Papa, denkst du hier an eine bestimmte Person?"
„Weißt du, an wen ich da direkt denken muss? An Frau Dr. Fischer, deine Kinderärztin."
„Mensch, da hast du Recht. Das ist ja so eine liebe Frau. Vor ihr hatte ich nie Angst, sondern bin immer gern in ihre Praxis gegangen."
„Siehst du, das liegt an ihrer herzlichen Art und ihrer Ausstrahlung. Sie behandelt jedes Kind als etwas Besonderes und vermittelt ihm dadurch ein Gefühl der Geborgenheit. Selbst wenn man eine Spritze bekommt, findet sie jedes Mal die richtigen tröstenden Worte."
„Das stimmt, Papa. Daran erinnere ich mich genau. Sie war immer so fürsorglich. Jetzt erstaunt mich auch nicht mehr, warum ich mich bei ihr immer so wohl fühlte."
„Du fühltest dich bei ihr wohl, weil sie sich so gut in dich hineinversetzen konnte und deshalb genau wusste, was du empfandest. So intensiv auf andere Menschen eingehen, kann nur jemand, der Herzenswärme hat. Es ist also nicht verwunderlich, dass ihre kleinen Patienten stets Vertrauen zu ihr haben."
„Du, Papa, an Frau Dr. Fischer könnten sich sicher viele ein Beispiel nehmen."

„Da hast du Recht, Sarah. Menschen mit Herzenswärme sollten uns allen ein Vorbild sein. Denn durch ihr Mitgefühl und ihre Liebe bringen sie Sonne in unser Leben. Manchmal zeigt sich das schon durch ein flüchtiges Lächeln…….aber jeder versteht diese Botschaft. “

„Papa, wie ist das eigentlich? Kann man Herzenswärme auch erlernen?“

„Wie ich dir schon sagte, ist uns die Herzenswärme angeboren. Jeder von uns trägt sie von Natur aus in sich. Daher braucht sie niemand zu erlernen, man muss sie sich nur bewahren.“

„Bewahren? Heißt das, man kann die Herzenswärme auch verlieren?“

„Ja, Herzenswärme kann man auch verlieren. Du brauchst dich nur mal umschauen. Schnell wirst du feststellen, wie viele Menschen heutzutage keine Herzenswärme mehr haben.“

„…….keine Herzenswärme mehr haben? Aber wie verliert man sie denn?“

„Indem man sich falschen Werten verschreibt und falsche Ziele verfolgt.“

„Papa, was sind denn falsche Werte und falsche Ziele?“

„Schau, in unserem Gesellschaftssystem hat Bildung einen sehr hohen Stellenwert. Daher werden wir von Kindheit an mit Wissen gefüttert. Wir lernen Sprachen, chemische Formeln, Mathematik und Geschichte und nennen uns dann gebildete Menschen.“

„Ist Bildung denn ein falsches Ziel?“ unterbrach ihn Sarah irritiert.

„Nein, nein, Bildung ist auf gar keinen Fall ein falsches Ziel. Es ist sogar erstrebenswert, dass man viel weiß. Aber Wissensbildung darf nicht die einzige Bildung im Leben sein. Genauso wichtig ist die Herzensbildung, die auf den menschlichen Werten beruht. Denn nur wenn diese beiden Größen im Einklang sind, gelingt es einem, in Harmonie zu leben. Aber leider haben die menschlichen Werte in der heutigen Zeit an Bedeutung verloren, finden wenig Beachtung und werden kaum noch weitergegeben.

„Aber Papa, du bist doch gerade dabei, mir diese Werte zu vermitteln.“

„Das stimmt. Mir ist eben wichtig, dass du ein glücklicher Mensch wirst. Allerdings machen sich heutzutage viel zu wenige Eltern wirklich Gedanken über das Glück ihrer Kinder und versäumen es, ihnen Herzensbildung mitzugeben. Stattdessen richten sie ihre Erziehung nur auf Schulbildung, beruflichen Erfolg und Wohlstand aus. Sie glauben, dass dies der richtige Start ins Leben ist. Merken dabei aber nicht, dass ihre Kinder sich mehr und mehr der Welt des Habens zuwenden und alles nur noch nach materiellen Maßstäben beurteilen. Anstelle der menschlichen Werte treten dann traurigerweise Äußerlichkeiten und materielle Werte.“

„Ah, und das sind die falschen Werte?“

„Ja genau. Denn wer nur für den materiellen Erfolg kämpft, kann nichts gewinnen, wofür es sich zu leben lohnt. Aber leider finden in der heutigen Zeit vor allem diejenigen Anerkennung, die Reichtum, Position und Macht erreichen, egal wie! Das gilt als erstrebenswert und vorbildlich. Und weil die menschlichen Werte kaum noch vermittelt werden, folgen leider immer mehr junge Menschen diesen angeblichen Vorbildern, mit dem Ergebnis, dass es immer mehr Egoisten gibt. Diese verfolgen konsequent ihre persönlichen Ziele. Dass dies oft auf Kosten anderer geht, interessiert sie nicht. Hauptsache, sie erreichen, was sie wollen. Kein Wunder, dass unsere Gesellschaft immer kälter wird.“

„Und das Nachjagen nach materiellen Werten ist der Grund, warum Menschen ihre Herzenswärme verlieren?“

„Ja, ihre Gefühlswelt verkümmert langsam, weil sie mit dem Jagen nach falschen Idealen so beschäftigt sind, dass kein Platz für Herzensbildung bleibt. Um ihren gesellschaftlichen Aufstieg voran zu treiben, ihren Ehrgeiz zu befriedigen, beurteilen sie alle Situationen nur noch mit dem Kopf und vernachlässigen ihre Gefühlsebene. Die Herzenswärme geht so mehr und mehr verloren. Im schlimmsten Fall verhärten diese Menschen gefühlsmäßig.

„Mensch Papa, wenn du das so erzählst, kriege ich richtig Gänsehaut. Wie erkennt man denn Menschen ohne Herzenswärme?“

„Oh, das ist nicht einfach. Manche präsentieren sich verschlossen, grimmig und lebensverneinend, was oft durch hängende Mundwinkel noch unterstrichen wird. Andere dagegen sind zynisch, sarkastisch und gemein. Wiederum andere verbergen ihren Egoismus

hinter einem gespielten Lächeln. Sie lächeln jedoch nicht mir den Augen, sondern nur mit dem Mund. Doch alle gemeinsam haben sie eine kalte Ausstrahlung, besitzen kein Mitgefühl und kein Einfühlungsvermögen. Deshalb sind sie weder zu wahrer Liebe noch zu echter Freundschaft fähig. Emotional, könnte man sagen, ist es wie eine Einbahnstraße. Man gibt ihnen…….und gibt ……..und gibt, bekommt aber nichts zurück."
„Papa, so will ich aber nie werden!"
„Nein, mein Schatz, wirst du auch nicht! Du bist glücklicherweise auf dem richtigen Weg."
„Ich bin ja auch *deine* Tochter", antwortete Sarah mit einem Schmunzeln. Erst nach kurzem Überlegen fuhr sie fort:
„Du Papa, die Herzenswärme habe ich ja nun verstanden und habe auch begriffen, wie wichtig sie im Leben ist. Aber eines ist mir noch unklar, wenn man sie verlieren kann, gibt es dann auch eine Möglichkeit, sie wieder zurück zu gewinnen?"
„Meine Große….. mit dieser Frage zeigst du mir, dass du die Herzenswärme wirklich verstanden hast. Das macht mich richtig glücklich! Natürlich kann man die Herzenswärme wieder gewinnen und das ist gar nicht so schwierig. Ich kenne sogar jemanden, dem das gelungen ist."
„Papa, jetzt bin ich aber neugierig. Wer ist das denn? Kenne ich den?"
„Nein, den kennst du nicht. Das ist mein ehemaliger Chef."
„Und…….wie hat er das geschafft? Erzähl' doch mal!"
„Also, mein ehemaliger Chef arbeitete, bevor er zu uns kam, in einer großen Firma. Eines Tages merkte er, dass er trotz seiner Position, seiner Macht und seiner materiellen Sicherheit ein einsamer Mensch geblieben war. Irgendwann fragte er sich dann ehrlich, was der Grund für seine Einsamkeit und innere Leere war. Intensiv suchte er nach Antworten, bis ihm langsam bewusst wurde, dass er aus dem seelischen Gleichgewicht geraten war. Ihm wurde klar, dass er auf dem Weg zum Erfolg seine Mitmenschlichkeit verloren hatte. Schon bald sah er die Sinnlosigkeit seines Tuns ein und brachte schließlich den Mut zur Lebensänderung auf."
„Du meinst, er hat sein ganzes Leben geändert?" fragte Sarah erstaunt.
„Nein, sein ganzes Leben hat er nicht geändert. Aber er hat sich für sein Leben einen neuen Rahmen geschaffen, indem er sich von seinem materiellen Denken, seinen ehrgeizigen und egoistischen Zielen löste. Er räumte seiner Gefühlswelt wieder mehr Platz ein, machte sich nicht mehr abhängig von seinem Ehrgeiz und von Äußerlichkeiten und erlangte so seine Menschlichkeit wieder. Als wir abends nach der Arbeit einmal zusammen saßen, erzählte er mir, dass er dafür natürlich auch einen Preis bezahlen musste. Statt einer weiteren Beförderung, verbunden mit noch mehr Geld, nahm er eine Stelle in unserem kleinen Betrieb an. Jetzt hatte er weniger Verantwortung, aber mehr Freizeit. Noch heute habe ich seine lebensfrohen Worte in den Ohren: „Natürlich musste ich auf das große Geld verzichten, aber nun hat mein Leben endlich die Qualität, nach der ich mich immer so gesehnt habe. Heute habe ich wieder Zeit für alles, was mir Spaß macht und habe Freunde gefunden, die ich nicht mehr missen möchte. Ich bin so froh, dass ich mir selbst diese Chance gegeben habe. Denn nun hat mein Leben wieder einen Sinn."
„Mensch, Papa, da hatte er aber Glück, dass er noch rechtzeitig die Kurve kriegte."
„Ja, Sarah, das kann man wohl sagen. Dieser Mann hatte lange Zeit am Leben vorbei gelebt. Heute weiß er, dass nicht Erfolg, Geld oder Position glücklich macht, sondern ein Leben mit Menschen, die wir lieben und die uns lieben.
„Papa, das heißt also, wenn man seine Gefühlswelt wieder in Ordnung bringt, dann wächst auch langsam wieder die Herzenswärme. Ist doch so, oder nicht?"
„Genau, mein Schatz. Du hast die Herzenswärme verstanden."

*

Leitgedanken zur Herzenswärme

Herzenswärme ist das Band, das alle Menschen verbindet

Herzenswärme heißt, die Menschen zu lieben

I

Innere Stimme

Sarah saß mit ihren Eltern beim Abendessen. In Gedanken war sie jedoch ganz wo anders. Schon zweimal hatte sie den Tisch verlassen, kehrte jedes Mal wortlos zurück. Dabei vergaß sie aber nicht, ihrem Vater einen strengen Blick zuzuwerfen.
„Sarah, was ist denn? Hast du keinen Appetit?“ fragte Jutta ihre Tochter, die immer noch vor dem leeren Teller saß.
„Nein, ich habe keinen Hunger, Mama. Ich esse später etwas.“
Michael, der dem Gespräch gefolgt war, ließ sich nicht aus der Ruhe bringen, belegte sich noch ein Brötchen und sagte ganz nebenbei:
„Was ist, meine Große? Du rutschst auf dem Stuhl hin und her, wirkst unruhig und hast keinen Appetit. Na,“ fragte er augenzwinkernd, „hast du heute Abend etwa noch was Besonderes vor?“
„Nein, Papa“, antwortete Sarah beinahe vorwurfsvoll, „wir wollten doch heute das neue Päckchen aufmachen. Können wir nicht endlich anfangen?“ fügte sie leicht gereizt hinzu.
„Es freut mich ja, dass du so motiviert bist, aber gib mir bitte noch einen Moment Zeit. Ich will erst mein Abendbrot in Ruhe genießen. Doch danach geht es gleich los.“
„Ja, hoffentlich“, gab Sarah erleichtert zurück. Plötzlich war sie wieder gut gelaunt, warf Michael einen flüchtigen Kuss zu und eilte ins Wohnzimmer.
Es dauerte gar nicht lange, bis Michael erschien, sein Glas auf den Couchtisch stellte und sich zu ihr setzte.
„So, mein Schatz, dann fangen wir mal an. Welchen Buchstaben haben wir heute?“
“Ach Papa, das weißt du doch. Heute ist das I dran.“
„Ja, das stimmt. Und das I steht für die Innere Stimme.“
„Die Innere Stimme?“ fragte Sarah ungläubig. „Ist das auch ein menschlicher Wert?“
„Ja, natürlich, und sogar ein ganz, ganz wichtiger - ein Geschenk des Lebens, das höchste Achtung verlangt.“
Sarah horchte auf. Einen Augenblick hing sie noch ihren Gedanken nach, bevor sie langsam weitersprach:
„Ehrlich gesagt, Papa, so habe ich das noch nie gesehen. Für mich ist das immer nur so ein merkwürdiges Gefühl, das man in bestimmten Situationen hat. Manchmal ein gutes, manchmal ein schlechtes, aber woher das kommt, das weiß ich nicht. Kannst du mir mehr über die Innere Stimme sagen?“
Mit dieser Frage hatte Michael bereits gerechnet. Wieder einmal war er froh, dass er sich auf diese Gespräche so gründlich vorbereitet hatte.
„Schau“ begann er „die Innere Stimme ist wie eine weisende Hand. Sie hilft und unterstützt uns, die richtigen Entscheidungen zu treffen. Und das, was du als merkwürdiges Gefühl beschreibst, kennt eigentlich jeder von uns. Das sind die untrüglichen Zeichen der Inneren Stimme, die uns zum Richtigen führen und vom Falschen abhalten sollen.“
„…… und was für Zeichen sind das, Papa? Was meinst du damit?“
„Wie du eben sagtest, hast du manchmal ein gutes Gefühl. Da spürst du zum Beispiel, dass du jemandem vertrauen kannst. Erinnerst du dich noch, als du zum Schüleraustausch in Frankreich warst?“
„Na, klar, bei den Demoulins“ antwortete Sarah mit begeisterter Stimme. „Das war klasse bei denen!“
„Da hast du mir gleich am ersten Abend amTelefon gesagt, wie wohl du dich bei ihnen gefühlt hast. Siehst du, und dieses Wohlgefühl war ein Zeichen deiner Inneren Stimme. Du hast sofort gemerkt, dass du ihnen vertrauen konntest.“
„Das stimmt, Papa. Und mein gutes Gefühl hat mich nicht getäuscht.“
„Aha, das zeigt mal wieder deutlich, dass man sich auf seine Innere Stimme verlassen kann. Sie bestärkt uns bei unseren positiven Vorhaben und führt uns zu den richtigen Entscheidungen. So wie du gleich wusstest, dass die Demoulins nette Leute sind.

„Paps, das habe ich kapiert. So ist es, wenn ich ein gutes Gefühl habe. Aber manchmal habe ich ja auch ein schlechtes Gefühl. Und dann ……..?“ fragte sie forschend.
„Dann warnt dich die Innere Stimme, will dich wachrütteln, stoppen oder zur Umkehr bewegen. Die Zeichen, die sie dann aussendet, sind Unbehagen, Ablehnung, Widerwille oder Angst. Egal, durch welches dieser Zeichen sich deine Innere Stimme meldet, vertraue ihr, auch wenn der Verstand dagegen spricht.“
„Du meinst, man denkt anders, als man fühlt?“ hakte Sarah nach.
„Ja, das kommt schon mal vor. Auch wenn die Dinge vernünftig erscheinen, können sie für uns letztendlich falsch sein. Deshalb sollte man, ganz gleich in welcher Situation, immer auf seine Innere Stimme hören. Glaube mir, Sarah, sie hat stets Recht.
„Die hat immer Recht? Wie kann denn das sein.....?“
„…….weil die Innere Stimme gefühltes Wissen ist. Ein Wissen, dessen Ursprung wir nicht kennen. Die Innere Stimme dient uns wie ein Ratgeber und meint es in jedem Fall gut mit uns. Wenn du ihr folgst, führt sie dich zu den Dingen, die dir gut tun, und zu den Menschen, die wichtig für dich sind. Das gilt für Liebe und Freundschaft genauso wie für den Beruf. Du wirst deinen Weg gehen. Kannst deine Träume leben, bist mit dir im Reinen, fühlst dich selbstsicher und behältst dein seelisches Gleichgewicht.“
Hier brach Michael ab, verstummte einen Augenblick, bevor er bewegt hinzfügte:
„Ach, ich wünschte, die Menschen würden mehr auf ihre Innere Stimme hören, dann gäbe es sicher weniger Leid in dieser Welt.“
An seinem Gesichtsausdruck konnte man deutlich erkennen, wie ehrlich er das meinte.
„Papa, dann ist die Innere Stimme ja wie ein enger Vertrauter……. doch sag’ mal, meldet sie sich denn wirklich immer?“
„Eigentlich schon. Aber oft nehmen wir sie nicht wahr, weil ihre leisen Signale in der Hektik und im Lärm des Alltags untergehen.“
„Wie, treffen wir dann etwa falsche Entscheidungen?“ fragte Sarah verwundert.
„Nein eigentlich nicht, meist folgen wir der Inneren Stimme unbewusst, weil wir uns schon auf dem richtigen Weg befinden und mit uns im Einklang sind. Wenn wir jedoch vor einer Weggabelung stehen und mit dem Gedanken spielen, eine falsche Richtung einzuschlagen, meldet sich sofort unsere Innere Stimme.“
„Du, das ist doch sicher der Moment, wenn in mir dieses schlechte Gefühl aufkommt?“
„Genau, das ist der Moment, wo die Innere Stimme ein Warnsignal aussendet.“
„Oh ja, dieses Warnsignal kenne ich. Das habe ich auch schon so manches Mal erlebt.“
Sarah überlegte kurz, bevor sie weitersprach:
„Aber, was ist, wenn ich meine Innere Stimme nicht wahrnehme und gar kein Gefühl habe?“
„Ach, diese kritischen Augenblicke kenne ich“ bestätigte er mit leichtem Kopfnicken, „da hilft dir nur, intensiv in dich hineinzuhorchen. Wenn du das tust, wenn du also wirklich in dich hineinhörst, dann ist es dir auch möglich, deine Innere Stimme wahrzunehmen.“
„……. in mich hineinhorchen? …… Aber wie mache ich das?
„Dafür brauchst du als erstes Ruhe, Sarah. Du musst Abstand nehmen von allem, was dich belastet, ablenkt oder nicht du selbst sein lässt. Das ist die Voraussetzung, um an diesen inneren Schatz heranzukommen. Und wenn du dich in diesem Ruhezustand befindest, dann solltest du dich ehrlich fragen „was will ich wirklich?....brauche ich das?... darf ich das? …… kann ich das?... Lass die entsprechende Frage auf dich einwirken. Wenn du dir die nötige Zeit gibst, meldet sich auch dein gefühltes Wissen und du erhältst die Antwort. “
„Kann ich mich da immer drauf verlassen, Paps? Bist du dir da ganz sicher?“
„Da bin ich mir ganz sicher, meine Große. Denn alle Antworten auf die Fragen des Lebens finden wir in uns selbst. Wir brauchen die Antworten nur zuzulassen und anzunehmen. Das muss dir klar werden. Und wenn du das befolgst, behältst du dein seelisches Gleichgewicht, bleibst dir treu und verirrst dich nicht in eine menschliche Sackgasse. Alle, die auf ihre Innere Stimme hören, können dir das jederzeit bestätigen.“

„Erzähl' mir doch mal von jemandem, der auf seine Innere Stimme gehört hat."
„Oh, da könnte ich dir eine schöne Liebesgeschichte erzählen."
„Eine echte Liebesgeschichte? Die wirklich passiert ist?" fragte sie fasziniert.
„Ja, das gefällt dir, meine Große. Das glaube ich", entgegnete Michael schmunzelnd.
„Komm, Paps, erzähl' schon!"
„Es geht um Tante Hannah, meine Schwester. Sie arbeitete als junge Frau in einer mittelständischen Firma als Chefsekretärin. Durch ihre Arbeit hatte sie natürlich engen Kontakt zum Firmenchef, aber auch zu seinem Sohn. Der Juniorchef verliebte sich in Hannah, umwarb sie ständig und versuchte mit allen Mitteln, sie für sich zu gewinnen. Hannah fand ihn zwar nett und mochte ihn, aber mehr war nicht."
„Das ist ja gar keine Liebesgeschichte!" unterbrach Sarah ihren Vater ernüchtert.
„Jetzt warte doch mal ab. Die Liebesgeschichte beginnt doch erst jetzt. Eines Tages lernte Tante Hannah Jochen kennen. Da funkte es richtig bei ihr. Jochen war zu der Zeit noch Student, hatte kein Einkommen und wusste auch nicht, wie es nach dem Studium weitergehen sollte. Obwohl Tante Hannah ihren Juniorchef wissen ließ, dass sie einen festen Freund hatte, ließ der nicht locker und machte ihr, stell dir vor, sogar einen Heiratsantrag. Als sie uns das zu Hause erzählte, waren wir alle ganz aus dem Häuschen."
„Jetzt mach's doch nicht so spannend, Paps. Wie hat Tante Hannah reagiert?"
„Unsere Eltern haben ihr natürlich sofort zugeraten und ihr eine glänzende Zukunft vorausgesagt. Stolz wiederholten sie immer wieder den Satz: „Welche Chance für unsere Tochter! Ist das nicht großartig?" Doch zur Überraschung aller lehnte Hannah ab. Eine Ehe nur des Geldes wegen und aus Statusgründen kam für sie nicht in Frage. Sie wusste, dass so etwas nicht gut gehen würde, und heiratete, ihrer Inneren Stimme folgend, Jochen. Es war wirklich eine Heirat aus Liebe und die beste Entscheidung, die Hannah treffen konnte. Du siehst ja selbst, wie herzlich sich die beiden noch immer zugetan sind. Damals dachten wir fälschlicherweise, Hannah ließe sich die Chance ihres Lebens entgehen, aber nun wissen wir es besser. Auch Oma und Opa sind heute froh, dass Hannah damals auf ihre Innere Stimme hörte."
„Mensch Papa, das ist ja wirklich eine tolle Geschichte. Ich bin richtig begeistert. Jetzt habe ich die beiden ja noch lieber."
„Ja, eine richtige Liebesgeschichte. Da haben sich zwei gesucht und gefunden. Dabei hat Tante Hannah gar nichts Besonderes gemacht, sondern nur auf ihre Innere Stimme gehört und dann die richtige Entscheidung getroffen. Und wie du selbst siehst, widerfährt einem im Leben immer das Gute, wenn man auf seine Innere Stimme hört."
„Paps, ich verspreche dir, *ich* werde in meinem Leben stets auf meine Innere Stimme hören. Und nur des Geldes wegen jemanden heiraten, das könnte ich sowieso nicht. Es ist doch viel schöner, wenn man jemanden liebt und geliebt wird."
„Da hast du vollkommen Recht, mein Schatz. Und ich bin mir sicher, eines Tages wirst auch du deinen Prinzen finden."
Sarah fühlte sich durch Michaels Worte geschmeichelt. Ihre Augen bekamen plötzlich einen seltsamen Glanz und es schien, als verweile sie in einer anderen Welt. Lächelnd und mit verträumtem Blick schwärme sie:
„Ach Papa, das wünsche ich mir!"
Kaum hatte sie ausgesprochen, legte sich plötzlich ein Hauch von Zweifel auf ihr Gesicht. Unsicher fragte sie:
„Aber was ist mit den Menschen, die nicht auf ihre Innere Stimme hören? Werden die nicht glücklich?"
„Vermutlich hast du Recht. Wer nicht auf seine Innere Stimme hört, kann nicht seiner Bestimmung folgen und damit kaum glücklich werden."
„Eigentlich sind die ja zu bedauern", warf Sarah ein. „Dann leben die ja an ihrem Leben vorbei."

„Ja, und weil sie nicht das leben, was sie sind, werden diese Menschen meist unzufrieden und unausgeglichen. Dass vieles in ihrem Leben schief geht, gibt ihrem Pessimismus auch noch Recht, und nicht selten verlieren sie ihre Lebensfreude. Dann nörgeln und jammern sie ständig herum, sind oft mürrisch und manchmal unausstehlich. Dazu möchte ich dir eine wahre Begebenheit aus unserer Nachbarschaft schildern."
„Oh, da bin ich aber gespannt!"
„Erinnerst du dich noch an die Autowerkstatt in der Bergmannstraße?"
„Autowerkstatt? Bergmannstraße ? Ach da, wo auch eine Tankstelle dabei war und wo du früher immer getankt hast, Papa."
„Ja, genau die. Hier finden wir ein klassisches Beispiel für jemanden, der nicht auf seine Innere Stimme hörte."
„Wieso, was war denn da?"
„Vielleicht hast du es damals gar nicht so mitbekommen. Die Besitzer hießen ja Albrecht. Sie hatten einen Sohn."
„Ach ja, den langen Dürren."
„Genau, der hieß Berti. Er wurde von seinen Eltern von Anfang an dahin erzogen, dass er eines Tages die Autowerkstatt übernehmen sollte. Dabei lagen seine Talente, Neigungen und Fähigkeiten ganz wo anders. Er interessierte sich schon als Kind immer nur für Malerei. Als Schüler besuchte er schon früh Ausstellungen und gab sein Taschengeld bereits damals für Farben, Leinwand und Pinsel aus. Sicher wäre aus dem ein guter Künstler geworden. Aber leider fand sein Talent bei seinen Eltern keine Anerkennung. Ich höre noch heute seine Mutter abfällig sagen „Malerei ist doch brotlose Kunst. Der Junge soll was Anständiges lernen, von dem er sich später auch mal ernähren kann!"
„Mensch, Papa, die Eltern haben Bertis Talent ja regelrecht unterdrückt. Ist es nicht furchtbar, wenn Eltern sich immer wieder in das Leben ihrer Kinder einmischen? Ich bin ja so froh, dass du nicht so bist. Auch deswegen habe ich dich so lieb."
Michael war gerührt. Sarahs Worte waren Balsam für seine Seele. Bevor er ihr allerdings antworten konnte, bohrte sie bereits nach:
„Und……. wie ging es dann weiter mit Berti?"
„Nach dem Schulabschluss gab er dem Druck der Eltern nach, weil er sie nicht enttäuschen wollte. Obwohl seine Innere Stimme ihn warnte, nicht diesen Weg zu gehen, beugte er sich schließlich ihrer Erwartungshaltung und wurde Automechaniker."
„Papa, aber wenn man einen Beruf ausübt, der einem überhaupt nicht gefällt, dann geht man doch sicher jeden Tag mit Grausen zur Arbeit."
„Ja, so ist es. Und du glaubst gar nicht, wie viele Leute das tagtäglich machen und in der gleichen Leidenssituation sind. Bei Berti war es nicht anders. Tagein tagaus reparierte er Autos, aber in seinem Herzen blieb er Künstler. Das ging ein paar Jahre gut, solange Vater und Sohn Hand in Hand arbeiteten. Als sich der Vater wegen einer schweren Krankheit aus dem Arbeitsleben zurückzog, übernahm der Sohn auf Drängen der Mutter „Was glaubst du, für wen wir das alles aufgebaut haben?" widerwillig die Leitung des Betriebes."
„Mann, das hätte der niemals machen dürfen!" warf Sarah verständnislos ein „Der wäre doch besser Künstler geworden."
„Das ist wohl wahr", bestätigte Michael. „Siehst du, und weil Berti nicht seiner Inneren Stimme gefolgt war, wurde er mit der Zeit immer unzufriedener und unausgeglichener. Anstatt gegen die Entscheidung seiner Eltern aufzubegehren und sein eigenes Leben zu leben, harrte er im ungeliebten Beruf aus. Seinen Unmut darüber ließ er meist an seinen Kunden aus, denen er mürrisch und unfreundlich begegnete. Und da er weder der geborene Autoschlosser, noch ein guter Geschäftsmann war, ging die Autowerksstatt schon zwei Jahre später pleite."

„Papa, eigentlich hat der doch selber Schuld an seinem Schicksal. Anstatt sich von anderen bedrängen und beeinflussen zu lassen, hätte er doch besser mal auf sein Gefühl gehört, nicht wahr?“
„Wie Recht du hast, Sarah. Wäre er nämlich seiner Inneren Stimme gefolgt und Künstler geworden, hätte er auch sicher seinen Weg gemacht. Er wäre mit sich im Reinen und würde bestimmt ein glücklicheres Leben führen.“
„Das glaube ich auch, Papa. Und glücklich werden wollen doch eigentlich alle.“
„Genau, mein Schatz! Deshalb sollte jeder auf seine Innere Stimme hören.“

*

Leitgedanken zur Inneren Stimme

Die Innere Stimme ist gefühltes Wissen

Die Innere Stimme ist ein enger Vertrauter

J

Ja zum Leben

Sarah hing noch am Telefon, als Michael nach Hause kam. Freudig winkte sie ihm zu und sagte in den Hörer:
„Du, mein Vater ist gerade von der Arbeit gekommen, ich muss Schluss machen. Wir sehen uns ja morgen in der Schule. Also tschüss."
„Hallo Paps. Schön, dass du da bist…….. genau im richtigen Augenblick" seufzte sie sichtlich erleichtert.
„Hallo, mein Große, wegen mir hättest du aber nicht auflegen brauchen."
„Ach, Papa, du hast mich gerade vor Anne gerettet. Die schwallt mich immer voll. Irgendwie hat die 'ne Macke wegen ihrer Größe. Ständig liegt sie mir in den Ohren und jammert:
„Wenn ich größer wäre, hätte ich sicher auch einen festen Freund……aber wer will denn schon mit einem laufenden Meter gehen!" Mann, du glaubst gar nicht, wie das nervt!"
„Doch, das kann ich mir gut vorstellen, Sarah. Aber hast du dir mal Gedanken gemacht, warum Anne sich so verhält?"
„Na klar, weil sie keinen Freund hat."
„Vordergründig magst du Recht haben. Aber der wahre Grund ist wohl der, dass sie sich nicht annimmt."
„Sich nicht annimmt?" wiederholte Sarah. „Was meinst du damit?"
„Ja, wahrscheinlich hat sie nicht gelernt, sich selbst zu akzeptieren. Siehst du, und damit haben wir doch einen wunderbaren Übergang zu unserem heutigen Päckchen."
Verständnislos schaute Sarah ihren Vater an.
„Du sprichst von akzeptieren, aber wir wollten doch heute das Päckchen mit dem J aufmachen."
„Genau. Und das J steht für Ja zum Leben. Und das Ja zum Leben beginnt mit einem Ja zu sich selbst."
„Ja zu sich selbst? Oh, ich glaube, das wird heute mal wieder sehr interessant. Wollen wir nicht jetzt direkt anfangen?" drängte sie. „Komm, Paps, lass uns ins Wohnzimmer gehen."
Gerade, als sie sich in Bewegung setzen wollten, kam Bello durch die Terrassentür. Als er Michael sah, schoss er auf ihn zu und begrüßte ihn überschwänglich. Bellend sprang er immer wieder an ihm hoch und jaulte vor Freude. Michael streichelte ihn beruhigend und meinte:
„Mensch, Bello, du tust ja so, als hätten wir uns ein Jahr nicht mehr gesehen. Ist ja gut, mein Dicker. Na, komm, wir gehen alle zusammen ins Wohnzimmer."
Sarah kam sich bei dieser freudigen Begrüßung etwas zurückgesetzt vor. Sie fand, dass ihr Vater Bello viel zuviel Aufmerksamkeit schenkte, wo sie heute Abend doch so Wichtiges zu bereden hatten.
„Papa, komm jetzt endlich", zeterte sie. „Wir haben doch noch etwas vor."
Der Hund folgte den beiden ins Wohnzimmer, legte sich vor ihre Füße und war plötzlich wieder ganz ruhig.
„Papa, hör doch auf, den Hund zu streicheln", forderte Sarah ihren Vater auf. „Lass ihn doch jetzt mal zufrieden. Papa, bitte, wir waren doch bei J und wollten über das Ja zum Leben sprechen."
„Gut, wir fangen gleich an. Aber der Hund braucht auch seine Streicheleinheiten. Gönn' ihm das doch."
„Das tu ich ja auch, Papa. Aber ich kann es kaum abwarten, weil dieses Ja zum Leben so positiv klingt…….. und ehrlich gesagt, will ich endlich wissen, was du damit meinst."
„Tja, meine Große, dann will ich dir das mal in Ruhe erklären. Das Ja zum Leben ist wirklich etwas Positives. Denn es heißt nichts anderes, als sein Leben anzunehmen und sich zu dem zu bekennen, was man ist. Diese Haltung zum Leben steht auf drei Säulen und verlangt Ehrlichkeit gegenüber sich selbst."
„Drei Säulen…….? Jetzt komm' ich gar nicht mehr mit. Du musst schon etwas genauer werden, Papa", ermahnte sie ihn.

„Also, pass auf, Sarah. Die erste Säule ist das Ja zu sich selbst.“
„Ja zu sich selbst? Was verbirgt sich denn hinter diesem Begriff schon wieder?“
Sarah dachte kurz nach, bevor aus ihr heraus platzte:
„Ah, jetzt weiß ich’s. Du hast doch vorhin von akzeptieren gesprochen. Heißt es also, sich selbst zu akzeptieren?“
Michael antwortete nicht sofort, sondern strahlte ein zufriedenes Lächeln aus.
„Papa, warum sagst du denn nichts?“
„Ach Sarah, ich freue mich so. Es ist wirklich klasse, wie gut du mitdenkst und dich an diesen Gesprächen beteiligst. Deine Gedankengänge und deine Wortwahl zeigen mir immer wieder, wie gut du das alles aufnimmst und verstehst, es auch umzusetzen. Ich muss dich wirklich loben, du übertriffst meine Erwartungen bei Weitem. Ich bin ja so stolz auf dich, meine Große!“
Sarah schaute etwas verlegen auf den Boden, fing sich aber sofort wieder.
„Papa, du brauchst gar nicht abzulenken“, versuchte sie ihre Verlegenheit zu überspielen. „Du hast von drei Säulen gesprochen. Also komm mal wieder zum Thema zurück!“
„Mach’ ich, mein Schatz, doch das Kompliment musste jetzt einfach raus, weil ich wirklich so empfinde“, sagte er betont liebevoll.
„Na gut, sprechen wir noch mal über die erste Säule. Du hattest eben ganz Recht, als du sagtest, Ja zu sich selbst bedeutet, sich zu akzeptieren.“
„Aber Paps, ich akzeptiere mich doch“ , betonte sie mit Nachdruck.
„Das weiß ich ja, meine Große. Sich selbst zu akzeptieren heißt ja nichts anderes, als sich mit all seinen Stärken und Schwächen anzunehmen und das zu leben, was man ist. Die Grundvoraussetzung für das eigene Erkennen ist Ehrlichkeit gegenüber sich selbst. Natürlich ist es leicht, zu den Dingen zu stehen, die man gut an sich findet wie zum Beispiel, dass man Talente hat, bei anderen gut ankommt, dass einem vieles leicht fällt, usw. Das machen ja auch die meisten. Schwieriger wird es bei den Eigenschaften und Gegebenheiten, die man nicht an sich mag, aber auch nicht ändern kann, wie zum Beispiel sein Naturell, den Körperbau oder bestimmte Merkmale. Der eine wäre vielleicht gern temperamentvoller, der andere wünschte sich mehr künstlerische Begabung, dem nächsten gefällt seine Stimme nicht.“
„Und Annes Problem liegt bei ihrer Größe, nicht wahr?“, platzte Sarah dazwischen.
„Genau das ist der Knackpunkt bei Anne. Würde sie zu sich selbst stehen, würde sie auch anstandslos ihre Größe akzeptieren. Dann wäre sie nämlich mit sich selbst zufrieden und würde dieses Sich-Selbst-Sein auch nach außen ausstrahlen. Und gerade diese Ausstrahlung ist es, die ihr helfen würde, einen Freund zu finden. Den findet man nämlich besser über den Charakter, und auch wenn du es nicht glaubst, das Äußere spielt langfristig nur eine Nebenrolle. Das heißt, Anne kann das Problem mit ihrer Größe sofort lösen, wenn sie sich von ihrer ständigen Selbstkritik befreit und sich so annimmt, wie sie ist.“
„Ach so, das meinst du also mit sich selbst annehmen und das zu leben, was man ist. Ja…….. das ist mir jetzt ziemlich klar, Papa.“
Sarah wollte noch etwas hinzufügen, als Michael ihr bereits zuvorkam.
„Moment, langsam mein Schatz, das ist ja noch nicht alles. Wichtig in diesem Lernprozess ist auch, dass man sich die eigene Situation bewusst macht und begreift, wie viel Zeit, Kraft und Energie man durch dieses ständige Nörgeln, diese Unzufriedenheit und negativen Gedanken sinnlos vergeudet. Stattdessen sollte deine Freundin einfach den Schalter umlegen und ihre Energie dahin fließen lassen, wo es Sinn macht und sie etwas Positives bewirkt. Siehst du, wenn man ein Problem erkennt, dann ist der Schritt zur Bewältigung schon sehr nah.“
„Mensch, Papa, das ist die Lösung für Anne. Ich muss sie gleich anrufen und ihr das sagen.“
Sarah wollte bereits aufspringen und zur Tür eilen, als Michael sie am Arm festhielt.
„Nicht so schnell, Sarah, bleib sitzen. Lass uns das Päckchen erst ganz auspacken, damit du auch wirklich begreifst, was das Ja zum Leben in vollem Umfang bedeutet.“
„Ja gut, aber später muss ich sie dann auf jeden Fall anrufen.“

„Später kannst du sie gern anrufen, aber lass mich doch erst mal die zweite Säule erklären“ sagte Michael vermittelnd.
„Einverstanden“, gab Sarah nach. „Machen wir also weiter. Das mit der ersten Säule war ja schon ziemlich aufschlussreich. Jetzt bin ich echt gespannt auf die zweite.“
„Nun, die zweite Säule ist genau so wichtig. Das Ja zum Leben bedeutet hier das Ja zu den Mitmenschen. Das heißt, auch andere Menschen mit ihren Fehlern und ihren Macken so anzunehmen wie sie sind…….. auch wenn dies manchmal nicht einfach ist.“
„Aber Papa, die Menschen anzunehmen, wie sie sind, das mache ich doch schon durch die Achtung, die wir eingehend besprochen haben. “
„Da hast du vollkommen Recht, mein Schatz. Und das beweist mal wieder, wie eng die menschlichen Werte doch miteinander verknüpft sind. Einer ist Bestandteil des anderen, weil sich diese Werte immer wieder überschneiden, aufeinander aufbauen oder der eine ohne den anderen gar nicht möglich wäre. Das Schöne bei der Auseinandersetzung mit diesen Werten ist, dass man sich nicht nur in einem einzigen Bereich weiterbildet, sondern, eben weil sie ineinander greifen, im Ganzen menschlich wächst.“
Sarah ließ die letzten Worte noch etwas auf sich wirken, bevor sie sich wieder an Michael wandte.
„Sag’ mal, Papa, diese zweite Säule, das Ja zu den Mitmenschen, warum ist die eigentlich so wichtig?“ hakte Sarah nach.
„……..weil das Leben ein Geben und Nehmen ist. Wenn wir nämlich andere akzeptieren, wie sie sind, erhalten wir normalerweise ein postitives Echo. Es entsteht eine Atmosphäre ohne Aggression und ohne Angst. Dadurch kann sich jeder frei entfalten und so zeigen, wie er selber ist. Das tut einem nicht nur gut, sondern macht uns selbstbewusst und stärker und ermöglicht uns so, Beziehungen jeglicher Art aufzubauen.“
„Ach, du meinst, wenn ich andere akzeptiere, werde ich auch akzeptiert?“ stellte sie fragend fest.
„Genau so ist es, meine Große. Das klappt in der Regel immer, weil die Menschen im Grunde genommen alle das Gleiche suchen. Jeder möchte sich entfalten und angenommen werden, wie er ist. Und das ist die Grundlage, die ein friedliches Zusammenleben von Menschen erst ermöglicht. Man darf also nicht den Fehler machen, sich vor anderen zu erhöhen und ihnen die eigene Denkweise und Lebensphilosophie aufdrängen.“
„Mensch, Papa, jetzt geht mir ein Licht auf. Jetzt weiß ich auch, warum ich mich mit Melli so gut verstehe. Wir akzeptieren uns und wollen uns nicht gegenseitig ändern. Jede von uns darf so sein, wie sie wirklich ist.“
„Siehst du, du lebst das schon, ohne es zu wissen. Das ist das Ja zu den Mitmenschen.
„Hm…….“ meinte Sarah nachdenklich. „Und wie geht’s weiter?“ bohrte sie nach. „Was ist mit der dritten Säule?“
„Die dritte Säule ist das Ja zu den Dingen und Ereignissen im Leben, auf die man keinen Einfluss hat.“
„Meinst du damit einen Unfall oder wenn jemand stirbt?“
„Ja, genau. Aber es muss nicht immer so etwas Schwerwiegendes wie ein Unfall, Tod oder die Trennung von einem geliebten Menschen sein. Oft sind es auch die kleinen Dinge, die Unannehmlichkeiten des Alltags, die uns das Leben schwer machen.“
„Wie soll ich das verstehen?“
„Es gibt Tatsachen im Leben, mit denen man sich letztendlich abfinden muss, ……. weil sie sind, wie sie sind und man sie nicht ändern kann. Ich spreche hier vom Wetter, das einem nicht gefällt, dem Computer, der abstürzt oder dem Auto, das plötzlich den Geist aufgibt. Und daher ist es ganz wichtig, dass du dich von diesen Ärgernissen nicht lähmen und auch nicht entmutigen lässt. Es besteht wirklich kein Grund, sich von diesen Störenfrieden die Lust am Leben rauben zu lassen. Mach dir also bewusst, durch ein Ja zum Leben kannst du selbst dafür sorgen, dass deine Sonne wieder scheint.“

Sarahs Augen begannen zu leuchten.
„Du, Papa, das hast du wieder mal schön gesagt. Und wie zeigt sich dann die Sonne in meinem Leben?“
„Ach Schatz, durch das Ja zum Leben befindest du dich auf einem positiven Lebensweg und dein Blick für die schönen Dinge des Lebens wird noch klarer. Und weil du dich angenommen hast, wie du bist, steigt auch deine Lebensqualität …….. und das macht dich erfüllter und glücklicher!

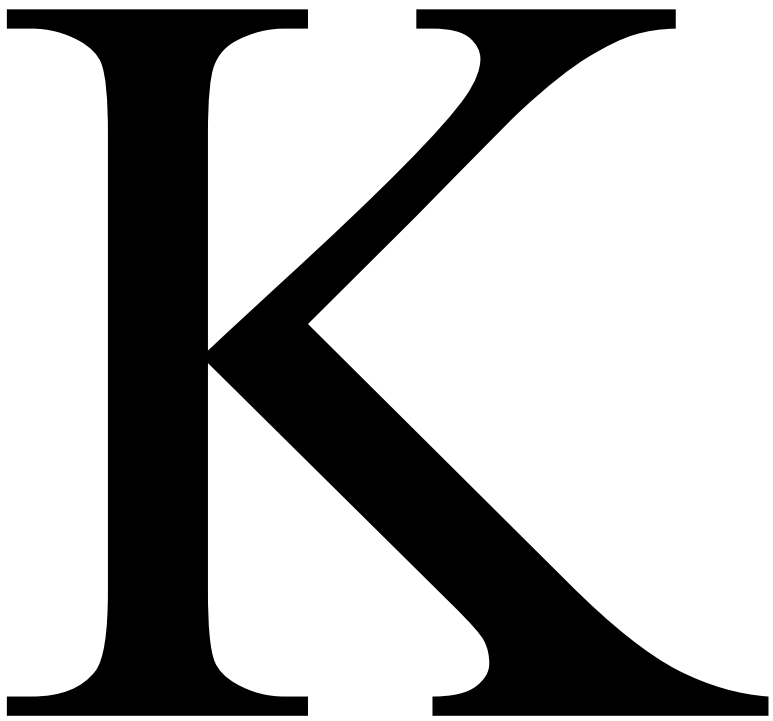
*

Leitgedanken für das Ja zum Leben

Ja zum Leben heißt, sich anzunehmen, wie man ist

Ja zum Leben heißt, andere anzunehmen, wie sie sind

Ja zum Leben heißt, Tatsachen anzunehmen, die wir nicht ändern können



Klugheit

„Sarah, ich geh' mit dem Hund raus", rief Michael seiner Tochter zu. „Kommst du mit?"
„Ja gern, Paps, ich muss mir nur schnell Turnschuhe anziehen und meine Jacke holen."
„Ist gut, ich warte draußen auf dich."
Bello wusste genau, um was es ging und konnte es kaum erwarten. Ungeduldig sprang er immer wieder an Michael hoch und jaulte vor Freude.
„Ja, Bello, wir drehen jetzt eine große Runde", sprach Michael beruhigend auf den Hund ein, während er ihm das Halsband anlegte. Als er sich bereits anschickte, das Haus zu verlassen, erschien auch schon Sarah.
„So, wir können, Paps", sagte sie munter.
Gemeinsam gingen sie in Richtung der Felder. Dorthin, wo der Hund frei laufen und sich austoben konnte. Bello kannte den Weg und zerrte immer wieder ungeduldig an der Leine. Als er endlich losgelassen wurde, bellte er noch einmal vor Freude und jagte dann kreuz und quer über Wiesen und Äcker davon.
„Schau dir den an! Der zeigt uns, was pure Lebensfreude ist", sagte Michael anerkennend. „Jetzt ist er in seinem Element."
Sarahs Blick folgte dem Hund begeistert, wie dieser herumtollte. Plötzlich drehte sie sich ihrem Vater zu und meinte einer Eingebung folgend:
„Mensch, Papa, jetzt, wo Bello so beschäftigt ist, könnten wir doch eigentlich das nächste Päckchen auspacken, oder?"
„Gute Idee, mein Schatz!" antwortete Michael überrascht. „Du weißt ja sicher, um welchen Buchstaben es geht."
„Na klar, Paps, heute ist das K dran. Aber ehrlich gesagt, fällt mir zu K gar nichts ein."
„Da geht es dir nicht anders als mir zuvor. Auch ich hatte Schwierigkeiten mit dem K. Aber nach gründlichem Überlegen fiel mir der passende Begriff dann doch schnell ein."
„Und? Was ist es?" wollte sie neugierig wissen.
„Das K steht für Klugheit."
„Klugheit? Oh, oh, hätte ich bloß nicht davon angefangen" erwiderte sie etwas erschrocken. „Das wird sicher eine harte Nuss."
„Keine Angst", besänftigte er seine Tochter. „Gemeinsam werden wir auch diese Hürde nehmen."
„Das weiß ich doch", sagte Sarah zuversichtlich.
Aber da war noch etwas, was sie ihm sagen wollte. Das musste sie jetzt unbedingt loswerden.
„Du, Paps……"
„Ja?"
„Du hast mir beim letzten Gespräch so ein schönes Kompliment gemacht. Jetzt möchte ich dir auch mal eins machen."
„Da bin ich aber gespannt, meine Große!" antwortete Michael und ließ seine Neugier durchblicken.
„Weißt du, es ist einfach klasse, wie gut du mir die menschlichen Werte erklärst und auch stets die richtige Antwort auf alles findest. Ich muss sagen, du bist doch der Allerklügste!"
Michael lachte laut und herzlich.
„Siehst du, Sarah, das war schon der erste Schritt zur Klugheit", spöttelte er mit einem breiten Grinsen.
Wie auf Kommando lachten sie beide und umarmten sich spontan mitten auf dem Feld. Es dauerte eine ganze Weile, bis sie sich wieder beruhigt hatten und Sarah erneut das Gespräch aufnahm.
„Papa, aber jetzt erkläre mir doch bitte mal die Klugheit."
„Also, die Klugheit ist eine Tugend. Eine Tugend, die im Laufe des Lebens ständig wachsen sollte. Sie ist die Fähigkeit, in allen Situationen mit Verantwortung und Weitsicht die richtige Entscheidung zu treffen."

„…….. in allen Situationen die richtige Entscheidung treffen? Oh, das stell' ich mir aber schwierig vor. Woher weiß ich denn, was die richtige Entscheidung ist?" fragte sie herausfordernd.
„Das ist eine gute Frage, Sarah. Ich versuche es mal mit einfachen Worten auszudrücken. Ein kluger Mensch nimmt Rücksicht auf seine Mitmenschen. Er achtet bei der Verfolgung eines Ziels immer darauf, keinen Schaden anzurichten, niemanden zu verletzen und niemanden zu dominieren. Er weiß, wann seine Fähigkeiten gefragt sind, wann er sich durchsetzen muss, aber auch, wann Zurückhaltung geboten ist. Klugheit schließt also Vorteilsdenken und Egoismus aus, weil ein kluger Mensch die Verantwortung für sein Handeln erkennt und ihm spätere Folgen seines Verhaltens bereits im Vorfeld bewusst sind. Er entscheidet sich daher stets für das Gute."
„Ich seh' schon, dass zum Klugsein unheimlich viel dazu gehört. Trotzdem kann ich mir nicht vorstellen, wie sich ein Mensch immer für das Gute entscheiden kann. Wie macht man das denn, immer die richtige Entscheidung zu treffen?"
„Nun, um - menschlich gesehen – richtig zu entscheiden und zu handeln, bedient sich ein kluger Mensch verschiedener Werkzeuge."
„Werkzeuge?" fragte Sarah verdutzt. „Ich habe doch gewusst, dass es schwierig wird. Was für Werkzeuge sind das denn?"
„Die Klugheit kann auf Wissen, Intelligenz, Erfahrung, aber auch auf das Gefühl und die Innere Stimme zurückgreifen. In jeder Situation wird sie darauf achten, welches Werkzeug das passende ist, um dann die richtige Entscheidung zu treffen."
„Papa, ist das jetzt dein Ernst? Die Klugheit greift auch auf das Gefühl und die Innere Stimme zurück?"
„Ja, es gibt zwar Situationen, da genügt es, mit Hilfe seiner Lebenserfahrung oder seines Fachwissens die richtige Entscheidung zu treffen. Manchmal ist es aber besser, seiner Inneren Stimme zu folgen oder dem Gespür für andere Menschen zu vertrauen. So wird ein kluger Mensch auch niemals Opfer seines Vorteilsdenkens oder seines Egoismus. Er weiß genau, dass ihn eine unkluge Entscheidung letztendlich in eine menschliche Sackgasse führen würde."
Sarah ließ Michaels Worte auf sich wirken. Versuchte, sich den Gebrauch der einzelnen Werkzeuge vorzustellen, und fragte vorsichtig:
„Papa, wenn ich das richtig verstehe, dann führt uns die Klugheit doch zu einem menschlichen Verhalten, oder nicht?"
„Genau so ist es", meinte er anerkennend.
„Du, trotzdem wäre es mir lieb, wenn du mir auch hier ein Beispiel zur Vertiefung geben könnest."
„Na klar, mein Schatz, das mache ich doch gerne. Lass' mich nur kurz nachdenken. ……Oh, ja, da hab' ich was: Stell dir vor, da ist eine kleine, aber florierende Firma. Der Chef ist mit seiner Sekretärin sehr zufrieden. Sie ist zuverlässig, einsatzbereit, qualifiziert, loyal und auch bei anderen Kollegen beliebt. Eigentlich genau so, wie man sich eine perfekte Mitarbeiterin wünscht. Nehmen wir mal an, die junge Frau ist alleinerziehend. Sie hat ein Kind, das bisher tagsüber bei ihrer Mutter war. Da die Mutter aber einen Schlaganfall erlitt, ist sie nun nicht mehr in der Lage, das Kind zu betreuen. Dadurch steht die Sekretärin vor einer schweren Entscheidung: Entweder sie muss ihr Kind in eine Tagesstätte geben oder sie kann nur noch halbtags arbeiten. Sie schildert ihrem Chef die Situation und bittet ihn um die Möglichkeit einer Halbtagsstelle. Ansonsten müsse sie leider aus der Firma ausscheiden. Der Chef kennt die Qualitäten seiner Sekretärin. Aber ihm sind auch die Probleme bewusst, die sich durch ihr Fehlen am Nachmittag ergeben könnten. So überlegt er, was sinnvoller ist, die Stelle mit ihr halbtags zu besetzen oder eine neue Kraft einzustellen, und bittet um einen Tag Bedenkzeit.

Weil er sich in die schwierige Situation seiner Sekretärin hineinfühlen kann, aber auch zum Wohl der Firma entscheiden will, sucht er nun nach einer Lösung, die beiden Seiten gerecht wird.
Da er die fachlichen, aber auch die menschlichen Qualitäten seiner Sekretärin zu schätzen weiß, entschließt er sich, sie zu behalten, obwohl es für ihn letztendlich Mehrbelastung und Mehrarbeit bedeutet.“
„Papa, der hat sicher klug gehandelt. Auf der einen Seite ist er auf die Bedürfnisse der Sekretärin eingegangen, auf der anderen Seite dient seine Entscheidung der Firma. So haben schließlich beide etwas davon.“
„Ja, Sarah, das ist Klugheit“, bestätigte er.
„…… aber auch Verständnis und Einfühlungsvermögen, oder nicht?“
„Stimmt. Wie du richtig erkannt hast, geht es bei der Klugheit auch um Menschlichkeit und Moral, die Grundfesten einer intakten Gemeinschaft. Aber leider wird in unserer heutigen (Haben-)Gesellschaft, in der man nach dem beurteilt wird, was man hat, der Begriff der Klugheit meist falsch gebraucht. Anstatt ihn als erstrebenswerte Tugend zu begreifen, verstehen ihn viele als besondere Kunst, wenn es darum geht, ihre Intelligenz und ihr Wissen nur zum eigenen Vorteil einzusetzen. Und wenn der Egoist wieder mal durch eine schlaue Entscheidung auf Kosten anderer Erfolg hat oder Profit erzielt, wird seine Verschlagenheit fälschlicherweise auch noch als Klugheit bezeichnet. Dabei wäre *clever* dann der richtige Ausdruck. “
Auch hier will ich dir zum besseren Verständnis ein passendes Beispiel liefern:
Vielleicht hast du ja davon gehört. In unserer Nachbarstadt gab es kürzlich Ärger im Tennisverein.“
„Nein, keine Ahnung, was da passiert ist. Erzähl’ doch mal!“
„Also, das war so. In diesem Verein wurde vor einem Jahr die Stelle des Präsidenten neu besetzt. Von mehreren Bewerbern wurde damals eine Dame gewählt, die neu zugezogen war und als selbstständige Maklerin arbeitete. Sie schien aufgrund ihres Auftretens, ihrer Redegewandtheit und ihres Durchsetzungsvermögens genau die Richtige für dieses Amt zu sein. Sofort brachte sie frischen Wind in den Verein, startete neue Turniere und lud andere Vereine zum gegenseitigen Kräftemessen ein. Sie hatte die Sache so gut im Griff, dass schon nach kurzer Zeit nicht nur die Mitgliederzahl stieg, sondern auch die ersten Pokale gewonnen wurden. Der Schwung, mit dem sie ihre Ideen umsetzte, brachte ihr den Respekt der Mitglieder ein. Diese bezeichneten sie als sehr kluge Person.“
„Aber Papa, da ist doch nichts daran auszusetzen.“
„Bis dahin nicht. Doch nach einiger Zeit stellte sich heraus, dass sie alles, was sie angeblich für den Verein leistete, im Grunde genommen nur für sich selbst tat. Mehr und mehr verknüpfte sie ihre beruflichen Interessen mit ihrem Amt. Nahm jede Gelegenheit war, sich zu profilieren, sich ins Licht zu stellen und sich über die anderen zu erheben. Ihre Fähigkeiten und ihr Wissen setzte sie nur ein, um ihre Position zu festigen und dadurch ihre geschäftlichen Belange zu verfolgen, aber nicht zum Wohle der Gemeinschaft. Der Zugang zu ihr wurde immer schwieriger, sie akzeptierte von anderen keine Vorschläge mehr und setzte nur noch ihre eigene Meinung durch. Auf die Bedürfnisse und die Gefühle der Mitglieder nahm sie keine Rücksicht mehr, sondern entpuppte sich schließlich als reine Selbstdarstellerin.
Als klar wurde, dass sie ihr Amt mehr und mehr für ihre persönliche Bereicherung missbrauchte, stieg der Unmut innerhalb des Vereins. Mehrere Mitglieder schlossen sich darauf hin zusammen und erreichten über ein Misstrauensvotum ihre Absetzung.
Siehst du, diese Frau hat trotz ihrer Intelligenz und ihres Wissens unklug gehandelt.“
„Aber du hast doch gerade gesagt, dass Klugheit mit Wissen und Intelligenz zu tun hat.
Stimmt das denn nicht?“
„Doch, das ist schon richtig. Aber Klugheit ist nicht das Wissen oder die Intelligenz selber, sondern die Fähigkeit, Wissen oder Intelligenz im Sinne der Menschen richtig zu gebrauchen,

eben nur als Werkzeug. So kann unter Umständen ein studierter Mensch mit Titel und in hoher Position in seinem Leben viel Wissen angesammelt haben, aber dennoch keine Klugheit besitzen,……eben weil er sein Wissen und seine Intelligenz nicht richtig anwendet.“
„Mensch, Papa, das habe ich jetzt verstanden“, stellte sie selbstsicher fest. „Intelligenz und Klugheit sind zwei verschiedene Größen, die unabhängig voneinander sind. Aber Wissen und Intelligenz allein machen noch keinen Menschen klug. Erst wenn man sie im Positiven, also menschlich anwendet, besitzt man auch Klugheit.“
„Bravo, mein Schatz. Ich freue mich, dass du wieder mal gut mitgedacht hast“, lobte Michael seine Tochter.
Sarah genoss diese anerkennenden Worte. Sie stärkten ihr Selbstbewusstsein und bescheinigten ihr, dass ihr Vater sie als gleichwertigen Gesprächspartner akzeptierte. Das gab ihr Ansporn, eine weitere Frage zu stellen.
„Papa, da fällt mir noch etwas ein. Du sagtest doch, Klugheit kann im Laufe des Lebens wachsen, nicht wahr?“
„Ja, das ist der Unterschied zwischen Intelligenz und Klugheit. Intelligenz ist eine von der Natur festgelegte Größe. Klugheit dagegen kann ständig wachsen, wenn man ein geschultes Bewusstsein hat und die Lehren des Lebens annimmt.“
„Hm……. doch, jetzt ist mir die Klugheit klar. Aber eine Frage habe ich trotzdem noch.“
„Ja, welche?“
„Was macht die Klugheit eigentlich so wichtig?“
„Klugheit ist so wichtig, weil wir sie zum Überleben brauchen. In ihrer Grundfunktion dient sie uns im praktischen Leben. Sie hilft uns, die Probleme und Aufgaben des Alltags zu bewältigen und zu lösen. Auf der höheren Entwicklungsstufe dient sie uns, menschliche Beziehungen aufzubauen und zu erhalten, uns als Mensch zu fühlen und als Mensch zu leben. Man kann daher sagen, auch Klugheit verhilft uns zur Menschlichkeit.“

*

Leitgedanken zur Klugheit

Klugheit ist lebensnotwendig

Klugheit hilft uns, menschlich zu handeln

L

Liebe

Jutta und Michael feierten ihren 20. Hochzeitstag.
Zu diesem Anlass wollte Sarah etwas ganz Besonderes schenken. Lange hatte sie nach einer Idee gesucht, das eine oder andere gefunden und dann wieder verworfen, bis ihr eines Tages ein wunderschönes Hochzeitsbild ihrer Eltern in die Hände fiel. Sie war ganz hingerissen, stellte sich sogar vor, dass sie die Braut auf dem Foto wäre und ihren Prinzen geheiratet hätte. Bei diesem Gedanken strahlte sie über das ganze Gesicht und ein Gefühl der Glückseligkeit erfüllte sie. Als sie dann noch meinte, ihr eigenes Gesicht zwischen den Eltern zu erblicken, war sie restlos verzückt. Schlagartig überkam es sie.
„Ich hab's", sagte zu sich selbst. „Das ist *die* Idee. Ich werde eine Collage aus alten Fotos zusammenstellen, die zeigt, dass ich das Kind dieser Liebe bin. So kann ich Mama und Papa zeigen, wie lieb ich sie habe. Sicher werden sie sich darüber freuen."
Gesagt, getan. Aus mehreren alten Familienbildern schnitt sie Vater, Mutter und sich selbst aus und machte eine ausdrucksvolle Collage, mit lindgrünem Hintergrund und feinen Verzierungen. Dann brachte sie das fertige Werk zu ihrem Schulfreund Max, dessen Vater die Collage in seinem Fotostudio als Foto ablichtete und vergrößerte. Als sie schließlich noch den passende Rahmen gefunden hatte, war das Geschenk perfekt und Sarah hochzufrieden.

Nach dem Frühstück gratulierte Sarah ihren Eltern zu ihrem Hochzeitstag.
„Hier, das ist für euch", sagte sie und übergab ihr Geschenk mit großer Freude und Herzlichkeit.
„Oh, eine Überraschung", wunderte sich Jutta. Angetan nahm sie das liebevoll verpackte Geschenk entgegen …….. „vielen, vielen Dank, Sarah"
„Das ist aber lieb von dir, mein Schatz", fügte Michael hinzu, während Jutta bereits das Geschenkband löste. Danach war nur noch das Rascheln des Papiers zu hören und der ganze Raum knisterte vor Spannung. Mit stiller Begeisterung hielt Jutta die gelungene Collage in den Händen. Sie war beim Anblick des Bildes war so gerührt, dass sie keinen Ton herausbrachte.
Auch Michael war tief bewegt, aber er war es, der sich als erster fasste und laut die Widmung auf dem Bild vorlas:

Für die besten Eltern dieser Welt
Alles Liebe

Eure Sarah

Mit Tränen in den Augen wandte sich Jutta ihrer Tochter zu.
„Ach Sarah, mein Liebes, ich weiß gar nicht, was ich sagen soll. Ich bin so glücklich."
Statt einer Antwort umarmte Sarah ihre Eltern herzlich und drückte sie ganz fest an sich, bevor es aus ihr heraussprudelte:
„Ich bin ja so froh, dass *ihr* meine Eltern seid."
Alle drei waren von der Situation derartig ergriffen, dass ein Moment der Stille entstand, der erst unterbrochen wurde, als Michael das Wort ergriff.
„So, ihr beiden, zur Feier des Tages machen wir jetzt eine Flasche Champagner auf. Und du, meine Große", wandte er sich an Sarah, „musst auch mit uns anstoßen."
Als die Gläser dann klangen, war Sarah ganz stolz, ein Teil dieser lebendigen Einheit zu sein. Sie fühlte sich mit ihren Eltern auf Augenhöhe, anerkannt und angenommen. Folgte aber sogleich interessiert und aufgeregt Juttas Worten, als sie zum ersten Mal erzählte, wie sie und Michael sich kennen gelernt und ineinander verliebt hatten. Jutta schwelgte in

Erinnerungen, erzählte von alten Zeiten und früheren Begebenheiten. Noch während sie zärtlich nach Michaels Hand griff, wandte sie sich ihrer Tochter zu und schwärmte:
„Ich habe meine große Liebe gefunden und ich wünsche dir von Herzen, mein Schatz, dass auch du sie eines Tages findest."
„Da bin ich mir ganz sicher" rief Michael dazwischen. „Und weil das so ein schöner Anlass ist, Sarah, ist dies auch der richtige Moment, an unsere Werte-Begriffe zu denken und ein ganz besonderes Päckchen aufzumachen."
„Mensch Papa, lass Mama doch noch weitererzählen! Jetzt war's gerade so spannend."
„Aber das besondere Päckchen", setzte Michael nach, „passt zu diesem besonderen Tag. Und weil wir ja heute unsere Liebe feiern, wollen wir auch gemeinsam das Päckchen mit dem L auspacken. Und L steht ……..?"
„……für die Liebe natürlich", vollendete Sarah den Satz.
„Ja, für die Liebe. Ist das nicht ein wundervolles Thema? Jeder will doch geliebt werden, oder nicht?"
„Ja……. eigentlich schon" antwortete sie zögernd, errötete leicht und wich Michaels direktem Blick aus. Etwas verschämt schaute sie zu Boden.
„Hm……du meinst die Liebe als menschlichen Wert?" wich sie aus.
„Ja, ich möchte gern mit dir über den schönsten menschlichen Wert sprechen, über die Liebe.
Sarah atmete auf und dachte erleichtert: „Zum Glück fragt er mich nicht nach Tom!", als Michael bereits fortfuhr:
„Weißt du, die Liebe ist die Krönung unseres Daseins, der Sinn unseres Lebens. Sie beflügelt uns, gibt uns seelische Kraft und lässt uns so Ziele erreichen, die wir sonst nie erreicht hätten. Sie ist der wahre Reichtum eines Menschen."
„Du Papa", fiel Sarah ihm ins Wort. „Warum macht uns die Liebe eigentlich reich?"
Michael über legte kurz, bevor er besonnen antwortete:
„Weil sie uns seelische Erfüllung verschafft und uns wirklich Mensch sein lässt. Man kann auch sagen, wer liebt, der lebt."
„Ja, Sarah, die Liebe ist wirklich das Schönste, das dir im Leben begegnen kann", fügte Jutta hinzu.
Michael sah seine Frau dankbar an und meinte anerkennend:
„Besser hätte man es nicht ausdrücken können. Genauso ist es. Und dies gilt für alle Arten der Liebe, die Liebe zum Kind, zu den Eltern und die Liebe zu den Menschen überhaupt. Aber das Wichtigste ist, dass man überhaupt lieben kann. Denn wer liebt, kann sich auch für andere freuen, kann geben, ohne etwas zu erwarten, und fühlt sich in der Welt geborgen."
„Papa, aber lieben kann doch jeder. Das ist doch einfach, oder nicht?"
„Natürlich, vorausgesetzt, man hat gelernt, sich selbst zu lieben und die Menschen zu achten. Achtung ist nämlich der Grundstein der Liebe."
„Paps, das weiß ich noch. Das hast du mir schon bei der Achtung erklärt."
Wieder musste Sarah an Tom denken. Wie zufällig lenkte sie das Thema in eine bestimmte Richtung.
„Und wie ist die Liebe in der Zweierbeziehung?" fragte sie mit vorgetäuschter Lässigkeit.
Obwohl Michael ahnte, was in ihr vorging, ließ er sich nichts anmerken, sondern fuhr erklärend fort:
„Die Liebe in der Zweierbeziehung ist die schönste Form der Liebe. Durch sie erleben wir die lebendige Einheit zweier Menschen, die Harmonie von Gefühl, Verstand und Körper. Sie lässt unsere Gefühlsenergie frei fließen, entwickelt unsere Sensibilität und Sinnlichkeit. Mit ihrer Hilfe erreichen wir die Zeitlosigkeit des Erlebens und lernen den atemberaubenden Zustand der Schwerelosigkeit kennen."
„……..ich weiß schon", unterbrach sie ihn mit verschmitztem Lächeln. „Du meinst dieses Gefühl, wenn man Schmetterlinge im Bauch hat."
Innerlich lachte Michael, zeigte nach außen aber keine Regung.

„Genau, meine Große, wie Schmetterlinge im Bauch. So kann man das Gefühl der Liebe beschreiben.“
Schnell schenkte er Jutta einen liebevollen Blick und streichelte dabei unbewusst ihre Hand. Mit eindringlicher Stimme fuhr er fort:
„Nicht jeder hat so viel Glück wie wir. Natürlich suchen alle Menschen die Liebe, doch nur wenige finden sie. Aber wer ihr begegnet, erlebt die höchste Stufe seelischer Lebendigkeit und erreicht durch sie den Zustand wahren Glücks. Durch sie gelingt es uns, mit einem anderen Menschen zu einer Einheit zu verschmelzen, ohne unser Selbst zu verlieren.“
„Michael, das hast du schön gesagt“ unterbrach ihn Jutta. “Aber hast du nicht noch etwas vergessen?“
„Ja, was denn?“ wollte er wissen.
„Eigentlich solltest du noch hinzufügen, *wer in seinem Leben nie geliebt hat, hat auch nie wirklich gelebt.“*
Bei diesen Worten erschrak Sarah. Sofort dachte sie an Tom. Gleichzeitig fiel ihr aber ein Stein vom Herzen. „Gut, dass ich jemanden liebe……“, sagte sie zu sich selbst.
„Natürlich, Jutta“, antwortete Michael. „Da hast du völlig Recht. Es ist tatsächlich so. *Wer in seinem Leben nie geliebt hat, hat auch nie wirklich gelebt.“*
Sarah hatte sich wieder gefasst und wollte jetzt mehr dazu wissen.
„Wollt ihr damit sagen, es gibt Menschen, die nicht lieben können? Ist so etwas überhaupt möglich?“ fragte sie ungläubig.
„Ja“, nickte Michael bedauernd. „Leider gibt es Menschen, die zur Liebe nicht fähig sind. Das sind all jene, die von überzogenem Egoismus besetzt sind und sich stets von ihrem Vorteilsdenken lenken lassen.“
„Heißt das, dass diese Menschen keine Beziehung eingehen können?“
„Die können schon in einer Beziehung leben, aber ihre „Liebe“ basiert nicht auf Achtung, sondern wird wie eine geschäftliche Beziehung gelebt. Stets nach dem Motto „Was bringt es mir? Wo liegt mein Vorteil?“
„Mensch, Papa, das ist ja schrecklich. Und wenn ich jetzt an die Partner dieser Egoisten denke, die nur ausgenutzt werden und funktionieren sollen, dann tun mir die echt leid. Die werden ja nur zu einem Gebrauchsgegenstand degradiert.“
„Weißt du, was mich wundert, Sarah?“
„Nein, was denn?“
„Wie gut du die Zusammenhänge erkennst. Und das mit deinen fünfzehn Jahren. Es gibt so viele Menschen, die doppelt oder dreimal so alt sind wie du. Eigentlich müssten die das doch alles auch wissen, trotzdem leben viele von ihnen in unerfüllten Beziehungen. Ihnen ist gar nicht bewusst, was sie durch ihr egoistisches Verhalten auslösen, und sie sehen auch nicht, wie sehr ihr Partner leidet.“
„Mensch Papa, wie kann man denn so leben?“ fragte Sarah verständnislos. „Haben die sich denn am Anfang nicht auch geliebt?“
„Wahrscheinlich haben sich diese Menschen am Anfang geliebt, oder zumindest hielten sie es für Liebe.“
„Ja, und warum scheitern dann so viele Beziehungen?“
„Es ist der Egoismus, der die Liebe tötet. Heutzutage erwarten die Menschen, glücklich gemacht zu werden, sind aber nicht mehr bereit, selbst jemanden glücklich zu machen.“
„Oh Papa, das klingt aber hart.“
„Ja, aber leider ist es so.“
„Und wie muss ich mir das vorstellen?“
„Du kannst es dir nicht vorstellen, weil du es noch nicht erlebt hast. Ich will es dir mal in wenigen Worten erklären. Also, im Stadium der Verliebtheit, du weißt schon, wenn man alles durch die rosa Brille sieht, hält sich bei den Paaren das Geben und Nehmen meist noch die Waage.“

Sarah überlegte kurz, ob dieses „du weißt schon……“ auf sie bezogen war. Deshalb fragte sie mit Unschuldsmiene:
„Was meinst du mit Geben und Nehmen?“
„Also, in der Phase der Verliebtheit geht man ganz auf den Partner ein, will ihm Freude schenken, ist an allem interessiert, was er tut, hat Verständnis für seine Probleme, nimmt Rücksicht auf seine Belange und bringt ihm Vertrauen entgegen. So entsteht das wunderschöne Gefühl der Geborgenheit. Und da dies jeder der beiden Partner tut, hält sich Geben und Nehmen in der Waage.“
Nachdenklich nickte Sarah. Michael hatte das Gefühl, als ob sie etwas fragen wollte, und wartete einen Augenblick. Doch als kein Wort über ihre Lippen kam, fuhr er fort.
„Doch im Laufe der Zeit erliegt der eine oder andere dem Vorteilsdenken. Das heißt, er fängt an, all das, was er vom anderen empfängt, für selbstverständlich zu halten, und geht dann davon aus, ein Recht darauf zu haben. Gleichzeitig gibt er aber dem anderen immer weniger zurück. So entsteht ein Missverhältnis von Geben und Nehmen. Der eine gibt mehr, als er empfängt und der andere nimmt mehr, als er gibt. Darunter leidet derjenige, der mehr gibt. Aber weil er den Partner so liebt und glaubt, dass sich das wieder ändern wird, nimmt er es hin.“
„Mensch Papa, warum lässt sich der eine Partner denn das gefallen und zeigt dem anderen nicht die gelbe Karte?“
„Tja, die Frage stelle ich mir auch immer. Aber aus Angst, den anderen zu verlieren, verzeiht er ihm immer wieder und trägt letztendlich selbst zur Verschiebung des Gleichgewichts bei. Er merkt jedoch nicht, dass von nun an ein schleichender Prozess entsteht und das Ungleichgewicht von Geben und Nehmen immer größer wird und er langsam in ein Abhängigkeitsverhältnis abgleitet. So entsteht in diesen Beziehungen eine Täter- und eine Opferrolle.“
Sarahs Gedanken spielten plötzlich verrückt. Sie fragte sich, ob ihr Tom jemals so handeln könnte. Aufgeregt sagte sie:
„Papa, das muss doch wahnsinnig enttäuschend sein, wenn die Liebe, die man jemandem entgegenbringt, nicht mehr erwidert wird.“
„Ist es auch, meine Große. Liebesverlust gehört zu den schlimmsten psychischen Verletzungen, die ein Mensch erleiden kann. Dieser Schmerz kann so heftig sein, dass der Betroffene meint, eine Welt bricht zusammen. In seinem großen Leid fühlt er sich verschmäht und verstoßen und betrachtet seine Person als minderwertig. Er wird geplagt von Selbstzweifel, fehlendem Selbstwertgefühl und mangelndem Selbstvertrauen und begreift den Verlust als persönliche Niederlage…….. auch wenn ihn keine Schuld trifft. Die Reaktionen sind oft seelische Störungen wie Hass und Depression, in gesteigerter Form sogar Mord- und Selbstmordabsichten.“
Sarah war wirklich erschüttert von diesen Worten, und dachte mit besorgter Miene: „Hoffentlich passiert mir das nicht!“
„Papa, aber was ist denn das Geheimnis der Liebe?“ hakte sie nach. „Welchen Zauber muss man anwenden, um eine glückliche Beziehung zu führen?“
Bei dieser Frage erhellte sich Michaels Gesicht. Er schaute zu Jutta hinüber und seine Augen begannen zu leuchten.
„Da ist weder ein Geheimnis, noch ein Zauber“ warf Jutta ein. „Damit eine Liebe Bestand hat, muss man sie pflegen und hüten wie einen Schatz. Und nur wenn beide das tun, hat die Liebe eine Chance.“
Sarah blickte verwirrt von einem zum anderen.
„Pflegen? Hüten? Was meint ihr denn damit?“
„Tja, wie Mama schon sagte“, übernahm Michael das Gespräch, „da ist weder ein Geheimnis noch ein Zauber, meine Große. Die Kunst des Liebens besteht darin, immer darauf zu achten, dass Geben und Nehmen nicht aus dem Gleichgewicht geraten.“

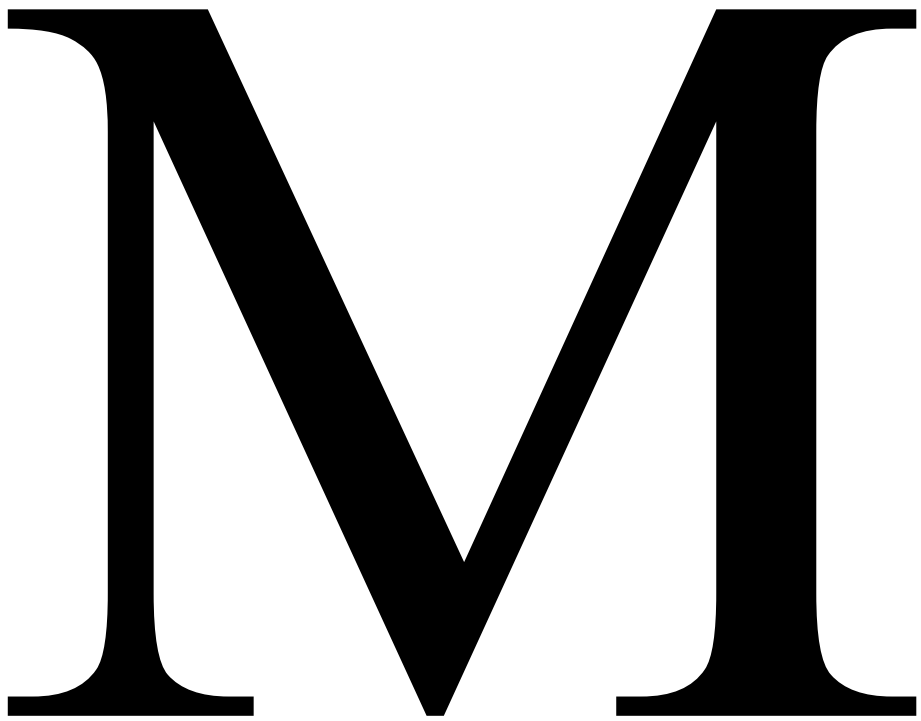
„Und wie kann man das erreichen?“
„Indem man auch nach der Zeit der ersten Verliebtheit auf den Partner eingeht, Rücksicht nimmt, ihn nicht einschränkt und ihm ermöglicht, er selbst zu sein“, betonte Jutta.
„Genauso ist es“, bestätigte Michael. „Und das erreicht man durch gegenseitige Achtung. Die muss auch dann gegeben sein, wenn es einmal Streit gibt. Hier darf man nie den Fehler machen, in seiner Argumentation unter die Gürtellinie zu gehen und den anderen seelisch zu verletzen. Auch wenn diese Verletzung verziehen wird, wird sie nicht vergessen und die Liebe erhält einen Riss. So kann das Vertrauensverhältnis dauerhaft geschädigt werden.“
„Nein, so würde ich nicht handeln“, war sich Sarah sicher. „Und Tom schon gar nicht. Dazu ist er viel zu lieb.“
Nach einem Moment des Schweigens wollte Sarah wissen:
„Papa, worauf muss man denn noch achten?“
„Was noch ganz wichtig ist, ist das Bewusstsein. Denn nur durch ein geschultes Bewusstsein ist man sich in jeder Situation über sein eigenes Verhalten im Klaren und überschreitet so nie die Grenzen des Anderen.“
„Aha, das ist also das Geheimnis der Liebe“ stellte Sarah fest.
„Nun, wie ich dir schon sagte, ist es kein Geheimnis. Du musst nur diese beiden menschlichen Werte in einer Beziehung leben, dann wird die Liebe immer blühen.“
Sarah strahlte mit verklärtem Gesicht, sagte aber kein Wort. Stattdessen war es Jutta, die noch etwas hinzufügte.
„Michael, willst du nicht auch die Demut ansprechen?“
„Doch, Jutta, das wollte ich gerade tun.“
„Kommt jetzt noch etwas?“ fragte Sarah wissbegierig.
„Ja, ganz wichtig für den Erhalt einer Beziehung ist es auch, Demut und damit menschliche Größe zu zeigen. Denn erst durch die Demut sind wir wirklich bereit, freiwillig zugunsten des Partners zurückzutreten oder auch manchmal den unteren Weg zu gehen, um die Waagschale der Beziehung im Gleichgewicht zu halten.“
„Ach Papa, jetzt habe ich es verstanden. Und so kann aus der Verliebtheit Liebe werden.“
„Ja, wenn man in einer Beziehung Achtung, Bewusstsein und Demut lebt, wird aus der Verliebtheit eine erfüllte Liebe.“
Jutta schmiegte sich an Michael und meinte warmherzig:
„Und ein Tag ohne Liebe ist ein verlorener Tag.“

*

Leitgedanken zur Liebe

Liebe ist die Krönung unseres Daseins

Ein Tag ohne Liebe ist ein verlorener Tag



Menschlichkeit

Aufgeregt klingelte Sarah Sturm. Als der Summer endlich ertönte, drückte sie fast die Tür ein und stürmte sofort in Richtung Küche.
„Mama……"
„Ja, hier in der Küche. Wo brennt's denn?" antwortete Jutta und ging ihrer Tochter entgegen. Abrupt hielt sie inne.
„Ja, Kind, wie…wie… siehst du denn aus?" stammelte sie fassungslos.
Blutverschmiert stand ihre Tochter vor ihr. Sie wirkte verstört und in ihrem blassen Gesicht konnte man deutlich lesen, dass sie etwas Schreckliches erlebt hatte.
„Sarah, Liebes, was ist passiert? Bist du verletzt?" rief Jutta bestürzt. Schützend legte sie ihren Arm um sie und brachte sie in die Küche.
„Michael, komm! Komm schnell!" schrie sie in panischer Angst.
„Mama, du brauchst dir keine Sorgen zu machen" beruhigte Sarah ihre Mutter. „Mir ist nichts passiert, aber da war ein ganz schlimmer Unfall."
Gerade als das Wort Unfall fiel, erreichte Michael die Küche. Beim Anblick seiner blutverschmierten Tochter stieß er erschrocken hervor:
„Schatz, was ist passiert? Du hattest einen Unfall?"
Sarah setzte sich und fing an zu erzählen:
„Papa, ich habe doch gerade schon gesagt, ihr braucht euch keine Sorgen zu machen. Ich hatte keinen Unfall, aber ein kleiner Junge wurde angefahren."
"Was? Wo denn?" wollte Michael gleich wissen.
„In der Mozartstraße, Einmündung Brahmsstraße, du weißt doch, da wo Melli wohnt.
„Ach, da. Ja und weiter?" drängte er.
„Ich kam gerade mit dem Fahrrad von Melli. Da sah ich von weitem, wie ein kleiner Junge mit seinem Roller die Straße überqueren wollte. Stellt euch vor, genau in diesem Augenblick erschien von links ein schwarzes Auto mit hoher Geschwindigkeit. Ich hörte noch das Quietschen der Reifen, dann hatte der Wagen den kleinen Jungen schon voll erwischt und schleuderte ihn gegen ein parkendes Auto."
„Wie kann denn das passieren? Da ist doch eine 30-er-Zone." fragte Michael aufgebracht.
„Und was war mit dem Fahrer?"
„Dieser gemeine Schuft ist einfach abgehauen!"
„Und das Kennzeichen? Konntest du dir das Kennzeichen merken?
„Nein, Papa, das ging alles so schnell."
„Ja, und das Kind?" fragte Jutta besorgt.
„Als ich die Unfallstelle erreichte, lag das Kind schwer verletzt und bewusstlos auf der Straße. Ihr hättet das mal sehen sollen! Überall war Blut…….auch an dem parkenden Auto. Es war einfach grauenhaft. " Sarah konnte nicht verbergen, wie aufgewühlt sie war.
„Und? Was hast du dann gemacht?" hakte Michael schnell nach.
„Ich habe das gemacht, was man im Erste-Hilfe-Kurs lernt. Habe also den Jungen erstmal in die stabile Seitenlage gebracht, damit er an seinem Blut und Erbrochenen nicht erstickt. Dann habe ich gleich mit meinem Handy den Notarzt und auch die Polizei gerufen. Die waren auch innerhalb von ein paar Minuten da."
„Bin ich froh, dass dir nichts passiert ist!" äußerte sich Jutta immer noch mitgenommen. Die Vorstellung, dass es auch ihre Tochter hätte treffen können, löste tiefe Beklommenheit in ihr aus.
„Mensch, Sarah, da hast du aber ganz toll reagiert", meinte Michael anerkennend. „Ich bin richtig stolz auf dich."
„Komm Sarah", sprach Jutta beruhigend dazwischen. „Mach dich erst mal frisch und zieh dir was anderes an. Ich mach' uns in der Zwischenzeit einen Tee und dann setzen wir uns gemeinsam ins Wohnzimmer."

Als Sarah die Treppe herunterkam, fragte Michael:

„Na, alles wieder in Ordnung?“
„Ja, es geht mir schon besser. Aber ich muss immer wieder an den kleinen Jungen denken und auch, was passiert wäre, wenn ich nicht zufällig da gewesen wäre.“
„Gar nicht auszudenken, was das für Folgen gehabt hätte“, mutmaßte Jutta. „Und alles wegen dieser rücksichtslosen Raser!“
„Was du heute bewiesen hast, Sarah“, meldete sich Michael zu Wort, „war nicht nur Courage, sondern zeugt auch von gelebter Menschlichkeit.“
„Ja, Sarah, du hast wirklich menschlich gehandelt. Das muss man deutlich sagen“, fügte Jutta hinzu. „Auch ich möchte dich dafür loben.“
„Danke, aber ihr braucht mich nicht zu loben. Ich habe doch nur getan, was jeder getan hätte.“
„Ich habe eine Idee!“ platzte es aus Michael heraus. „ Sarah, wir wollten diese Woche ja sowieso über den Grundwert mit M sprechen. Dieser Vorfall ist doch ein hervorragender Anlass, über Menschlichkeit zu sprechen.“
„Ja……..ja gerne, Papa. Jetzt gleich?“
„Warum nicht? Du hast doch heute selbst erlebt, wie lebenswichtig Menschlichkeit ist. Dein entschlossenes Handeln war wieder mal ein Beweis dafür, dass die Menschheit zum Überleben Menschlichkeit benötigt.“
Sarah wirkte zusehends entspannter. Sie nahm einen Schluck Tee und nickte zustimmend.
„In Ordnung, Papa, sprechen wir über Menschlichkeit. Aber du solltest mir zuerst mal erklären, was Menschlichkeit eigentlich ist.“
„Oh, das tu ich sehr gerne“, freute sich Michael. „Menschlichkeit ist etwas ganz Wertvolles. Sie ist die höchste Entfaltung menschlicher Kultur. Eine Hinwendung zum Mitmenschen, ein unaufgefordertes, selbstloses Geben, das im Zusammenleben von Menschen etwas Selbstverständliches sein sollte. Denn erst durch Menschlichkeit werden wir zu wahren Menschen.“
„Du, Papa, wie soll ich das verstehen? Was meinst du denn mit selbstverständlich?“
„Den Menschen ist die Menschlichkeit von Natur aus gegeben. Wir alle besitzen diese Fähigkeit von Geburt an. So ist es uns ein selbstverständliches Bedürfnis, anderen in Not zu helfen…….weil wir eigentlich gar nicht anders können. Menschlichkeit ist nämlich die Unfähigkeit, das Leid anderer zu ertragen.“
„Aber Papa, es gibt doch auch Menschen, die sich nicht menschlich verhalten, oder nicht?“
„Natürlich gibt es die. Das sind die, die vom Egoismus und Vorteilsdenken beherrscht werden, und immer auf Kosten anderer falschen Idealen und falschen Zielen nachjagen. Aber darauf kommen wir später zurück. Lass uns auch hier Schritt für Schritt vorgehen.“
„Sag mal, wie zeigt sich denn Menschlichkeit und menschliches Handeln eigentlich im Alltag?“ interessierte sich Sarah.
„Weißt du, Menschlichkeit und menschliches Handeln hat viele Gesichter und zeigt sich durch Mitgefühl und Warmherzigkeit, Toleranz und Verständnis, Verantwortungsgefühl und Hilfsbereitschaft“, antwortete Michael.
Bevor er erklärend weiter sprechen konnte, warf Jutta ein:
„Sarah, auch du hast durch dein großartiges Verhalten Hilfsbereitschaft gezeigt.“
„Mama, aber ich habe gar nicht darüber nachgedacht. Ich habe es gesehen und musste einfach helfen.“
„Siehst du, meine Große“, bestätigte Michael sie. „Du hast eine Notwendigkeit erkannt und intuitiv gehandelt. Und damit hast du dir selbst bewiesen, dass du Mensch bist.“
Sarah wurde etwas verlegen. Sie wusste nicht, wie sie auf das Lob reagieren sollte, es war ihr plötzlich unangenehm. Um von sich abzulenken, stellte sie schnell eine neue Frage:
„Ja, und was ist mit denen, die nicht menschlich oder sogar unmenschlich handeln?“
„Tja, trotz des großen Wissens in unserer Welt gibt es viel zu viele Menschen, denen es an Menschlichkeit fehlt. Das geht quer durch alle Berufe und Gesellschaftsschichten. Ob klein, ob groß, diese Egoisten stellen ihre Kraft, ihre Energie und ihr Wissen nicht ihren

Mitmenschen zur Verfügung, sondern setzen sie nur für sich selbst ein. Dass sie sich dabei letztendlich nur um die eigene Achse drehen, merken sie gar nicht mehr. Wie ich dir schon erklärte, ist es in der heutigen Zeit besonders schlimm. Jeder lebt auf der Überholspur, will besser sein, mehr haben als der andere, sucht stets seinen eigenen Vorteil, hat aber immer ein „edles“ Motiv zur Hand, um ja keine Menschlichkeit walten zu lassen. Erinnerst du dich noch an das Beispiel bei der Courage, wo der Banker, um nicht helfen zu müssen, an dem Verletzten mit dem Hinweis vorbei ging: „Soll ich mir etwa meinen neuen Designer-Anzug ruinieren?“ Siehst du, auch dem mangelte es an Menschlichkeit. Dem war sein blöder Anzug wichtiger als das Leid eines Verletzten.“
„Aber du sagtest doch, jeder Mensch trägt Menschlichkeit von Natur aus in sich? Wie kann es dann sein, dass viele Menschen unmenschlich handeln? So wie dieser Banker zum Beispiel.“
„Es ist richtig, dass jeder von Natur aus Menschlichkeit in sich trägt. Aber viele verlieren diese angeborene Fähigkeit durch die falsche Erziehung, mangelnde menschliche Bildung oder durch falsche Orientierung. Diese Ursachen prägen dann ihr späteres Verhalten. Viele wissen es nicht besser, doch manche wollen es gar nicht besser wissen.“
„Papa, ich kann mir das einfach nicht richtig vorstellen. Hast du vielleicht ein Beispiel für fehlende Menschlichkeit?“
„Ja, und sogar ein richtig treffendes. Erinnerst du dich noch daran, als ich dich im Sommer von der Schule abholte?“
„Ja, was war denn da?“
„Als ich im Auto saß und auf dich wartete, standen zwei Mädchen in deinem Alter neben mir. Die eine weinte, die andere redete befehlend auf sie ein. An den Wortlaut erinnere ich mich noch ganz genau, weil er so unmenschlich hart war.“
„Wieso, was hat die denn gesagt, Papa?“
„Wenn ich nur daran denke, tut es mir heute noch in der Seele weh, Sarah. Ich hatte es dir damals nicht erzählt, weil wir es so eilig hatten.“
„Na, jetzt sag schon!“, forderte Sarah ungeduldig.
„Sie sagte wörtlich: „Mensch, reiß’ dich endlich zusammen und hör’ auf zu flennen! Du machst hier ein Theater, nur weil dein Alter abgekratzt ist. Das geht mir mächtig auf den Senkel. Wir müssen doch alle mal ins Gras beißen.“
„Das hat die gesagt?“
„Wort für Wort! Nur bei dem Gedanken daran dreht sich mir sofort der Magen um.“
„Wie kann man nur so gemein sein!“
„Das ist nicht nur gemein, Sarah, damit hat sie sich auch unmenschlich verhalten. Das sind so die unerkannten Anfänge im Alltag, wo die Unmenschlichkeit ein Gesicht bekommt. Oft stufen wir die kleinen Verstöße gegen die Menschlichkeit nicht richtig ein, nehmen sie nicht ernst genug und ebnen ihnen dadurch den Weg. Und wenn dann die Unmenschlichkeit eines Tages größere Gestalt annimmt, fragt man sich „Wie konnte das passieren.....?“ Die Antwort ist einfach: weil wir nicht rechtzeitig und energisch genug den Anfängen der Unmenschlichkeit entgegentreten. Hier möchte ich am liebsten alle aufrufen, schon im Vorfeld jeder Unmenschlichkeit, die rote Karte zu ziehen. Ich will dir mal ein krasses Beispiel von Unmenschlichkeit erzählen.“
“Wie, Papa, kommt’s jetzt noch schlimmer?“
„Ja und ob! Du kennst doch die Familie, die über Tante Karin wohnt.“
„Ja, der Frau bin ich mal begegnet, die hat einen netten Eindruck auf mich gemacht.“
„Stimmt, nett ist sie, aber die hat es auch nicht leicht. Neulich hat sie sich bei Tante Karin ausgeweint und hat ihr die ganze traurige Geschichte erzählt.“
„Was ist denn da gelaufen?“
„Ach, weißt du, ihr Sohn ist seit Jahren drogensüchtig. Mit fünfzehn fing er an, Haschisch zu rauchen, das ihm ein Dealer auf dem Schulhof angeboten hatte.

„Oh Papa, diese schmierigen Dealer-Typen kenne ich auch."
Michael war überrascht.
„Wie? Auch bei euch werden Drogen auf dem Schulhof angeboten und verkauft?"
„Ach Papa, wenn du wüsstest, wie oft die Polizei schon bei uns war. Diese Kotztüten von Dealern gehen doch an alle Schulen und versuchen, den Schülern Drogen anzudrehen. Aber wenn die aufkreuzen, gehe ich ihnen immer sofort aus dem Weg."
„Das machst du vollkommen richtig. Trotzdem ist es eine Schande, dass so etwas überhaupt möglich ist. Der Sohn von Karins Nachbarin ist leider auf diese Typen hereingefallen. Auch er hatte Drogen auf dem Schulhof gekauft und ist so in die Fänge dieser Leute geraten. Erst hatte er Haschisch genommen, dann wurde er von seinem Dealer überredet, Heroin zu probieren, und ist jetzt mittlerweile seit vier Jahren süchtig. Weil er das Geld für die Drogen irgendwann nicht mehr aufbringen konnte, wurde er kriminell und beschaffte es sich anderweitig. Er hat dann Autos geknackt und die erbeuteten Radios und Navigationssysteme weiterverkauft, um seine Sucht zu finanzieren. Heute sitzt er im Gefängnis."
„Mein Gott, der hat ja im wahrsten Sinne des Wortes sein Leben kaputtgemacht. Der kann doch nichts mehr erwarten, oder?"
„Tja, ob der noch mal auf die Beine kommt, das ist zu bezweifeln, obwohl er trotz seiner Straftaten eigentlich nur das Opfer ist. Die wahren Täter sind die Drogendealer, ihre Hintermänner und alle, die am Drogenhandel verdienen. Du glaubst es nicht, aber das geht manchmal sogar hoch bis in die Spitzen von Wirtschaft und Politik. Das ist eine ganze Maschinerie der Unmenschlichkeit mit festen Strukturen, die auch vor hochkriminellen Methoden nicht zurückschreckt und Geldwäsche in großem Stil betreibt. Leider wird das viel zu selten aufgedeckt. Doch die Opfer dieser Täter sind zu bedauern und ich kann nur hoffen, dass dieser Junge vielleicht irgendwann doch noch mal eine Chance bekommt."
„Und was ist mit dem Dealer?"
„Ja, das wollte ich dir gerade erzählen. Der Dealer wurde mit einem kg Heroin geschnappt und stand vor Gericht. Tante Karin begleitete die Mutter des Jungen, die als Zeugin in diesem Prozess geladen war. Bei dem Verfahren wurde das ganze Ausmaß seiner verbrecherischen Tätigkeit bekannt, wie er sich an die jungen Leute rangemacht hat, sie schamlos ausnutzte, sie bewusst in die Abhängigkeit führte, und auch, dass einer seiner jugendlichen Abnehmer an einer Überdosis Heroin gestorben war."
„Dieses Schwein!"
„Das kannst du laut sagen! Wie mir Tante Karin erzählte, ist der ein Paradebeispiel für Unmenschlichkeit. Allein schon sein Aussehen. Wie ich hörte, trug er einen langen Ledermantel, Schlangenlederstiefel, und die dicke goldene Uhr am Handgelenk fehlte auch nicht."
„Papa, diese Widerlinge sehen alle gleich aus. Da fehlt nur noch das protzige Auto."
„Hast du 'ne Ahnung. Auch das hatte er. Zudem verkehrte er nur in guten Restaurants, machte viel Urlaub und ließ es sich gut gehen. Dass er sein Luxusleben mit dem Leid anderer finanzierte, war ihm piepegal. Einer Schuld war er sich nicht bewusst, sondern sprach verachtend und respektlos von seinen Kunden, stritt alles ab und bezeichnete sich selbst als Opfer. Seine billige Ausrede war:
„Was wollen Sie eigentlich von mir. Ich wollte das doch gar nicht. Die haben den Stoff ja ständig von mir verlangt……Ich wollte ihnen nur helfen. Und jetzt soll ich für meine Gutmütigkeit auch noch bestraft werden?"
Aber seine blöden Ausreden haben ihm nichts geholfen. Für das Gericht war es nicht schwierig, seinen miesen Charakter zu erkennen. Es verurteilte ihn zu fünf Jahren Gefängnis."
„Richtig so! Der hätte noch mehr kriegen müssen. Schließlich ist er schuld am Tod eines Menschen. Dieser verdammte Egoist!"
„Ja, Sarah, Egoismus und Unmenschlichkeit gehen oft Hand in Hand. Der beschriebene Fall spiegelt eine Form von Unmenschlichkeit wider, wie sie tagtäglich bei uns passiert. Aber die

Gleichgültigkeit gegenüber dem Leid anderer ist nur eine der zahlreichen Darstellungen der Unmenschlichkeit, denn Unmenschlichkeit hat viele Gesichter.
„Viele Gesichter?“ fragte Sarah nach. „In welcher Form zeigt sich das denn noch?“
„ Unmenschlichkeit, egal in welcher Schwere, bedeutet immer, dass jemandem Leid zugefügt wird oder sein Leid ignoriert wird. Sie zeigt sich in Gleichgültigkeit, Unterdrückung, Ungerechtigkeit, Verletzung, Misshandlung, Verweigerung von Hilfe, seelischer Grausamkeit oder Gewalt.“
Sarah überlegte einen Augenblick.
„Ah, jetzt wird mir einiges klar. Und wenn ich es also richtig sehe, ist für alles, was du aufgezählt hast, immer der Egoismus verantwortlich.“
„Genau so ist es. Der Egoismus verursacht unglaublich viel Leid unter den Menschen und er ist weiter verbreitet, als du dir vorstellen kannst. Oft wird er weggeredet, verschleiert oder verbirgt sich hinter der Maske des „braven Bürgers“, stellte Michael anklagend fest.
„Und wie wirkt sich denn Egoismus auf das Zusammenleben der Menschen aus? Das hat doch bestimmt schlimme Folgen.“
„Ja sicher, du brauchst doch nur mal die Nachrichten zu sehen oder die Zeitung aufzuschlagen. Da kannst du wunderbar die Folgen des Egoismus erkennen. Dann hast du es schwarz auf weiß. Ob Lug und Betrug, Ungerechtigkeit, Unterdrückung, Terror oder Krieg. Der Egoismus schafft immer ein Klima der Unmenschlichkeit, in dem Menschen verkümmern, seelisch verarmen und ihnen Hoffnung und Würde genommen wird. Dies ist dann ein fruchtbarer Nährboden für Misstrauen, Rachegefühle und Hass. Es ist also kein Wunder, dass Unmenschlichkeit und Frieden sich gegenseitig ausschließen.“
Jutta hatte bisher ruhig und kommentarlos zugehört, hatte Michaels Aussagen immer wieder durch ein Nicken bestätigt, doch nun war sie es, die mit strahlenden Augen und Zuversicht in der Stimme fortfuhr.
„Ja, Sarah, wo dagegen Menschlichkeit und Liebe herrscht“, unterstrich sie mit einer vermittelnden Geste, „kann man angstfrei leben, sich entfalten und seelisch aufblühen. Die Menschen geben sich gegenseitig Kraft, haben Vertrauen zueinander und können sich aufeinander verlassen. Keiner bleibt mit seinem Leid allein. Und wenn ein seelisch gesunder Mensch Menschlichkeit erfährt, gibt er sie auch gerne an andere zurück. So entsteht ein Kreislauf der Menschenliebe, der nur von einem Egoisten oder lebensverneinenden Menschen unterbrochen werden kann.“
„Jutta, wie Recht du hast. Es wäre doch wunderschön, wenn das Zusammenleben der Menschen so vonstatten ginge, wie du es eben beschrieben hast. Sicher würde es uns allen dann besser gehen. Aber leider wird die Menschlichkeit immer erst ein Thema, wenn sie entbehrt wird. Erst dann wird den Menschen schmerzlich bewusst, wie wertvoll Menschlichkeit ist und dass ein Leben ohne Menschlichkeit in Wahrheit nur ein Dahinsiechen ist.“
Es entstand eine Pause und es schien, als ob alle drei vertieft über diese Worte nachdachten. Es war Sarah, die sich als erste mit überzeugter Stimme zu Wort meldete.
„Jetzt weiß ich, was Menschlichkeit ist und was aus Unmenschlichkeit entstehen kann. Aber eins ist mir noch unklar. Erklär’ mir doch bitte einer mal: Kann man seine verloren gegangene Menschlichkeit eigentlich auch wieder gewinnen?“
Michael nickte bestätigend.
„Glücklicherweise kann man das. Wie ich dir schon sagte, meine Große, ist Menschlichkeit eine angeborene Fähigkeit. Doch der Keim dieser Fähigkeit bleibt im Herzen erhalten, auch wenn die Menschlichkeit nicht gelebt wird. Ein Egoist bräuchte also nur sein Bewusstsein zu schärfen, dann wüsste er, was er durch seine ständige Selbstsucht anrichtet. Durch diese Erkenntnis könnte er das Pflänzchen der Menschlichkeit wieder zum Wachsen bringen, wieder Mensch sein und seinen Beitrag zur Menschlichkeit leisten.“
*

Leitgedanken zur Menschlichkeit

Menschlichkeit ist die Grundlage der Menschenrechte

Menschlichkeit kann mit Hilfe eines
wachen Bewusstseins wachsen

Nachsicht

Michael saß gemütlich auf der Couch und las die Zeitung, als Sarah aus ihrem Zimmer kam. Freudig begrüßte sie ihn.
„Hallo, Paps, wie steht's? Bist du schon lange da?" Nach einer kurzen Pause fügte sie schmunzelnd hinzu: „Du weißt ja, wir haben heute noch etwas vor."
„Ja, ja, ich weiß, meine Große. Heute wollen wir uns mit dem Buchstaben N beschäftigen. Hast du übrigens schon eine Vorstellung, was hinter dem N stehen könnte?"
Sarah überlegte, schüttelte mehrmals den Kopf, druckste herum und schien sich ihrer Sache nicht sicher zu sein.
„Papa……. ehrlich gesagt, bei N fällt mir nicht so viel ein. Oder meinst du vielleicht Nachgeben?"
„Nachgeben? Nein, Sarah, Nachgeben wäre ja kein menschlicher Wert, aber du bist gar nicht so weit entfernt. Das N steht für Nachsicht."
„Nachsicht? Bist du dir denn sicher, dass dies ein menschlicher Wert ist?" zweifelte Sarah.
„Und ob, meine Große, aber ich merke schon, dass du mit diesem Begriff nicht viel anzufangen weißt. Ist auch kein Wunder, denn Nachsicht ist erst das Ergebnis von Lebenserfahrung und Erkenntnissen, die man im Laufe des Lebens sammelt. Da ein junger Mensch aber noch nicht über viel Lebenserfahrung verfügt, ist es auch verständlich, dass er in der Regel seinen Mitmenschen gegenüber weniger Nachsicht hat. Er ist meist noch nicht in der Lage, sich in die Situation anderer hineinzuversetzen und Verständnis für deren Unmut, ihre schlechte Laune oder Ungerechtigkeit aufzubringen. Weil er in dieser Entwicklungsstufe nur auf der Suche nach sich selbst und mit seiner Entfaltung beschäftigt ist, lässt er kaum Nachsicht walten, sondern klagt an, verurteilt und beleidigt. Er benutzt aber diese Verhaltensweisen oft nur als Waffe, um sich seinen Prioritäten zuwenden zu können. Erst wenn er mit den Jahren an Reife gewinnt, entwickelt er mehr Bewusstsein für sein Verhalten. Sein Verständnis für andere wächst und er fängt ganz langsam an, solche Situationen anders einzustufen."
Sarah holte tief Luft.
„Oh Papa, du gehst aber ganz schön ran. Wer soll denn das verstehen?"
„Ich weiß, das ist für junge Leute schwer zu verstehen. Trotzdem möchte ich mit dir heute über den Grundwert Nachsicht sprechen, weil es einfach schön ist, wenn man diesen Begriff schon früh versteht und auch weiß, ihn anzuwenden. Denn durch Nachsicht kann man sich die eine oder andere menschliche Enttäuschung ersparen, gerät menschlich gesehen nicht in einen Zwiespalt und koppelt sich auch nicht von seinen Mitmenschen ab."
„Hm……, schlauer bin ich jetzt immer noch nicht, Papa. Kannst du mir das bitte mal in aller Ruhe erklären?"
„Na klar, mein Schatz. Ich gebe dir zum besseren Verständnis erst mal eine Definition von Nachsicht."
„Gut, Papa, aber sage es diesmal bitte in einfachen Worten."
„Ich werde mich bemühen, Sarah. Lass es mich mal so ausdrücken. Nachsicht kommt von *nachsehen.* Das bedeutet, ein Fehlverhalten eines Menschen zu entschuldigen oder zu verzeihen, weil man Verständnis für seine Situation hat, genau begreift, warum er so handelt. Nachsicht ist eine Tugend, die auf Großzügigkeit und persönlicher Stärke beruht und von Geduld und Milde geprägt ist."
„Papa, das hört sich schon wieder so schwer an", stöhnte Sarah. „Geht's nicht noch einfacher?"
„Doch, meine Große, ich werde dir jetzt mal zur Unterstützung ein Beispiel aus dem Leben geben.
Der Mann meiner Kollegin Annette ist vor fünf Monaten mit dem Auto schwer verunglückt. Seitdem sitzt er im Rollstuhl. Er kann sich nur schwer damit abfinden, dass der Heilungsprozess so langsam verläuft und er im Moment von anderen Menschen abhängig ist. Da Annette und ich ein gutes Verhältnis miteinander haben, kommt sie oft während der

Kaffeepause auf mich zu und schüttet mir ihr Herz aus. So verschafft sie sich, wenn auch nur kurzfristig, ein wenig Erleichterung. Des Öfteren hat sie mir dabei schon erzählt, dass ihr Mann manchmal launisch, ungerecht und beleidigend ist, obwohl sie sich liebevoll um ihn kümmert. Seine Launen können sich dann sogar bis zur Gehässigkeit steigern. „Ich weiß ja", betont sie stets „dass mein Mann es nicht so meint; er ist nämlich im Grunde genommen ein herzensguter Mensch. Aber er leidet so arg unter seiner Situation, dass er gar nicht merkt, wenn er den Bogen überspannt und mir weh tut. Natürlich entschuldigt er sich später immer für seine Ausbrüche, und ich weiß, es tut ihm auch wirklich leid. Aber du kannst mir glauben, Michael, gerade in dem Moment der seelischen Verletzung ist es nicht immer leicht, Nachsicht aufzubringen. Aber wenn ich sehe, was er durchmacht, gelingt es mir dann doch."
Siehst du, Sarah, Annette hat Verständnis für ihren Mann und seine Situation. Sie zeigt Geduld, lässt Milde walten und verzeiht ihm seine verbalen Entgleisungen……..und diese menschliche Größe nennt man Nachsicht."
„Papa, das war wirklich ein gutes Beispiel. Jetzt kann ich mir in etwa vorstellen, was Nachsicht bedeutet. Annette muss ihren Mann ja sehr lieben……."
„Nicht nur lieben, meine Große" fiel ihr Michael ins Wort. „Zur Nachsicht gehört auch Achtung, Einfühlungsvermögen, Demut und vor allem Seelenstärke…….aber Nachsicht ist auch ein Teil der Menschlichkeit."
Sarah wurde still, überlegte und fragte sich: „Habe ich eigentlich Nachsicht?" Im gleichen Moment dachte sie an Tom, der gestern versprochen hatte, um sechs Uhr anzurufen, sich dann jedoch erst gegen acht Uhr meldete. Er hatte die Zeit vergessen, als er mit seinem Freund das Moped reparierte. Dafür hatte sie Verständnis und sie verzieh ihm seine Unpünktlichkeit. Plötzlich kam ein Strahlen über ihr Gesicht.
„Dann habe ich ja auch Nachsicht" dachte sie und wandte sich wieder selbstsicher geworden an Michael.
„Papa, jetzt weiß ich, was Nachsicht ist. Aber wie sieht's denn aus, wenn jemand keine Nachsicht walten lässt? Hast du da auch ein Beispiel zur Hand?"
Jetzt war es Michael, der ein wenig herum druckste und langsam zu sprechen begann.
„Wie ich dir anfangs schon erzählte, Sarah, habe ich als junger Mensch auch meine Fehler gemacht und habe gerade bei dem Grundwert Nachsicht manchmal versagt. Ich will dir mal von einer Begebenheit erzählen, wo ich mich menschlich enttäuschend verhielt.
Es war in meiner ersten Firma. Mein Arbeitskollege Paul war damals siebenundzwanzig Jahre alt, verheiratet, hatte zwei Kinder im Vorschulalter, und kam gerade frisch von der Uni zu uns. Er war ein netter Kollege, aufgeschlossen und hilfsbereit. Ab und zu bin ich sogar mit ihm ein Bierchen trinken gegangen. Eines Tages erschien er nicht zur Arbeit. Er rief kurz an und teilte mir mit, dass er wegen seiner Kinder nicht kommen könnte. Auch am folgenden Tag fehlte er und beantragte Urlaub, obwohl wir mitten in einem Planungsprojekt steckten. Ich verstand überhaupt nicht, warum der Chef ihm Urlaub gewährte. Gerade in dieser Phase brauchten wir jeden Mann. Als er dann nach zehn Tagen wieder zur Arbeit kam, erfuhr ich den Grund seines Fernbleibens. Er erzählte mir, dass seine Frau ihn von heute auf morgen verlassen hatte. Jetzt stand er mit den Kindern alleine da und musste dringend eine Betreuungsmöglichkeit für die Kleinen finden. Ich habe natürlich zum damaligen Zeitpunkt gar nicht begriffen, dass seine Grenzen der Belastbarkeit erreicht waren und er deshalb seinen beruflichen Aufgaben nicht richtig nachkommen konnte. Die ersten zwei-, dreimal habe ich noch Arbeit von ihm übernommen, seine Fehler korrigiert, bis ich dann die Geduld verlor. Ich sah einfach nicht mehr ein, dass ich plötzlich wegen ihm längere Arbeitszeiten hatte und ständig sein Versagen ausgleichen musste. Als er eines Tages wieder einmal seelischen Beistand suchte, ging mir sein Gejammer auf den Nerv und ich redete Klartext mit ihm:
„Du Waschlappen, ich kann doch nichts dafür, dass dir die Frau weggelaufen ist", motzte ich ihn heftig an. „Und dieses ständige Gefasel von Verantwortungsbewusstsein deinen Kindern

gegenüber geht mir langsam auf den Wecker. Hör endlich auf, deiner Frau nachzuweinen! Die wird ihre Gründe gehabt haben“, fügte ich mit einem zweideutigen Lächeln hinzu.
„Papa, das war fies.“
„Ich weiß, Sarah.“
„Wie reagierte denn dein Kollege?“
„Paul reagierte vollkommen anders, als ich erwartet hatte. Er ließ mich einfach wortlos stehen.

Wenn ich heute zurückblicke und mir noch mal die Situation vor Augen halte, schäme ich mich für mein damaliges Verhalten. Es war richtig unmenschlich. Ich hatte weder Verständnis für seine Situation, noch konnte ich mich in ihn hineinfühlen und das Ausmaß seines seelischen Schmerzes ermessen. Stell dir vor, ich hatte noch nicht mal kapiert, was er mit Verantwortungsbewusstsein seinen Kindern gegenüber meinte, so sehr stellte ich meine eigenen Belange in den Vordergrund. Heute weiß ich, dass Paul schlicht überfordert war und bei mir lediglich ein wenig Hilfe und Unterstützung suchte. Statt ihm das eine oder andere nachzusehen, also Nachsicht walten zu lassen, machte ich ihm noch zusätzliche Vorwürfe. Gern würde ich mich für mein mangelndes Einfühlungsvermögen bei ihm entschuldigen, aber er verließ die Firma nach diesem Vorfall und ich habe ihn nie wieder gesehen.“
„Ach Papa“, sagte Sarah bedrückt und rückte näher an ihren Vater heran. „Das war natürlich nicht schön, aber vermutlich konntest es nicht besser wissen, weil du noch so jung warst. Du hattest wahrscheinlich noch nicht die notwendige Lebenserfahrung, um nachsichtig zu sein“, fügte sie mit verständnisvoller Stimme hinzu. „Doch bin ich mir sicher, heute würdest du nicht mehr so handeln.“
„Das stimmt, Sarah, heute könnte mir das nicht mehr passieren. Aber es ist noch immer tief in meinem Kopf drin.“
„Machst du dir immer noch Vorwürfe? Hast du es dir etwa nicht verziehen?“
„Doch, meine damaligen Fehler habe ich mir schon verziehen. Ich habe daraus gelernt, werde aber mein menschliches Versagen nicht vergessen.“
Sarah antwortete nicht. Stattdessen nahm sie Michael in den Arm, drückte ihn fest und sagte:
„Du bist der beste Vater, den es gibt.“
„Und du bist die beste Tochter, die sich ein Vater wünschen kann.“
Es entstand ein Moment des Schweigens, aber die Situation bedurfte auch keiner Worte. Beide spürten die innige Verbundenheit, die zwischen ihnen bestand.
„Gibt es etwas Wertvolleres als diese Nähe zwischen Vater und Tochter?“ dachte Michael. Sarah schien genauso zu empfinden und es dauerte noch eine ganze Weile, bis sie die Stille mit den Worten brach:
„Papa, jetzt kann ich nachvollziehen, wie leidvoll fehlende Nachsicht für beide Seiten sein kann. Aber wie wirkt es sich denn aus, wenn man Nachsicht walten lässt?“
„Wenn man Nachsicht walten lässt, ist das für beide Seiten bereichernd.“
„Für beide Seiten?“
„Ja, derjenige, der Nachsicht empfängt, ist in dieser Situation der Schwächere. Er erreicht durch die empfangene Nachsicht sein seelisches Gleichgewicht wieder, fühlt sich aufgefangen und als Mensch verstanden und anerkannt. Er ist für die Zuwendung dankbar und dies setzt bei ihm meist einen positiven Impuls für sein eigenes Verhalten frei.“
„Aha, und wie ist es bei dem, der Nachsicht übt?“
„Derjenige, der Nachsicht übt, ist in dieser Situation der Stärkere. Er besitzt die menschliche Größe, die Schwäche des anderen zu entschuldigen und zu verzeihen. Mit seiner Stärke baut er eine Brücke zum anderen und hält so die Verbindung zwischen beiden aufrecht. Durch sein Verhalten fühlt er sich als Mensch bestätigt.“
„Ja, jetzt verstehe ich es. Der eine fühlt sich als Mensch anerkannt, der andere als Mensch bestätigt.“

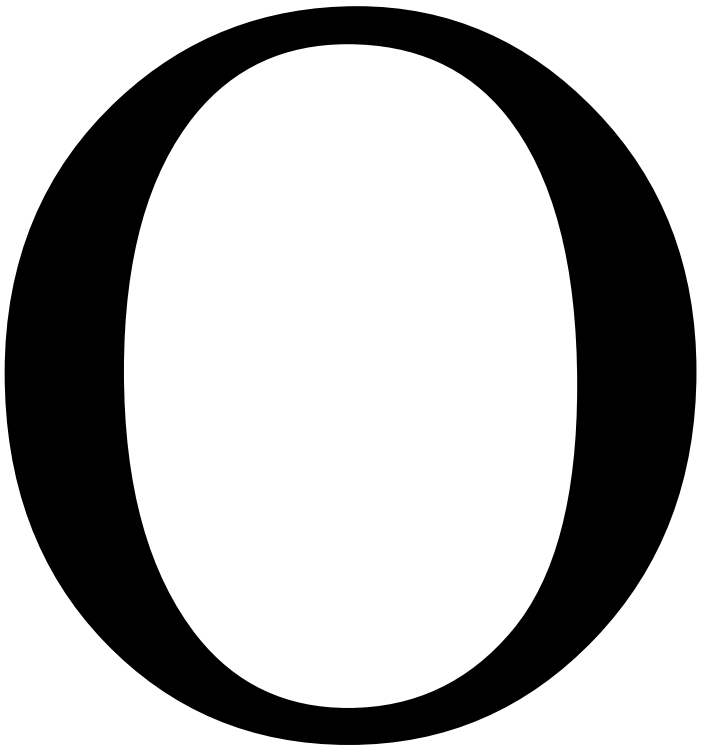
„Treffender kann man es gar nicht sagen. Es ist nämlich ein Geben und Nehmen. Aber beim nächsten Mal ist es gut möglich, dass es genau umgekehrt ist. Also, der Stärkere der Schwächere und der Schwächere dann vielleicht der Stärkere ist.“
„Ach Papa, jetzt leuchtet mir ein, warum Nachsicht ein so wichtiger menschlicher Grundwert ist.“

*

Leitgedanken zur Nachsicht

Nachsicht zeugt von persönlicher Stärke

Durch Nachsicht wird man als Mensch bestätigt



Offenheit

Sarah lag auf dem Bett und blätterte in der neuen Jugendzeitschrift, die ihr Melli ausgeliehen hatte. Dabei wanderten ihre Augen sprunghaft von einem Artikel zum anderen, bis sie auf einen Beitrag stieß, der ihr Interesse weckte.
„Mensch, das würde ich auch gern wissen“, begeisterte sie sich und setzte sich sofort aufrecht. Ihre Gedanken kreisten nur noch um dieses eine Thema. Ratlos murmelte sie: „Aber wie soll ich das herausfinden? Was kann ich machen?“ Kaum hatte sie zu Ende gesprochen, hatte sie sogleich die Antwort parat: „Am besten, ich frage mal jemanden.“
Spontan sprang sie auf, öffnete die Zimmertür und rief:
„Papa!“
Als sie nicht sofort eine Antwort erhielt, versuchte sie es erneut, nun aber mit verstärkter Stimme:
„Pa-pa! Wo steckst du denn?“
„Jaaa…… hier unten, im Hobbyraum“, tönte es aus dem Keller.
Sarah eilte die Treppe hinunter zu ihrem Vater und platzte mit ihrem Anliegen gleich heraus:
„Papa, hast du kurz Zeit? Kannst du mir mal eine Frage beantworten?“
„Ja, Sarah, aber warte noch einen Augenblick, ich muss erst noch die Schrauben an dem Mixer befestigen. Den habe ich endlich repariert, damit du morgens wieder deinen Saft trinken kannst“, meinte er lächelnd.
„Super! Danke, Papa.“
Er fummelte noch einen Moment an dem Gerät, steckte dann den Stecker in die Steckdose und probierte den Mixer aus. Als dieser zu seiner Zufriedenheit funktionierte, stellte er ihn zur Seite und wandte sich seiner Tochter zu.
„So, meine Große, jetzt habe ich Zeit für dich. Wo drückt denn der Schuh?“
„Schau mal Papa, hier in dieser Zeitschrift steht ein Artikel zu dem Thema „Wie wirke ich auf andere Menschen?“
„Ja und? Was willst du wissen?“
„Kannst du mir mal sagen, wie ich auf andere wirke?“ fragte sie vertrauensvoll. „Ich kann das selbst gar nicht beurteilen. Wenn ich da zum Beispiel an Melli denke“, sprudelte es nun lebhaft aus ihr heraus, „die wirkt auf andere immer so positiv. Aber wie ist das bei mir?“
Michael war überrascht und neugierig zugleich.
„Was willst du denn genau wissen?“
„Na ja, halt wie andere mich sehen und welchen Eindruck ich bei ihnen hinterlasse.“
„Und deswegen kommst du extra in den Keller, mein Schatz? Das ist doch gar keine Frage. Durch deine aufgeschlossene Art wirkst du auf andere sympathisch. Du bist ehrlich, optimistisch und spontan und mit solchen Menschen ist man einfach gern zusammen. Also sehen dich andere mit Sicherheit positiv.“
Sarah fiel ein Stein vom Herzen. Ein befreites Lächeln huschte über ihr Gesicht, das durch ihre strahlenden Augen noch unterstrichen wurde.
„Ganz ehrlich, Papa?“ vergewisserte sie sich noch einmal.
„Ja, ganz ehrlich, die Menschen wissen deine Offenheit zu schätzen.“
„Ist denn Offenheit so wichtig…….?“
Sarah brach ab, überlegte einen Augenblick, bevor sie interessiert fortfuhr:
„Du, was ist eigentlich Offenheit?“
„Also, das finde ich echt lustig, Sarah. Eigentlich wollte ich mit dir den nächsten Werte-Begriff erst übermorgen besprechen. Und jetzt bist du es, die mich heute nach O fragt. Das finde ich ganz toll. O steht nämlich für Offenheit. Und auch Offenheit gehört zu den menschlichen Grundwerten. Sie ist eine Tugend, die uns den Weg durchs Leben erleichtert.“
Ohne dass es einer gewollt hatte, nahm das Gespräch eine Wende. Plötzlich war Sarahs Neugier geweckt.

„Papa, wenn Offenheit eine Tugend ist, die uns den Weg durchs Leben erleichtert“, wiederholte sie bedächtig, „dann solltest du mir die Offenheit mal ausführlich erklären. Findest du nicht?“
Michael freute sich über Sarahs aufrichtiges Interesse. Aber weil er ja auf diese Situation nicht vorbereitet war, überlegte er noch einen kurzen Augenblick, bis er besonnen begann:
„Offenheit ist am besten vergleichbar mit den zwei Seiten einer Medaille.
Auf der einen Seite bedeutet Offenheit, sich anderen gegenüber so zu zeigen und darzustellen, wie man ist. Dazu gehört Ehrlichkeit, das Ja zu sich selbst und der Mut, zu dem zu stehen, was man ist.
Auf der anderen Seite bedeutet Offenheit, anderen Menschen aufgeschlossen zu begegnen. Dazu gehört Unvoreingenommenheit, Achtung und Toleranz.“
Michael sprach nicht gleich weiter, sondern ließ Sarah etwas Zeit, über seine Erklärung nachzudenken.
„Ja, Papa, die beiden Seiten der Medaille habe ich verstanden, das leuchtet mir ein.“
„Prima, dann erklär’s mir doch mal mir deinen Worten.“
„Na gut. Offenheit verlangt Ehrlichkeit. Denn wenn ich mich nicht so zeige, wie ich bin, bekommen die Menschen einen falschen Eindruck von mir und beurteilen mich lediglich nach der Rolle, die ich spiele. Schließlich sind sie ja keine Hellseher und können nicht hinter meine Maske schauen.“
„Was du da so treffend beschrieben hast, Sarah, ist die eine Seite der Medaille. Und du bist das beste Beispiel dafür, wie man es richtig macht. Deswegen kommst du auch bei anderen so gut an. Du bist einfach du selbst.“
„Klar, Paps, das habe ich doch von dir gelernt.“
Michael schmunzelte geschmeichelt. Doch bevor er eine Antwort geben konnte, fuhr Sarah bereits fort.
„Papa, auf der anderen Seite verlangt die Offenheit ja Unvoreingenommenheit. Habe ich auch diese zweite Seite der Offenheit?“
„Soweit ich das beurteilen kann, lebst du auch die andere Seite der Offenheit. Du begegnest Menschen unvoreingenommen, hast Achtung vor ihnen und bist tolerant. Für dich ist ein Mensch ein Mensch, egal welche Einstellung und welche Religion er hat, wo er herkommt und welche Hautfarbe er hat.“
„Ja, das stimmt, Papa. Ich bin für andere Menschen immer offen. Das ist vielleicht auch der Grund, dass ich immer so schnell mit anderen ins Gespräch komme. Und ich muss zugeben, neue Leute kennen zu lernen, ist nicht nur hochinteressant, sondern auch stets bereichernd.“
„Da hast du vollkommen Recht, mein Schatz, und ich bin froh, dass du beide Seiten der Offenheit lebst. Siehst du, und damit hast du dir deine Frage selbst beantwortet. Jetzt weißt du, wie du auf andere wirkst.“
Selbstzufrieden genoss Sarah die Bestätigung.
„Papa, ich danke dir. Über diese Antwort bin ich richtig glücklich. Du glaubst gar nicht, wie gut mir das tut. ……Aber eine Frage habe ich noch.“
„Ja, was denn?“
„Wie sind denn Menschen, die keine Offenheit haben? Gehen die nicht auf andere zu?“
„Menschen, die keine Offenheit besitzen, gehen zwar auch auf andere Menschen zu, zeigen aber nie ihr wahres Gesicht. Sie halten sich immer bedeckt. Einige verstecken sich hinter einer Moral, andere hinter einer Lüge und wieder andere verschanzen sich hinter Position und Titel. Stets tragen sie eine Maske und lassen niemanden in ihre Seele blicken. Das ist die eine Seite. Auf der anderen Seite begegnen sie anderen Menschen nicht offen, weil sie Vorurteile haben, intolerant sind oder andere nicht achten.“
„Wirklich schade“, bedauerte Sarah, „die wissen ja gar nicht, was ihnen entgeht. Aber sag’ mal, warum sind die denn so?“

„Weißt du, die Ursache für fehlende Offenheit ist oft eine falsche Erziehung, manchmal falscher Umgang oder auch falsche Ideale. Aber, es kann auch Angst sein …..
„Angst? ……Wieso Angst?“ unterbrach sie Michael sofort.
„Ja, Sarah, viele Leute wagen es nicht, sich so zu zeigen, wie sie sind. Sie können einfach nicht offen auf andere Menschen zugehen. Der Grund ist Angst. Sie haben zum Beispiel Angst vor dem Unbekannten, Angst vor Fremden oder Angst vor Veränderungen. Aber es kann auch die Angst vor Bloßstellung oder vor Diskriminierung sein, weil sie eine gesellschaftliche Norm nicht erfüllen. Natürlich gibt es auch die Menschen, bei denen der Grund für fehlende Offenheit schlicht ein schwaches Selbstwertgefühl ist.“
„Mensch, Papa, jetzt habe ich wieder etwas gelernt. Das war mir vorher gar nicht bewusst. Und wenn ich jetzt an meine Mitschüler denke, kann ich das Verhalten des einen oder anderen wesentlich besser einschätzen. Du, da ergibt sich aber schon wieder eine Frage.“
„Kein Problem, meine Große, raus damit! Hier wird jede Frage beantwortet“, tönte er mit verstellter Stimme und verzog dabei sein Gesicht wie ein Marktschreier.
„Sarah musste lachen, freute sich aber zugleich, wie ihr Vater dem Ernsten eine heitere Note geben konnte.
„Papa, das ist jetzt bestimmt meine letzte Frage“, versicherte sie. „Sag mal, ist Offenheit eigentlich angeboren, oder kann man das erlernen? “
„Na ja, ein gewisses Maß an Offenheit bringt jeder Mensch von Natur aus mit. Viele Menschen leben die Offenheit von Anfang an, andere entwickeln sie im Laufe der Zeit. Aber leider kommt die Offenheit nicht bei jedem zur vollen Entfaltung oder wird sogar unterdrückt. Welche Gründe einer Entfaltung der Offenheit entgegenstehen, habe ich dir ja eben aufgezählt.“
„Ja, und die habe ich mir gut gemerkt. Aber trotzdem habe ich jetzt doch noch eine allerletzte Frage, Papa“, sagte Sarah nachdrücklich.
„Ja?!“
„Wie ist es eigentlich, wenn ein Mensch offener werden will? Was muss er dann tun?“
„Wenn ein Mensch mehr Offenheit erlangen will, muss er zuerst sein Bewusstsein für das eigene Verhalten schärfen. Muss sich also klar werden, was er tut und wie es sich für ihn und andere auswirkt. Erst durch dieses Erkennen ist es ihm möglich, Einsicht zu zeigen und den Mut zur Veränderung aufzubringen.“
„Das ist sicher nicht ganz einfach“, vermutete sie.
„Nein, ganz einfach ist das nicht. Da muss er nämlich trennende Mauern einreißen und Vorurteile abbauen, moralische Überzeugungen über Bord werfen und alte Zöpfe abschneiden. Ich gebe ja zu, das ist viel Arbeit…….. aber es lohnt sich. Durch diese Einsicht gewinnt er für sich selbst und wird offen für andere. So geht er leichter durchs Leben und wird ein Teil der menschlichen Gemeinschaft. Der Austausch mit anderen Menschen wird zu einer Bereicherung für sein eigenes Leben. Er schafft ein Klima von Nähe, menschlicher Wärme und Vertrauen. Seine Ehrlichkeit und Unvoreingenommenheit öffnen die Herzen seiner Mitmenschen und lassen ihn an ihrem inneren Reichtum und an der Buntheit des Lebens teilhaben.

*

Leitgedanken zur Offenheit

Offenheit reißt die Schranken zwischen
den Menschen nieder

Wo Offenheit gelebt wird, blüht Freude auf

P

Persönlichkeit

Es war früh am Abend. Michael saß bei einer Tasse Tee im Wohnzimmer und bereitete sich auf das Gespräch mit seiner Tochter vor. Heute wollten sie das Päckchen mit P öffnen.
Geduldig wartete er, doch Sarah hatte sich vom Sport verspätet. Als sie endlich eintraf, ließ sie lustlos ihre Tasche fallen und ging verstimmt in die Küche. Kurz angebunden sagte sie:
„Hallo."
Jutta bemerkte sofort, dass ihre Tochter schlecht gelaunt war. Ließ sich aber nichts anmerken, sondern erwiderte mit freundlicher Stimme:
„Hallo Sarah, komm, setz' dich doch. Willst du etwas essen?"
„Nein, Mama, ich möchte nur einen Tee trinken", antwortete sie knapp und ging ins Wohnzimmer.
Michael freute sich, seine Tochter zu sehen. Sogleich wandte er sich ihr zu:
„Hallo, mein Schatz, da bist du ja. Wenn du willst, können wir gleich anfangen. Du weißt ja, wir wollen heute das Päckchen mit dem P aufmachen."
„P? Meinst du etwa P wie Pleiten, Pech und Pannen? Oh Mann, dazu habe ich im Moment gar keine Lust", gab sie missmutig zurück und ließ sich erschöpft in den Sessel fallen.
„Wieso denn Pleiten, Pech und Pannen?"
„Ach, ich bin total am Boden. Meine Mannschaft hat heute schon wieder verloren. Nichts lief wie beim Training. Wir haben gespielt wie die Anfänger und prompt die Quittung dafür gekriegt."
„Na, dann trifft es sich doch gut, wenn wir jetzt ein Päckchen aufmachen. Das lenkt dich bestimmt ab", meinte Michael aufmunternd.
Sarah überlegte einen Augenblick. Plötzlich änderte sich ihr Gesichtsausdruck und sie stimmte zu:
„Überredet, Papa. Das bringt mich sicher auf andere Gedanken. Lass mich also mal raten, was hinter dem P steckt." Es dauerte eine Weile, bis sie eine Idee hatte. „Geht es vielleicht um Prinzipien? Oder Philosophie?" fragte sie.
„Beide wären sicher interessante Themen, aber es ist weder das eine noch das andere, sondern das P steht für Persönlichkeit."
„Persönlichkeit?" wiederholte sie langsam. „Warum Persönlichkeit?"
„Mein Schatz, wir sprechen doch hier über die menschlichen Grundwerte. Siehst du, und wenn man diese annimmt und nach ihnen lebt, dann entwickelt man sich zu einer wahren Persönlichkeit. Und für mich gäbe es nichts Schöneres, als wenn du das erreichen würdest. "
„Langsam, Papa, langsam", bremste sie Michaels Eifer. „Was ist denn eine Persönlichkeit genau?"
„Hast du dir noch nie Gedanken gemacht, was eine Persönlichkeit ist? Hast du denn gar keine Vorstellung?"
„Eigentlich nicht. Ich glaube, das ist jemand, der berühmt ist, oder?"
„Na ja, so kann man es nicht sagen. Berühmt sein heißt nicht unbedingt, dass man auch eine Persönlichkeit ist. Berühmtheit heißt ja nur, dass jemand bekannt oder berüchtigt ist. Es sagt noch nichts über den Menschen selbst aus."
Sarah nickte vor sich hin und hakte nach:
„Und was ist dann Persönlichkeit?"
„Nun, jeder Mensch wird als Persönlichkeit geboren. Durch seine Anlagen, wie Talente, Fähigkeiten, Naturell, Eigenschaften und Charakter, ist er einzigartig. Und die Summe seiner Anlagen nennt man Persönlichkeit."
„Du, wie war das noch mal? Was hat Persönlichkeit mit den menschlichen Werten zu tun?"
„Ah, ich habe mich vorhin vielleicht nicht klar genug ausgedrückt. Lass es mich also mal anders versuchen: Persönlichkeit ist eigentlich ein neutraler Begriff, der ursprünglich noch nicht mit den menschlichen Werten verbunden ist. Erst wenn ein Mensch sich im Laufe seines

Lebens im menschlichen Sinne weiterentwickelt, er also die Grundwerte in sich trägt, sie lebt und auch weitergibt, erst dann wird aus ihm eine wahre Persönlichkeit."

„Papa, wenn ich das richtig sehe, spielt auch hierbei die Erziehung wieder eine ganz wichtige Rolle, nicht wahr?"

„Das ist sogar das Wichtigste. Die Bildung der Persönlichkeit geht größtenteils auf die Erziehung zurück. Was ausschlaggebend ist, das will ich dir mal näher schildern. Weißt du, wenn ein Kind in eine Familie hineingeboren wird, gibt es zwei Möglichkeiten der persönlichen Entwicklung:

Lebt die Familie selbst nach menschlichen Werten, werden die Eltern ihr Kind achten und den Erziehungsprozess so gestalten, dass sie auf der einen Seite die vorhandenen Anlagen des Kindes fördern, auf der anderen Seite ihrem Kind die menschlichen Werte vermitteln. Damit hat das Kind die Möglichkeit, sich entsprechend seiner Persönlichkeit, also der Summe seiner Anlagen, zu entwickeln und zu entfalten. Gleichzeitig kann es aber durch die menschlichen Grundwerte als Mensch wachsen. Das Kind reift so zu einer eigenbestimmten Persönlichkeit heran, die selbst wieder die menschlichen Werte in sich trägt und weitergibt.

Die zweite Möglichkeit sieht folgendermaßen aus:

Lebt die Familie weniger nach den menschlichen Werten oder spielen die menschlichen Werte eine untergeordnete Rolle, wird das Kind in seiner Persönlichkeit häufig nicht anerkannt und geachtet und nicht seinen Anlagen entsprechend gefördert, sondern nur den gesellschaftlichen Normen angepasst. Weil das Kind nicht die Möglichkeit erhält, sich entsprechend seiner Persönlichkeit, also der Summe seiner Anlagen, zu entwickeln, kann es sich auch nicht richtig entfalten. Und da die menschlichen Werte nur bedingt vermittelt werden, kann das Kind auch nur bedingt als Mensch wachsen. Viele Kinder, die in dieser Weise erzogen werden, reifen so leider zu einer fremdbestimmten Persönlichkeit heran."

Sarah hatte die ganze Zeit still dagesessen und aufmerksam zugehört. Sie liebte diese Gespräche mit ihrem Vater und bewunderte seine Art, mit der er alles ausführen und erklären konnte. „Mein Paps……" dachte sie stolz.

Um aber nicht noch tiefer in ihre Gedanken zu versinken, stellte sie schnell eine Zwischenfrage:

„Du Papa, was bedeutet eigentlich eigenbestimmt und fremdbestimmt?"

„Ein eigenbestimmter Mensch hat sich gefunden, lebt im Sein, ist stabil und unabhängig im Denken. Ein fremdbestimmter, also angepasster Mensch, dagegen hat sich nicht gefunden, lebt mehr Schein als Sein, ist oft instabil und lässt sich von anderen in seiner Meinung und bei seinen Entscheidungen beeinflussen. Er hat sich also einem fremden Denken unterworfen. Genau genommen ist er sein Leben lang nichts als ein Mitläufer, einer, der nur in die Fußstapfen anderer tritt und selbst keine eigene Spur hinterlässt."

„Nur ein Mitläufer?" wiederholte sie. „Dann leben die Kinder aus der zweiten Gruppe zum großen Teil an ihrem eigentlichen Leben vorbei", stellte sie kritisch fest.

„Nicht alle, denn es gibt in dieser zweiten Gruppe auch Kinder, die sich dem Anpassungsprozess widersetzen. Sie wollen sich so entfalten, wie es ihnen die Gesamtheit ihrer Anlagen vorschreibt. Da dieses Streben nach eigener Entfaltung mit der Erziehung nicht immer im Einklang ist, hat das oft zur Folge, dass das Kind von den Erziehungsberechtigten als aufsässig bezeichnet, als Schwarzes Schaf abgestempelt und mit Strafe belegt wird ……..aber nur weil es sich dem einengenden Erziehungsprozess nicht beugen will. Aufgrund seiner seelischen Stärke nimmt das Kind die Folgen seines Auflehnens jedoch in Kauf und entwickelt sich so aus eigener Kraft zur eigenbestimmten Persönlichkeit. Wenn es sich dann noch die menschlichen Grundwerte aneignet, wird es zur ersten Gruppe aufschließen und kann dann zu einer wahren Persönlichkeit reifen."

„Mensch Papa, jetzt gehe ich schon so lange zur Schule und nun höre ich zum ersten Mal überhaupt, wie ein Erziehungsprozess abläuft und warum die Menschen werden, wie sie sind.

Das ist wirklich interessant“, bemerkte Sarah beeindruckt, überlegte kurz und fügte nachdenklich hinzu:
„Aber dann haben ja gar nicht alle die gleichen Startbedingungen für’s Leben.“
„Das hast du richtig erkannt, meine Große. Leider ist es so.“
Sarah nickte und atmete auf.
„Mensch Papa, da bin ich aber froh, dass ich zur ersten Gruppe gehöre, oder?“
„Ja, das hoffe ich doch. Denn mit der richtigen Erziehung hast du die Möglichkeit, einen hohen Grad an Persönlichkeit zu erreichen.“
„Papa, jetzt wird es kompliziert. Gib mir erst mal einen Tee und erkläre mir dann in einfachen Worten, was ein hoher Grad an Persönlichkeit bedeutet.“
„Das ist leicht zu erklären, Sarah. Stelle dir mal eine Skala von 0 bis 100 vor. Wie ich dir ja sagte, kommt jeder aufgrund seiner Anlagen als eigene Persönlichkeit zur Welt. Wenn man dies als Anfangsstufe nimmt und das volle Ausschöpfen der Anlagen mit 100 gleichsetzt, befindet man sich in seiner Entwicklung immer auf einer bestimmten Stufe. Das ist dann der Grad an Persönlichkeit, den man bis dahin erreicht hat. Allerdings kann sich dieser Grad im Laufe des Lebens ändern.“
„Ah, der Grad an Persönlichkeit sagt also aus, wie viel Prozent man von dem lebt, was man in sich trägt. Richtig?“
„Genau! Du hast es nur mit anderen Worten ausgedrückt. Aber hier will ich dich noch einmal darauf hinweisen, dass Persönlichkeit nur ein neutraler Begriff ist. Sie kann nämlich im positiven wie auch im negativen ausgelebt werden. Und man kann auf beiden Seiten einen hohen Grad an Persönlichkeit erreichen.“
„Und was macht jetzt den Unterschied?“
„Ob man seine Anlagen im positiven oder im negativen lebt, hängt davon ab, ob man auch nach den menschlichen Werten lebt. Denn erst durch das Anwenden der menschlichen Werte wird man zu einer wahren Persönlichkeit im menschlichen Sinne.“
„Ach so, jetzt verstehe ich. Erst wenn man diese beiden Größen in sich vereint, dann spricht man von wahrer Persönlichkeit.“
„Genau so ist es. Es gibt viele bekannte Persönlichkeiten in der Gesellschaft, aber nur die, die auch gleichzeitig nach menschlichen Werten leben, sind auch wahre Persönlichkeiten.“
Sarah ließ diese Worte auf sich wirken und es entstand ein Moment der Ruhe.
„Papa, was kennzeichnet denn eine Persönlichkeit – im positiven wie im negativen?“ hakte sie energisch nach.
„Auch das will ich dir gerne erklären. Ein Mensch, der seine Anlagen im negativen auslebt, ist vom Egoismus gesteuert, besitzt wenig Menschlichkeit, verfügt über eine geringe Selbstachtung und bringt seinen Mitmenschen nur wenig Achtung entgegen. Was er als Glück bezeichnet, ist lediglich ein Scheinglück, das nur der Befriedigung seiner eigenen egoistischen Bedürfnisse dient. Durch seine Einstellung entpuppt er sich letztendlich nicht als wahre Persönlichkeit.“
„Papa, jetzt habe ich geschnallt, warum manche berühmten Menschen keine wahren Persönlichkeiten sind.“
„Ja, Sarah, wie ich dir schon sagte, leben wir in einer oberflächlichen Zeit. Fälschlicherweise werden uns heutzutage Leute oft als Persönlichkeiten präsentiert, die den Mitmenschen in Wahrheit nichts zu bieten haben und schon gar keine Vorbilder, sondern bei näherem Hinsehen lediglich ein Outfit ohne Innenleben sind.“
Sarah lachte kurz auf.
„Mir fällt da gerade jemand ein, auf den passt diese Beschreibung perfekt. Aber kannst du mir auch die Verhaltensweise einer wahren Persönlichkeit beschreiben?“
„Ja, eine wahre Persönlichkeit kann, aber muss nicht unbedingt berühmt sein. Es kann eine Größe aus Wirtschaft oder Politik, aber auch der Nachbar oder der Arbeitskollege sein. Das Verhalten einer wahren Persönlichkeit ist immer gleich. Es ist ein Mensch, der sich gefunden

hat, Menschlichkeit besitzt, eine hohe Selbstachtung und Würde hat. Konsequent und mit Rückgrat vertritt er die menschlichen Werte und lebt danach. Stets stellt er Menschlichkeit über gesellschaftliche Normen. Er führt ein sinnerfülltes Leben, lebt als Mensch unter Menschen und hat so die besten Voraussetzungen zum wahren Glück.“

„Papa, jetzt ist mir der Begriff Persönlichkeit insgesamt klar. Aber ich finde es echt schade, dass von so vielen Persönlichkeiten nur wenige eine wahre Persönlichkeit werden.“

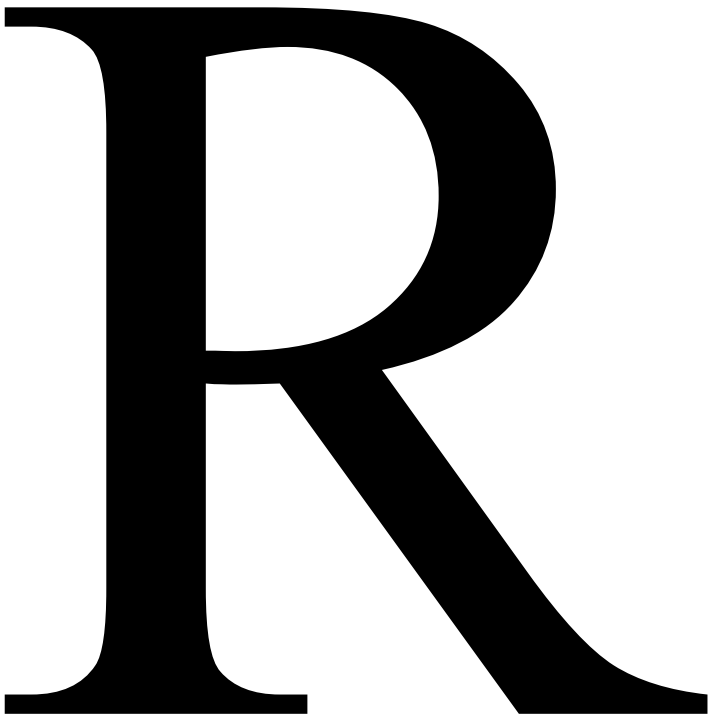
„Siehst du, mein Schatz, deshalb habe ich dir das Werte-ABC als Geschenk gemacht. Denn man muss im Kleinen anfangen, um etwas Großes zu erreichen. Und wenn auch du dich gefunden hast und nach den menschlichen Werten lebst, wirst auch du eine wahre Persönlichkeit und damit ein wertvoller Mensch.“

*

Leitgedanken zur Persönlichkeit

Wahre Persönlichkeit ist ein Licht, das von innen her leuchtet und niemand auslöschen kann

Ein Mensch, der sich gefunden hat und die menschlichen Werte lebt, ist eine wahre Persönlichkeit



Reife

Es war wieder mal Samstag. Jutta und Michael saßen bereits am Frühstückstisch und unterhielten sich lebhaft, als Sarah ins Esszimmer kam.
„Guten Morgen“, sagte sie noch etwas verschlafen und setzte sich zu ihren Eltern an den gedeckten Tisch.
„Guten Morgen, Sarah“, antworteten Michael und Jutta fast gleichzeitig.
„Na, hast du gut geschlafen?“ meinte Jutta und goss ihr eine Tasse Kaffee ein.
„Gut geschlafen habe ich, aber ich bin zu früh aufgewacht.“
„Man sieht’s“, stellte Jutta belustigt fest, weil Sarah ungekämmt war, Schlaf in den Augen hatte und im Schlafanzug dasaß.
„Mama, hör doch auf!“ wehrte sich Sarah, während sie nach dem Käse griff.
Danach war jeder erst mal mit sich selbst beschäftigt, genoss den heißen Kaffee und die frischen Brötchen.
„Na, mein Schatz“, unterbrach Michael die Stille, legte seinen Arm auf Sarahs Schulter und schaute in ihre verschlafenen Augen. „Was gibt es denn Neues bei dir?“
„Och, eigentlich nichts. Oder vielleicht doch. Ich musste gestern ein Referat halten. Als ich fertig war, beurteilte mein Lehrer es als sehr gut und fügte noch hinzu:
„Du bist ganz schön reif für dein Alter.“ Dass mein Referat gut war, das wusste ich ja. Aber sag mal, findest du auch, dass ich ganz schön reif für mein Alter bin?“
„Das hat er zu dir gesagt?“ fragte Michael erstaunt nach.
„Ja“, war ihre knappe Antwort.
„Mensch, das ist wirklich ein tolles Kompliment, Sarah…… und ehrlich gesagt, ich finde, dass er Recht hat. Was meinst du, Jutta?“
„Ja, das glaube ich auch. Meine Kleine ist ganz schön weit entwickelt für ihr Alter.“ Während sie das sagte, strich sie über Sarahs Haar.
„Und das macht mich richtig glücklich“, ergänzte sie
„Papa, ich weiß zwar in etwa, was Reife ist“, wandte sich Sarah Michael zu. „Aber wann genau ist man denn reif und wie stellt sich heraus, ob man reif ist?“
„Das ist ja eine tolle Gelegenheit“, gab Michael spontan zurück. Hier bietet sich doch wunderbar die Möglichkeit, jetzt das Päckchen mit dem R aufzumachen.“
„So früh am Morgen?“ stöhnte Sarah. „Und jetzt sag’ nur noch, das R steht für Reife.“
„Genau, mein Schatz. Das R steht für Reife.“
„Na ja, dann werde ich ja gleich erfahren, was mein Lehrer mit „du bist aber reif“ gemeint hat. Ich bin richtig gespannt, Papa“, sagte sie plötzlich hellwach.
„Was der gemeint hat, mein Schatz, ist ganz einfach. Du bist deiner menschlichen Entwicklung einfach voraus. Obwohl du erst fünfzehn bist, zeugt dein Denken und Handeln von erstaunlicher Reife. Was er sagte, ist ein wirklich schönes Kompliment.“
„Papa, dass er mir damit ein Kompliment machen wollte, das habe ich schon begriffen. Aber was hat Denken und Handeln denn mit Reife zu tun?“ fragte sie nach.
„…….denken und handeln setzt Verantwortung voraus…..“
Abrupt unterbrach Sarah ihren Vater.
„Und was hat jetzt Verantwortung wieder mit Reife zu tun?“ entgegnete sie verwirrt.
„Oh, ich sehe schon“, räumte er verständnisvoll ein, „es ist sicher besser, ich erkläre dir die menschliche Reife mal in aller Ruhe.“
Interessiert rückte Sarah näher an ihren Vater und konzentrierte sich auf das, was er ihr sagen wollte.
„Wörtlich genommen“, begann Michael, „bedeutet ja Reife die Vollendung einer Entwicklung. Aber im allgemeinen Sprachgebrauch meint man mit menschlicher Reife, dass jemand den Sprung vom Jugendlichen zum Erwachsenen geschafft hat. Der eine schafft diesen Sprung eher, der andere später und manche schaffen ihn leider nie. Daher haben Menschen gleichen Alters nicht zwangsläufig die gleiche Reife. Der Reifeprozess selbst vollzieht sich in zwei Stufen. Auf der ersten Stufe findet die körperliche und geistige

Entwicklung statt. Der junge Mensch erkennt hier seine Anlagen, weiß diese einzuschätzen, erlangt ein selbstständiges Denken und verfügt über ein eigenes Urteilsvermögen. Das macht ihn unabhängig.
Auf der zweiten Stufe wird die geistige Bildung des jungen Menschen durch die menschliche Bildung ergänzt. Das heißt, er hat die Bedeutung der menschlichen Werte erkannt, hat sie verinnerlicht und wendet sie auch an. Erst nach dem erfolgreichen Durchlaufen beider Entwicklungsstufen kann man dann von wirklicher menschlicher Reife sprechen."
„Papa, diese Erklärung war zwar verständlich, aber ganz schön lang für einen unausgeschlafenen Morgenmuffel. Das kann ich mir ja gar nicht alles merken", witzelte sie. „Kannst du das auch etwas kürzer ausdrücken?"
Michael musste lachen und zeigte sich einsichtig.
„Ich versuch's mal. Also, ein reifer Mensch hat durch das Zusammenwirken von Erziehung, Bildung und eigener Erfahrung gelernt, die Verantwortung für das eigene Tun zu übernehmen und ist auch bereit, Verantwortung für andere zu zeigen. Das versteht man unter menschlicher Reife."
„Also menschliche Reife ergibt sich durch die Erziehung, eine gute Bildung und die eigenen Erfahrungen? Kann man das so sehen, Papa?", vergewisserte sich Sarah noch mal.
„Ja, meine Große, genau so ist es. In der Erziehung werden durch die Vermittlung der menschlichen Werte die ersten Weichen für die Reife eines Menschen gestellt. Durch die Bildung wird die Erziehung dann ergänzt und schließlich durch die eigenen Erfahrungen bestätigt oder nochmals erweitert. Im Laufe des Lebens wächst dann auch das Verständnis für andere und somit auch Demut, Nachsicht und Toleranz. All diese Werte sind eng mit menschlicher Reife verbunden."
Sarah genehmigte sich noch einen Schluck Kaffee und nickte.
„Du, das ist ja ähnlich wie bei der Persönlichkeit."
„Ja, wie ich dir schon sagte, überschneiden sich die Werte oft, weil sie aufeinander aufbauen, ineinander greifen oder voneinander abhängig sind."
„Also echt Paps, du erklärst mir alles so schön verständlich. Allmählich wird mir das Netz der menschlichen Werte immer deutlicher und ich begreife schon selbst die Verbindungen zwischen den einzelnen Werte-Begriffen."
„Siehst du, das zeigt, wie reif du schon bist", freute sich Michael ehrlich. „Viele in deinem Alter würden das noch nicht erkennen. Und das erfüllt mich mit Stolz, meine Große."
„Papa, du kannst stolz auf dich selbst sein", strahlte sie ihren Vater an. „Ich muss nämlich dir danken, dass ich so einen guten Lehrer habe. Und dass ich so reif bin, liegt natürlich an eurer guten Erziehung. Aber sag' mal, wie ist ein Mensch, der nicht reif ist?"
„Oh, da muss ich nur an die Putzfrau unserer Nachbarn denken."
„Ach du meine Güte, meinst du etwa die Tussi, die immer so aufgedonnert daherkommt?"
„Ja, ja, die ist allein erziehend und hatte früher immer ihre kleine Tochter mitgebracht", warf Jutta ein.
„Genau die, die ist das beste Beispiel für jemanden, der unreif ist", bestätigte Michael sofort. „Und ganz nebenbei – die kleine Tochter ist inzwischen schon sechzehn."
„Und warum ist diese Frau unreif?" wollte Sarah wissen.
„Ist dir gar nicht aufgefallen, wie oberflächlich die ist?"
„Wie? Ich dachte immer, die sind so zufrieden mit ihr", sagte Sarah verwundert.
„Sind sie ja auch", erwiderte Michael. „Sie erledigt die Putzarbeiten gut, ist sauber und zuverlässig. Aber hier meine ich etwas anderes, ich meine menschlich oberflächlich."
„Menschlich oberflächlich?"
„Ja! Wenn ich nur daran denke, wie die immer mit dem Kind umging, das tut mir als Vater richtig weh. Zu keinem Zeitpunkt zeigte sie ihrer Tochter gegenüber irgendeine Form von Verantwortung. Stets war ihr die eigene Selbstdarstellung wichtiger als alles andere und sie

investierte mehr Zeit und Geld in ihr Äußeres als in die Förderung des Kindes. Ich fand das schon peinlich, dass jemand wagt, sich überhaupt so zu präsentieren.“
„Was meinst du denn jetzt damit?“
„Das hast du doch gesehen. Immer dickes Make-up, kurzer Rock oder enge Jeans und Stöckelschuhe, alles vom Feinsten, nur Markenware. Da konnte sie sich natürlich den Musikunterricht für ihre Tochter, den Eintritt ins Schwimmbad oder einen Zirkusbesuch mit dem Kind nicht mehr leisten. Stattdessen klagte sie ständig, wie teuer doch alles ist. Doch Zeit für ihre Tochter hatte sie auch nicht, hat sich nie mit ihr beschäftigt, ihr nie etwas vorgelesen und auch nichts mit ihr unternommen. Aber wenn es darum ging, im Fitnessstudio ihren Body zu formen, dann schaute sie weder aufs Geld noch auf die Zeit. Bedenkenlos parkte sie dann das Kind in der Zwischenzeit bei unserem Nachbarn.“
„Wie eine richtige Mutter hat die sich aber nicht verhalten!“
„Genau, mit ihrem Verhalten hat sie nur unterstrichen, wie unreif sie doch als Mensch und als Mutter ist. Tja, und das traurige Ergebnis sehen wir ja heute.“
„Welches Ergebnis denn?“
„Hast du das gar nicht mit gekriegt? Die Tochter hat die Schule geschmissen, ohne Abschluss natürlich keine Lehrstelle bekommen und jetzt hängt sie schon ein halbes Jahr zu Hause herum. Sie hat weder Lust zum Lernen, noch zum Arbeiten. Ich frage mich, was soll aus der nur werden?“
„Und daran ist die fehlende Reife der Mutter schuld?“
„Ja natürlich. Die Tochter erhielt überhaupt keine Erziehung. Da fehlte es an Zuwendung, an Geborgenheit, und überhaupt an menschlichem Interesse. Die Mutter hat ihr weder Grenzen aufgezeigt, noch ihre Fähigkeiten gefördert, sondern hat sie immer nur als lästiges Anhängsel behandelt. Kein Wunder, dass dies bei dem Kind Spuren hinterlassen hat. Es konnte sich weder finden noch entwickeln. Und was dann bei fehlender Verantwortung herauskommt, sieht man ja heute.“
„Mensch Papa, für diese Frau wäre es doch besser gewesen, kein Kind zu haben.“
„Da hast du sicher Recht, Sarah. Wer selbst nicht reif ist, ist auch den Aufgaben des Lebens nicht gewachsen, und den Aufgaben der Erziehung schon gar nicht.“
Es entstand ein Moment des Nachdenkens. Keiner sagte ein Wort. Alle waren mit den Folgen der Unreife beschäftigt, bis Sarah erneut das Gespräch aufnahm.
„Papa, jetzt dämmert mir, was aus Unreife entstehen kann. Schrecklich, das würde ich am besten wieder vergessen. Sag’ mir lieber mal, wie sich ein reifer Mensch verhält.“
„Ich habe euch ja die ganze Zeit still zugehört“, meldete sich Jutta plötzlich zu Wort. „Aber wie ein reifer Mensch sich zeigt, das kann ich dir anhand eines wunderbaren Beispiels deutlich machen. Unsere ehemaligen Nachbarn in der alten Wohnung, erinnerst du dich noch, Michael?“, wandte sie sich an ihren Mann.
„Ja, die Schönbergers.“
Sarah schaute verständnislos von einem zum anderen. „Welche alte Wohnung? Haben wir früher wo anders gewohnt?“
„Ja, aber da warst du noch nicht geboren“, meinte Michael.
„Ach so.“
„Genau die Schönbergers“, fuhr Jutta fort. „Herr Schönberger hatte damals einen tödlichen Verkehrsunfall und hinterließ Frau und drei Kinder. Die beiden Mädchen gingen gerade in die erste Klasse, wogegen der Sohn bereits kurz von dem Abitur stand. Aufgrund der schlechten finanziellen Situation musste die Mutter für den Lebensunterhalt arbeiten gehen. Der Sohn erkannte seine Verantwortung innerhalb der Familie und übernahm die Betreuung und Versorgung seiner Geschwister. Er kümmerte sich rührend um die Kleinen, holte sie von der Schule ab, bereitete ihnen das Mittagessen und half bei den Hausaufgaben. Liebevoll übernahm er auch die sozialen Aufgaben, war mal Vater, mal Bruder, mal Freund, und immer der Tröster. Seine persönlichen Belange und Bedürfnisse musste er natürlich zurückstellen. So

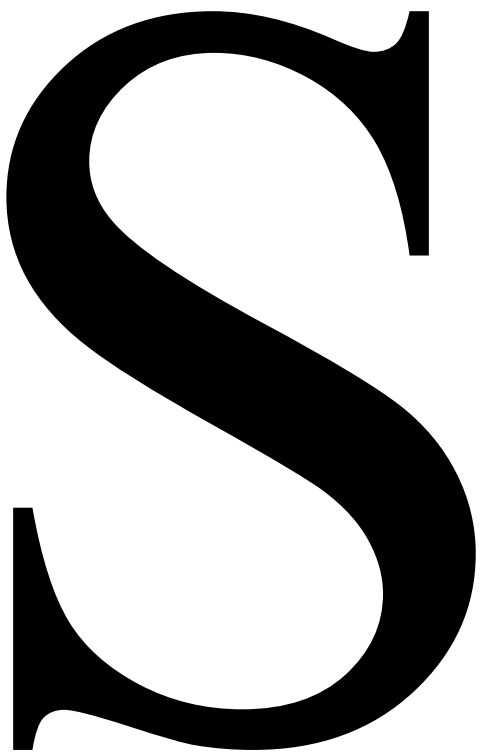
konnte er die eigenen Hausaufgaben und die Vorbereitungen für seine Prüfungen erst spät am Abend machen. Mit seinen Freunden konnte er sich nur am Wochenende treffen und für seine Hobbys blieb kaum noch Zeit. Auch der Mutter diente er als Ansprechpartner, gab ihr seelische Unterstützung und versuchte jegliche Art von Problemen von ihr fern zu halten.
Ich kann euch sagen, diesen Jungen habe ich so oft bewundert. Der hat durch seine Verantwortung wahre menschliche Reife gezeigt.“
Sarah war sehr beeindruckt.
„Alle Achtung! Der ist ja ein richtiges Vorbild.“
„Das kannst du wohl sagen“, stellte Michael fest.
„Ich habe mich oft gefragt“, fuhr Jutta fort, „woher dieser junge Mensch damals die Kraft genommen hat, all das zu bewältigen.“
„Aus sich selbst“, antwortete ihr Michael. „Ein wirklich reifer Mensch ist eins mit sich selbst. Er besitzt seelische Stärke und strahlt innere Ruhe und Gelassenheit aus. Durch sein hoch entwickeltes Bewusstsein ist er unabhängig im Denken und dem Leben gewachsen. Seiner Verantwortung ist er sich jederzeit bewusst und so macht ihn seine Menschlichkeit zu einer Bereicherung für seine Mitmenschen.“

*

Leitgedanken zur Reife

Menschliche Reife beginnt dort, wo die Sorge um andere größer wird als um die eigene Person

Ruhe und Gelassenheit sind ein Zeugnis von Reife



Selbstwertgefühl

Als Sarah von der Schule nach Hause kam, stürmte sie gleich ins Wohnzimmer direkt auf ihren Vater zu:
„Ach Papa, wie gut, dass du schon hier bist. Ich habe gleich eine ganz wichtige Frage an dich“, bedrängte sie ihn atemlos.
Überrascht von soviel Temperament wandte sich Michael seiner Tochter zu.
„Hallo, meine Große, was gibt’s denn so Dringendes?“
„Papa, wir wollten doch heute das Päckchen mit dem S aufmachen……“
„Ja genau“, unterbrach er sie. „Heute wollen wir über Souveränität sprechen.“
„Ich weiß“, begann sie zögernd, „eigentlich wollten wir ja über Souveränität sprechen. Aber wir haben eben in der Schule über Selbstwertgefühl gesprochen und mir ist da so einiges unklar. Was meinst du? Könnten wir bei S statt der Souveränität vielleicht auch Selbstwertgefühl nehmen?“
Michael überlegte kurz, aber Sarahs bittender Blick überzeugte ihn schließlich.
„Na gut, das können wir ruhig machen. Ich bin zwar nicht auf das Selbstwertgefühl vorbereitet, aber letztendlich ist dieser Begriff nicht so weit von der Souveränität entfernt.“
Sarah schien ein Stein vom Herzen zu fallen. Kleinlaut fügte sie hinzu:
„Ich muss nämlich morgen einen Aufsatz darüber schreiben.“
Michael musste lachen.
„Aha, daher weht der Wind also! Dann erzähl mal! Was ist euch denn in der Schule gesagt worden?“
„Ach, es ging darum, wie wichtig das Selbstwertgefühl im Leben eines Menschen ist und dass man das Leben mit einem hohen Selbstwertgefühl besser meistert.“
„Ja, mein Schatz, ohne Zweifel. Mit einem hohen Selbstwertgefühl geht man leichter durchs Leben.“
„Aber, sag’ mal Papa, ich habe das in der Schule nicht richtig verstanden. Ist das Selbstwertgefühl nun ein menschlicher Wert oder nicht?“
„Anfangs ist es kein menschlicher Wert. Erst wenn man seinen Selbstwert erkannt hat und bereit ist, seine Stärke auch für andere einzusetzen, wird es zu einem menschlichen Wert, also zu einem Grundwert.“
„Ja, so etwas Ähnliches hat unsere Lehrerin auch von sich gegeben, aber ich fand das alles so schwammig. Weißt du, es war irgendwie nur so drum herum geredet und keiner hat es richtig verstanden. Deshalb dachte ich - du weißt ja, ich muss morgen den Aufsatz darüber schreiben - ich werde mal den besten meiner Lehrer fragen.“
Michael schmunzelte.
„Wer kann so viel Charme schon widerstehen? Du willst also, dass ich dir das Selbstwertgefühl mal genau erkläre.“
„Ja bitte, Paps, damit ich meinen Aufsatz gut hinkriege.“
„Also gut. Einfach ausgedrückt, ist das Selbstwertgefühl das Wissen um den Wert der eigenen Person“, begann Michael besonnen. „Ob wir aber ein starkes oder schwaches Selbstwertgefühl entwickeln, hängt von unserer Erziehung ab.“
„Wie? Das Selbstwertgefühl hängt immer von der Erziehung ab?“
„Ja, genau. Ich will dir auch mal erklären, warum die Erziehung die Weichen für ein starkes oder ein schwaches Selbstwertgefühl stellt. Fangen wir mit dem starken Selbstwertgefühl an: Die wichtigste Voraussetzung für ein starkes Selbstwertgefühl ist, dass ein Kind so angenommen und geliebt wird, wie es ist. Die Eltern sollten ihr Kind entsprechend seinen Fähigkeiten und Neigungen einfühlsam und unterstützend fördern und sollten ihm ein hohes Maß an Zutrauen entgegenbringen. Um ein gesundes Selbstwertgefühl zu entwickeln, muss ein Kind aber auch gefordert werden. Das bedeutet, man stellt Ansprüche an seine Leistungen und sein menschliches Verhalten. Ebenso wichtig ist es, dem Kind auch Grenzen aufzuzeigen und konsequent auf diese zu bestehen. Angemessene Grenzen geben dem Kind Sicherheit und Geborgenheit und die Orientierung an den menschlichen Werten macht es stark. Wenn die

Erziehung so verläuft und ein Mensch seinen Wert aus dem *Menschsein* bezieht, bekommt er ein starkes Selbstwertgefühl und hat damit die besten Voraussetzungen, einen hohen Grad an Persönlichkeit zu erreichen."
„Papa, du hast ja gerade meine eigene Erziehung beschrieben. Ich bin zwar noch keine Persönlichkeit, aber mit deiner Hilfe werde ich das bestimmt", meinte Sarah scherzend. Unverzüglich nahm Michael den Ball auf, zwinkerte ihr zu und versprach feierlich mit verstellter Stimme:
„Ich werde mir die allergrößte Mühe geben, mein Schatz."
Beide fingen an zu lachen und wussten, wie sie diese Worte einzuschätzen hatten. Als sie sich wieder gefangen hatten, meinte Sarah:
„Papa, das habe ich alles verstanden. Wie ist es aber bei einem Erwachsenen, der ein stärkeres Selbstwertgefühl bekommen will? Was muss der tun?"
„Für einen Erwachsenen ist relativ einfach, ein stärkeres Selbstwertgefühl zu erlangen. Erst einmal muss er seinen eigenen Wert erkennen. Dafür gibt es drei Quellen, aus denen er Informationen über sich erhalten kann. Die erste Quelle ist die Selbstbeobachtung, das heißt, er muss auf sein eigenes Verhalten achten. Die zweite Quelle ist die Selbsteinschätzung, das heißt, er beurteilt das eigene Verhalten. Die dritte Quelle ist die Rückmeldung durch andere Menschen. Dadurch erfährt er, wie sein Verhalten von anderen bewertet wird. Wichtig ist hierbei aber, sein Augenmerk auf die menschlichen Qualitäten zu lenken, nicht auf Aussehen, Fähigkeiten oder Leistungen. Wenn er so vorgeht, erhält er ein Bild von sich selbst und weiß, ob er menschlich denkt und handelt oder nicht. Bei dem einen genügt vielleicht schon die Feststellung, menschlich in Ordnung zu sein, um sein Selbstwertgefühl zu steigern. Der andere erkennt eventuell ein menschliches Defizit und hat dann die Möglichkeit, sich zum Positiven zu verändern und damit sein Selbstwertgefühl zu steigern. Schnell wird er feststellen, je mehr sein Selbstwertgefühl wächst, desto weniger werden ihn Statussymbole beeindrucken, desto weniger muss er sogenannten Prominenten nacheifern und desto weniger muss er bestimmte Kleidung tragen, nur weil sie gerade in ist."
„Und wie ist das bei mir, Papa?"
„Du hast schon ein starkes Selbstwertgefühl. Aber ich bin mir nicht sicher, ob dir das überhaupt bewusst ist."
Sarah zuckte mit den Schultern, fühlte sich aber wohl in ihrer Haut.
„Och, Papa, ich kann es zwar nicht richtig einschätzen, aber hoffentlich hast du Recht."
Michael nickte zustimmend, bevor er fortfuhr:
„Damit du aber eine genaue Vorstellung hast, was ein starkes Selbstwertgefühl ist, will ich meine Worte mal in ein treffendes Beispiel fassen. Erinnerst du dich noch an das Gartenfest bei Klaus letzten Monat?"
„Sehr gerne sogar, das war echt lustig."
„Lustig war's, bis auf die eine Situation."
„Ja, ich weiß, als der neue Nachbar Klaus immer wieder angegriffen hat. Der hat ja voll aufgedreht."
„Ja, ja, der Maier hat nicht nur aufgedreht, der hat auch ganz schön ausgeteilt. Aber Klaus war gar nicht angreifbar. Da konnte man wieder mal sehen, was für ein starkes Selbstwertgefühl er hat."
„Aber worum ging es dabei genau?"
„Die beiden haben ihre politischen Meinungen ausgetauscht."
„Papa, ausgetauscht ist gut", stellte Sarah lachend fest. „Der Maier hat doch Klaus mehrfach lautstark beleidigt."
„Ja, das hat er. Ist dir aber auch aufgefallen, wie souverän Klaus auf die verbalen Tiefschläge reagiert hat?"
„Na klar, unser Klaus ist doch eindeutig als Sieger hervorgegangen."
Verschmitzt lächelte Michael und fügte zufrieden hinzu:

„Ja, weil er ein ganz starkes Selbstwertgefühl hat. Er muss nicht um die Gunst anderer buhlen oder irgendjemandem etwas beweisen. Selbst wenn man ihn beleidigend angreift, reagiert er immer sachlich und gelassen. Siehst du, und das zeugt von innerer Stärke."
„Ach so, innere Stärke. Hm…….. sag' mal, Papa, was gibt es denn noch für Merkmale für ein starkes Selbstwertgefühl?"
„Oh, da gibt es so einige. Ein Mensch mit einem starken Selbstwertgefühl hat unter anderem eine hohe Selbstachtung, zeigt sich, wie er ist, und steht zu sich selbst. Er kennt weder Neid noch Eifersucht. Stattdessen ist er tolerant, behandelt andere als gleichwertig und besitzt Demut und Würde. Wie du vielleicht selbst schon erkennst, mein Schatz, basiert sein Selbstwertgefühl allein auf dem *Menschsein*. Es ist also nicht von Äußerlichkeiten wie Geld, Besitz oder Position abhängig. Auch in Krisensituationen, selbst wenn er Besitz oder Position verliert, behält er trotzdem sein Selbstwertgefühl. Solche Menschen sind wirklich souverän und meist auch glücklicher."
Man konnte förmlich merken, wie Sarahs Gedanken um die Merkmale eines starken Selbstwertgefühls kreisten.
„Du, Papa, jetzt ist mir auch klar, warum man mit einem starken Selbstwertgefühl einfacher durchs Leben kommt. Ein hohes Selbstwertgefühl verschafft uns Souveränität und macht uns für alle Lebenslagen stark."
Sarah verweilte geistig noch einen Moment bei diesem Thema und ordnete ihre Gedanken neu.
„Kannst du mir auch den Grund für ein schwaches Selbstwertgefühl erklären?" ergänzte sie.
„Nun, bei einem Menschen mit einem schwachen Selbstwertgefühl ist in der Erziehung grundsätzlich etwas schief gelaufen. Das kann verschiedene Gründe haben. Möglicherweise war das Kind ungewollt, wurde nicht geliebt oder wurde als Mensch und in seiner Entfaltung nicht geachtet. Vielleicht wurde es aber auch nicht seinen Fähigkeiten und Neigungen entsprechend gefördert und man hat ihm nichts zugetraut. Unter Umständen wurde es aber auch immer nur nach Äußerlichkeiten und nach seiner Leistung beurteilt. Wenn dann das Kind aber diese Anforderungen der Erziehenden nicht erfüllte, folgten als Strafe Liebesentzug, Ablehnung und Abwertung. Kein Wunder, dass ein Mensch auf diese Weise nur ein schwaches Selbstwertgefühl entwickeln kann. Er glaubt mit der Zeit selbst „Ich kann nichts, ich tauge nichts, ich bin dumm, ich bin ein Versager." Um trotzdem Anerkennung zu erlangen, geht er später oft auf die materielle Schiene und legt sich einen Schein-Selbstwert zu. Sein Selbstwertgefühl ist dann abhängig von Äußerlichkeiten, beruflichen Erfolgen und Statussymbolen. Gerade sie bieten ihm die Möglichkeit, seinen Mangel an Selbstwert wunderbar zu vertuschen. Anstatt sich auf seinen Wert als Mensch zu besinnen, kämpft er unablässig um die Erhaltung dieses äußeren Scheins. Du kannst dir ja sicher schon selbst vorstellen, was passiert, wenn solche Menschen diese Dinge dann wieder verlieren – dann bricht ihre Welt des „Mehr Schein als Sein" wie ein Kartenhaus zusammen."
„Unglaublich, was Eltern anrichten können!" regte sich Sarah auf, beruhigte sich aber, als sie ihren Gedanken weiter folgte, und fügte hinzu:
„Ich bin ja heilfroh, Papa, dass ihr nicht so seid und mir so etwas nicht passieren kann."
„Nein, mein Schatz, da brauchst du keine Angst haben. So etwas wird dir nicht widerfahren. Das pass' ich schon auf. Trotzdem will ich dir doch mal anhand eines Beispiels schildern, wohin so eine verhängnisvolle Erziehung führt."
Sarah setzte sich aufrecht, rückte näher an Michael heran, und war gleich Feuer und Flamme.
„Oh ja, Paps, erzähl mal. Das kann ich sicher gut in meinem Aufsatz unterbringen."
„Ich will dir mal von Ruth erzählen."
„Ruth, die Frau von Klaus?"
„Ja genau die."
„Oh, Ruth, die hat auch ein starkes Selbstwertgefühl. Und wie schön die Gitarre spielt und dabei die Leute mitreißen kann. Einfach super!"

„Ja“, antwortete Michael. „Sicher ist Ruth ein starker und ausgeglichener Mensch, eine richtige Persönlichkeit. Aber das war nicht immer so. Als wir mit Klaus und Ruth abends mal bei einem Glas Wein zusammen saßen, hat sie uns ihre traurige Geschichte erzählt.“
„Traurige Geschichte? Papa, was war denn da?“ fragte Sarah neugierig.
Michael stockte einen Augenblick.
„Weißt du, Ruth hatte eine schwere Kindheit. Sie kommt aus einem Elternhaus, wo jeder nur nach Leistung und Erfolg beurteilt wurde. Ihre Eltern legten größten Wert auf gute Noten, aber Ruths schulische Leistungen waren nur mittelmäßig. Ihre wahren Anlagen und Fähigkeiten wurden nicht erkannt beziehungsweise unterdrückt. Dass sie schon als Kind ein hilfsbereiter, rücksichtsvoller und kreativer Mensch war, fand bei den Eltern nicht die geringste Anerkennung. So wurde zum Beispiel ihr Wunsch, zu Weihnachten eine Gitarre zu bekommen, als blöd und unnütz abgetan und Musik als brotlose Kunst verurteilt. Da sie ihre wahren Begabungen und Fähigkeiten nicht entwickeln und auch nicht entfalten konnte, zog sie sich mehr und mehr zurück. Dadurch konnte sie den einseitigen Anforderungen der Eltern noch weniger gerecht werden und wurde von ihnen als unfähig, unzulänglich und dumm abgekanzelt. Dabei betonten sie immer wieder, dass Ruth es im Leben nie zu etwas bringen würde.“
„Ach Papa, wie kann man zu seinem Kind nur so gemein sein?“ empörte sich Sarah.
„Tja, viele Eltern wissen gar nicht, was sie da anrichten. Sie glauben, dass ihre Kinder nur über die Wissens- und Erfolgsschiene für das Leben gerüstet sind, und vernachlässigen dabei die menschliche Seite der Erziehung. Wen wundert es da, dass das Kind ein schwaches Selbstwertgefühl entwickelt.“
„Und wie ist es dann mit Ruth weitergegangen?“
„Wie sagt man so schön? Der stete Tropfen höhlt den Stein. Ruth konnte dem seelischen Druck und den Erniedrigungen auf Dauer nicht standhalten. Sie fühlte sich mit der Zeit mehr und mehr minderwertig und dachte „ich kann nichts, ich bin nichts.“ In der Schule wurde sie immer schlechter, hat den Kontakt zu Freundinnen zuerst reduziert, dann abgebrochen und ist alsbald vorzeitig von der Schule abgegangen. Anstatt einer Lehrstelle, hat sie einen Job als Bedienung angenommen, weil sie mittlerweile überzeugt war „mehr kann ich sowieso nicht.“ Damit war ihr trauriger Lebensweg eigentlich schon vorgezeichnet. Doch dann kam ihr Retter.“
„Und das war unser Klaus“, platzte Sarah freudig heraus.
„Richtig. Das war Klaus. Er las regelmäßig die Zeitung in dem Café, wo sie arbeitete. Zuerst war es nur Sympathie. Doch als sie sich dann einmal verabredet hatten, wurde aus ihnen schnell ein Liebespaar. Klaus erkannte sofort ihren Wert als Mensch und konnte auch ihre Anlagen richtig einschätzen. Und den Rest, den kennst du ja, Sarah. Heute sind sie ein glückliches Ehepaar. Ruth hat längst ihr Abitur nachgeholt, gibt – wie du ja weißt - Musikunterricht und verfügt nun, dank Klaus, über ein starkes Selbstwertgefühl.“
„Ach Papa, das ist ja eine richtig romantische Geschichte“, schwärmte Sarah begeistert. „Hat sich das wirklich so zugetragen?“
„Ja, du kannst es dir ja von Ruth bestätigen lassen. Ich habe es genauso erzählt, wie ich es gehört habe. Und das beweist, selbst wenn man unter einer falschen Erziehung zu leiden hatte, ist es auch später noch möglich, ein starkes Selbstwertgefühl zu erlangen. Durch die richtige Weichenstellung kann man das Leben dann doch noch meistern. “
„Mensch, Papa, gleichzeitig den Retter und den Mann für’s Leben zu treffen, das ist doch bestimmt selten. Da hat Ruth ja richtig Glück gehabt.“
Sarah hing in Gedanken noch einen Moment dieser Vorstellung nach und meinte mit leiser Stimme:
„Du, Papa, eigentlich wünsche ich allen Menschen wie Ruth, dass auch sie ihrem Klaus begegnen. Das wäre doch schön.“

„Ach, meine Große, nach diesem wundervollen Gespräch mit dir kann ich mich nur deinem Wunsch anschließen. Ich hoffe, dass alle Menschen mit einem schwachen Selbstwertgefühl irgendwann auf solch einen edlen Menschen treffen.

*

Leitgedanken zum Selbstwertgefühl

Ein starkes Selbstwertgefühl lässt uns
menschlich sein

Der Grund für ein schwaches Selbstwertgefühl
liegt in der falschen Erziehung

T

Toleranz

Michael und Sarah waren am Flughafen, um Jutta und Karin abzuholen, die eine Kurzreise nach Rom gemacht hatten. Erwartungsvoll standen sie bereits hinter der Glasscheibe in der Ankunftshalle, als die Durchsage kam, dass der Flug eine Stunde Verspätung hatte.
„Was? Eine Stunde Verspätung!“ jammerte Sarah los. „Mensch, Papa, was machen wir denn so lange?“
„Ach komm, ist doch nicht so schlimm. Was hältst du davon, wenn wir uns auf die Aussichtsterrasse setzen und der Freiheit des Fliegens zusehen?“ schlug Michael vor.
„Hey super!“ begeisterte sich Sarah sofort für diese Idee.
Unverzüglich machten sie sich auf den Weg zur Dachterrasse. Als ihnen unterwegs eine moslemische Pilgergruppe begegnete, betrachtete Sarah neugierig die entgegenkommenden Männer mit ihren langen Bärten. Sie fühlte sich jedoch etwas unbehaglich, als diese näher kamen und flüsterte Michael zu:
„Schau mal, Papa, die Leute da vorne mit den langen Bärten.“
„Ja, ich glaube, das sind Moslems. Die sind bestimmt auf dem Weg nach Mekka“, antwortete Michael, begriff aber nicht, warum sie plötzlich so leise sprach.
Im Restaurant wählten sie einen Platz am Fenster mit einem herrlichen Blick über das gesamte Flugfeld.“
„Und? Hatte ich dir zu viel versprochen?“
„Mensch, Papa, das ist ja eine phantastische Aussicht! Da bekommt man ja direkt Fernweh.“
Als der Kellner die Bestellung aufnahm, erblickte Sarah am Nebentisch einen Schwarzen. Kurz betrachtete sie ihn, ließ aber dann ihren Blick unauffällig weiter kreisen, bis ihre Augen an drei Inderinnen in ihren bunten Saris hängen blieben.
„Du, das ist hier ja richtig international“, sagte sie überrascht. „Schau mal, da sind Menschen aus aller Herren Länder. “
„Ja, ja, wir leben heute in einer mobilen Welt und gerade Flughäfen sind besondere Schnittstellen, wo verschiedene Kulturen aufeinander treffen. Hier begegnet man Menschen aus allen Erdteilen.“
Er hatte den Satz kaum ausgesprochen, als auch schon einige Japaner an ihrem Tisch vorbeikamen. Sie lachten und redeten in einer unverständlichen Sprache und fotografierten alles, was ihnen vor die Linse kam.
„An einem Ort wie diesem begreifst du, wie klein die Welt geworden ist. Hier findest du alle Nationalitäten.“
Einer Eingebung folgend fügte er hinzu:
„Du, Sarah, ich habe eine tolle Idee!“
„Ja, was denn, Papa?“
„Wir wollten doch heute das Päckchen mit dem T aufmachen. Du weißt ja, heute ist Toleranz dran.“
„Ja…….. aber erst heute Abend.“
„Warum nicht jetzt, meine Große? Wir haben eh nichts zu tun und müssen eine Stunde warten. So können wir diese Zeit doch wunderbar nutzen und über den menschlichen Grundwert Toleranz sprechen. Es gibt wohl keinen besseren Ort, um über Toleranz zu sprechen, als einen internationalen Flughafen, wo du die Vielfalt und unterschiedlichen Darstellungen von Menschen selbst verfolgen kannst. Hier kannst du mit eigenen Augen sehen und bestätigt bekommen, worüber wir reden.“
Sarah überlegte einen Moment. Dachte an die Pilgergruppe, schaute kurz auf den Schwarzen am Nebentisch, bevor ihr Blick noch einmal die indischen Frauen streifte. Zögernd meinte sie:

„Hm….eigentlich kein schlechter Vorschlag, Paps. Ich bin ja nirgends sonst von so vielen Menschen aus verschiedenen Kulturkreisen umgeben….das ist echt beeindruckend."
„In der Tat, das ist wirklich beeindruckend. Deshalb passt unser Gespräch auch wunderbar hierher, finde ich. An einem solchen Platz kannst du besonders gut die Unterschiede zu unserer eigenen Kultur erkennen."
„Ja Papa, ich sehe es ja selbst. Vorhin sind wir diesen Männern mit den langen Bärten begegnet und da drüben sitzen Inderinnen in ihren farbenprächtigen Saris. Ich habe schon begriffen, dass andere Kulturen andere Sitten und Gebräuche haben. Und ehrlich gesagt, ich finde das unheimlich interessant."
„Ich auch, und gerade diese Unterschiede muss man als Bereicherung sehen, weil sie unser Leben bunter machen. Und wenn man es genauer betrachtet, ist es eine Bereicherung für beide Seiten. Wir können von ihnen lernen und sie können von uns lernen."
„Stimmt, ein Austausch ist doch stets spannend und lehrreich. Und für andere Kulturen habe ich mich sowieso schon immer interessiert. Weißt du, ich habe ja auch zwei Türkinnen in meiner Klasse. Die sind wirklich nett, aber manchmal sind sie auch ganz nett anders."
„Na siehst du, und ohne Toleranz würdest du das Anderssein gar nicht nett finden. Deshalb glaube ich, dass es eine gute Entscheidung war, gerade hier mit dir über Toleranz zu sprechen. Jetzt hat es sogar einen Vorteil, dass Mamas Flieger Verspätung hat. Fangen wir doch gleich an! Und damit du gleich den richtigen Einstieg hast, gebe ich dir erst mal eine Definition von Toleranz."
„Nein, Papa, das brauchst du gar nicht", entgegnete sie selbstsicher. „Ich weiß schon, was Toleranz ist."
„In Ordnung", meine Michael, „dann erkläre mir doch mal Toleranz."
„Ja, Toleranz heißt, andere Menschen so zu nehmen, wie sie sind", brachte es Sarah auf den Punkt.
„Wie? War's das schon?" wunderte sich Michael.
„Wieso? Ist das nicht richtig?"
„Ja schon, aber Toleranz beinhaltet noch viel mehr, als nur die Leute so zu nehmen, wie sie sind."
„Ach ja?" gab sie erstaunt zurück. „Ich glaube, dann ist es doch besser, wenn du sie mir mal erklärst."
„Also gut, als erstes musst du wissen, dass Toleranz ein ganz wichtiger Bestandteil einer gesunden Gesellschaft ist. Toleranz schafft Harmonie über Unterschiede hinweg. Daher kann man auch sagen, je mehr Toleranz eine Gesellschaft besitzt, umso mehr Freiheit bedeutet das für den Einzelnen. Schau dich doch nur mal um, Sarah! Dann siehst du es mit eigenen Augen. Erst durch Toleranz wird es möglich, dass sich all diese verschiedenen Kulturen, all diese verschiedenen Lebensanschauungen und Religionen so friedlich begegnen……."
„……ich weiß, Papa", unterbrach Sarah ihren Vater. „Wir sollten Ausländern gegenüber immer Toleranz zeigen."
„Es ist schon richtig, was du da sagst. Aber Toleranz fängt bereits viel früher an, und zwar im Umgang mit unseren Mitmenschen, wie zum Beispiel in der eigenen Familie, im Freundeskreis, am Arbeitsplatz usw. Toleranz bedeutet nämlich, anderen mit Achtung und Offenheit zu begegnen und ihr Anderssein oder Andersdenken zu respektieren."
„Du, Papa, da sprichst du was an. Toleranz ist manchmal gar nicht so einfach, wenn ich da an die eine oder andere Klassenkameradin denke. Bei deren Meinungen und Einstellungen stehen mir ab und zu die Haare zu Berge."
„Gut! Dann weißt du ja, was ich meine. Toleranz heißt zwar wörtlich übersetzt Ertragen und Dulden. Das bedeutet aber nicht, dass man mit allem einverstanden sein muss, und auch nicht, dass man alles hinnehmen muss. Man darf das Anderssein seiner Mitmenschen nämlich nur so lange tolerieren, wie niemand in seiner Entfaltung eingeengt wird. Das heißt, sobald die

Grenze zum Mitmenschen überschritten wird, dieser in seiner Entfaltung eingeengt wird oder sogar Schaden nimmt, findet die Toleranz ihre Grenzen.“
„Papa, wenn ich richtig darüber nachdenke, hätte ich in meiner Klasse schon so manches Mal anders reagieren müssen.“
„Dazu hast du nicht nur das Recht, meine Große, sondern auch die Pflicht. Jeder Mensch sollte sofort einschreiten und andere in ihre Schranken weisen, sobald sie die Grenzen der Toleranz verletzen.“
„Papa, das erfordert ja Courage.“
„Genau, mein Schatz, wenn man der Toleranz eine Grenze setzen will, muss man Courage zeigen. Das ist nicht immer einfach. Und das eine oder andere Mal muss man sicher über seinen Schatten springen. Aber wenn jeder einen Beitrag leisten würde, sei er auch noch so klein, würde viel Unrecht im Keim erstickt und die Harmonie zwischen den Menschen wäre größer und damit das Zusammenleben einfacher.“
Sarah dachte noch mal an die verschiedenen Vorfälle in ihrer Klasse und nahm sich für die Zukunft vor, rechtzeitig einzugreifen, wenn wieder einmal die Würde eines Mitschülers nicht geachtet wird. Sie verblieb noch einen weiteren Augenblick bei ihren Gedanken, bevor sie sich mit einer Bitte an ihren Vater wandte:
„Papa, wenn du mir etwas erklärst, verpackst du das doch immer so schön in Beispielen. Hast du hier vielleicht auch eines?“ fragte sie voller Erwartung.
„Eines? Ich könnte dir –zig Beispiele von toleranten Menschen aufzeigen. Aber ich will es jetzt einmal anders tun. Also, stell dir mal vor“, begann er gefühlvoll, „du gehst an einem schönen Herbstnachmittag in einem Laubwald spazieren. Die Sonnenstrahlen durchdringen die Baumkronen und zaubern auf den Blättern eine bunte Farbenpracht hervor. Die unzähligen Töne und Nuancen der Farbpalette spiegeln sich im Licht wider und versetzen dich in gute Laune. Mit jedem Schritt genießt du dieses beeindruckende Erlebnis, weißt aber auch, dass dieses faszinierende Zusammenspiel der Farben nur möglich ist, weil es so viele unterschiedliche Farben gibt. Dabei leistet jede dieser Farben ihren Beitrag, denn nur so hat die Natur auch die Möglichkeit, sich in ihrer Vielfalt darzustellen.“
Sarah gefiel dieses Beispiel, weil sie oft selbst durch den Wald lief und ihr dieses Naturschauspiel vertraut war.
„Oh, Papa, ich weiß, was du mir damit sagen willst. So wie die vielen Farben den Wald bunt machen, bringen die unterschiedlichen Menschen Farbe in unser Leben. Wenn der Wald nämlich nur eine einzige Farbe hätte, könnte er weder seine Schönheit noch seinen Reichtum zeigen und wäre damit trist, eintönig und langweilig. Und bei den Menschen ist es nicht anders. Erst durch ihre Vielfalt wird unser Leben reich und interessant.“
„Ich sehe schon, du hast genau verstanden, was ich mit diesem Beispiel ausdrücken wollte. Siehst du, und damit wir uns an der Vielfalt der Menschen erfreuen können, brauchen wir Toleranz. Denn nur Toleranz lässt jeden Menschen in seiner Gesamtheit aufblühen und somit zum Farbenreichtum der Menschheit beitragen.“
„Papa, jetzt hast du mir die Menschheit im Ganzen ja anschaulich beschrieben. Aber wie ist es beim Einzelnen?“ hakte sie nach. „Wie denkt und handelt denn ein toleranter Mensch?“
„Ein toleranter Mensch hat begriffen, dass jeder Mensch ein Mensch ist und jeder Mensch Würde hat und Achtung verdient. Er will dem Glück eines anderen nichts in den Weg stellen, handelt immer nach der Devise: leben und leben lassen, weil er weiß, dass jeder die Welt nur aus seiner Sicht sehen kann. Daher setzt er Zeichen und billigt jedem das Recht zu, anders zu denken, anders zu fühlen und anders zu sein. Er fordert von seinen Mitmenschen keine Einschränkung und auch keine Unterwerfung. Er will sich nicht über andere erheben und sie nicht unterdrücken, sondern gestattet jedem Menschen – egal welcher Überzeugung, egal welcher Kultur, egal welcher Religion und welcher Hautfarbe - seine Ursprünglichkeit und seine Individualität. “

„Ich könnte mir vorstellen“, fügte sie seinen Ausführungen hinzu, „mit mehr Toleranz in der Welt würde es weniger Kriege, aber dafür mehr Frieden geben.“
Beide schwiegen einen Moment und jeder dachte auf seine Art über diesen Satz nach. Als Michael bejahend vor sich hin nickte, fuhr Sarah fort:
„Leider sind ja nicht alle Menschen tolerant. Kannst du mir mal sagen, warum ein Mensch intolerant ist?“
„Das ist leicht zu erklären. Der Grund kann ein Mangel an Bildung oder Information sein, aber meist entsteht Intoleranz aus einem Gefühl der Minderwertigkeit.“
„Du, Papa, das erinnert mich jetzt an das letzte Päckchen, das wir aufgemacht haben - an das Selbstwertgefühl.“
„Genau, meine Große, das hast du richtig erkannt. Besonders Menschen mit einem schwachen Selbstwertgefühl neigen zur Intoleranz. Damit sie ihre eigene Unzulänglichkeit nicht zugeben müssen, erheben sie sich aus Selbstschutz über andere und stellen ihre eigene Meinung als einzig richtige hin. Sie wollen weder wahrhaben noch zugeben, dass es neben ihren eigenen Vorstellungen und der eigenen Lebenseinstellung auch noch andere Denkweisen, andere Überzeugungen mit gleichem Anspruch und gleichem Recht gibt. Der Grund dafür ist, sie halten sich für etwas Besseres - und gerade durch dieses Verhalten verraten sie sich selbst. Denn sich über jemanden zu erheben, ist immer ein Zeichen für persönliche Schwäche.“
„Ach, so kommt also Intoleranz zustande. Gut, dass ich das weiß. Jetzt kann ich so manche Situation besser einschätzen und beurteilen. Du, sag’ mal, wie erkennt man eigentlich einen intoleranten Menschen im täglichen Leben?“
„Ach, der ist einfach rauszufiltern. Ein intoleranter Mensch geht stets mit Vorurteilen und vorgefertigten Meinungen durchs Leben. Egal wo er ist, egal mit wem er zusammen ist, ständig verurteilt er andere, kritisiert sie ungerechtfertigt oder lästert gehässig über ihre Ansichten. Niemals bemüht er sich, andere und ihre Sichtweisen zu verstehen, sondern will ihnen immer seine eigenen Überzeugungen aufzwingen. Er will einfach nicht anerkennen, dass jeder Mensch das Recht hat, so zu bleiben, wie er ist. Um sein Minderwertigkeitsgefühl zu verbergen, bewertet er besonders gern das Leben anderer, auch wenn es ihn nichts angeht. Aber in diesem Augenblick triumphiert er, weil er sich wieder mal über andere erheben kann. Dies gibt seiner schwachen Persönlichkeit kurzfristig Genugtuung.“
„Ach Papa, so einer ist ja ein richtiges Ekelpaket. Wer will mit so einem schon was zu tun haben? Sag’ mal, wird der nicht überall abgelehnt?“
„Natürlich wird der abgelehnt, aber es dauert einige Zeit, bis seine Maske fällt und er sich selbst entlarvt.“
„Wie? Der entlarvt sich selbst?“ wollte Sarah wissen.
„Ja, glücklicherweise entlarvt er sich selbst. In Gesprächen und Diskussionen redet der Intolerante nie richtig frei, sondern argumentiert stets aus einer verdeckten Position heraus. Da er von einem Schwarz-Weiß-Denken geprägt ist, beginnt er nach einer gewissen Zeit zu polarisieren und benutzt dabei immer mehr seine Lieblingsworte: gut-schlecht; besser-schlechter. Je länger man mit ihm spricht, umso mehr zeigt er dann sein wahres Gesicht. Während er anfangs noch Interesse an den Meinungen und Vorstellungen anderer vortäuschte, empfindet er plötzlich gegensätzliche Meinungen als Kritik an seiner Person, wird rechthaberisch und nimmt eine aggressive Abwehrhaltung ein.“
„Papa, wie verhält man sich am besten, wenn man auf solche Fieslinge trifft?“
„Intoleranz soll und darf man zu keinem Zeitpunkt tolerieren. Man muss intoleranten Leuten schon im Vorfeld Paroli bieten und ihnen die gelbe Karte zeigen. Das tut man am besten ruhig und gelassen, aber stets mit Nachdruck und Bestimmtheit.“
„Du, jetzt bin ich wirklich froh, dass wir diese Stunde so gut genutzt haben. Eigentlich konnte mir gar nichts Besseres passieren als diese Verspätung. Denn erst jetzt weiß ich wirklich, was Toleranz ist, und wie wichtig dieser menschliche Wert für das Zusammenleben

von Menschen ist. Und eins verspreche ich dir, Papa, ich werde in Zukunft, besonders in meinem Umfeld, mehr Toleranz einfordern.“
„Schatz, ich freue mich, dass du diesen menschlichen Grundwert so gut angenommen hast. Du hast begriffen, dass alle Menschen, trotz ihrer Unterschiedlichkeit, trotz ihrer Andersartigkeit den gleichen Wert haben. Und dass du in Zukunft selbst mehr Toleranz einfordern willst, macht mich wirklich glücklich. Denn damit leistest du einen wertvollen Beitrag für mehr Frieden und Gerechtigkeit in unserer Welt. Und je mehr Menschen Toleranz zeigen und Intoleranz ablehnen, verhindern und unterbinden, umso mehr kommt das Gesamtbild der Menschheit, wie der Brillant mit seinen Facetten, zum Glänzen.“

*

Leitgedanken zur Toleranz

Leben und leben lassen ist der Grundsatz
der Toleranz

Toleranz schafft Harmonie über
Unterschiede weg

U

Umsicht

Die Familie saß gemeinsam am Tisch. Angeregt unterhielten sich Jutta und Michael und sprachen schier ohne Ende über den anstehenden Urlaub. Als Sarah die Zeit davonzulaufen schien, deutete sie mit dem Finger auf ihre Uhr.
„Papa, du denkst dran“, meinte sie und unterstrich ihre Erinnerung mit einem energischen Kopfnicken. „Wir wollen ja nach dem Essen noch ein Päckchen aufmachen.“
„Ja, ja, ich weiß, mein Schatz, das Päckchen mit dem U. Es geht auch gleich los. Aber hast du schon mal nach draußen geschaut, was für ein herrliches Wetter wir haben? Was hältst du davon, wenn wir uns in den Garten setzen und die letzten Sonnenstrahlen des Jahres genießen?“ schlug Michael vor.
„Klasse, Papa, das ist eine super Idee. Das machen wir.“
„Jutta, du setzt dich doch auch zu uns, nicht wahr?“
„Ja, Michael, später gerne, aber ich muss zuerst noch mit Karin telefonieren. Ihr könnt schon mal vorgehen, ich komme dann nach.“
Sarah und Michael nahmen ihre Gläser und gingen in den Garten. Als Michael die Tür öffnete, drehte er sich noch einmal um und rief:
„Bello, komm, du kannst uns begleiten!“
Ungestüm sprang der Hund mehrfach an ihnen hoch, bellte freudig und folgte ihnen. Nach dem sie sich gesetzt hatten, legte er sich dann brav zu ihren Füßen.
„Na, Sarah, weißt du, was sich hinter dem U verbirgt?“ begann Michael das Gespräch.
„Nein, Papa, aber ich will auch nicht raten. Sag’s mir einfach!“
„Einverstanden. Das U steht für Umsicht.“
„Umsicht? Ach, Paps, du nimmst manchmal Begriffe, mit denen ich überhaupt nichts anfangen kann.“
Sarah überlegte einen Moment, bevor sie einräumte:
„Andererseits bin ich nachher immer froh, dass du sie mir so ausführlich erklärt hast.“
„Ja, meine Große, bei Umsicht wird es bestimmt nicht anders sein. Ich bin sicher, dass auch dieser menschliche Grundwert für dich eine Bereicherung darstellen wird.“
„Na gut, dann fangen wir doch gleich an!“ sagte sie und drehte ihr Gesicht in die Sonne.
„Also, dann werde ich dir jetzt mal die Umsicht erklären. Umsicht ist eine Tugend, die aus der Gewissenhaftigkeit, dem Verantwortungsbewusstsein und der Besonnenheit entspringt. Sie ist das Zusammenwirken von Vorsicht, Rücksicht und Klugheit, aber in einer höheren Form. Wörtlich genommen heißt Umsicht, sich nach allen Seiten *umzusehen* ---- bevor man etwas tut.“
„Mensch, Papa“, stöhnte sie, „du klingst wie ein Philosoph. Kannst du’s denn nicht einfacher ausdrücken?“
„Ich gebe ja zu, es ist nicht ganz leicht zu erklären. Aber Umsicht ist leicht in der Anwendung, wenn man erst mal begriffen hat, dass sie menschliche Brücken baut und dem Zusammenleben der Menschen Wärme verleiht. Wo Umsicht angewandt wird, ist es für die Menschen ein Gewinn, wo Umsicht fehlt, ist es für die Menschen ein Verlust.“
Mit dieser Aussage konnte Sarah nicht viel anfangen.
„Das musst du mir jetzt aber genauer beschreiben“, forderte sie.
„Also pass auf. Ein umsichtiger Mensch fühlt sich immer für sein Tun und gegenüber seinem Gewissen verantwortlich. Er ist sich jederzeit über die Konsequenzen seines Verhaltens im Klaren. Daher handelt er im Umgang mit seinen Mitmenschen stets gewissenhaft und besonnen, um niemanden zu verletzen und niemandem zu schaden. Sein umsichtiges Verhalten zeigt den Mitmenschen, dass sie geschätzt und geachtet werden. Und wenn viele so klug handelten, wäre die Welt friedlicher und harmonischer. Es gäbe weniger Provokation und Aggression, weniger Rachegefühle und Feindseligkeit. Das Zusammenleben der Menschen wäre dann von Verantwortung und Rücksicht geprägt und damit menschlicher.“

„Oh, das hört sich richtig edel an. Jetzt kann ich auch verstehen, warum Umsicht ein menschlicher Wert ist. Und was du eben mit Gewinn für alle gemeint hast, wird mir nun auch deutlich."

„Ja, meine Große, Umsicht ist ein menschlicher Wert, und sogar ein ganz, ganz wichtiger. Aber leider wird Umsicht in der heutigen Zeit, die so sehr von Egoismus und materiellem Denken geprägt ist, mehr und mehr vernachlässigt. Und warum? Weil Umsicht menschliche Tugenden erfordert, die nach Meinung vieler aber nicht in den Zeitgeist passen. Und gerade diesen Menschen wünsche ich, auch einmal in eine Situation zu geraten……."

„Ach, Papa, ich weiß schon, was du mir sagen willst", unterbrach sie ihn. „Aber sag's doch einfach in einem Beispiel."

„Gerne, mein Schatz. Es kann nämlich jedem passieren, dass er auf umsichtige Menschen angewiesen ist. Denk doch mal an meinen Lieblingsonkel, an Onkel Kurt."

„Onkel Kurt, was ist denn mit dem?"

„Du weißt ja, dass Onkel Kurt vor zwei Jahren einen Schlaganfall hatte. Seitdem benötigt er viel Pflege, weil er mehrere Dinge nicht mehr selber tun kann. Bis vor einem Jahr war das ja kein Problem, aber als Tante Hetty unerwartet starb, stand Onkel Kurt plötzlich ganz alleine da und war auf fremde Hilfe angewiesen."

„Papa, das weiß ich. Aber jetzt kommt doch immer Frank ins Haus, der nette Pfleger."

„Ja, genau. Der kommt dreimal pro Woche, um die nötigen Arbeiten zu erledigen und mit Onkel Kurt seine Übungen zu machen. Da ich meinen Onkel ja oft besuche, treffe ich auch Frank immer wieder. Ich kann dir sagen, Sarah, diesen Menschen bewundere ich, wie umsichtig er doch mit seinem Patienten umgeht. Als erstes fiel mir an ihm auf, wie offen er anderen begegnet, mit ihnen spricht und wie viel Achtung er ihnen entgegenbringt. Bei ihm merkt man sofort, dass ihm das Wohl seiner Mitmenschen am Herzen liegt. Dabei ist es egal, was er gerade tut, ob er mit Onkel Kurt eine Übung macht, einen Verband wechselt oder Trost spendet, stets wird seine menschliche Haltung deutlich. Alles macht er überlegt und mit Bedacht, ist nie grob oder unvorsichtig, sondern stets einfühlsam, rücksichtsvoll und vorausschauend. Der Grund für sein umsichtiges Verhalten ist seine Achtung vor Menschen, sein Verantwortungsbewusstsein und seine Besonnenheit. Auf der anderen Seite ist er ein ganz lebendiger Mensch, kann herzhaft lachen und ist jederzeit für einen Scherz zu haben. Und wenn er von seinen Reisen mit dem Motorrad erzählt, hört man ihm gerne zu und die Zeit vergeht wie im Fluge. Wirklich, dieser Mensch ist ein Gewinn für seine Mitmenschen."

„Das finde ich auch, Papa, Frank war mir von Anfang an sympathisch. Und wie er redet…… man fasst sofort Vertrauen zu ihm."

„Ja, das kann ich nur bestätigen. Er ist sogar mehr als sympathisch. Das liegt sicher an seiner Offenheit, an der Art, wie er auf Menschen eingeht, und an seiner Herzenswärme, die man schon bei der ersten Begegnung spürt. Bei Frank hat der Egoismus keine Chance und auch ein Vorteilsdenken ist ihm fremd. Stattdessen zeigt er sich immer hilfsbereit, nachsichtig und gütig. Und wie würde es Onkel Kurt heute ergehen, wenn sich nicht so ein umsichtiger Mensch um ihn kümmern würde?" fragte Michael besorgt.

„Daran will ich gar nicht denken, Paps, echt nicht! Aber jetzt, wo du mir das sagst, habe ich restlos geschnallt, wie wichtig Umsicht doch für das Zusammenleben von Menschen ist. Aber dass dieser menschliche Wert in der heutigen Zeit so untergeht, kann ich mir eigentlich gar nicht vorstellen. Und vor allen Dingen frage ich mich jetzt, wie Menschen miteinander umgehen, wenn sie keine Umsicht haben."

„Da brauchst du doch nur mit offenen Augen durch die Welt zu gehen, dann wirst du dich wundern."

„Wundern? Du, das verstehe ich jetzt aber nicht. Wie meinst du das denn?"

„In allen Bereichen des Lebens, wo man geht und steht, stößt man auf fehlende Umsicht. Ich will dir mal anhand einer wahren Begebenheit erklären, was geschieht, wenn Umsicht keine Rolle mehr spielt und nicht mehr zählt.

Mein Arbeitskollege Hans Huber, der vorher in meiner Abteilung gearbeitet hatte, ist versetzt worden. Er arbeitet jetzt im Marketing. Wie er mir erzählte, ist sein neuer Chef ein ganz unangenehmer Zeitgenosse, ein typischer Aufsteiger, der nur eins im Sinn hat: auf der Karriereleiter noch höher zu klettern, und das so schnell wie möglich. Dafür ist ihm jedes Mittel recht. Wie sich das auf seine Mitarbeiter auswirkt, ist ihm völlig egal. Von Hans erfuhr ich, wie alle Kollegen unter diesem Menschen leiden, und welchen Druck er ausübt. „Vorher hatten wir immer ein harmonisches Miteinander und ein gutes Arbeitsklima", beklagte er sich. „Aber jetzt dreht sich alles nur noch um Zahlen, um Erfolg und Anerkennung. Die Menschlichkeit ist mittlerweile gänzlich auf der Strecke geblieben, wodurch die Atmosphäre untereinander angespannt, unpersönlich und kalt geworden ist."
„Oh, Mann, mich fröstelt es schon vom Zuhören!"
„Ja, die menschliche Kälte breitet sich in unserer Gesellschaft leider immer mehr aus. Das hat mir Hans auch bestätigt. Als ich ihn fragte, wie sich das denn zeigt, antwortete er:
„Diesem Karrieretyp fehlt es total an menschlicher Achtung, der hat kein Einfühlungsvermögen und keine Spur von Mitgefühl. In seiner herablassenden Art treibt er immer wieder Keile zwischen die Mitarbeiter, hetzt sie gegeneinander auf und erstickt jede aufkommende Harmonie sofort im Keim. Du wirst es nicht glauben, aber als die Frau eines Kollegen einen Unfall hatte, wollte dieser früher Schluss machen und seine Frau im Krankenhaus besuchen. Doch unser neuer Chef bestand darauf, dass er blieb und erst seine Arbeit zu Ende brachte. Auf den Hinweis, dass seine Frau verletzt im Krankenhaus lag und menschliche Unterstützung bräuchte, sagte er nur: „Unsere Arbeit geht vor." Als der Kollege etwas erwidern wollte, schnitt ihm der Chef das Wort ab und sagte: „Wenn Ihnen der Job nicht gefällt, können Sie sich ja einen anderen suchen."
„Mensch, von Anteilnahme hat der wohl noch nie etwas gehört!"
„Ja, typisch egoistisch! Nicht anders war sein Verhalten gegenüber der Sekretärin, die einen Fehler gemacht hatte. Hinterhältig wartete er, bis alle zusammen waren und er sie vor der ganzen Abteilung bloßstellen konnte. Ich kann nur wiederholen, dieser Mensch hat überhaupt keine Achtung. Und Umsicht ist ihm etwas ganz Fremdes. Dem ist es total egal, wie es um das Wohl seiner Mitarbeiter bestellt ist. Ihn interessiert auch nicht, ob sie einen Nachteil hinnehmen müssen oder durch die Anforderungen Schaden nehmen. Der trampelt mit vollem Bewusstsein alles rücksichtslos nieder. Eigentlich hat der nur eines im Sinn: Wie komme ich noch schneller nach oben? Wie kann ich vor meinem Chef glänzen? Der ist so ein richtiger Egoist, das ist zum Kotzen!"
Sarah schüttelte den Kopf.
„Papa, soviel Unmenschlichkeit, das ist doch nicht zu fassen. Ist das die sogenannte Ellenbogengesellschaft, von der man immer spricht?" fragte Sarah erschüttert.
„Ja, das ist diese Ellenbogengesellschaft, in der diese Aufsteigermentalität mittlerweile etwas ganz Normales geworden ist. Egal wie, jeder will nur nach oben. "
„Weiß dieser Chef denn gar nicht, was er durch sein Verhalten auslöst, was dadurch entsteht?"
„Ach, das interessiert den doch nicht. Umsicht ist für ihn ein Fremdwort --- so einer *schaut nicht um sich!* --- und warum, weil er ein Egoist ist. Wie man sieht, fehlt es ihm an Menschlichkeit in jeglicher Form. Selbstsüchtig denkt er nur an sich, an sein Ziel und seinen persönlichen Vorteil. Wie andere damit zurechtkommen, ob sie leiden oder auf der Strecke bleiben, das ist ihm völlig gleichgültig. Für ihn gilt nur: ich – ich – ich und noch mal ich…….. welchen Scherbenhaufen er dabei hinterlässt, das juckt den nicht im geringsten."
„Oh, Papa, ich denke jetzt an Onkel Kurt. Wenn dieser Chef auch mal in so eine Situation gerät, aber dann keinen Frank hat……
„……tja, wenn so ein rücksichtsloser Mensch eines Tages auf die Hilfe und Umsicht anderer Menschen angewiesen ist, aber auf den gleichen Typ trifft wie er selber, dann wird er merken, wie wichtig Umsicht für Menschen ist und wird Umsicht schmerzlich vermissen.

……aber dann ist es zu spät. So wird das Leid, das er anderen zufügte, plötzlich sein eigenes Leid.“
„Papa, ich verstehe das gar nicht, dass so viele Menschen keine Umsicht walten lassen. Es müsste doch eigentlich jeder vor Augen haben, dass ein Zusammenleben ohne Umsicht gar nicht möglich ist, dass Umsicht in einer Gesellschaft unverzichtbar ist.“
„Kompliment, meine Große, wie gut du das erkannt hast. Es ist einfach so: eine Gesellschaft ohne Umsicht ist eine arme Gesellschaft. Aber das scheinen viele nicht zu begreifen.“
„Papa, fehlende Umsicht ist doch immer eine Folge des Egoismus.“
„Absolut“, bestätigte er Sarah, „und von daher ist es mir unverständlich, warum heutzutage so viele Menschen, wie dieser Chef, in den Egoismus abdriften. Ob das dann im Kleinen oder im Großen passiert, spielt gar keine Rolle. Der Weg ist nämlich immer der gleiche und führt letztendlich in die Einsamkeit --- aber darüber scheint sich so ein Mensch keine Gedanken zu machen.“
„Mensch, Papa, weißt du was? Eigentlich müsstest du dich mit diesem Typ mal hinsetzen und dem die menschlichen Werte beibringen!“
„Nicht nur dem Sarah, da gäbe es noch viele, die Nachhilfe in Menschlichkeit nötig hätten. Sicher könnte ich da richtige Wochenendkurse abhalten.“
Michael musste bei dieser Vorstellung laut lachen und meinte:
„Und diese Kurse für Lebenshilfe wären zweifelsfrei schon Monate im voraus ausgebucht…….“
Sarah blinzelte mit breitem Grinsen in die Sonne und genoss die nackte Wahrheit, die so schön witzig verpackt war. Kichernd nickte sie noch mehrmals vor sich hin, bevor sie wieder zum Thema zurückkehrte, und abschließend fragte:
„Papa, wenn du jetzt Umsicht mit einem Satz ausdrücken müsstest, wie würdest du das formulieren?“
„Schatz, wie ich dir schon sagte, braucht man in einer Gesellschaft Umsicht. Sie verhindert gegenseitige Verletzungen, Einschränkung und unnötiges Leid. Wo Umsicht gewährt wird, kann sich jeder im Rahmen der Möglichkeiten unbeschadet entfalten. Denn nur wer *um sich sieht*, weiß auch, was er durch sein Verhalten anrichtet…….“
Michael wollte noch etwas hinzufügen, als er von Sarah abrupt unterbrochen wurde:
„Papa!!! Nur einen Satz bitte!“
„Jaaa……Umsicht ist ein Zeichen von Menschsein.“

*

Leitgedanken zur Umsicht

Umsicht bringt menschliche Wärme

Eine Gesellschaft ohne Umsicht ist
eine arme Gesellschaft

V

Verantwortung

Sarahs Tür stand einen Spalt weit offen, als Michael sich ihrem Zimmer näherte. Schon vom Flur aus rief er:
„Sarah, hier bin ich. Was wolltest du denn?“
„Mensch, Papa, endlich kommst du“, hallte es ungeduldig durch die Tür.
Als Michael das Zimmer betrat, sah er seine Tochter ratlos am Computer sitzen.
„Du hattest noch eine Frage?“
„Ja, Paps, schau doch mal nach meinem blöden Computer, da geht nichts mehr. Es ist zum Verrücktwerden!“
„Lass mal sehen“, sagte er besänftigend.
Es dauerte nur einen kurzen Moment, bis er hinzufügte:
„Ach, ich hab’s schon, der hat sich aufgehängt. Ist aber kein Problem. Schau mal, du musst nur diese Tasten hier drücken.“
Michael zeigte ihr mit wenigen Handgriffen, wie sie ein solches Problem zukünftig schnell selbst beseitigen konnte.
„Siehst du, so einfach ist das.“
„Was, das ist schon alles? So leicht lässt sich das lösen?“ fragte sie erstaunt.
„Ja, das ist alles. Jetzt kannst du weitermachen.“
Doch Sarah lehnte sich zurück und ließ ihre Arme baumeln.
„Ach, ich habe gar keine Lust mehr auf Hausaufgaben, Paps. Können wir nicht über etwas anderes reden?“
„Gern, wenn du willst, machen wir ein Päckchen auf.“
„Ja, das ist mir jedenfalls lieber, als jetzt hier weiterzuarbeiten.“
„Gut, Sarah, dann lass uns doch über den nächsten Werte-Begriff reden. Du weißt ja, jetzt kommt das V. Und das V steht für die viel gepriesene Verantwortung.“
„Mensch, Papa, das ist ja nicht schwer. Mit Verantwortung kenne ich mich aus. Ihr habt mir doch schon als Kind beigebracht, Verantwortung zu zeigen und zu übernehmen. Ich denke, das tu ich auch, oder?“
„Ja, meine Große, natürlich bist du bereit, Verantwortung zu übernehmen, und das finde ich auch ganz bemerkenswert. Aber damit ist es noch nicht getan.“
Sarah machte es sich gemütlich auf der Couch, schlug die Beine übereinander und schaute ihren Vater herausfordernd an.
„Warum Papa? Ich weiß doch, was Verantwortung ist“, behauptete sie überzeugt.
„Selbstverständlich kennst du Verantwortung, mein Schatz. Aber bisher hast du nur für dich selbst Verantwortung übernehmen müssen. Du kümmerst dich um deine Schularbeiten, um deine Aufgaben zu Hause und verantwortest auch dein Verhalten gegenüber der Familie, Freunden oder anderen Menschen. Soweit ist dir Verantwortung vertraut. Doch der menschliche Wert Verantwortung umfasst viel mehr, als dir wahrscheinlich bewusst ist."
Sarah überlegte einen Augenblick, bevor sie lässig von sich gab:
„Tja, wenn du denkst, da gibt es noch mehr, was ich wissen sollte – dann mal los!“
Michael schmunzelte über Sarahs kecke Art, wurde dann aber wieder sachlich:
„Ja, ja, da gibt es schon noch etwas. Aber ich will dir erst mal beschreiben, was Verantwortung eigentlich ist. Also: Verantwortung bedeutet, für die Folgen einer Handlung oder Entscheidung gerade zu stehen und dann auch die Konsequenzen zu tragen. Und nur wer das in vollem Umfang leistet, steht auch wirklich mit beiden Beinen im Leben. Doch jeder Mensch erreicht Verantwortung zu einem anderen Zeitpunkt. Der eine wird durch die Erziehung schon eher an die Eigenverantwortung herangeführt, der andere später. Wieder andere gelangen erst durch Selbsterfahrung zur Verantwortung. Aber letztendlich ist Verantwortung immer eine Frage des Bewusstseins und der menschlichen Bildung. Da aber die Verantwortung ein weites Feld ist, muss man wissen, dass sie sich in drei Bereiche gliedert.“
„Drei Bereiche?“

„Ja, drei Bereiche“, bekräftigte Michael.
Der erste Bereich betrifft die Verantwortung für das eigene Tun.
Der zweite Bereich betrifft die Mitverantwortung für eine Handlung anderer.
Der dritte Bereich betrifft die Verantwortung für andere, die einem anvertraut sind.“
„Also Papa, das mit den drei Bereichen ist mir jetzt wirklich neu…….“
„Das glaube ich dir, mein Schatz, weil du bisher nur den ersten Bereich kanntest. Die beiden anderen sind Neuland für dich. Daher kannst du auch nicht wissen, dass sich diese drei Bereiche wie eine Pyramide aufeinander aufbauen. Aber weil der Umfang der Verantwortung so groß ist, werde ich dir jetzt jeden Bereich dieser Pyramide Schritt für Schritt erklären.“
„Tu das, Papa, aber bitte in kleinen Schritten – und wenn’s geht ausführlich.“
„Keine Angst, Sarah, ich mach’s nicht so kompliziert. Fangen wir also mit dem ersten Bereich an. Er bildet den Sockel dieser Pyramide. In diesem Bereich geht es darum, die Verantwortung für das eigene Tun zu übernehmen. Das heißt, man steht für die Folgen einer Handlung oder Entscheidung gerade und trägt die Konsequenzen, die sich daraus ergeben. Übernimmt man die Verantwortung für einen Fehler, ist man auch bereit, diesen ehrlich zuzugeben, die Schuld einzugestehen, und eventuell eine Strafe auf sich zu nehmen. Natürlich wird sich ein verantwortungsbewusster Mensch auch immer entschuldigen und stets bemüht sein, den Schaden wieder gutzumachen.“
„Aber Papa, ich kann dir sagen, manchmal ist es wirklich nicht leicht, einen Fehler zuzugeben.“
„Wem sagst du das. Ich will dir mal von einem Vorfall erzählen, wo ich das selbst erfahren musste. Es war in der achten Klasse, da wurde von mir auch Verantwortung eingefordert.“
„Aha, was war denn da?“ fragte Sarah gleich neugierig.
„Ach, eigentlich nichts Schlimmes. In der Pause rauften ein Schulkamerad und ich im Klassenzimmer. Du weißt ja, wie Jungs sind. Unglücklicherweise prallten wir dabei gegen eine geöffnete Schranktür, die mit lautem Krachen aus den Scharnieren gerissen wurde. Da aber die Pause schon zu Ende war, hatten wir keine Möglichkeit mehr zum Reparieren. Als der Lehrer kurz darauf den Klassenraum betrat, fiel sein Blick sofort auf die herausgerissene Tür, die immer noch am Boden lag.
„Wer war das?“ war sein einziger Kommentar. Dabei warf er einen strengen Blick in die Runde. Da nur Schweigen folgte, fragte er ein zweites Mal. Als sich wieder niemand meldete, wurde er ungehalten und rief in die Klasse: „Bin ich denn hier nur von Feiglingen umgeben?“ Oh, ich weiß es noch wie heute, Sarah. Da fühlte ich mich persönlich angesprochen. Denn das konnte ich nicht auf mir sitzen lassen. Ich, ein Feigling? Plötzlich war ich mir meiner Verantwortung bewusst. Also konnte ich nicht anders, und ich erinnere mich genau, wie meine Hand sich langsam und zaghaft nach oben bewegte. Als mein Klassenkamerad das sah, meldete er sich genauso verschüchtert.“
„Ja, aber warum hast du dich denn nicht gleich gemeldet?“
„Du hast Recht. Das wäre natürlich richtig gewesen. Doch ich habe mich aus Angst zurückgehalten.“
„Aus Angst? Wovor hattest du denn Angst?“, fragte Sarah unbefangen.
„Einerseits hatte ich Angst vor der Strafe, die ich zu erwarten hatte. Andererseits hatten wir nicht viel Geld zu Hause, und ich befürchtete, ich müsste für den Schaden aufkommen. So kam ich kurzfristig in einen inneren Zwiespalt. Aber letztendlich konnte ich mich meinem Ehrgefühl nicht widersetzen. Das war mir dann doch wichtiger als die Strafe.“
„Papa, da hast du ja Verantwortung gezeigt. Und wie ist es ausgegangen?“
„Glücklicherweise hatte der Lehrer Verständnis und half uns nach der Schule beim Reparieren. Du glaubst gar nicht, welche Lehre ich aus diesem Vorfall gezogen habe. Heute weiß ich, dass es besser ist, zu sich selbst und seinen Fehlern zu stehen. Dies ist der einzige Weg, seine Selbstachtung zu bewahren und mit sich wieder ins Reine zu kommen.“
„Meinst du damit, dass man wieder ein gutes Gewissen hat?“

„Ja genau, dann hat man wieder ein gutes Gewissen. Denn Lügen und Verantwortung, das passt einfach nicht zusammen. Aber Verantwortung für seine Fehler zu übernehmen, zeugt von menschlicher Reife und menschlicher Größe. Und im Prinzip erwartet man das von jedem erwachsenen Menschen."
Sarah dachte noch kurz über den letzten Satz nach, bevor sie interessiert eine weitere Frage stellte:
„Noch was, Papa, wie ist es eigentlich, wenn man eine richtige Entscheidung getroffen hat oder richtig gehandelt hat? Was ist denn dann?"
„Hat man richtig gehandelt oder entschieden, sind die Konsequenzen natürlich positiv. Man erhält dann Bejahung und Zuspruch für sein Vorgehen in Form von Lob und Anerkennung. Dies bestätigt nicht nur die eigene Handlungsweise, sondern stärkt auch das Selbstwertgefühl."
„Also ehrlich Papa, über all das habe ich mir vorher nie Gedanken gemacht, doch du hast das jetzt echt gut rübergebracht. Verantwortung habe ich zwar schon oft übernommen, wusste aber nicht, was alles dahinter steckt."
„Ja, meine Große, das war allerdings nur der erste Bereich. Im zweiten Bereich geht es um die Verantwortung, die man für die Handlungen anderer übernimmt."
„Jetzt mal langsam. Das muss ich erst mal sortieren. Soll das etwa heißen, dass ich die Verantwortung für etwas übernehme, obwohl mich gar keine Schuld trifft?"
„So ist es, Sarah. Auf der zweiten Stufe zeigt und übernimmt man Mitverantwortung für etwas, das andere getan haben. Das kann zum Beispiel ein Vorgesetzter sein, der die Verantwortung für ein Versäumnis seines Angestellten übernimmt, oder können Eltern sein, die die Verantwortung für einen Schaden übernehmen, den ihr Kind verursacht hat, usw. Um aber in diesem Bereich Verantwortung zu übernehmen, braucht man schon ein reiferes Bewusstsein."
„Weißt du was, das klingt ja wie *Verantwortung für Fortgeschrittene*", meinte Sarah grinsend.
„Du kannst ruhig lachen", gab Michael zurück, „aber für den zweiten Bereich braucht man wirklich ein höheres Bewusstsein."
„Bei den Eltern verstehe ich das ja. Aber wie das mit dem Vorgesetzten ist, das musst du mir noch mal erklären."
„Ja, gern. Stell dir einfach ein Restaurant vor, wo ein Gast mit dem Service unzufrieden ist und sich beim Geschäftsführer über den Kellner beschwert. Der Geschäftführer hört sich die Klage in aller Ruhe an. Anschließend entschuldigt er sich bei dem Gast für die Nachlässigkeit seines Angestellten mit den Worten: „Es tut mir sehr leid, dass Sie nicht zu Ihrer Zufriedenheit bedient wurden. Dafür möchte ich mich entschuldigen. Ich werde darauf achten, dass so etwas nicht wieder vorkommt. Darf ich Ihnen als kleine Entschädigung einen Cognac anbieten?...." Nach dem Gespräch bittet der Geschäftsführer den Kellner in sein Büro, um mit ihm unter vier Augen über diesen Vorfall zu sprechen. Da er aber nicht nur den Gästen, sondern auch den Angestellten gegenüber Verantwortung hat, hört er sich auch die Variante des Kellners an. Ruhig und sachlich vermittelt er ihm dann, wie man diesen Fehler hätte vermeiden können. In seinen Ausführungen ist er weder beleidigend, noch behandelt er seinen Untergebenen entwürdigend, sondern zeigt auch hier seine menschliche Achtung. Aber er macht den Kellner auch eindringlich darauf aufmerksam, dass sich solche Dinge nicht wiederholen dürfen."
„Aha, dann hat also der Geschäftsführer die Verantwortung für den Fehler seines Kellners übernommen. Aber warum tut er das?"
„Nun, der Geschäftsführer hat aufgrund seiner Position seine Eigenverantwortung um die Mitverantwortung für seine Angestellten erweitert. Das bedeutet, er fühlt sich für die Fehler der Angestellten genauso verantwortlich wie für seine eigenen und steht genauso dafür gerade."

„Ah, jetzt weiß ich, warum die Verantwortung in Stufen aufgebaut ist. Die erste kannte ich ja schon, die zweite ist mir nun auch klar. So, jetzt fehlt nur noch die dritte."
„Stimmt, kommen wir jetzt also zur dritten Stufe. Im dritten Bereich erreicht die Pyramide ihre Spitze. Hier geht es um die Verantwortung, die man für das Wohl anderer übernimmt. Das heißt, man erweitert den bisherigen Verantwortungsbereich nun auch auf Menschen, die einem anvertraut sind. Man übernimmt also in einer bestimmten Situation die Verantwortung für andere, weil sie diese nicht selbst tragen können und auf fremde Fürsorge angewiesen sind. Das geschieht in der Familie, im Kindergarten, im Krankenhaus, im Pflegebereich usw., also überall da, wo man für andere entscheidet und handelt."
„Du, jetzt weiß ich, warum die verschiedenen Bereiche aufeinander aufbauen" verkündete Sarah stolz. „Wer nicht bereit ist, die Verantwortung für das eigene Tun zu übernehmen, kann natürlich auch nicht Verantwortung für andere übernehmen. Das leuchtet mir jetzt ein."
„Ach, da fällt mir ein Stein vom Herzen. Wie gut du das doch verstanden hast. Du bist ganz schön auf Draht, meine Große. Genau so ist es nämlich. Wer für die erste und zweite Stufe menschlich nicht reif ist, kann die dritte schon gar nicht erreichen. Denn der dritte Bereich erfordert einen noch höheren Grad an Bewusstsein und menschlicher Bildung. Erst durch dieses Mehr an Menschlichkeit erkennt man seine Pflicht, auch für andere Verantwortung zu übernehmen."
„Papa, für mich war Pflicht bisher immer ein unangenehmes Wort. Das klingt so nach Zwang und Unterordnung. Aber je mehr ich darüber nachdenke, ist es in diesem Zusammenhang etwas Positives….."
„Richtig, denn es bescheinigt die eigene Menschlichkeit", beendete Michael ihren Satz. Wer die Spitze dieser Pyramide erreicht, kann sich aufgrund seiner Persönlichkeit, seines hohen Bewusstseins und der menschlichen Reife seiner Verantwortung nicht mehr entziehen. Hier erfährt die Verantwortung ihre Krönung."
Sarah musste erst mal durchatmen und stöhnte:
„Papa, das war ganz schön viel und ganz schön heftig. Ich habe zwar genau verstanden, was du meinst, aber gib mir mal ein paar Minuten, um das alles zu verarbeiten."
„Lass dir ruhig ein bisschen Zeit, ich hole uns was zu trinken."
Als Michael nach ein paar Minuten mit den Getränken wiederkam, hatte Sarah schon die nächste Frage auf den Lippen.
„Du, es gibt doch auch viele Leute, die keine Verantwortung übernehmen. Was ist denn der Grund dafür?"
„Für fehlende Verantwortung gibt es zwei Gründe. Einmal sind es Menschen mit mangelnder Reife oder einem geringen Bewusstsein, die schlichtweg keine Verantwortung übernehmen *können*. Auf der anderen Seite sind es die Egoisten, die Drückeberger und die Verweigerer, die keine Verantwortung übernehmen *wollen*. Besonders hier zeigt sich die Krankheit unserer Zeit --- die Scheu vor jeglicher Verantwortung."
„Aber wo führt das denn hin, wenn immer mehr Menschen sich vor der Verantwortung drücken?"
„Wenn sich die Menschen nicht mehr füreinander interessieren, sich nicht mehr füreinander verantwortlich fühlen, beginnt ein schleichender Prozess der Vereinsamung. Zuerst nimmt man es gar nicht wahr, aber langsam entsteht menschliche Kälte, Disharmonie, Streit und Unrecht, bis das Vertrauen ineinander ganz verloren geht und die Mitmenschlichkeit stirbt. Das läutet das Ende einer menschlichen Gesellschaft ein."
„Mensch, Papa, wenn ich mir vorstelle, wie dann ein Zusammenleben aussieht….das macht mir richtig Angst. Und damit das nicht passiert, brauchen wir Menschen, die Verantwortung übernehmen, nicht wahr?"
„Da hast du wieder mal den Nagel auf den Kopf getroffen, meine Große. Du hast es ganz richtig erkannt. Jeder Mensch, der bereit ist, Verantwortung zu übernehmen, ist ein Gewinn für uns alle. Denn erst durch solche Menschen wird das harmonische Zusammenleben in einer

Gesellschaft ermöglicht. Sie bilden durch ihr Verantwortungsbewusstsein die Säulen der Menschlichkeit.

*

Leitgedanken zur Verantwortung

Der Freiheit folgt die Verantwortung

Der Preis für menschliche Größe ist Verantwortung

W

Würde

Scheppernd klang die Durchsage aus dem Lautsprecher:
„Achtung, auf Gleis 4 hat Einfahrt der Interregio 2543. Bitte von der Bahnsteigkante zurücktreten.“
„Na endlich“, stöhnte Sarah. „Immer diese Verspätungen!“
„Ach, die zehn Minuten“, meinte Michael beschwichtigend. „Viel wichtiger ist, dass wir einen Platz kriegen.“
Als der Zug hielt, öffnete sich die Tür genau vor ihnen. Sarah und Michael traten beiseite, um die Fahrgäste in Ruhe aussteigen zu lassen. Erst dann stiegen sie zu und fanden im hinteren Teil des Waggons schnell ein freies Abteil.
„Mensch, Papa, wir haben das Abteil ganz für uns alleine“, freute sich Sarah. „Ist das nicht super?“
„Ja, da haben wir wieder mal Glück gehabt.“
Beide machten es sich am Fenster bequem und begannen eine belanglose Unterhaltung.
„Papa, wie lange dauert die Fahrt eigentlich?“ fragte Sarah ungeduldig.
„Eine Stunde und fünf Minuten, glaube ich.“
Genau in dem Moment setzte sich der Zug in Bewegung.
„Über eine Stunde, das ist ganz schön lange. Hoffentlich wird uns da nicht langweilig.“
„Ach, uns wird schon was einfallen. Es gibt doch genug interessante Themen.“
Als der Zug den Bahnhof verließ, passierte er eine große Werbetafel der Post, auf der ein riesiges gelbes Paket abgebildet war.
„Du, Papa“, überlegte Sarah laut, „bei einer Stunde, da könnten wir doch auch ein Päckchen aufmachen. So könnten wir die Zeit gut nutzen und es würde keine Langeweile aufkommen. Was hältst du davon?“
„Nichts dagegen, mein Schatz. Welcher Buchstabe ist denn dran?“
„Wie, das weißt du nicht?“ entgegnete sie mit leicht vorwurfsvollem Unterton. „Wir sind doch bei W.“
„Ach ja, das W. Weißt du denn, wofür das W steht?“
„W steht für….. Papa, ich könnte mir vorstellen, dass es für Weisheit steht.“
„Weisheit ist natürlich auch ein schöner menschlicher Wert, aber wer ist schon wirklich weise? Ich denke, es ist wichtiger, dass wir bei W die Würde nehmen, denn Würde betrifft alle Menschen.“
„Oh, das erinnert mich an die Schule. Da haben wir gerade das Grundgesetz durchgenommen. ‚Die Würde des Menschen ist unantastbar’ heißt es da.“
„Ja, das ist richtig. ***Die Würde des Menschen ist unantastbar. Sie zu achten und zu schützen ist Verpflichtung aller staatlichen Gewalt.*** Dieser Satz ist der erste Artikel in unserem Grundgesetz. Doch sollte diese Verpflichtung nicht nur die staatliche Gewalt betreffen, sondern auch die elterliche, die schulische, die betriebliche und jede sonstige Verantwortlichkeit mit einbeziehen.“
Michael wartete einen Augenblick und ließ seine Worte nachwirken. Als er glaubte, dass Sarah den Sinn dieser Aussage verstanden hatte, fragte er sie:
„Was stellst du dir denn unter dem Begriff Würde vor?“
„Also ehrlich gesagt, weiß ich nicht genau, was sich dahinter verbirgt.“
„Da stehst du nicht alleine da. Heutzutage ist es leider so, dass immer mehr junge Menschen die menschlichen Werte gar nicht kennen oder nicht wissen, was sie bedeuten. Dazu gehört auch Würde, die ja einer der wichtigsten Werte überhaupt ist.“
„Das glaube ich, Papa, aber auch mir ist dieser Begriff nicht so geläufig.“

„Gut, dann werde ich dir den wunderschönen Grundwert Würde mal in Ruhe erläutern. Würde ist das Recht eines jeden Menschen auf Achtung - egal wo er herkommt, egal wie alt er ist, egal welches Geschlecht er hat, egal ob er arm oder reich ist, egal welche Religion und egal welche Hautfarbe er hat. Denn Würde zu haben, bedeutet, Mensch zu sein. Und das beginnt mit der Geburt. Und da jeder Mensch mit Würde geboren wird, hat er folglich auch von Geburt an ein Recht auf Achtung."
„Du, dann kommt die Würde ja aus der Achtung."
„Genau richtig, meine Große, die Würde ist ein Kind der Achtung."
„Und was macht dann den Unterschied?"
„Achtung ist die Wertschätzung des Menschen, Würde ist das Recht des Menschen auf Wertschätzung."
„Ach, das haben wir in der Schule gar nicht so intensiv besprochen, aber es interessiert mich schon. Kannst du mir das mal in allen Einzelheiten verständlich machen. Dann kann ich es vielleicht auch besser einordnen."
„Wie gesagt, ein Mensch hat von Geburt an Würde. Das heißt, er hat ein Recht auf sein Leben und ein Recht auf Achtung durch seine Mitmenschen. Dieses Recht bleibt ihm ein Leben lang erhalten und ist ihm vom Staat im Grundgesetz verbürgt."
„Ja, Papa, ich weiß. Was mir allerdings nicht klar ist, ist die ganze umfassende Bedeutung von Würde."
„Dafür habe ich Verständnis, mein Schatz. Das geht sicher vielen jungen Menschen so. Damit du die Würde richtig verstehst, will ich dir anhand eines Menschenlebens aufzeigen, dass ein Mensch zu jedem Zeitpunkt seines Daseins ein Recht auf Achtung, und somit Würde hat – von der Geburt bis zum Tod."
„Von der Geburt bis zum Tod….." murmelte Sarah vor sich hin. Deutlich konnte man spüren, wie sie sich mit diesem Gedanken auseinandersetzte.
„Wenn ein Kind geboren wird", nahm Michael das Gespräch wieder auf, „hat es von Anfang an ein Recht, geachtet zu werden, weil es ein eigenständiger Mensch ist. Dass es geachtet wird, zeigt sich in der Liebe, Zuwendung, Fürsorge und Geborgenheit, die man ihm schenkt, aber auch in der Anerkennung seiner eigenen Persönlichkeit, seiner Einzigartigkeit. Da das Kind nicht selbst einschätzen kann, wer es ist, wie es ist und wo seine Talente und Fähigkeiten liegen, hilft man ihm, sich seinen Anlagen entsprechend zu entwickeln. Das geschieht durch Nestwärme, Herzensgüte, Unterstützung und Förderung seiner Persönlichkeit. Die Entwicklung und das seelische Wachstum eines Kindes hängen also immer von der Achtung ab, die man ihm entgegenbringt. Siehst du, und das bedeutet ein Aufwachsen in Würde."
„Wenn ich das so höre, Papa, wird mir wieder einmal bewusst, dass ich ja genauso aufgewachsen bin", stellte Sarah erfreut fest.
„Ja, mein Schatz, es war uns in deiner Erziehung immer wichtig, dir nicht nur Liebe und Geborgenheit zu schenken, sondern auch alles dafür zu tun, dass du dich deinen Neigungen, Fähigkeiten und Talenten entsprechend entwickeln konntest."
„Papa, darüber bin ich auch wirklich froh. Und wenn ich so nachdenke, fühle ich mich echt wohl in meiner Haut und will gar keine andere sein."
Sarah verweilte einen Augenblick bei diesen Worten und fügte nach einem Moment hinzu:
„Du, sag' mal, woran liegt es eigentlich, wenn ein Kind nicht in Würde aufwachsen kann?"
„Da gibt es nur einen einzigen Grund: fehlende Achtung!"
„Das dachte ich mir schon. Aber könntest du mir das näher erklären?"
„Also pass auf. Die Erziehung eines Kindes ist immer abhängig von der Einstellung, dem Bewusstsein und der Reife der Eltern. Und von der Erziehung hängt es ab, ob ein Kind in Würde aufwächst oder nicht. Bedauerlicherweise musste ich immer wieder feststellen, dass vielen Eltern gar nicht bewusst ist, wann und wie oft sie die Würde ihres Kindes verletzen. Das geschieht nämlich bereits, wenn sie das Kind durch ihren Ehrgeiz, ihren Leistungsanspruch und ihr übersteigertes Anpassungsdenken passend machen wollen. Dabei

ist ihnen meist nicht klar, dass sie nicht auf die Bedürfnisse des Kindes eingehen, sondern nur ihre eigenen Vorstellungen und Ziele umsetzen wollen. Sie machen dann Liebe und Achtung abhängig von Leistung. “

„Oh je, das erinnert mich jetzt an Nicole, die bei mir in der Klasse ist. Du glaubst es nicht, wenn die eine Eins schreibt, wird sie sofort in den Himmel gelobt und kriegt dann immer einen Haufen Geld, um sich neue Klamotten zu kaufen. Aber wehe, sie bringt mal eine schlechte Note nach Hause, dann wird sie gleich zur Schnecke gemacht, es hagelt heftige Vorwürfe und sie kriegt obendrein noch eine Woche Hausarrest.“

„Was? Das ist ja überhaupt keine Erziehung! Das ist ja nur Liebe und Zuwendung nach Leistung. Hier wird das Kind nicht gewürdigt, sondern entwürdigt. Tja, Sarah, leider fallen uns solche Entwürdigungen im Alltag gar nicht mehr auf. Sie sind mittlerweile gang und gäbe, eben weil wir in einer Leistungsgesellschaft leben, in der ein Mensch nur nach Erfolg, Gewinn und gesellschaftlicher Stellung beurteilt wird.“

„Genau wie bei Nicole, die wird auch nur nach ihrer Leistung und nach ihren Erfolgen bewertet. Eigentlich tut sie mir richtig Leid.“

„In der Tat, die kann einem wirklich Leid tun. Was soll bei dieser Erziehung denn aus ihr werden, wenn Liebe und Achtung nur von Leistungen und Äußerlichkeiten abhängen? Diese Eltern begreifen nicht, dass sie auf diese Weise nicht nur die Würde des Kindes verletzen, sondern auch ihr eigenes unwürdiges Denken beweisen.“

Sarah hörte still zu. Als von ihr keine weitere Frage kam, fuhr Michael fort:

„Leider ist das noch nicht alles. In viel härterer Form zeigt sich die Entwürdigung eines Kindes durch Vernachlässigung, Verwahrlosung und seelische Verletzungen.“

„Und Schläge?“

„Ja, auch Züchtigung gehört dazu. Doch der Gipfel der Entwürdigung sind körperliche Misshandlung und Missbrauch. Letztendlich spielt es aber gar keine Rolle, auf welche Weise die Würde eines Kindes verletzt wird. Tatsache ist, dass jede Art von Entwürdigung seelische Narben hinterlässt. Anscheinend begreifen viele Leute nicht, welche Saat sie durch ihre falsche Erziehung säen…… aber das Ergebnis kennt man ja.“

„Papa, sicher meinst du jetzt Schläger, Kriminelle und all so ein Gesocks.“

„Ja, die knallharten Egoisten, die Rücksichtslosen, die Brutalen und die Gemeinen. All diese kaputten Typen sind das Resultat einer falschen Erziehung. Du kannst sicher sein, diese Leute wurden nur so, weil sie als Kind nicht gewürdigt, sondern entwürdigt wurden. Das führte dazu, dass sie jetzt selbst ein würdeloses Dasein leben.“

„Aber Papa, wenn sie durch ihre Erziehung so geworden sind, dann können sie doch gar nichts dafür. Dann sind doch die Eltern daran schuld. “

„Im Prinzip hast du ja Recht. Aber jeder Erziehungsprozess hat einmal ein Ende. Jeder wird einmal erwachsen. Und an diesem Punkt muss jeder selbst die Verantwortung für sich übernehmen. Er entscheidet dann, ob er sein Leben in Würde verbringen will oder nicht.

„Wenn ich das richtig verstanden habe, Papa, ist letztendlich also jeder Erwachsene für sich selbst verantwortlich.“

„Aber natürlich. Jeder Erwachsene ist für sich selbst und für seine Würde verantwortlich.“

„Hast du mir nicht vorhin erzählt, dass jeder Mensch von Geburt an Würde hat?“

„Das ist richtig. Jeder hat von Geburt an das Recht auf Achtung durch andere, also seine Würde. Aber was ich dir noch nicht gesagt habe, ist, dass Würde veränderlich ist.“

„Wie, veränderlich?“

„Ja, die Würde ist ein veränderlicher Teil des Menschen. Veränderlich aber nur in dem Lebensabschnitt, wo man selbst für sein Leben verantwortlich ist. Da entscheiden dann nicht mehr andere, sondern man entscheidet selbst, ob man ein Leben in Würde führen will oder nicht. Diese Veränderung kann vom Negativen ins Positive, aber genauso gut auch vom Positiven ins Negative stattfinden.

„Papa, das verstehe ich jetzt nicht. Wie meinst du das, man kann sich selbst entscheiden?“

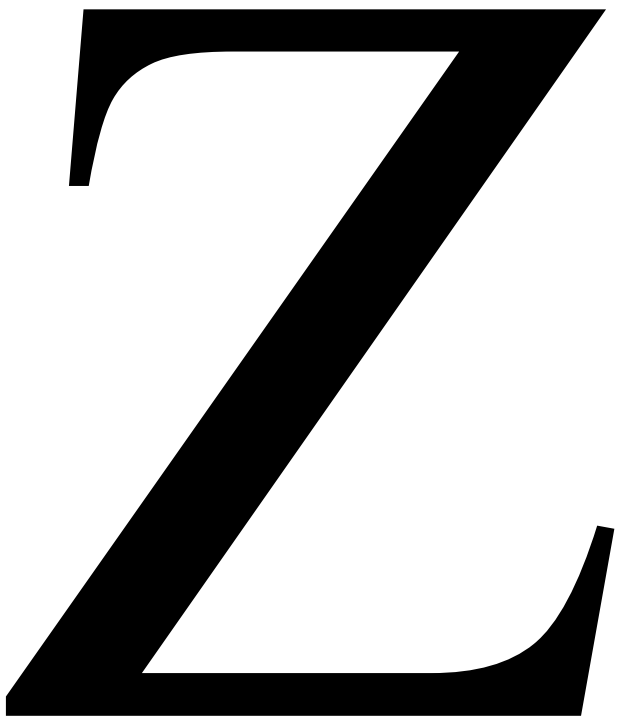
„Weißt du, es ist so: Während die mit der richtigen Erziehung schon auf dem besten Weg sind, ein Leben in Würde zu leben, werden die Erziehungsgeschädigten vor eine Entscheidung gestellt. Hier trennen sich ihre Wege. Den einen wird bewusst, dass sie eine unglückliche Kindheit hatten, weil sie die so nötige Zuwendung, Geborgenheit, Liebe und Würde vermissten. Sie wissen, dass sie so nicht weiterleben wollen. Daher sind sie bereit, ihr Leben zu ändern und ihrem Dasein endlich einen Sinn zu geben. Damit zeigen sie Selbstachtung und Reife und gewinnen so ihre Würde zurück.
Die anderen hatten auch keine glückliche Kindheit, können aber die Ursache nicht erkennen, weil ihnen das Bewusstsein dafür fehlt. So leben sie das Leben weiter, das ihnen durch ihre Erziehung vermittelt wurde, und machen die gleichen Fehler wie ihre Eltern. Oft aber noch in verstärkter Form, weil sie fälschlicherweise meinen, nur auf diesem Wege Anerkennung und Respekt ernten zu können. So wird das geschlagene Kind oft zum Schläger; das Kind, das nur nach Leistung bewertet wurde, sucht sein Seelenheil im Haben; der Gemeine, dem in seiner Jugend kein Selbstwert vermittelt wurde, holt seine Erfolge durch seine Niedertracht; der Rücksichtslose, dem skrupelloses Durchsetzen als richtig beigebracht wurde, geht über Leichen; usw. All diese Menschen beweisen durch ihr Verhalten und ihre Lebenseinstellung, dass sie weder Selbstachtung noch Würde besitzen.“
„Papa, mir war bisher gar nicht klar, welche schlimmen Auswirkungen es hat, wenn die Würde in der Erziehung fehlt. Jetzt bin ich richtig froh, dass wir das so ausführlich besprochen haben. Denn nun kann ich mit dem Begriff Würde viel besser umgehen und weiß auch, wie wichtig Würde ist.“
„Siehst du, dann hat sich die Zugfahrt doch für uns gelohnt. Und als Sahnehäubchen kriegen wir bei Tante Hannah gleich einen guten Kaffee.“
„Oh ja, da freue ich mich auch schon drauf“, bekundete Sarah lebhaft und griff schnell zu ihrer Jacke. „Wollen wir uns schon fertig machen zum Aussteigen?“
„Langsam, junge Dame“, bremste Michael seine quirlige Tochter. „Wir sollten auch noch über die Würde im Alter sprechen. Das kam noch gar nicht zur Sprache.“
„Stimmt, aber du musst dich beeilen“, drängelte sie. „Wir sind ja bald da.“
„Ich werde es kurz machen. Da viele Menschen ja gesund und rüstig alt werden, können sie auch weiterhin die Verantwortung für ihr Leben und ihre Würde übernehmen. Anders ist es bei alten Menschen, die wegen ihrer Krankheit, ihrer Gebrechlichkeit oder Altersverwirrtheit nicht mehr die Verantwortung für sich selbst tragen können und dann auf die Fürsorge anderer angewiesen sind. Egal, ob sich Familienangehörige oder Pflegekräfte um diese Hilfsbedürftigen kümmern, sie stehen in der Verantwortung, diesen Menschen ihre Würde zu bewahren.“
„Wie machen sie das?“
„Sie begegnen ihnen stets mit Achtung, behandeln sie würdevoll und schenken ihnen Aufmerksamkeit und menschliche Wärme, auch wenn dies nicht immer einfach ist. Bei ihnen steht Menschlichkeit immer im Vordergrund. So erhalten ihre Schutzbedürftigen ein Gefühl der Wertschätzung, trotz ihrer Hilflosigkeit. Siehst du, und das bewahrt ihre Würde.

*

Leitgedanken zur Würde

Würde ist das Recht auf Achtung

Kein Ziel kann so hoch sein, dass es
menschenunwürdige Methoden rechtfertigte



Zuversicht

„Sarah“, rief Michael voller Vorfreude.
Als er auch nach mehreren Minuten keine Antwort erhielt, versuchte er es noch mal.
„Sarah, wo bleibst du denn?“
„Moment, Paps, ich telefoniere noch, aber ich komme gleich.“
Es dauerte wieder einige Minuten, bis Sarah endlich im Wohnzimmer erschien.
„Ich musste erst noch etwas Wichtiges mit Melli besprechen“, meinte sie entschuldigend. „Was gibt es denn so Dringendes?“
„Was es gibt? Oh je, du hast es vergessen. Wir wollen doch heute unser letztes Päckchen auspacken, mein Schatz.“
„Stimmt! Heute wollten wir unser letztes Päckchen aufmachen. Mensch, Paps, das habe ich total verschwitzt.“
„Ist ja nicht so schlimm. Was meinst du? Wollen wir gleich anfangen?“
„Na klar“, antwortete Sarah gutgelaunt und warf sich in den Sessel.
„Also, Sarah, heute kommen wir ja zum Ende unseres schönen Werte-Alphabets. Und mit dem Z werden wir es ausklingen lassen.“
„Ach, eigentlich schade, Paps. Ich bin sicher, ich werde diese tollen Gespräche mit dir vermissen“, meinte Sarah etwas wehmütig. Um sich aber den Anflug von Traurigkeit nicht anmerken zu lassen, fragte sie schnell: „Du, sag mal, wofür steht denn das Z?“
Michael bemerkte Sarahs Gefühlsregung, überging diese aber geschickt und antwortete aufmunternd:
„Das Z, meine Große, steht für Zuversicht.“
Sarah hatte sich schnell gefangen und war plötzlich wieder gut aufgelegt.
„Du, dann haben wir ja einen richtig positiven Ausklang“, bemerkte sie erfreut. „Außerdem weiß ich ja schon so einiges über Zuversicht.“
„Echt? Dann lass mal hören, mein Schatz!“
„Ja, Zuversicht“, begann sie mit überzeugter Stimme, „ist positives Denken, keine Angst vor der Zukunft zu haben und an das Gute zu glauben.“
„Nicht schlecht, da liegst du schon ganz richtig. Ein Mensch mit Zuversicht besitzt Grundvertrauen. Aufgeschlossen blickt er in die Zukunft, hat keine Angst vor dem, was kommt, und fühlt sich den Aufgaben des Lebens gewachsen.“
„Sag ich ja – positives Denken“, fühlte sich Sarah bestätigt.
Michael freute sich über die Gelassenheit, mit der Sarah nun an das Thema heranging. Einer Idee folgend schlug er vor:
„Weißt du was, heute klärst du mich mal auf. Beschreibe mir doch einfach mal die Zuversicht mit deinen Worten.“
„Du meinst, ich soll dir erklären, was Zuversicht ist?“
Sarah fing an zu lachen und meinte verschmitzt:
„Soll ich heute etwa der beste Lehrer der ganzen Welt sein? Hm, kein Problem“, fügte sie keck hinzu, „dann pass mal auf, Paps!“
Michael amüsierte sich über ihre Worte und konnte sich das Lachen kaum verkneifen. Mit gespielt ernster Miene lehnte er sich zurück und schaute seine Tochter bewundernd an.
„Einfach klasse“, dachte er. „Wie reif sie doch geworden ist. Man merkt richtig, wie sie im letzten halben Jahr menschlich gewachsen ist. Es war eine gute Idee und auch wirklich der richtige Zeitpunkt, ihr die Grundwerte zu vermitteln, ihre menschliche Bildung zu vertiefen und sie aufs Leben vorzubereiten. Und das tolle Ergebnis sitzt vor mir.“
„Also, Paps“, unterbrach sie seinen Gedankengang, „wenn ich zuversichtlich bin, dann glaube ich, dass das, was ich vorhabe, auch gelingt. Ich stelle mir dabei aber nicht vor, was alles schief gehen könnte, sondern bin mir sicher, dass es auch klappt. Und dann klappt es auch.“
„Das hast du völlig richtig erfasst. Aber man muss für seine Vorhaben natürlich immer gewisse Grenzen erkennen. Das heißt, man kann nur das umsetzen, was auch realistisch ist.

Ein zuversichtlicher Mensch läuft also nicht mit der rosaroten Brille durchs Leben und baut auch keine Luftschlösser, sondern traut sich das zu, was im Rahmen seiner Möglichkeiten machbar ist.“
„Das meinte ich ja, Papa. Zuversicht bedeutet, an sich selbst zu glauben, sich nicht von negativen Gedanken blockieren zu lassen, sondern mit Freude und Selbstvertrauen an eine neue Sache heranzugehen.“
„Genau so ist es, mein Schatz. Zuversicht ist die innere Sicherheit, dass es immer einen Weg gibt, auf dem es weiter- oder vorwärts geht. Und das Fundament dieser Sicherheit ist, mit sich im Reinen zu sein und an das Gute zu glauben. Wer mit so einer positiven Grundeinstellung dem Leben entgegentritt, der erreicht seine Ziele wesentlich leichter als jemand, der ängstlich, zerrissen oder lebensverneinend ist.“
„Siehst du, Paps. Mir scheint, du hast die Zuversicht gut verstanden. Ich bin richtig stolz auf dich.“
Beide sahen sich an und prusteten sich plötzlich vor Lachen. Es dauerte ziemlich lang, bis sie sich endlich wieder einigermaßen beruhigt hatten. Als Michael dann das Gespräch fortsetzen wollte, stieg aber wieder ein Lachen in ihm hoch, gegen das er sich nicht wehren konnte. Erheitert schüttelte er mehrfach den Kopf und bestätigte scherzend:
„Ja, ja, ich habe die Zuversicht gut verstanden.“
„Prima, dann sind wir ja schon fertig“, strahlte Sarah. Sie war bereits im Begriff, sich zu erheben, als Michael sie mit den Worten zurückhielt:
„Halt, nicht so eilig, junge Dame, das ist noch nicht das Ende. Alles, was du gesagt hast, ist zwar vollkommen richtig. Aber ich möchte mit dir auch auf die Einzelheiten und auch auf die Feinheiten eingehen.“
„Einzelheiten, Feinheiten?“ Sarah schaute ihn mit großen Augen an. „Wieso, was habe ich denn vergessen?“
„Zum Beispiel wie sich Zuversicht im Zusammenleben von Menschen auswirkt.“
„Ach so“, meinte Sarah. „Daran habe ich gar nicht gedacht.“
„Siehst du, deswegen möchte ich dir einmal beschreiben, wie sich Zuversicht auf einen selbst auswirkt, und welche Wirkung sie im zweiten Schritt auch auf andere hat.“
Sarah lehnte sich nachdenklich zurück. Als sie aber nichts sagte, fuhr Michael fort:
„Erst einmal möchte ich dir sagen, dass Zuversicht generell Sonne ins Leben bringt. Wer Zuversicht hat, geht leichter durchs Leben. Er lässt sich nicht von schlechten Erfahrungen leiten, sondern von guten Erwartungen. Er ist nicht abgeschreckt durch das, was war, sondern gespannt auf das, was kommt. Dinge, die er nicht ändern kann, akzeptiert er und verschließt seine Augen auch nicht vor unangenehmen Tatsachen. So etwas kann ihm seine Lebensfreude nicht kaputtmachen. Er lässt sich nie entmutigen, bleibt seelisch stabil, denkt stets positiv und macht aus jeder Situation das Beste. Daher gibt es für ihn auch kein Problem ohne Ausweg. Und wenn er doch einmal in eine schwierige Lage gerät, jammert er nicht, sondern sucht sofort nach einer Lösung. Dieses positive Denken, diese Zuversicht setzt in ihm Energien frei und er kann dann zu neuen Zielen aufbrechen.“
„Papa, das heißt ja, einen Menschen mit Zuversicht kann nichts umhauen.“
„Doch, kann schon. Aber er findet aus jedem Tal wieder einen Ausweg, weil er ein Grundvertrauen besitzt und an sich glaubt, weil er mit sich im Reinen ist und seine Zuversicht ihn stark macht. Tatsache ist, sein positiver Blick färbt die Wirklichkeit nicht nur schön, sondern verändert sie tatsächlich. Diese lebensbejahende Einstellung hat natürlich auch günstige Auswirkungen auf seine Gesundheit, seine Leistung und seine Lebenserwartung.“
„Papa, dann kann man von solchen Menschen ja nur lernen.“
„Nicht nur lernen, es tut auch immer gut, wenn man von zuversichtlichen Leuten umgeben ist. Da gibt es kein Nölen und kein Jammern, sondern ein fröhliches und vergnügtes Miteinander. Und ergibt sich doch mal ein Problem, packt man es gemeinsam an.“
Sarah stimmte mit einem Nicken zu und fragte gleich:

„Und wie wirkt sich denn Zuversicht auf andere aus?“
„Auf jeden Fall steigert Zuversicht die Lebensqualität und verbessert so den Umgang miteinander. Da ein Mensch seine Zuversicht und den Glauben an das Gute auch nach außen ausstrahlt, hinterlässt sein Denken und seine Grundstimmung auch Wirkung bei anderen. Durch ihn werden sie aufgemuntert, fassen wieder Mut und lassen sich mitreißen, so dass auch sie Zuversicht gewinnen und im Rahmen ihrer Möglichkeiten das Beste aus jeder Situation machen können.“
In stillem Einvernehmen entstand plötzlich eine Pause. Stumm hingen ihre Augen aneinander, bis Sarah mit anerkennender Stimme feststellte:
„Papa, du bist auch so einer. Auch du kannst die Leute so gut mitreißen. Das habe ich jetzt schon mehrfach erlebt.“
„Ja, meine Große, Zuversicht ist eben mein Lebenselixier.“

*

Leitgedanken zur Zuversicht

Zuversicht steigert die Lebensqualität

Zuversicht lässt uns überleben

„Jutta, ich hole schon mal das Auto aus der Garage“, rief Michael vergnügt, als er das Haus verließ.
Sarah sah ihm nach, konnte dann aber ihre Neugier nicht mehr im Zaum halten.
„Mama, wieso gehen wir eigentlich heute Abend essen? Gibt es irgendwas zu feiern?“
„Du, ich habe auch keine Ahnung. Ein bisschen verwundert bin ich schon.“
„Wer weiß“, witzelte Sarah, „vielleicht haben wir ja eine Erbschaft gemacht.“
„Nein, zu erben haben wir sicher nichts“, gab Jutta lachend zurück. „Aber irgendeine Überraschung liegt in der Luft. Ach was, lassen wir es einfach auf uns zukommen.“
Kaum hatte Jutta den Satz beendet, ertönte auch schon die Hupe. Eilig spannte sie den Regenschirm auf und rannte mit ihrer Tochter zum Auto. Während der Fahrt versuchte Sarah immer wieder, den Grund für den Restaurantbesuch zu erfahren. Aber Michael ließ sich nicht erweichen und atmete auf, als sie endlich ihr Ziel erreichten. Schnell stiegen sie aus, liefen durch den strömenden Regen und waren froh, als sie das Restaurant betraten. Freundlich begrüßte sie der Kellner, nahm ihnen die nassen Mäntel ab und führte sie anschließend zum reservierten Tisch. Sie hatten noch nicht richtig Platz genommen, als Sarah schon wieder ungeduldig nachbohrte:
„Papa, jetzt sag doch endlich! Was ist denn der Anlass, dass wir heute so schick essen gehen?“
„Wart’s ab, du Quälgeist“, hielt Michael seine Tochter hin, „du wirst den Grund schon früh genug erfahren.“
Genau in diesem Moment brachte der Kellner die Karte.
„Darf ich Ihnen vorab einen Aperitif anbieten?“
„Oh ja“, freute sich Michael. „Zur Feier des Tages nehmen wir alle erst einmal ein Glas Prosecco.“
„Ja, gerne“, antwortete der Kellner und eilte davon.
Sarah ließ aber nicht locker. Unterstützt von Jutta drängte sie:
„Papa, was ist los? Sag schon, haben wir etwa eine Erbschaft gemacht?“
„Oder bist du vielleicht befördert worden?“ wollte Jutta wissen.
Michael genoss die Neugier der beiden, lehnte sich lächelnd zurück und meinte:
„Nichts von alledem. Wir haben keine Erbschaft gemacht und ich bin auch nicht befördert worden. Der Grund für unsere kleine Feier ist etwas viel Schöneres, etwas Besonderes.“
„Ach ja?“, klang es wie aus einem Munde. „Dann spann uns bitte nicht länger auf die Folter!“
Gerade als Michael das Geheimnis lüften wollte, erschien der Kellner mit dem Prosecco und stellte die Gläser auf den Tisch:
„Bitteschön, Ihr Aperitif. Zum Wohl!“
Alle griffen zum Glas, stießen miteinander an und nahmen einen ersten Schluck. Dabei schauten Jutta und Sarah Michael erwartungsvoll an.
„So, meine Lieben“, verkündete er feierlich, „der Grund für unser kleines Fest ist, dass wir dem Ende unseres Werte-ABCs einen gebührenden Abschluss verleihen wollen.“
„Oh ja!“ jubelte Jutta sogleich begeistert.
Doch Sarah schien ein wenig verwirrt.
„Und dafür gehen wir extra in so ein feines Restaurant?“
„Ja, meine Große“, entgegnete Michael, „diese kleine Feier ist meine Art, dir danke zu sagen für die gute Zusammenarbeit und all deine Aufmerksamkeit, die du mir in den letzten sechs Monaten geschenkt hast. Weißt du, es war für mich ein sehr schönes Erlebnis, mit dir all diese menschlichen Werte durchzusprechen, und ich werde jedes einzelne Gespräch in bester Erinnerung behalten. Außerdem muss ich dir noch einmal bestätigen, wie gut du alles aufgenommen und verstanden hast. Vielleicht hast du es selbst gar nicht bemerkt, aber im letzten halben Jahr, seitdem wir unsere Päckchen aufgemacht haben, hast du persönlich riesige Fortschritte gemacht, was deine menschliche Bildung angeht. Es ist wirklich beeindruckend, wie du in dieser kurzen Zeit als Mensch gewachsen bist und diese Reife auch ausstrahlst.“

„Das kann ich nur unterstreichen“, schloss Jutta sich an. „Auch mir ist aufgefallen, wie toll du dich verändert und weiterentwickelt hast, mein Liebes. Ich fand Papas Idee von Anfang an großartig, aber dass sie so schnell Früchte trägt – damit habe ich nicht gerechnet. Ich bin wirklich überrascht, Sarah. Trotz deiner fünfzehn Jahre bist du schon fast erwachsen. Und das macht eine Mutter richtig stolz.“

“Und einen Vater erst“, platzte es aus Michael heraus, „wenn er eine solch positive Entwicklung seines Kindes sieht…...und daran noch teilhaben darf.“

Etwas verlegen senkte Sarah den Kopf.

„Ich merke das ja auch“, gab sie zu. „Anfangs war ich selbst verblüfft, wie gut ich auf einmal die Dinge begreife und auch Hintergründe durchschaue. Mir fällt selber auf, dass ich mittlerweile Menschen ganz anders begegne, sie viel besser verstehe und auch weiß, warum sie das eine oder andere tun. Heute erkenne ich sofort, wenn es Leuten an Achtung oder Bewusstsein fehlt. Ich sehe aber auch, wenn jemand menschlich handelt, und spüre, wenn er Herzenswärme ausstrahlt. Und ihr könnt mir glauben“, Sarahs Stimme wurde plötzlich sehr selbstsicher, „das gibt mir ein so gutes Gefühl…… ich fühle mich seit einiger Zeit richtig stark.“

Michael verstand sofort, was sie meinte.

„Diese Stärke“, erklärte er ihr, „empfindest du, weil du nun anfängst, die menschlichen Werte, also den wahren Reichtum eines Menschen, bewusst zu leben.“

„Ach, Sarah, ich freue mich ja so für dich“, wandte sich Jutta liebevoll an ihre Tochter. „Und ich wünschte, mehr Eltern würden auf so eine wunderbare Art die menschlichen Werte vermitteln und ihren Kindern damit den Weg ins Leben erleichtern.“

„Siehst du, meine Große“, übernahm Michael wieder das Wort, „und genau das war meine Absicht. Mit meinem Geschenk will ich dir ein solides Fundament schaffen und dir das nötige Rüstzeug fürs Leben mitgeben, um dich vor Irrwegen, vor menschlichen Enttäuschungen und seelischen Sackgassen zu bewahren.“

Jutta nickte beipflichtend.

„Es wäre wirklich schön“, fügte sie hinzu, „wenn mehr Menschen erkennen würden, worauf es im Leben wirklich ankommt und wohin der Mangel an Werten letztendlich führt. Anstatt Sklaven des Egoismus zu sein und die Persönlichkeit nur auf das Haben aufzubauen, sollten wir endlich anfangen, eine Saat auszusäen, die in der nächsten Generation einen Gesinnungswandel auslöst und für alle eine Verbesserung im menschlichen Bereich bringt.“

„Jutta, du sprichst mir aus dem Herzen“, fühlte sich Michael bestätigt. „Sicher dauert es eine ganze Generation, bis diese Saat aufgeht, aber dann….“

Er beendete den Satz nicht, sondern drehte sich Sarah zu.

„Siehst du, und damit auch du deinen ganz persönlichen Beitrag zu dieser Veränderung leisten kannst, habe ich die so wichtigen menschlichen Grundwerte intensiv mit dir besprochen. Und wenn ich jetzt das Ergebnis sehe, meine Große, bin ich richtig glücklich. Der Zukunft sehe ich nun zuversichtlich entgegen, weil ich weiß, dass du mit sicheren Schritten durchs Leben gehen wirst.“

Bewegt schaute Sarah ihre Eltern an.

„Papa, ganz ehrlich, ich weiß, wie wertvoll dein Geschenk ist. Ganz bestimmt wird es mich ein Leben lang begleiten.“

Es folgte ein Moment des Schweigens, bis Sarah plötzlich ihre Eltern vergnügt anstrahlte und mit freudiger Stimme feststellte:

„Mama, laufen habe ich bei dir gelernt……und bei dir, Papa, bin ich erwachsen geworden.“

*