

## **Gedanken zu Frieden und Friedfertigkeit von Matthias Gerber**

**Beim leistungsfreien, längeren Singen von meditativen Liedern und Chants komme ich immer wieder in Gemütszustände von innerem Frieden, von Gelassenheit, von Verbundenheit und Liebe, von Freude und Begeisterung.** Was wäre unsere Welt ohne Musik, Klänge, Gesang und Gemeinschaft? Welch schönen Beruf habe ich als Singsänger in gemeinschaftsorientierten Singtreffen und Gruppen, welche ihr Singen mit dem Leben verbinden und so singende Freundschafts- und Unterstützungsnetze aufbauen.

**Frieden und Friedfertigkeit will im Kleinen, in unserem Alltag gelebt werden – in der Art wie wir denken, handeln, miteinander sprechen und zusammen sind.** Sind mein Sein, Denken und Handeln geprägt von Neugier, Wohlwollen und Respekt mir und andern gegenüber? Bin ich fähig, mir treu zu sein und andere Menschen grundsätzlich so anzunehmen, wie sie sind? Kann ich anderen Haltungen und Meinungen ruhig und respektvoll begegnen und mich für die Hintergründe interessieren? Bin ich fähig, bei Konflikten offen nach Lösungen zu suchen, die alle mit im Boot behalten? Es gäbe noch viele weitere solche Fragen. Ich empfinde es als spannenden Weg, immer wieder achtsam und wohlwollend zu prüfen, wo mir das gelingt und wo noch nicht – es ist ein persönlicher Wachstumsweg, der mich bis zum Tod begleitet. **Wenn Friedfertigkeit bei einzelnen Menschen immer selbstverständlicher wird, dann strahlt er immer mehr nach aussen und kann im Idealzustand zu weitgehendem gesellschaftlichem Frieden führen.**

**Wenn man als Dualität zu Frieden und Friedfertigkeit Krieg, Hass, Kampf und kriegerische Haltung und Handlung postuliert, dann beginnt auch hier das Kriegerische und Kämpferische im Kleinen.** Wenn ich einen anderen Menschen wegen seiner Handlung, seinem Sein oder seinen Äusserungen schon nur in Gedanken innerlich abwerte, mich besser oder wertvoller, wichtiger fühle, habe ich den Krieg eröffnet. Das heisst nicht, dass ich ihm nicht mitteilen darf, dass ich seine Handlung nicht gutheisse oder dass ich mit seiner Äusserung nicht einverstanden bin – aber all das in einer tief empfundenen Haltung von 'Gleichwertigkeit' als Mensch auf dieser Erde. Wir sind offensichtlich Teil der einen, ungeteilten Menschheitsfamilie. Wenn ich mich über längere Zeit offen forschend beobachte, merke ich, wie schnell sich kleine und grosse Verurteilungen, Geringschätzungen, letztlich Überhebungen in mir zeigen – eine wichtige, aber entblössende und herausfordernde persönliche Praxis.

**Die letzten drei Jahre – seit Beginn der staatlichen Pandemiemassnahmen – waren für mich eine sehr harte Erfahrung in dem Sinne, dass ich überrascht und entsetzt war, wie kriegerisch und polarisierend, spaltend im obigen Sinn unsere Gesellschaft (allen voran Politik, Medien, Wissenschaft, ...) hier in der Schweiz funktioniert – und wie das auf für mich eigenartige Art von der Mehrheit der Menschen hier nicht so empfunden, sondern sogar persönlich mit- und weitergetragen wurde.** Wie konnte so viel Diffamierung, Abwertung, Ausschluss bestimmter Menschen und Menschengruppen gesellschaftlich von so vielen Menschen so leichtfertig gepflegt und hingenommen werden – ohne aufzuschreien: «Hey, wir sind im Krieg! Wollen wir das?» Wie konnte es so leichthin akzeptiert werden, dass nicht wenige Paare, Familien, Vereine und Gruppen sich spalten liessen? Wie konnten wir so viele Massnahmen, die offensichtlich der Gesundheit schaden (Besuchsverbote, Distanzregeln, Zertifikatspflicht, Aktivitätsverbote von Vereinen, das allgemeine Singverbot, ...) ohne fundierte Verhältnismässigkeitsprüfung im Namen des Gesundheitsschutzes akzeptieren?

**Henu – genug der Klage! Ich habe in den letzten Monaten eine neue Erfahrung gemacht: das tiefe Empfinden in mir, ja schon fast ein Widerwille, mit meinen Gedanken und Handlungen in den 'Krieg' einzusteigen, auch wenn er von aussen an mich herangetragen wird wie in letzter Zeit in einem persönlichen Konflikt mit jemandem.** Diese neue, von innen heraus als starke Not-Wendigkeit empfundene Haltung von Friedfertigkeit hat mich zu einem [Dialekt-Friedens-Liedtext](#) bewegt. Die Melodie wird mir noch geschenkt werden. Halleluja Leben!

*MG im April 2023*