



Gemeinsam?! Echt sein

Matthias Kohlstedt, Blaukreuz-Referent in Mecklenburg-Vorpommern, zum Jahresthema 2019

„Gemeinsam?! Echt sein“ – Geht das? Geht gemeinsam ohne Konflikte? Wieviel „echt sein“ verträgt „gemeinsam“? Wenn man sich mit diesem Thema beschäftigt, stellt man ganz schnell fest: Gemeinsam OHNE Konflikte geht NICHT! Das müsste dann schon eine besonders wertvolle Perle einer Beziehung sein. Das müsste sowas wie eine Beziehung am Wochenende ohne Alltag sein. Gott dachte, so sagt es die Bibel, dass es nicht gut sei, wenn der Mensch allein sei. Und so schuf er zum Topf noch den Deckel. Und in der Unterschiedlichkeit war das Konfliktpotenzial schon geboren. Überall eröffnen sich immer wieder in den Beziehungen auch Konfliktfelder: Zwischen Neugeborenen und einem heranwachsendem Kind, also zwischen den Geschwistern, zwischen Kind(ern) und Eltern, zwischen Partnern ... Warum? Weil wir unterschiedliche Interessen, Bedürfnisse, Sichtweisen, unterschiedliche Vorlieben etc. haben. Und wenn die sich „begegnen“, können Konflikte entstehen. Konflikte = verschiedene Erlebniswelten und gutgemeinte Sichtweisen, die aufeinanderprallen. Und das setzt sich in den verschiedenen Lebensbereichen fort: Schule, Ausbildung, der ersten Freundschaft, dem Arbeitsleben, in der Ehe und im Gemeindeleben, auf Arbeit und und und ... Dort, wo mindestens zwei Menschen aufeinandertreffen und miteinander unterwegs sind, da ist zumindest immer auch Konfliktpotenzial vorhanden.

Konflikte gehören zu unserem Alltag

Ja, es gibt so eine Art Konfliktfreiheit, aber die erfordert, dass ich immer nachgebe und klein beigebe. Doch das ist keine gemeinsame Beziehungsbasis auf Augenhöhe. Durch die Unterschiedlichkeit, durch die Originalität jedes Einzelnen wird es immer

auch Konflikte geben. Ist das aber problematisch? Nein! So, wie bei den vier Jahreszeiten Sonne und Frost, Wärme und Regen, Sturm und Windstille, Trockenzeiten und Hochwasser Teile eines Jahres sind, so gehören auch Konflikte in unserem Alltag dazu. Das ist natürlich und real. Entscheidend aber ist für mich, auf welcher Ebene wir unsere Konflikte, unsere unterschiedlichen Welt- und Lebensansichten miteinander austragen. Darum sind zuhören und nachdenken manchmal eine große Hilfe in der gemeinsamen Interaktion, also der Beziehung.

Manchmal ist es aber auch klug, in zwischenmenschlichen Beziehungen nachzugeben, wenn nicht gerade der Weltfrieden auf dem Spiel steht! Warum? Ich hörte mal den für mich hilfreichen Satz: „Willst du dein Recht einfordern oder willst du Beziehung haben?“ Obwohl mir das nicht immer gelingt, suche ich zuerst lieber die Beziehung. Gemeinsam ohne Konflikte wird uns bei aller Anstrengung nie komplett gelingen. Aber ich persönlich entscheide, was daraus wird, weil zum Streiten immer zwei Menschen gehören. Wenn ich in meinem Gegenüber einen wertvollen Menschen sehe, bin ich eher bereit, auch einmal um der Beziehung willen zurückzustecken. Ein Konflikt, wird er auf einer gemeinsamen Ebene ausgetragen, zerstört keine Beziehung, sondern schafft neue Sichtweisen – u. a. durch das Hören auf die Gedanken und Argumente des anderen. Werden Konflikte fair ausgetragen, dann stärken sie meine Frustrationstoleranz und mein „seelisches Immunsystem“, denn ich lerne den anderen in seiner Andersartigkeit auszuhalten. Wenn ich spüre und merke, dass mein Gegenüber mich mit seiner Kritik nicht einstampfen, sondern mir helfen will. So verliere ich im Konflikt nicht mein Gesicht und meine Würde. Ich höre zu und lerne dazu.

ALS CHRISTEN SIND WIR GUT DRAN, WEIL WIR UNS IMMER WIEDER „LEBENSTREIBSTOFF“ BEI GOTT HOLEN KÖNNEN.

Und: Wieviel „echt sein“ verträgt „gemeinsam“? Passen gemeinsam und echt sein wirklich gut zusammen? Oder ist das nicht ein spürbarer Widerspruch – gemeinsam und echt sein? Ist es doch oft schon schwer, allein zu sich selbst ehrlich und aufrichtig und echt zu sein. „Wir tragen viele Masken, und haben kein Gesicht, wir sprechen eine Sprache, verstehn einander nicht ...“ Diese Liedzeile aus einem Lied von Gisela Spitzer und Klaus Panthel kam mir in den Sinn. Manchmal haben wir auch mehrere Gesichter-Masken, haben „Situationsgesichter-Masken“, haben „Anpassungsgesichter-Masken“; wir haben vielleicht auch die „Wir lächeln mal, obwohl uns Alles-ankotzt-Masken“. Ich sehe es als ein Vorrecht an, dass ich in Mecklenburg-Vorpommern herumreisen kann und dabei Kontakt zu über 30 Blaukreuz- und befreundeten Selbsthilfe-Gruppen habe. Eine Gruppe, die es möglich macht, dass ein Einzelner einen Teil seiner Maske lüftet, ohne ihn wegen seines Themas und seinen Fragen zu erdrücken oder anzugehen, das ist eine hilfreiche, eine wertschätzende Gruppe.

Lebensmasken abnehmen

Wie aber entsteht beispielsweise eine Gruppenatmosphäre, wo ich mich so zeigen kann, wie ich gerade „drauf bin“? Da, wo im Wechsel der Eine und die Andere ein Stück seiner/ihrer Maske abnehmen und sich zeigen kann, weil er/sie weiß, hier verurteilt mich niemand, hier darf ich sein, wie ich bin. Die anderen halten mich in meiner aktuellen Krise aus. Echt sein, die Lebensmaske abnehmen, sich in bestimmten Alltagssituationen zeigen, setzt also eine vertrauensvolle Atmosphäre voraus, aber auch Mut, der oft gepaart ist mit einer Portion Leidensdruck: „Ich will mich aufmachen ...“ und er/sie wagt es, weil Leidensdruck und Perspektive da sind. Der Wunsch nach Veränderung, nach positiver Entwicklung spielt ebenso eine Rolle.

Wieviel echt sein verträgt gemeinsam? Ich persönlich glaube: 1. Ich selbst muss es wollen, echt zu sein. 2. Ich muss einen oder mehrere Menschen finden, die auch dieses Anliegen haben. 3. Ich glaube, dass Echtsein in einer Gemeinschaft von mindestens zwei Menschen immer ein Prozess ist. 4. Dieser Prozess geschieht mit unterschiedlichem Tempo, je nach aktueller Lebenssituation, abhängig von der Umgebung und den Menschen, mit denen ich gerade unterwegs bin. Wer erlebt, wie Echtsein die Qualität von Beziehungen verbessert, der wagt es, sich Stück für Stück mehr zu zeigen. Wer erlebt, wie der Lebenshorizont sich auch dadurch erweitert, wenn er sich zeigt und wenn er positive, anteilnehmende Rückmeldungen bekommt, der zeigt mehr von sich. Wer dieses Gefühl von echt sein dürfen bei sich selbst erlebt, der will mehr davon – denn es ist etwas, was auf der Ebene „befreit leben lernen“ geschieht.



Einander als Original Gottes sehen

Ich pflege Freundschaften, wo ich diesen tollen Wert ganz persönlich erfahre und enorm schätze. Und darum unternehme ich einiges, dass diese Freundschaften erhalten bleiben. „Ungefährlicher“ und scheinbar weniger anstrengend ist es immer, in der Deckung seiner Lebens-Masken zu bleiben, aber befreiender, horizontweiternder ist es immer, Vertrauen zu wagen. Wollen wir positive, „lebenswerte Lebensqualität“, dann müssen sich Topf und Deckel finden. Dann muss ich für mich sorgen und dann muss ich mich auf den Weg machen, egal ob in einer Ehe, einer Freundschaft, in Gemeinde und Begegnungsgruppe oder wo auch immer. Das ist ähnlich wie bei einem unfertigen, unbearbeiteten und entwicklungs-fähigen Diamanten. Erst nach der Bearbeitung und dem Schleifprozess entfaltet sich seine Schönheit. Das ist für den Diamanten sicher nicht nur „schmerzfrei“, aber es hat seine Schönheit hervorgebracht und seinen Wert gesteigert. Wenn wir aufeinander achten, uns als Originale Gottes sehen und akzeptieren, dann können wir in Gemeinschaft echt sein. In Psalm 133,1 steht: „Siehe, wie fein und wie lieblich ist's, wenn Brüder und Schwestern in Eintracht beisammen sind.“ Vieles im Alltag bleibt anstrengend, Auseinandersetzungen wird es auch weiter geben. Echt sein ist und bleibt zu jeder Zeit unter Umständen auch anstrengend. Deshalb sind wir als Blaukreuzler und Christen gut dran, weil wir uns immer wieder „Lebenstreibstoff“ aus der Gemeinschaft mit Gott und seinem Wort und der christlichen Gemeinschaft holen können. Geht „gemeinsam“ ohne Konflikte? Nein! Wieviel „Echt sein“ verträgt „gemeinsam“? Testen Sie es aus, wagen Sie es immer wieder, ein Stück Ihrer Maske abzusetzen, damit Sie mehr und mehr befreit leben lernen. ■

Matthias Kohlstedt,
Blaukreuz-Referent in Mecklenburg-Vorpommern