

Bausteine zum Leben

Wie man trotz allem im Glauben weiterkommt

Baustein 6:

Von der Kunst, mit Konflikten gut umzugehen

Teil I

Jeder ist irgendwie sonderbar.....

Ich frage Sie: Was geschieht, wenn ein „Löffel-Gerade-Leger-Typ“ auf einen „Socken-Zerstreuer-Typ“ trifft und plötzlich mit diesem Tag und Nacht zusammenleben muss? Richtig erahnt! Konflikte verschiedenster Art sind dann vorprogrammiert!

Ich möchte an dieser Stelle einen „Offenbarungseid“ leisten. Es ist nämlich so: der „Löffel-Gerade-Leger-Typ“, der bin ich. Mich selbst würde ich (etwas überspitzt) wie folgt charakterisieren: Feind aller Chaoten, Freund aller Stauballergiker, legt beim Essen das Besteck gerade hin. Kurz gesagt: Auf meine Weise bin ich irgendwie sonderbar. Aber mal ehrlich gesagt: Sind wir das nicht alle, auf irgendeine Art?

John Ortberg meint: *„Manche Menschen sind ziemlich gut darin, ihr wahres Ich zu verbergen. Aber ihre Seltsamkeit ist trotzdem da. Sie müssen ihnen nur nahe genug kommen, dann werden Sie es sehen. Jeder wirkt normal, bis Sie ihn kennen lernen.“*¹

Ich kann dem nur zustimmen. So erinnere ich mich beispielsweise jedenfalls nur zu gut daran, dass ich während meiner theologischen Ausbildungszeit mit einem Mitschüler das Zimmer teilen durfte, der ebenfalls auf seine Weise etwas „seltsam“ war: Von der Persönlichkeitsstruktur war er der prädestinierte „Socken-Zerstreuer-Typ“ - also genau das Gegenteil von mir: Feind aller Stauballergiker, Freund aller Chaoten, aß sein Essen ohne Besteck! Das tägliche Konfliktpotenzial, das sich uns beiden bot, war enorm - wie Sie sich wahrscheinlich gut vorstellen können.

Zuerst dachte ich noch daran, dass der Schulleitung bei der Zimmereinteilung ein Fehler unterlaufen sein musste, später dann sah ich das Ganze als Gottes Führung an. Denn noch nie bis dato, durfte ich in so kurzer und komprimierter Zeit üben, wie man mit zwischenmenschlichen Konflikten umgeht. Mein Zimmerpartner und ich schafften es dabei immer wieder, gemeinsam unser Konfliktpotenzial zu entschärfen, - mehr noch: wir zwei - der „Löffel-Gerade-Leger-Typ“ und der „Socken-Zerstreuer-Typ“ - wuchsen dabei zusammen und es entwickelte sich eine Freundschaft, die bis heute andauert!

Was ich mit diesem Ausschnitt aus meinem Leben illustrieren möchte, ist folgendes: Wir Menschen sind alle auf unsere Weise seltsam. Niemand ist völlig normal, zumindest nicht

¹ John Ortberg in: *„Jeder ist normal, bis du ihn kennen lernst“*, S. 18-19.

so, wie Gott normal definiert. Wir alle haben Gewohnheiten, die wir nur schwer in den Griff bekommen, Dinge aus der Vergangenheit, die wir nicht ungeschehen machen können, Charakterschwächen, die wir nur schwer korrigieren können, bestimmte Gene, die unser Verhalten beeinflussen usw. Daraus ergeben sich Konflikte verschiedenster Art. Sie begleiten uns das ganze Leben und führen immer wieder zu Störungen im zwischenmenschlichen Bereich.

Diese Tatsache hat mich veranlasst, mit Ihnen gemeinsam einmal das menschliche Konfliktpotenzial zu sichten. Ich werde dabei in kurzen Umrissen die Wurzel für unsere Konflikte beleuchten und anschließend zwei typische Verhaltensweisen in Konfliktsituationen erläutern. Zuletzt werde ich Ihnen praktische Schritte aufzeigen, wie das Muster dieser beiden Verhaltensweisen durchbrochen werden kann.

Diese Predigt soll vor allem als Ermutigung verstanden werden. Denn Konflikte müssen nicht unbedingt Stolpersteine sein, an denen unsere Beziehungen zerbrechen. Sie können vielmehr auch Bausteine sein, um uns im zwischenmenschlichen Bereich näher zu bringen. Vor allem glaube ich auch, dass Gott uns durch Konflikte im geistlichen Wachstum voran bringen möchte. Ein Konflikt kann beispielsweise ein Zeichen dafür sein, dass sich die Gnade Gottes vorsichtig nähert. Mehr darüber später....

Die nachfolgenden Zeilen enthalten viel Persönliches. Unter anderem werde ich das Konfliktpotenzial in meiner Ehe beleuchten. Was ich berichten werde, ist mit meiner Frau abgesprochen. Es ist nicht meine Absicht, sie zu brüskieren! Ich liebe meine Frau und möchte mit Gottes Hilfe alles unternehmen, damit dies auch in Zukunft so bleibt. Wir möchten Ihnen durch unsere Offenheit vor allem signalisieren, dass auch unsere Ehe kein konfliktfreier Ort ist. Wir erleben aber immer wieder, dass wir gemeinsam mit der Hilfe Gottes Konflikte lösen können, uns dabei näher kommen und zudem im geistlichen Bereich wachsen dürfen.

Von einer Kernspaltung und deren Folgen (1.Mose 3)

Wenn man ganz an den Ursprung der Menschheit zurückgeht, findet man die Menschen in völliger Einheit und Harmonie vor. Sie waren noch ungeteilt (griech. „*atomos*“). Die Menschen „*schämten sich nicht*“ (1.Mo 2,25), das heißt, es gab nichts zu verstecken! Es gab keine Geheimnisse, alles war offenbar. Der ursprüngliche Mensch lebte in der völligen Klarheit Gott und dem Nächsten gegenüber. Dies änderte sich aber schlagartig, durch das, was wir Christen als „Sündenfall“ bezeichnen. Durch die bewusste Abwendung des Menschen von Gott kommt es zu einem „Supergau“, zu einer Art menschlichen Kernspaltung. Der Mensch ist von nun an nicht mehr ungeteilt, sondern er lebt zwiespältig. Das sehen wir im Verstecken Adams Gott gegenüber. Als Gott Adam darüber zur Rede stellt, antwortet dieser: „*Ich fürchtete mich, weil ich nackt bin*“ (1.Mose 3,10). Adam deutet indirekt zwei wichtige Dinge an. Erstens sagt er: Ich schäme mich, weil ich nackt bin, das heißt, ich habe einen inneren Konflikt mit mir selbst. Zweitens sagt Adam: Ich muss mich vor dir (Gott) verstecken, denn es gibt einen Konflikt zwischen uns beiden! Es kommt noch schlimmer, denn der Konflikt weitet sich weiter

aus - auf Adams Frau und zuletzt noch auf die ganze Schöpfung.

Ich erwähne dies an dieser Stelle, um zu verdeutlichen, dass mit der Sünde die Zwiespältigkeit in unser Leben tritt und damit verbunden auch Konflikte! Die schlechte Nachricht lautet: Wir Menschen neigen dazu, unter den richtigen Bedingungen das Falsche zu tun! Oftmals opfern wir unsere Integrität schon für ein paar Euro. „Das verstehe ich auch nicht, Herr Polizist - mein Tacho muss wohl kaputt sein.“ So oder ähnlich lautet die Reaktion mancher, die gerade ins Radar fahren....

Tief in uns spüren wir, dass wir eigentlich nicht so sind, wie wir sein sollten. Ein Spannungsfeld wird offenbar, denn solange wir leben, werden wir Siege *in* Konfliktsituationen erringen können, aber nicht den Sieg *über* den eigentlichen Konflikt (Sünde). Die Sünde als Wurzel aller Konflikte wird erst mit unserem Sterben beseitigt (bzw. mit der Wiederkunft von Jesus). Die Schlussfolgerung, die sich daraus ergibt ist wichtig! Geistliches Wachstum bedeutet nicht, dass wir irgendwann im Leben an einen Punkt gelangen, an dem wir keine Konflikte mehr haben werden. Unsere Geistlichkeit zeigt sich nicht an der Abwesenheit von Konflikten, sondern im Umgang mit diesen. Konflikte lassen sich nicht vermeiden. Aber unsere negative Reaktion darauf schon - dies ist die gute Nachricht!

„Angriff“ und „Rückzug“ - zwei typische Verhaltensweisen in Konfliktsituationen

Bei der Auseinandersetzung mit geistlichem Wachstum, müssen wir uns immer wieder den Verletzungen zuwenden. Wir müssen das essenzielle Gift kennzeichnen, das die Verwundungen in unseren Beziehungen verursacht. Es hat vor allem zwei Formen. Diese beiden Formen sind Angriff und Rückzug. Wie diese beiden Formen praktiziert werden, möchte ich an einem Beispiel aus unserer Ehe illustrieren.

Eine typische Konfliktsituation zwischen meiner Frau und mir lief in der Vergangenheit oftmals wie folgt ab: Es gab einen Konflikt - meistens war dies ein Streit über eine Banalität (ich bin selbst immer wieder erstaunt, über was man sich alles streiten kann). Der Konflikt drehte sich mehr oder weniger um das Thema „Mein Leben ist anstrengender als deines, deshalb solltest du mehr für mich tun!“ Ich kam dabei aber meistens nicht so gut weg. Dies führte dazu, dass ich mich missverstanden und verletzt fühlte. Meine Reaktion war dann „Rückzug“, das heißt, ich schmolte beleidigt vor mich hin. Manchmal dauerte dieser Zustand Tage. In dieser Zeit griff ich meine Frau nicht verbal an, sondern schuf einfach eine innere Distanz ihr gegenüber, baute also eine unsichtbare Mauer zwischen uns auf. Sie können vermutlich nachvollziehen, wie das aussieht: Man schenkt dem anderen gegenüber einfach weniger Aufmerksamkeit und lässt ihn die emotionale Kälte spüren. In Bezug auf meine Frau erwies sich diese Taktik jedoch fatal. Denn gerade mein innerlicher Rückzug, war für sie das Zeichen für Angriff. Sie blies dann als Gegenreaktion zur totalen Attacke, in ihrem Fall zur verbalen Attacke. Sie schickte diese kleine 50-Gramm-Scheibe namens Zunge in die Schlacht. Dabei ging sie manchmal nicht gerade zimperlich vor. Meine Antwort auf die verbale Attacke

meiner Frau, war dann meistens noch eine Steigerung des Rückzugs, man könnte sagen: totaler, absoluter, völliger, hundertprozentiger, unumkehrbarer, unwiderruflicher Rückzug. Meine Frau wurde nach ihrem verbalen Angriff dann regelmäßig Augenzeuge eines Wunders. Ich verlor meine Stimme und war plötzlich völlig stumm! Sie sehen, ich kenne mich gut mit Rückzug aus!

Ich brauchte ziemlich lange, bis ich begriff, dass der verbale Angriff meiner Frau, im Grunde genommen ihr verzweifelter Versuch war, mich dazu zu bewegen, den Rückzug vom Rückzug anzutreten. Verstehen Sie? Meine Frau griff mich an, um mich dazu zu bewegen, die Eiszeit zu beenden, die ich durch meinen Rückzug, also mein Verschließen ihr gegenüber schuf! Doch ihr verbaler Angriff bewirkte das Gegenteil. Er führte noch zu einer Steigerung des Rückzugs meinerseits. Ist das nicht irgendwie verrückt?

Ich erzähle Ihnen dies, weil jeder von uns bewusst oder unbewusst, das Muster von Angriff und Rückzug in Konfliktsituationen praktiziert. Oftmals bemerken wir dies nur nicht. Sie müssen sehen, dass Sie immer dann jemanden angreifen, wenn Sie dem entgegen handeln, was für den Menschen gut ist. Formen des Angriffs sind: jemanden Schaden, Verführen, Schmerz zufügen, oder wie im Fall meiner Frau, jemanden verbal attackieren. Nicht immer sind die verschiedenen Muster des Angriffs deutlich wahrnehmbar. So stellt beispielsweise auch das Hinter-dem-Rücken-Reden eine Form des Angriffs dar!

Das arabische Wort für Angriff heißt übrigens „jihad“. Jeden Tag finden kleine „jihads“ zwischen Menschen statt, unter denen, die beispielsweise im selben Büro arbeiten, zwischen Ehemännern und Ehefrauen, zwischen Eltern und Kindern usw. Die Tradition des jihads reicht bis auf Kain und Abel zurück. Kain praktizierte den Angriff, indem er seinen Bruder angriff und ihn erschlug (1.Mose 4,8).

Dem Angriff steht der Rückzug gegenüber. Das Thema Rückzug ist so alt wie Adam und Eva. Ich zitierte bereits 1. Mose 3,10. Adam schämt sich und versteckt sich vor Gott. Er tritt den Rückzug an. Der Grund: Adam hat etwas zuzudecken, also ein Geheimnis vor Gott zu verbergen. Und so ist es immer! Wenn die Geheimnisse kommen, damit meine ich, wenn zwei Menschen etwas zudecken, etwas verheimlichen - dann entstehen immer auch Konflikte! Verheimlichung, die Halbwahrheit sagen, Geheimniskrämerei sind also immer Formen des Rückzugs. Rückzug hat aber noch andere Facetten. Beispielsweise: Ich distanzieren mich innerlich gegenüber dem anderen und lass ihn meine emotionale Kälte spüren. Rückzug zeigt sich darin, dass mir das Wohlergehen des anderen gleichgültig wird. Er äußert sich im beharrlichen Dahinschmollen; Im nicht-mehr-reden-wollen mit dem anderen. Der Gipfel des Rückzugs stellt die Verachtung dar. Die völlige Ignoranz eines Menschen, ist die wohl schlimmste Form der Bestrafung überhaupt. Sie schafft immer eine kleine Hölle auf Erden!

Wenn ich persönlich die Entwicklung der letzten Jahre gerade in meiner Ehe betrachte, so glaube ich doch, dass meine Frau und ich sensibler gegenüber den beiden falschen Verhaltensweisen in Konflikten geworden sind. Heute arbeiten wir ganz bewusst daran, die beiden Verhaltensmuster von Angriff und Rückzug in unserer Beziehung zu entmachten. Dies ist in der Regel ein langwieriger Prozess, denn Angriff und Rückzug

sind ein Teil unserer sündhaften Überlebensstrategie, sie sind Fehlstrategien unserer alten adamitischen Natur.

Ich möchte Sie ermutigen, den Kampf gegen diese beiden falschen Verhaltensweisen aufzunehmen. Wachstum im Glauben beinhaltet, dass Sie diese beiden Formen des Bösen entdecken, sie so lange bekämpfen, bis sie in Ihrem Leben ihre Macht verlieren.

Wie das Muster von „Angriff“ und „Rückzug“ durchbrochen werden kann

- **Öffnen Sie Ihre Hände!**

Wie ich eben beschrieb, beginnt Rückzug meistens damit, dass ich mich innerlich der Person gegenüber verschließe, mit der ich mich in einer Konfliktsituation befinde. Wütig balle ich - um ein Bild zu gebrauchen - meine Hand zu einer Faust, oder erhebe sie zu einem undurchdringlichen Schild. Ich weigere mich trotzig, meine Hand dem anderen zu reichen und sperre mich dadurch selbst im Gefängnis der Opferrolle ein.

Dabei sind es meistens drei Dinge, die uns daran hindern, dem anderen innerlich unsere Hand zu öffnen: Stolz, Rechthaberei und unsere verletzte Gefühlswelt. Dieses berüchtigte Trio gilt es mit aller Macht zu bekämpfen, denn diese drei sind die großen Feinde aller Friedensschlüsse!

Ich möchte sie anspornen, in Konfliktsituationen nicht im Rückzug Zuflucht suchen, indem Sie Ihre Hand dem anderen gegenüber verschließen. Überwinden Sie Ihren Stolz und geben Sie gegebenenfalls Ihre Rechthaberei zu Gunsten der Versöhnung auf. Entscheiden Sie sich aus der Opferhaltung herauszutreten (ich weiß wie schwer dies manchmal sein kann, denn diese Rolle gefällt der alten Natur in mir am besten)! Treffen Sie die Entscheidung, demjenigen mit dem Sie sich im Konflikt befinden, die Hand zu öffnen, selbst dann, wenn Ihre verwundeten Gefühle Sie davon abhalten wollen. Immer wenn Sie dies tun und es Ihnen gelingt einen Konflikt zu bewältigen, wird in Folge dann auch Ihre verletzte Gefühlswelt Heilung erfahren.

- **Versuchen Sie den Einfluss der Vergangenheit zu unterbinden!**

In Konfliktsituationen kommt oftmals unsere Geschichte zum Vorschein. Sie wissen vermutlich wie das ist: Wenn zwei sich streiten, wir der eine „hysterisch“ und der andere „historisch“, das heißt: der cholerisch veranlagte Typ nähert sich der Schreigrenze und der geschichtskundige Historiker kramt die Vergangenheit aus der Beziehungskiste. Viel zu oft lassen wir es zu, dass die Vergangenheit in die Gegenwart sprechen kann. Dies zeigt sich in Sätzen wie: „Früher, da hast du....“, „damals war das schon so“ „das tust du immer, bzw. das tust du nie....“. Diese Phrasen dürften Ihnen wahrscheinlich bekannt vorkommen.

Lassen Sie daher in Konfliktsituationen die Vergangenheit nicht in die Gegenwart sprechen! Kehren Sie nicht zu den zerstörten Ruinen der Vergangenheit zurück! Holen Sie keine alten Leichen mehr aus dem Keller! Lassen Sie sie liegen! Was vergangen ist, das ist vergangen! Wenn wir bei uns Zuhause einen Konflikt bewältigt haben, dann

praktizieren wir abschließend eine bewährte Beerdigungszeremonie. Nachdem wir uns versöhnt haben, begraben wir ganz bewusst den Konflikt und treffen gemeinsam einen Entschluss: Was begraben ist, das bleibt begraben! Vielleicht finden Sie sich unter den „Historikern“ wieder. Wenn ja, dann möchte ich Sie ermutigen, bewusst nach einer Konfliktbewältigung eine solche Beerdigungszeremonie zu praktizieren. Dies kann eine echte Hilfestellung sein, um beim nächsten Konflikt den Einfluss der Vergangenheit zu unterbinden.

- **Streben Sie immer eine Veränderung des Verhaltens an!**

Manchmal glaubt man siegesicher einen Konflikt gelöst zu haben und sieht sich schon nach kurzer Zeit wieder mit demselben Konflikt konfrontiert. Was ist geschehen? Nun, mit großer Wahrscheinlichkeit wurde der Konflikt zwar im Kopf gelöst, aber nicht auf der Verhaltensebene. Sie müssen sehen, dass ein Konflikt nicht dauerhaft gelöst wird, wenn es zu keiner Veränderung des Verhaltens kommt, also wenn niemand zur Veränderung des Verhaltens bereit ist!

Ich möchte Sie bestärken, gemeinsam mit Ihrem Konfliktpartner die Sachen anzuschauen, die Sie trennen. Stellen Sie sich dabei die Frage: Was müssen wir auf der Verhaltensebene gemeinsam verändern, damit dieser Konflikt nicht nochmals auftaucht? Bedenken Sie dabei: Wenn es zu keiner Veränderung des Verhaltens kommt, stehen Sie in der Gefahr, gemeinsam den Kampf gegen den Konflikt zu verlieren!

- **Betonen Sie die Versöhnung, nicht die Lösung!**

Beim Lösen von Konflikten geht es nicht darum, dass man am Ende der gleichen Meinung wie der Konfliktpartner ist. Dies ist unrealistisch und auch gar nicht das Ziel der Konfliktlösung. Sondern es geht vielmehr darum, die zwischenmenschliche Störung zu beseitigen, uns also auf die Versöhnung und damit auf die Beziehung zu konzentrieren. Oftmals ist es so, dass man an genau diesem Punkt scheitert. Man versucht in erster Linie sich auf das Problem zu konzentrieren und dieses zu lösen.

Streben Sie daher in Konfliktsituationen vor allem die Versöhnung an und nicht so sehr die Lösung des Problems! Die gute Nachricht ist: Sie können eine Beziehung selbst dann wiederherstellen, wenn Sie nicht in der Lage sind, Ihre Meinungsverschiedenheiten beizulegen. Versöhnung bedeutet in diesem Zusammenhang, sozusagen das Kriegsbeil zu begraben, nicht das sachliche Problem. Wenn Sie sich auf die Versöhnung konzentrieren, verliert das Problem zudem meistens in Folge an Bedeutung.

- **Leben Sie im Licht, das heißt, in der Klarheit Gott und Ihrem Nächsten gegenüber!**

Johannes schreibt in seinem ersten Brief: „*Leben wir aber im Licht, so wie Gott im Licht ist, dann haben wir Gemeinschaft untereinander*“ (1. Johannes 1,7-8 nach der Guten Nachricht). Diese biblische Aussage verdeutlicht uns eine fundamentale Wahrheit im Umgang mit Konflikten. Wir nutzen die Dunkelheit um unsere Verletzungen, unser

wahres Ich, unsere Fehler und Ängste zu verbergen. Demgegenüber steht der Ruf Gottes ins Licht zu treten: „*Adam wo bist du?*“ (1.Mo 3,9) - so schallt es durch die Jahrtausende! Hör mit dem Versteckspiel auf! Tritt aus der Dunkelheit heraus! Komm zurück in die Gemeinschaft!

Im „Licht leben“ ist somit das Gegenteil des Versteckens Adams Gott gegenüber. „Im Licht leben“ bedeutet etwas Tieferes als bestimmte Wahrheiten zu erkennen und danach zu leben. Es bedeutet, wahr zu sein und frei zu sein, von dem Zwang, sich verstecken zu müssen! Ich möchte Ihnen dies an einem Beispiel aus meinem Leben verdeutlichen.

Ich berichtete bereits über meine theologische Ausbildungszeit. Da war ich nicht nur intensiv mit „Socken-Zerstreuer-Typen“ und andern seltsamen Charakteren konfrontiert, sondern vor allem mit mir selbst und den Konflikten, die tief in mir tobten.

Ich erinnere mich an einen Mitschüler, dem gegenüber ich eine tiefe Antipathie empfand. Alles was er sagte oder tat, nervte mich unheimlich. Ich konnte diese innere Abneigung selbst nicht verstehen. Sie war einfach da. Mein Mitschüler wusste nichts davon. Ich sah mich in dieser Situation mit zwei Wahlmöglichkeiten konfrontiert. Die sichere Variante hieß: Versteck dich, behalte dein dunkles Geheimnis für dich. Verhalte dich deinem Mitschüler gegenüber so, als ob nichts los wäre. Geh ihm möglichst aus dem Weg. Sie wissen inzwischen, dass diese Haltung eine Form des Rückzuges darstellt.

Da gab es aber noch die zweite Wahlmöglichkeit. Ich nenne sie die unsichere Variante. Unsicher deshalb, weil man nie genau weiß, welche Konsequenzen diese Variante mit sich bringt. Diese Variante sah für mich so aus: Gehe ins Gebet und frage den Herrn was du tun sollst. Ich tat dies und seine klare Antwort war: Geh zu deinem Bruder, beichte ihm deine Antipathie, bitte ihn um Vergebung dafür und lass ihn für dich beten. Ich holte innerlich tief Luft....

Im Grunde genommen forderte mich Gott auf, meinen inneren Konflikt zu beenden, indem ich aus der Finsternis heraustreten und mich ins Licht bewegen sollte. Ich habe allen Mut zusammen genommen und mich für die unsichere Variante entschieden. Ich bin zu meinem Mitschüler hingegangen und habe alles genau so getan, wie der Herr es mir aufs Herz gelegt hat. Nachdem er für mich betete, wich meine Antipathie, die wie eine dunkle Decke auf der Beziehung zu meinem Mitschüler lag, von mir.

Ein Konflikt kann ein Zeichen dafür sein, dass sich die Gnade Gottes vorsichtig nähert. In diesem Fall war es so. Gottes Gnade befreite mich nicht nur aus dem Gefängnis meiner dunklen Gedanken und Gefühle, sondern sie schuf eine tiefe Freundschaft zwischen meinem Mitschüler und mir.

Ich beobachte, dass wir in Konfliktsituationen immer in der Gefahr stehen, in der Finsternis Zuflucht zu suchen (z.B.: wenn wir einem Konflikt ausweichen, Geheimnisse bewahren, uns von demjenigen distanzieren, mit dem wir einen Konflikt haben, uns dem Schmollen hingeben usw.). Gott dagegen fordert uns auf: Adam, hör auf dich zu verstecken! Tritt heraus aus der Dunkelheit! Schaffe Klarheit in deiner gestörten Beziehung! Lebe im Licht und du wirst das Wunder der Gemeinschaft erleben!

Wenn es nicht aufgearbeitete Konflikte in Ihrem Leben gibt, dann möchte ich Sie ermutigen, einen Schritt ins Licht zu wagen. Vielleicht bedeutet dies für Sie, Klarheit in

einer belasteten Beziehung zu schaffen, auf jemanden zuzugehen und ihn um Vergebung zu bitten oder Ähnliches. Dies mag nicht immer einfach sein, aber bedenken Sie: Im Umgang mit zwischenmenschlichen Konflikten gibt es nicht *einen* Sieger oder *einen* Verlierer, sondern nur Verlierer *oder* Gewinner! Bleibt ein Konflikt bestehen, dann verlieren sowohl Sie, als auch die Person, mit der Sie einen Konflikt haben.

- **Betrachten Sie Ihre Konflikte in einem größeren Zusammenhang!**

So unangenehm Konfliktsituationen auch sein mögen, so sind gerade sie oftmals Bausteine Gottes um Sie im Glauben voran zu bringen. Jeder Konflikt, so hässlich er auch sein mag, kann positiv zwei Dinge bewirken: Erstens lernen Sie etwas (über sich selbst und den anderen). Zweitens: Jedes Mal wenn Sie einen Konflikt bewältigen, wachsen Sie auch im geistlichen Bereich, denn jede Konfliktbewältigung ist immer auch ein Sieg der Gnade Gottes! Deshalb: Verschwenden Sie Ihre Konflikte nicht! Sie sind Gottes Mittel um Sie wertvoller zu machen!

Selig sind diejenigen, die Frieden stiften (Mt 5,9)!

Wir alle sind irgendwie „sonderbar“ (um es milde auszudrücken). Die Bibel drückt unsere Seltsamkeit schonungslos aus, wenn sie von der völligen Verderbtheit des Menschen spricht. Konflikte aller Art sind deshalb vorprogrammiert. Umso mehr sollten wir uns das zu Herzen nehmen, was Jesus in der Bergpredigt sagt: „*Selig sind diejenigen, die Frieden stiften*“ (Mt. 5,9). Jesus sagt hier nicht: „Selig sind diejenigen, die den Frieden lieben“ - denn jeder liebt schließlich den Frieden. Er sagt auch nicht: „Selig sind die Friedlichen“, also diejenigen, die sich durch nichts aus der Ruhe bringen lassen, sondern Jesus meint: Selig, sind diejenigen, die sich aktiv darum bemühen, Frieden zu stiften und Konflikte zu lösen! Ich wünsche Ihnen, dass Gott rückblickend über Ihr Leben sagen kann: Selig bist du, weil du dich in deinem Leben aktiv darum bemüht hast Frieden zu stiften und Konflikte zu lösen!