

Weltfrieden als heilsame Utopie

Gemeinsam mit Freunden überlegten wir, was wir persönlich tun können, um uns gegen diesen unsäglichen Krieg in Europa und für den Frieden zu engagieren. Schon der Austausch darüber war wertvoll, denn es tat gut zu hören, wie andere mit ihren Ohnmachtsgefühlen und Ängsten umgehen und mit welchen Strategien sie versuchen, in innerer Balance zu bleiben. Dann entwickelten wir Visionen: Wie wäre es, aufzubrechen und in die Ukraine zu gehen? Was für ein Bild: Eine oder einer fängt an und bald laufen Millionen Europäerinnen und Europäer los und stellen sich dem Krieg in den Weg. Eine naive, doch zugleich auch kraftvolle Vorstellung.

Schließlich landeten wir bei einer Intervention, die wir nun konkret umsetzen: Jeden Mittag um 12 Uhr halten wir kurz inne, jede und jeder in seinem/ihrer Tun, und schicken im Geiste den Begriff „Frieden“ in die Welt. Das kann auch während eines Meetings oder einer sonstigen Arbeit geschehen, ein kurzer Moment genügt, um uns zu verbinden: mit den Menschen, die in der Ukraine unter diesem schrecklichen Krieg leiden; mit den russischen Müttern und Frauen, die um ihre Söhne und Männer bangen oder um sie trauern, mit den Soldaten überall auf der Welt, die aufgrund der erlittenen Traumatisierungen nie wieder so unbelastet werden leben können wie vorher. In diesem kurzen Innehalten bitten wir auch um den Frieden im Kleinen und erinnern uns, dass wir alle aufgerufen sind, Konflikte friedlich zu lösen: die in unserem Umfeld und die immer wieder in unserer eigenen Innerlichkeit auftauchenden. So ein kurzes Ritual mag klein erscheinen angesichts der überwältigenden Probleme auf unserem Planeten, aber ich bin überzeugt: Je mehr Menschen sich geistig nach Frieden ausstrecken, desto größer wird die Chance auf friedliche Lösungen weltweit.

Ausgestaltet sein kann dieses Gedenken ganz unterschied-

lich. In mir fängt Tag für Tag unwillkürlich das alte israelische Volkslied an zu singen: „Hevenu shalom alechem“ – „Wir wollen Frieden für alle, Frieden für die Welt.“ Ich glaube, wir erweisen der Menschheit einen größeren Dienst, wenn wir uns nicht auf die Seite einer Kriegspartei schlagen und in undifferenziertem Schwarz-Weiß-Denken einseitige Feindbilder schüren, sondern uns in einem erweiterten Bewusstsein geistig nach dem Weltfrieden ausstrecken. Als sehr heilsam empfinde ich das Mantra: „Ich bin in Frieden und die Welt ist es auch.“ Es versetzt uns in einen visionären Zustand, den vermutlich 95 Prozent der Menschheit herbeiwünschen. Aus verschiedenen Theorien wissen wir, dass unser größtes Entwicklungspotenzial darin liegt, von der Zukunft her zu denken. Wir dürfen uns Utopien als geistige Nicht-Orte nicht nur erlauben, sondern müssen sie zwingend er-sinnen und pflegen, wenn wir als Menschheit eine Überlebenschance haben wollen.

Ich träume davon, dass wir unsere tiefe Sehnsucht nach einem friedvollen Miteinander in dieser Welt sichtbar machen. Wie wäre es, wenn wir alle in die Fenster unserer Häuser und Wohnungen Friedenszeichen hängen? Nein, ich meine nicht die Ukraine-Flagge, sondern bunte Friedensfahnen oder den Begriff *Frieden* in jeder nur erdenklichen Sprache. Ich stelle mir vor, wie uns allen dieses Wort unentwegt vor Augen stünde – in unterschiedlichsten Formen, Farben und Facetten.

Setzen wir gemeinsam dem Kriegs- und Rüstungswahn etwas entgegen im Vertrauen darauf, dass auch und gerade unsere geistige Ausrichtung und Sehnsucht etwas bewirken.



CLAUDIA MÖNIUS

studierte Sprachen, Wirtschafts- und Kulturraumstudien an der Universität Passau. Sie ist Beraterin und Buchautorin und lebt in Nürnberg.

www.mutmacherei.de