



13.09.2019 um 06:30 Uhr

Ein Beitrag von Uwe Groß, Katholischer Diakon, Pfarrei St. Peter und Paul, Wiesbaden

Freundlich sein

„Niemand hat es verdient, dass wir ihm unfreundlich begegnen,“ diesen Satz soll einmal Mahatma Gandhi gesagt haben. Das hat mir jedenfalls ein Freund erzählt, als wir Anfang August bei unserem Zeltlager am Lagerfeuer gesessen haben. Wie jedes Jahr haben wir Gruppenleiter abends zusammengesessen und über Gott und die Welt philosophiert.

„Niemand hat es verdient, dass wir ihm unfreundlich begegnen.“ Ich finde diesen Satz toll. Egal ob er wirklich von Gandhi stammt oder nicht, finde ich ihn einfach richtig und anspruchsvoll. Er sagt mir: Begegne einem andern Menschen zunächst einmal mit Liebe und Offenheit. Gib ihm einen Vertrauensvorschuss. Mache ihn nicht zum Objekt deiner Launen. Wenn du gerade mies gelaunt bist, lass es nicht am anderen aus, der nichts dafür kann. Ich erinnere mich, wie meine Eltern mir als Kind schon oft gesagt haben: Freundlichkeit kostet nichts. Das stimmt vielleicht nicht ganz, denn manchmal kostet sie ja Überwindung.

Ich kenne das. Da gibt es Tage, an denen ich schon am Morgen im Bett überlege, wie ich mein Tagesprogramm schaffen soll. Tage auch, an denen ich furchtbar in Eile bin und von einem Termin zum nächsten hetze. Der Tag ist dann so durchgetaktet, dass mich jede Störung nervös macht. Ich bin zum Beispiel gerade auf dem Sprung zum Schulunterricht - und genau da kommt jemand mit traurigen Augen ins Pfarrbüro, der genau jetzt ein Gespräch braucht. Ich sage mir dann: Uwe – schenke dem anderen jetzt erstmal dein Mitgefühl für seine Situation, die Schüler müssen halt einen Moment warten, versuche mit dem, der da jetzt steht, so schnell wie möglich einen

gemeinsamen Termin zu finden. Oder manchmal gibt es natürlich auch Mitmenschen, die es mir nicht leicht machen, die mir einer gewissen Grundaggressivität – aus welchen Gründen auch immer – begegnen. Da hilft es mir, ganz nüchtern und sachlich das zu sehen, was es jetzt zu regeln gilt. Ich versuche auf Provokationen nicht einzugehen und so freundlich, wie ich es in einem solchen Moment kann, die Haltung zu bewahren. Das gelingt mir natürlich nicht immer. Und es hat mir auch schon oft leid getan, was ich im Anflug einer spontanen Reaktion gesagt habe. In aller Regel versuche ich mich zu kontrollieren, weil das in den meisten Fällen einen Streit vermeidet.

„Niemand hat es verdient, dass wir ihm unfreundlich begegnen.“ Wenn ich mir das Leben von Mahatma Gandhi anschau, dann war das ja kein Mensch, der einfach klein bei gegeben hat. Gandhi hat gerade durch seine Form des gewaltlosen Widerstands ganz viel Frieden in Indien geschaffen. Seine Haltung lehrt mich aber, dass Freundlichkeit oftmals ein Schlüssel für eine gelingende Kommunikation ist. Wenn mein Gegenüber erst einmal das Gefühl hat, dass ich ihm wohlwollend begegne, dann lässt sich vieles leichter regeln als in einer gleichgültigen oder aggressiven Gesprächskultur. Und meistens ist es sogar so, dass unser altes Sprichwort gilt: „Wie du in den Wald hineinrufst, so schallt es heraus.“ Die meisten Menschen reagieren auf meine Freundlichkeit freundlich.