

Vom Problem zur Lösung

Wir haben bisher viel zu sehr am Problem gearbeitet und uns hier verhakt. Lösungen sind das, was uns die Zukunft erschließt, uns öffnet für neue Möglichkeiten. Wird sich vielleicht an diesem Punkt durch die Corona-Krise unser Denken und damit auch unser Verhalten verändern?

Wenn wir uns heute vorstellen, dass wir die Corona-Zeit hinter uns haben - wie geht es uns dann? Wir erinnern uns an die Zeit, als Homeschooling und Homeoffice unseren Alltag umkrempten, wir uns mit Gesichtsmasken begegneten und Abstand hielten, vieles nicht möglich war und unser Leben durch die Einschränkungen behindert war, wir mit Sorge auf die nächsten Tage blickten und die unbestimmte Angst vor dem Virus uns lähmte. Wir blicken dann zurück und sind vielleicht erleichtert oder auch amüsiert - so wie wir heute zurückblicken auf die Zeit, als wir noch mit Wählscheibe telefonierten, die PCs dauernd abstürzten und Dokumente mühsam in das Faxgerät gestopft wurden.

Wenn wir uns jetzt vorstellen, wie wir dann auf die Krisenzeit zurückblicken werden, spüren wir die Erleichterung, die sich dann breitmacht. Wir haben es hinter uns! Wir erinnern uns an viele Begebenheiten aus dieser Zeit und lachen nun darüber - ein Lachen der Befreiung!

„Wenn der Herr die Gefangenen Zions erlösen wird, so werden wir sein wie die Träumenden. Dann wird unser Mund voll Lachens und unsere Zunge voll Ruhmens sein ...“ (Psalm 126).

Wer eine schwere Krise bewältigt hat, hat sich verändert. Er ist stärker, selbstbewusster, mutiger geworden. Er hat es geschafft! Künftige Krisen verlieren fortan ihr bedrohliches Gesicht: Wenn ich das überstanden habe, wird es nichts mehr geben, was mich vollkommen aus der Bahn werfen könnte! So gehen wir nach der Krise erleichtert und befreit weiter. Mit dem Ende der Krise sind auch viele Sorgen erledigt: die Sorgen im Blick auf die Zukunft. Die Angst, was alles passieren könnte, hat ihren Schrecken verloren. Dass wir nicht wissen, was noch alles auf uns zukommt, macht uns nichts mehr aus. Wir können annehmen, was geschieht, und auch dem Unwägbareren mutig begegnen.

Wird das Leben nach der Krise ein leichteres, ein erleichtertes, vielleicht sogar befreites Leben sein? Ein Leben mit mehr Gelassenheit und Vertrauen - Vertrauen in Gott, in uns, in die gemeinsamen Möglichkeiten der Krisenbewältigung? Vielleicht sind wir nach der Krise mehr an Lösungen interessiert als an Konflikten, denn es wird uns nun leichter fallen, Probleme zu lösen. Vielleicht weil wir dann vieles nicht mehr so ernst, tragisch (eher tragisch-komisch) finden. Vielleicht gehen wir mit dem, was nicht funktioniert, geduldiger und barmherziger um. Vielleicht haben wir es nicht mehr nötig, auf unserer Meinung zu beharren, denn wir sind flexibler, offener, bereiter, uns auf andere Möglichkeiten einzulassen - weil wir das in der Krise geübt haben. Vielleicht sind wir insgesamt gelassener geworden und das Kreisen um uns, unser nachdrückliches Bemühen um Selbstwirksamkeit hat aufgehört. Wir sind von uns selbst befreit - wir können wieder lachen und in unbeschwerter Freude leben.

Denn: Wir sind durch schlimme Zeiten gegangen und haben uns verändert. Wir sind nicht mehr abhängig von den Umständen. Wir sind befreit von den äußeren Bedingungen - frei für das, was wirklich wichtig ist. Wir haben überflüssige Lasten abgelegt und sind beweglich geworden. Wir klammern uns nicht mehr verzweifelt stur an brüchige Strohhalme. Wir sind nicht mehr interessiert an Konflikten und Krisen, sondern offen für unkonventionelle Lösungen. Nichts muss mehr so sein, wie es immer war.

Ich denke, dass wir nach Corona Konflikte anders lösen werden: entschiedener, schneller, mutiger - aber auch freundlicher, humorvoller, leichter. Als Konfliktberater interessiert es mich, wie sich unsere Konfliktbewältigungsstrategien verändern werden. Ich will aufmerksam beobachten, wie wir in Zukunft mit den Problembereichen unseres Lebens umgehen werden. Vielleicht so:

Wir lassen uns nicht mehr provozieren. Wir finden es nicht mehr schlimm, wenn uns ein Missgeschick passiert. Wer Kritisches anspricht, wird beachtet. Es gelingt uns, mit Konflikten zu spielen - das heißt, sie wie einen Ball in die Hand zu nehmen. Sie haben dadurch keine Macht mehr über uns. Wir segeln mit dem Sturm und nutzen Konflikte als positive Energie für Veränderungen. Wo Konflikte nichts bringen, lassen wir sie ins Leere laufen, nehmen sie einfach nicht ernst, sondern ignorieren sie. Wir müssen nicht auf jedes Problem eingehen. Wenn sich etwas zu wichtig macht, entziehen wir ihm

unsere Aufmerksamkeit. Wir betrachten unterschiedliche Meinungen als faszinierende Ideen und suchen nach einem gemeinsamen Ansatzpunkt. Wir wehren dem Verharren in Gegensätzen. Wir arbeiten zusammen, um zu guten - für alle befriedigenden - Ansätzen zu kommen. Wir erkennen den größeren Zusammenhang und schaffen ganz neue Rahmenbedingung, indem wir die Umstände verändern. Wir sind bereit zu Kompromissen und auch für vorläufige oder nicht so optimale Lösungen. Notfalls suchen wir auch Hintertüren und wo nötig können wir auch nachgeben. Es ist alles nicht ganz so wichtig, wie es uns den Anschein geben möchte. Wir sind in vielem überraschend anders, weil wir uns von unseren Festlegungen gelöst haben. Wir machen dabei gute Erfahrungen und diese sind die besten Voraussetzungen für weitere. Wir müssen niemand mehr kleinmachen, um selbst groß zu sein, denn wir haben verstanden: Wir sitzen alle in einem Boot. Wir haben den Mut, die Dinge anzusprechen, die nicht gut laufen, denn wir wollen nicht uns selbst durchsetzen, sondern miteinander vorankommen.

Vielleicht haben wir unsere Probleme in der Vergangenheit durch unsere ständige Beschäftigung mit ihnen nur gefüttert und so dafür gesorgt, dass sie zu einem fetten Problem werden konnten. Vielleicht sollten wir nun das Böse nicht mehr verbissen bekämpfen, sondern vielmehr über es lachen, es nicht so ernst nehmen. Dem Gespenst die Maske vom Gesicht reißen und es auslachen, denn wir sehen nun, dass nichts dahinter war. Im Gegensatz dazu können wir jetzt, wo die Masken fallen, das Gesicht des Gegenübers mit Neugier und Offenheit betrachten und das Fremde wertschätzen, das wir nun wahrnehmen - und das wir früher bedrohlich fanden. Wir stellen fest, dass uns im anderen eine neue, interessante Welt entgegentritt, die faszinierend ist und unseren Horizont erweitert.

Vielleicht kommen wir nach der Krise auch wieder dazu, uns Zeit füreinander zu nehmen, statt in allem nach dem Nutzen zu fragen. Wir erkennen, was wirklich wichtig ist, und haben den Mut, das Unwichtige zu ignorieren. Wir wenden uns davon ab und wenden uns dem zu, was tatsächlich bedeutend ist - das ist wahrscheinlich nicht so viel, wie wir zunächst denken. Wir gewinnen Zeit und neuen Bewegungsspielraum. Die Welt unseres Alltags wird unkomplizierter, einfach. Das Leben ist wieder das, was es ist, ohne dass wir es künstlich aufpimpen und mit vielem füllen müssen - was letztlich nur ein schales Surrogat des Lebens ist. Wir können dem wirklichen Leben neu begegnen - unserem eigenen, einmaligen Leben. Wir gewinnen Zeit für die Begegnung mit uns selbst, mit Gott, wir nehmen Platz zu Jesu Füßen und sind befreit, das zu leben und umzusetzen, was wir als den guten Willen Gottes für uns entdecken. Es geht nicht mehr um Perfektion, sondern um Leben.

Wir machen uns frei von Trends und der Abhängigkeit vom allgemeinen Mainstream. Wir lösen uns von den Meinungsmachern mit ihren kurzschlüssigen Festlegungen und ihren Beschwörungen, mit denen sie uns ein erfülltes Leben versprechen. Wir brauchen nicht mehr für alles eine Erklärung - vieles können wir nun stehen lassen, ohne dass wir dadurch unruhig werden. Jeder weiß in seinem Herzen: Mein kleines Leben genügt, ich brauche nicht mehr - wir sind unabhängig von Konsum, Leistung und den ständigen Forderungen nach Wachstum. Wer die Krise bewältigt hat, ist zufrieden mit dem, was er hat - und mit sich selbst. Das Leben zählt letztlich mehr als der Besitz, das Sein mehr als das Haben. Wer aus der Krise kommt, ist gereinigt, geläutert, erneuert. Er hat sich in einer extremen Situation erfahren und ist belastbarer geworden - nun muss er sich selbst und niemand sonst mehr etwas beweisen. Was er nicht kann und nicht hat, schwächt ihn nicht - er kann über sich und seine Bedürfnisse lachen, weil er ihnen distanziert gegenübersteht, sie bestimmen ihn nicht mehr. Ruhe bekommt nun einen größeren Wert als Hektik und Stress.

Wenn wir nach Corona zurückschauen, werden wir über vieles den Kopf schütteln, was wir vor Corona gemacht haben - und als Neugewordene weitergehen.

Johannes Stockmayer (23.11.2020)
www.bettina-johannes-stockmayer.de