

FriedensMENSCH

Man in the Mirror – Michael Jackson

Jeder kennt diese Situation, man sitzt im Auto fährt zur Arbeit ist vielleicht sogar etwas später dran als sonst und dann kommt da von hinten so ein Raser an, der deutlich überm Tempolimit fährt, er gestikuliert wild rum, fährt dicht auf und man sieht wie er am Schimpfen ist. Nun fängt man selber an, sich darüber aufzuregen, warum der Hintermann so dicht auffährt und warum der sich so aufregt schließlich macht man doch alles richtig. Eine Situation wie sie täglich irgendwo vorkommt, das ging mir letzte Woche nicht anders, doch da kam mir ein spektakulärer Gedanke, wie Paradox ist es eigentlich sich darüber aufzuregen, dass sich andere aufregen? Hilft es uns weiter, wenn wir uns alle immer nur über die Dinge aufregen?

Als Ich so darüber nachdenke, beginnt im Radio der nächste Song: Michael Jackson „Man in the Mirror“. Ich fange schon wieder an mich aufzuregen, Ich denke mir „Warum jetzt ausgerechnet dieses Lied, wenn schon Michal Jackson dann bitte ein anderes Lied“. Doch im Refrain wird mir schlagartig klar, dass dieses Lied gerade eigentlich ziemlich passend ist „If you wanna make the world a better place than take a look at yourself and make the change“, also sinngemäß: Wenn du die Welt verbessern willst, dann fang bei dir selber an. Tja das ist so leicht dahin gesagt, was kann Ich alleine denn bitte an der Welt ändern? Es gibt so viele große Probleme das kann ein Mensch alleine doch gar nicht schaffen.

Es ist aber nicht immer das große Ganze was man versuchen muss zu ändern, meistens hilft es, wenn man Step by Step eins nach dem andern löst, meist sind es die kleinen Gesten die viel bewirken: der Person hinter mir die Tür aufhalten, meinem Mitpendler am Morgen ein Lächeln schenken, auf die Fragen des neuen Mitarbeiters nett antworten und mir Zeit nehmen anstatt ihm genervt und gestresst anzublaffen oder dem besten Freund oder der besten Freundin einfach mal sagen wie wichtig er/ sie für mich ist. Einfachmal mit kleinen netten Gesten jemandem den Tag ein wenig versüßen, das kann Wellen schlagen.

Wie in jedem Jahr hat mit dem Aschermittwoch die Fastenzeit begonnen - die Zeit in der viele auf Süßigkeiten, Alkohol, Fleisch, ... verzichten wollen um sich 40 Tage bewusster oder auch gesünder zu ernähren als sonst. Ich nehme mir dieses Jahr in der Fastenzeit vor, den Menschen positiv zu begegnen, mich nicht über Pillepalle aufzuregen und so ein kleines bisschen FriedensMENSCH zu sein .