

<< *Meine Gedanken über Frieden:  
Frieden hat mit innerem Frieden zu tun  
... Zufriedenheit mit sich selbst  
Frieden hat mit Liebe zu tun  
Frieden hat mit Glauben, Werten zu tun: Respekt für das Leben, das Lebendige  
Frieden hat mit Vision zu tun: in welcher Welt möchte ich leben...  
Frieden hat mit Mut und Demut zu tun...Mut zur Liebe und Demut über den Anderen zu lernen  
Frieden hat mit der Überzeugung zu tun, dass das Andere ein Reichtum ist, eine Ressource bedeutet - für mich und gegenseitig ...*

Anita Olland, Paris und Freiburg

<< *Gedanken zum Thema Frieden“*

*Anlässlich des deutschen Antikriegstags / Weltfriedenstag zum Angriff der Wehrmacht auf Polen und damit zum Beginn des 2. Weltkrieges möchte ich das Zitat von Bertha von Suttner (1843 -1914) voranstellen:*

***Rache und immer wieder Rache!  
Keinem vernünftigen Menschen wird es einfallen, Tintenflecken mit Tinte,  
Ölflecken mit Öl wegwaschen zu wollen.  
Nur Blut, das soll immer wieder mit Blut ausgewaschen werden.***

*Statt Gewalt wünsche ich mir ein Mehr an sozialer Bildung und Gerechtigkeit, ein Mehr an Vorbildern, die für Toleranz und Verständnis werben, und ein Mehr an grenzübergreifenden kulturellem und religiösem Für- und Miteinander.*

Ulrich von Kirchbach, Freiburg

## Texte ohne Objekte

<< *Für mich bedeutet Frieden, das alles, was in meinem Leben beginnt, beginnt bei mir selbst. Auch der Frieden der Welt beginnt in jedem einzelnen Menschen. Es bedeutet für mich, mich beständig darin zu üben, nicht nur die Faust zu öffnen, sondern auch meine Gedanken und deren Worte wie auch in Achtsamkeit zu mir und dem Gegenüber zu sein. Nicht negativ über mich zu sprechen oder zu denken. Alles, was ich bewegen und bewirken und unterlassen kann, beginnt in und bei mir selbst. Will ich in Frieden mit mir leben? Dann erst kann ich in Frieden mit anderen leben. Frieden bedeutet für mich aus tiefsten Herzen üben zu wollen nicht schlecht über andere Menschen zu denken und zu sprechen. Denn damit pflanze ich negatives in diese Welt, das mich genauso betrifft wie diejenigen, an die ich diese Botschaften in Gedanken, Gefühle und Sprache richte. Aber auch in Geduld mit mir und den Anderen zu sein, denn nichts gelingt gleich zu Beginn. Das betrifft unser gesamtes soziales Miteinander, Nicht nur den Verzicht auf äußere Gewalt. Es bedeutet einen guten und friedlichen Umgang mit allen Lebewesen zu üben und zu pflegen.*

*„Jede und Jeder soll unabhängig davon, was irgendeine andere Person tut, damit beginnen, gut zu sein; dann wird die Güte des einen zurückgestrahlt im anderen.“ (Gandhis Philosophie).*

Rolf Heitbrink, Auggen

## Texte ohne Objekte

<< *Wenn ich meinen kleinen Sohn betrachte, dann denke ich mit schwerem Herzen oft an das, was gerade in der Welt geschieht: Krieg, Vertreibung, Unterdrückung. Gleichzeitig verspüre ich einen innigen Wunsch, ihn in ein Leben voll Freiheit, Frieden, Liebe und Glück zu geleiten. Den Weltfrieden wünsche ich mir, aber der scheint in diesen Tagen weit, sehr weit entfernt. Ich habe das Bedürfnis etwas zum Frieden in der Welt beizutragen. Aber ich kann keine Kriege und Machtgefälle lösen. Was ich allerdings jeden Tag versuche zu tun, ist friedlich zu sein. Meiner Umwelt gegenüber, meiner Familie und meinen Freunde gegenüber und mir selbst gegenüber. Frieden zu leben bedeutet dann, freundlich zu sein, aufgeschlossen, verständnisvoll, nachgiebig, klar und eindeutig zu sein in meiner Kommunikation ohne verletzend zu sein, mich selbst immer wieder ein Stück zurückzunehmen und meine Orientierung nicht auf alle zu projizieren. Letztlich bedeutet Frieden, die Ruhe und Stille in mir zu spüren aus der heraus ich liebevoll und besonnen handeln kann.*

Angelika Schäfer, München

<< *Meine Überzeugung ist: Ein Stück Frieden gibt es schon dann, wenn ein Mensch es schafft, sich aus der Identifikation mit der eigenen Verletzung zu befreien und zu vergeben. Wir haben das in den letzten Jahren immer wieder nach Gewalttaten erlebt, dass Angehörige nicht nach Rache oder Vergeltung gerufen, sondern versöhnliche Töne gegenüber den Tätern angeschlagen haben. Ich glaube, dass das die Saat ist, die eines Tages aufgehen wird. Frieden entsteht in jedem einzelnen von uns.*

Wolfgang von Reiche, Berlin

# Friedensgedanken zu den jeweiligen Kunstobjekten

**# 1** *Kinder sollen in Frieden aufwachsen. Dazu müssen Kriege, Gewalt, Benachteiligung und Stress beendet werden. Schenken wir den Kindern den heilsamen Friedenszustand der Stille und Ruhe.*

Mathias Lebtig, Breisach

**# 2** *Wie man ein Friedensarbeiter wird halte inne, umarme das Ungewisse, stelle tausend Fragen, denke unbequem, sage gelegentlich „ich weiß es nicht“, lerne täglich etwas Schönes zu betrachten, spiele Federball mit einem Fremden, schreibe hin und wieder Gedichte, finde mehr als 2 Lösungen, zeige Dankbarkeit wann immer du kannst, betrachte jeden Konflikt aus mindestens 3 Perspektiven, such deinen eigenen Weg und deine eigenen Standpunkte, höre die Stille mit allen Sinnen, sei auch mal ohne Worte, lass das Herz deines Herzens seinen Frieden verströmen.*

Annemarie Matzakow, Freiburg

**# 3** *Was bedeutet Frieden für mich? Die Fähigkeit, mich getragen zu fühlen im Gegenüber und gleichzeitig dieses Getragenwerden auch dem Gegenüber anzubieten.*

Rainer Windisch, Freiburg

**# 4** *Wenn wir lernen, mehr mit und nicht über einander zu sprechen - ist das für mich ein Schritt hin zum Frieden.*

Anna-Maria Morchner, Freiburg

**# 5** *Für Frieden brauche ich Ruhe, Zeit, Mich-Lassen, Atmen. Wenn ich mich be-sinnen kann, wenn ich den Weg zu mir finde und meine Sinne öffnen kann für das, was mich im Innersten berührt. Der Ruf des Mäusebussards am blauen Herbsthimmel, der erdige Gartenboden unter meinen Füßen, die vielen Farben der Natur und das, was ich ertaste, wenn ich einen Stein in Händen halte. All das ist Frieden in mir. Und dann kann ich die Tür wieder öffnen, hinausgehen in die Welt, den vielen, unterschiedlichen Menschen begegnen und teilen, was ich in mir habe.*

Constanze Heck, Untermaubach

**# 6** *Ich denke, dass sowohl die MACHT und auch die GIER die größten Feinde des Friedens sind. Macht findet man schon im Kleinen, in der Familie und auch in jeder Beziehung. Macht verdirbt die Religionen. Religion wird missbraucht von machthungrigen Menschen. Menschen scheinen Konflikte zu brauchen, um sich selbst zu spüren und um ihre Stellung in ihrer Welt zu finden. Deshalb streiten wir uns gerne, deshalb ist der Mensch dem Mensch ein Wolf (Hobbes). Gier ist im christlichen Glauben eine der sieben Hauptsünden und in der buddhistischen Lehre eine der drei Geistesgifte. Gier bedeutet mehr zu wollen, als man braucht. Gierig ist man auf Kosten der Anderen, was zu Unfrieden führt.*

Gert Zeides, St. Peter

**# 7** *In Bewusstheit und Gewähr- Sein der EIN-ALLES-LIEBE kann ich meine eigene in mir wohnende Gewalt umarmen und damit in Frieden sein mit mir und der Welt. Daraus handle ich zum Wohle des GANZEN.*

Veronika Stober, Freiburg

**# 8** *In meinem Innersten weiß ich, dass sich ALLE Menschen auf der Erde Frieden wünschen. Diese Gewissheit setzt eine große Kraft und Zuversicht frei. Und: stehen wir ein für die schönere Welt, die unser Herz kennt...!*

Jacqueline Forster-Zigerli,  
CH-Wilderswil und Lausanne

**# 9** *In der Stille des Augenblicks, strahlt die Herzensliebe für alles was ist. Sie weiß um die Einheit allen Seins und Werdens und schreitet zur Tat.*

Annette Kaiser, CH-Wilderswil

**#11** *Frieden ist, wenn es ganz still wird im Menschen und das Herz für alles was ist, zu leuchten beginnt.*

Annette Kaiser, CH-Wilderswil

**# 12** *Frieden mit mir selber finden ist die Basis für ein friedliches Miteinander.*

Ursula Ellenberger, Freiburg