
Bruder Klaus zeigt uns den guten Weg zum Frieden:

Zehn Friedensregeln

- 1 Ich baue meinen Hass ab – jeden Tag ein kleines Stück.**
Vom Hass zur Liebe kommen. Denn Hass zerstört – Liebe baut auf.
- 2 Ich überwinde meine Rachsucht – jeden Tag ein kleines Stück.**
*Von der Rachsucht zum Wohlwollen kommen.
Denn Rachsucht führt in die Spirale der Gewalt.*
- 3 Ich zügeln meine innere Erregung:**
– **Ich zähle auf zehn, wenn ein böses Wort hinausrutschen will.**
– **Ich ziehe mich zurück, wenn meine Hand zum Streit locker wird.**
*Von inneren Stürmen zur inneren Ruhe kommen.
Denn Stürme verwirren, Ruhe klärt.*
- 4 Ich öffne meine Augen, dass ich das Gute im andern sehe.**
Der Nächste ist ein wert – voller Mensch. Er verdient meine Ehrfurcht.
- 5 Ich öffne meine Ohren, dass ich wahrnehme, wie der andere denkt und fühlt.** *Der Nächste hat seine Schau der Dinge, seine Ängste und Nöte, Begeisterungen und ‚Träume‘. Er verdient meinen Respekt.*
- 6 Ich öffne mein Herz und schenke dem andern Aufmerksamkeit und Zuneigung. -**
Der Nächste sehnt sich nach herzlicher Liebe. Er verdient mein Wohlwollen.
- 7 Ich öffne meine Hand und stehe dem andern bei.**
Der Nächste ist oft hilflos. Er verdient meine Hilfe.
- 8 Ich denke – bei einem Streit - sobald als möglich an Versöhnung.**
Ein ruhiges Gespräch am nächsten Tag (ev. mit einer Drittperson) wird uns neu zusammenführen.
- 9 Ich bitte Gott jeden Tag: ‚Schenke deinen Frieden in mein Herz!‘.**
Denn ‚Gott ist der Friede‘.
- 10 Ich bitte Gott jeden Tag: ‚Hilf mir heute zu einer Friedenstat‘.**
Denn Gott weiss besser als ich, wo und wie ich ‚Frieden stiften‘ kann.