

Ziviler Ungehorsam und Gewaltloser Widerstand – Folge 4

Die widerständige Kraft der Spiritualität¹

In der ersten Folge der Reihe ziviler Ungehorsam und gewaltloser Widerstand habe ich den amerikanischen Soziologen Gene Sharp und die von ihm eingeführten 198 Methoden des gewaltlosen Widerstandes (Beitrag auf diesem Blog) vorgestellt. Sharp bezeichnet diese als Methoden außerhalb institutionalisierten Verhaltens, die zu sozialem Wandel führen und dem ungerechten Machtgefälle mit Protest, Nichtzusammenarbeit (Noncooperation) und Eingriffen in das gesellschaftliche System ohne Anwendung oder Androhung von Gewalt entgegentritt.

Die theoretische Basis für gewaltfreien Widerstand, die Sharp und andere Wissenschaftler*innen wie z. B. die Philosophin Hannah Arendt, formulierten, besagt, dass Macht nicht statisch, sondern abhängig von der Zustimmung und Mitwirkung der Normalbürger ist, die ihre Unterstützung auch verweigern können. Sharp nennt sechs wesentliche Quellen politischer Macht, die es in allen Gesellschaften gibt: Autorität, menschliche Ressourcen, materielle Ressourcen, Fertigkeiten und Wissen, unsichtbare Faktoren sowie Sanktionen.

Demzufolge werden jene Organisationen und Institutionen in der Gesellschaft, die das Regime mit den nötigen Machtquellen versorgen, als „Säulen“ bezeichnet. Wenn eine große Zahl von Menschen dieser „Säulen“ (Bürokraten, Wirtschaftsverbände, Gewerkschaften, staatliche Medien, Bildungsinstitutionen, religiöse Institutionen, Streitkräfte etc.) verschiedene gewaltfreie Methoden anwenden, um einem Regime durch ihren Zusammenschluss die Zusammenarbeit oder Zustimmung zu verweigern, so kann dies die Machtverhältnisse ohne Bomben und Gewehre verschieben. Die zunehmende Bedeutung sozialer Medien haben dazu geführt, dass immer mehr Taktiken möglich werden, die neue Zugänge für die ermöglichen.

Der gewaltlose Kampf beruht auf mutigem Vorgehen, strategischer Planung und bei vielen Menschen, die sich beteiligen, auf spiritueller Motivation. Bei zahlreichen historischen gewaltlosen Bewegungen – von der Arbeiter:innenbewegung, der US-amerikanischen Bürgerrechtsbewegung bis zum Kampf für Demokratie der „Volksbewegung“ in den Philippinen, den Kämpfen gegen die Diktaturen in Polen, Argentinien und Chile – spielten katholische und andere christliche Glaubensgemeinschaften eine wichtige Rolle: sie benennen Ungerechtigkeiten, ermutigen zu weltweiter Solidarität, stellen ihre organisatorischen Stärken zur Verfügung und versorgen die Aktivist:innen mit spiritueller Nahrung.

Trotz dieser Erfolge wirken sich die großen Wirtschaftsdisparitäten, institutionalisierter Rassismus und Diskriminierung, langwierige Kriege zwischen Staaten und extremistische Gruppierungen weltweit verheerend auf Leben, Natur

¹ Dieser Text basiert auf einer Verlautbarung von Pax Christi, Diözesanverband München vom November 2016

und Existenzgrundlagen aus. Der Bürgerkrieg in Syrien, der als gewaltloser Aufstand gegen die Diktatur von Bashar al Assad 2011 begann, hat z.B. 250.000 Menschenleben gefordert. Der Islamische Staat im Irak und Syrien (ISIS) besetzt mit brutalen Methoden Gebiete, um einen totalitären islamischen Staat zu errichten und das aktuelle Vorgehen von Israel im Gaza-Streifen lässt sich als Völkermord bezeichnen. In den USA richten sich strukturelle Ungerechtigkeiten und Polizeigewalt vor allem gegen Afroamerikaner:innen. Politik verwendet Angstmacherei, Fremdenfeindlichkeit und Hass als Teil ihrer Machtstrategie. Neuer Nationalismus, Sozialabbau, Populismus, Rassismus und Kriegstreiberei prägen zunehmend europäische Systeme.

Zwar sind diese und andere Ungerechtigkeiten global weit verbreitet, aber es gibt dennoch Grund zur Hoffnung. Die katholische Soziallehre fordert in erster Linie, Krieg zu vermeiden und gewaltsame Konflikte mit friedlichen Mitteln zu lösen. Empirische Daten beweisen, dass es zur Schaffung sozialer Gerechtigkeit – der Basis des Friedens (Johan Galtung, Beitrag auf diesem Blog) – eine Kraft gibt, die stärker ist als Gewalt. 2011 wurde die Forschungsarbeit von Maria Stephan und Erica Chenoweth veröffentlicht: „Why Civil Resistance Works: The Strategic Logic of Nonviolent Conflict“ (Warum ziviler Widerstand funktioniert. Die strategische Logik des gewaltlosen Konflikts).² Die beiden Forscherinnen kamen zu einem eindeutigen Schluss: Gewaltloser Widerstand gegen einen starken Gegner (damit kann auch eine herrschende Militärmacht gemeint sein) erzielte doppelt so häufig Erfolge als bewaffneter Widerstand. Sie untersuchten 323 gewaltsame und gewaltfreie Kampagnen gegen etablierte Regime und Besatzungen in der Zeit von 1900 bis 2006. Bei den genannten politischen Zielen stellte sich heraus, dass von den gewaltfreien Kampagnen 54% erfolgreich waren, aber nur 27% der gewaltsamen Kampagnen.

Aus der Studie geht auch hervor, dass gewaltfreie Kampagnen in einem Zusammenhang mit demokratischen und friedlichen Gesellschaften stehen. Siege bewaffneter Auseinandersetzungen führten fast nie zur Schaffung von demokratischen Gesellschaften (unter 4%); schlimmer noch: sie endeten später oft noch in einem Bürgerkrieg. Die Daten zeigen deutlich, dass die Mittel, mit denen die Menschen gegen Ungerechtigkeit und Unterdrückung vorgehen, großen Einfluss auf die Art der Gesellschaft haben, die darauffolgt.

Warum ist gewaltloser ziviler Widerstand so viel erfolgreicher als Gewalt? Kurz gesagt: weil daran mehr Menschen beteiligt sind. Durchschnittlich haben gewaltfreie Kampagnen elf Mal mehr Teilnehmende als bewaffnete. Bei gewaltfreien Kampagnen

² ERICA CHENOWETH, MARIA J. STEPHAN. 2011. Why Civil Resistance Works: The Strategic Logic of Nonviolent Conflict
Series: [Columbia Studies in Terrorism and Irregular Warfare](#)
Copyright Date: 2011, [Columbia University Press](#)

gibt es viel weniger physische, moralische, informatorische Hindernisse und Probleme der Verbindlichkeit als bei gewaltsamen Kampagnen, es können also junge und ältere Menschen, Männer und Frauen, Reiche und Arme, Menschen mit und ohne Handicap, Bauern und Büroangestellte an gewaltlosen Aktionen teilnehmen. Es gibt eine große Bandbreite gewaltfreier Methoden, dadurch wird die Teilnahme erleichtert. Sharps Liste ist durch die stärkere Nutzung sozialer Medien und neue Methoden kreativer gewaltfreier Widerständler weltweit noch um viele Punkte erweitert worden. Wenn viele Menschen verschiedener sozialer Gruppierungen sich an Protest, Nichtzusammenarbeit und gewaltlosem Widerstand beteiligen, erzeugen diese einen sozialen, politischen, wirtschaftlichen und moralischen Druck für einen Wandel. Wenn Gewalt gegen disziplinierte, gewaltlose Demonstranten angewandt wird, ist – gegenüber bewaffneten Widerständen – die Chance deutlich höher, dass diese Gewalt fehlschlägt und sich gegen die Gewaltausübenden richtet, die dadurch ihre Legitimität und Macht verlieren können.

Auch wenn gewaltlose Bewegungen oftmals spontan und kreativ sein können, sind sie doch erfolgreicher, wenn grundlegende, strategische Prinzipien befolgt werden. Es ist notwendig, sich über greifbare Ziele und gewaltfreie Methoden einig sein, Kapazitäten für die Erhaltung gewaltfreier Disziplin aufzubauen, die Beteiligung möglichst heterogen anzulegen und neue Taktiken zu entwickeln. Erica Chenoweth und Maria Stephan untersuchten in ihrer Publikation „Why Civil Resistance Works“ auf der Grundlage von Werken des Soziologen Brian Martin und anderer, warum staatliche Gewalt gegen gewaltfreie Bewegungen häufiger dazu führt, dass diese dann auf den Gewaltausübenden zurückfällt und zu einer noch stärkeren Unterstützung der Bewegung führt. Ihre Forschungen haben ergeben, dass es strategisch bedeutsam ist, innovative Taktiken zu entwickeln und zwischen Methoden der Konzentration (Aufmärsche, Sit-ins) und der Dispersion (Verbraucherboykotte, Bummelstreiks) zu variieren.

Das auf verschiedenen Techniken basierende Konzept für die gewaltfreie Aktion, das Sharp und andere skizzieren, konzentriert sich auf die pragmatische Anwendung gewaltfreier Aktionen, losgelöst von religiösen oder ideologischen Grundlagen. Dieses Konzept ist gekennzeichnet durch „prinzipienbasierte Gewaltfreiheit“, dessen Anhänger:innen Gewalt generell ab und sind typische Pazifist:innen. Ein Vorteil des prinzipienbasierten Konzepts ist, dass es dennoch die Teilnahme von Nicht-Pazifisten erlaubt. Es wird dadurch möglich, Menschen, die unter Unterdrückung leiden und andernfalls möglicherweise zu Waffen greifen würden oder gegriffen haben, zu überzeugen, dass es bessere Wege gibt, Ungerechtigkeiten zu beseitigen. Der bekannte Pazifist und Quäker George Lakey, der Gewaltlosigkeit unterrichtete und selbst anwandte, prägte den Ausspruch: „Die meisten Menschen, die an gewaltfreien Kampagnen teilnehmen, sind keine Pazifisten und die meisten Pazifisten würden sich nicht an gewaltfreien Kampagnen beteiligen.“

Andererseits bietet eine moralische, religiöse, philosophische Verankerung des prinzipienbasierten Konzepts einen Mehrwert, wenn es in schwierigen Situationen darum geht, gewaltlos zu bleiben und die Versuchung, Gewalt anzuwenden, groß ist. Spiritueller Glaube und religiöse Organisationen und Institutionen haben oft in gewaltfreien Bewegungen eine entscheidende Rolle gespielt. Mahatma Gandhi, der ein ausgezeichneter Stratege war, arbeitete eine Strategie des gewaltlosen Widerstands gegen die britischen Kolonialherren aus, die vom Glauben inspiriert war. Für ihn war Jesus der Inbegriff der Gewaltlosigkeit.

Praktisch gesehen ist es für eine gewaltfreie Bewegung sehr schwierig, festgefahrene und langjährige Ungerechtigkeiten zu bekämpfen und dabei den Kampfgeist und die aktive Beteiligung über längere Zeit hochzuhalten. Nachhaltiger Widerstand ist beschwerlich. Unter solchen Umständen benötigen Aktivist:innen und Führende der Bewegungen eine Quelle der Inspiration. Glaubensgemeinschaften und –institutionen liefern dieses Gefühl gemeinschaftlicher Solidarität, geistliche Nahrung. Ohne die spirituelle und organisatorische Kraft der sog. „Schwarzen Kirchen“ wäre die US–amerikanische Bürgerrechtsbewegung wohl kaum so erfolgreich gewesen. Die Bilder der philippinischen Nonnen, die mit dem Rosenkranz in der Hand vor Diktator Ferdinand Marcos Soldaten knieten, und die Worte des Erzbischofs von Manila, Kardinal Jamie Sin, der in Radio Veritas Gerechtigkeit erflachte, trugen dazu bei, den gewaltlosen Kampf für die Demokratie in den Philippinen 1986 anzufachen. Erzbischof Desmond Tutu von Südafrika berief sich auf Glaubensüberzeugungen, die auf Gerechtigkeit und Versöhnung gründen, und forderte nachdrücklich einen gewaltlosen Kampf für ein freies Südafrika. Dabei beharrte er darauf, dass der Wille zur Vergebung Leitprinzip im Post–Apartheidstaat sein müsse. In Osttimor, das nach der brutalen indonesischen Militärbesatzung 2002 die Unabhängigkeit erlangte, verurteilten katholische Priester und Nonnen im ganzen Land die Verbrechen der indonesischen Streitkräfte. Sie beschützten die Leute, die gewaltfrei für die Selbstbestimmung des Landes kämpften, und leisteten materielle Unterstützung. In Liberia, das viele Jahre Bürgerkrieg zwischen bewaffneten Rebellengruppen und der Regierung von Charles Taylor aushalten musste, fand sich eine Gruppe von Kirchenmitgliedern, die gemeinsam eine direkte Aktionskampagne organisierten und die kriegsführenden Parteien damit so unter Druck setzten, dass diese 2003 das Friedensabkommen unterzeichneten. Friedensmahnwachen, sexuelle Verweigerung und sozialer Druck waren dabei nur einige ihrer Taktiken. In Guatemala boykottierte, streikte und protestierte eine breite Koalition aus Bäuerinnen und Bauern, Studierenden, Anwält:innen und religiösen Führer:innen gegen die langjährige korrupte Regierung und zwangen dadurch den kleptokratischen Präsidenten 2015 gewaltfrei zum Rücktritt. Das war für ein Land, das während drei Jahrzehnten unter einem Bürgerkrieg gelitten hatte, ein bemerkenswerter Erfolg. Das von Schwester Simone Campbell gegründete, US–amerikanische Netzwerk „Nuns on the Bus“ fährt seit 2012 mit dem Bus quer durchs Land, um sich an die Seite der Menschen zu stellen. Dadurch ist es zu einem Ventil

für kreative und hoffnungsvolle Lösungen für die Katholik:innen, die ökonomische Gerechtigkeit, Immigrationsreformen, Gleichheit und Bürgerengagement anstreben, geworden.

Die katholische Soziallehre legt den Schwerpunkt auf die angeborene Würde des Menschen, die Bedeutung gesellschaftlicher Teilnahme, Rechten und Pflichten, den Vorrang der Armen und Schwachen, die Würde der Arbeit und die Rechte der Arbeiter, die Bedeutung der globalen Solidarität und der Schöpfungsverantwortung. Die katholische Soziallehre verpflichtet gläubige Bürger:innen, sich an gewaltlosen Aktionen zu beteiligen, um die Rechte und Würde der Ärmsten und Schwächsten zu fördern. Das schließt auch jene mit ein, gegen deren grundlegenden Rechte auf Leben und Arbeit durch ein ungerechtes Machtsystem verstoßen wird. Die kirchliche Mission für soziale Gerechtigkeit wird durch den expliziten Willen, jene zu unterstützen, die sich für grundlegende Menschenrechte und Menschenwürde mit aktiven gewaltlosen Mitteln einsetzen, weiter gestärkt.

Mit seinem berühmten „Brief aus dem Gefängnis von Birmingham“ gibt Martin Luther King jenen Antwort, die die gewaltlosen Protestaktionen der US-amerikanischen Bürgerrechtsbewegung als „unklug und zeitlich ungünstig“ verurteilten und suchte den Dialog mit ihnen: „Warum direkte Aktionen? Warum Sitzstreiks, Aufmärsche und dergleichen? Wäre der bessere Weg nicht der der Verhandlung gewesen? Sie haben ganz Recht damit, auf den Verhandlungsweg hinzuweisen. Gerade das ist ja der Zweck der gewaltlosen direkten Aktion. Sie will eine Krise herbeiführen, eine schöpferische Spannung erzeugen, um damit eine Stadt, die sich bisher hartnäckig gegen Verhandlungen gesträubt hat, zu zwingen, sich mit den Problemen auseinanderzusetzen.“

Bei Konflikten mit ungerechter Machtverteilung und institutionalisierter Diskriminierung können sich die Machtverhältnisse verschieben und dadurch Verhandlungen und ein dauerhafter Frieden möglich werden. Gewaltsame extremistische Gruppierungen wie der Islamische Staat rekrutieren unzufriedene Jugendliche und andere, indem sie behaupten, man könne nur mit Gewalt gegen Ungerechtigkeit und Ausgrenzung vorgehen. Es gibt bemerkenswerte Beispiele im Irak und in Syrien für gewaltfreien Widerstand gegen den Islamischen Staat. In Kenia griffen Kämpfer der al-Shabaab-Miliz 2014 einen Bus an und forderten die Passagiere auf, sich nach Christen und Muslimen aufzuteilen – das war eine Methode, wie sie vor den Massenmorden an den Christen angewandt wurde. Die muslimischen Reisenden, größtenteils Frauen, weigerten sich, die Christ:innen auszuliefern. Sie forderten die Terroristen auf, sie entweder alle zu töten oder zu verschwinden und gaben christlichen Frauen Hijabs, also muslimische Verschleierungen. Die Terroristen zogen sich daraufhin zurück.

Die Kirche hätte die wichtige Rolle, die Botschaft zu vermitteln, dass gewaltloser Widerstand tatsächlich erfolgreich und glaubenskonform ist.

Fazit

Durch ihre Lehre und Einsatz für die Friedensförderung und soziale Gerechtigkeit weltweit, verfügt die katholische Kirche über zahlreiche moralische und materielle Ressourcen, um für eine Welt ohne Gewalt einzutreten. Wenn sie sich mit ihrer Lehre mit dem politischen Arm der Kirche, mit ihren pragmatischen Programmen für jene einsetzt, die sich rund um den Globus im gewaltlosen Widerstand für Rechte, Frieden und Würde engagieren, zeigt sie einen konkreten und machtvollen Weg auf, der Gewalt weltweit zu begegnen. Solidarität mit jenen, die sich für einen gewaltlosen Wandel weltweit einsetzen, und deren materielle Unterstützung tragen konkret dazu bei, dass weniger Menschen getötet werden, als wenn Waffen verwendet werden.

Glücklicherweise gibt es auch immer mehr Materialien für gewaltlose Aktionen und immer mehr Organisationen weltweit, die dazu beitragen, entsprechende Kompetenzen aufzubauen und Gemeinschaften dabei zu helfen, gewaltfrei für einen Wandel einzutreten. Einige dieser Organisationen in den USA: das U.S. Institute of Peace, Rhize, das International Center on Nonviolent Conflict, Nonviolent Peaceforce, das American Friends Services Committee, Operation Dove und das Team der Christian Peacemakers. Wenn diese gemeinsam mit anderen aktiven und erfolgreichen Organisationen, wie pax christi, Mercy Corps, Caritas International und den Catholic Relief Services, ihre Partnerschaften und Synergien vertiefen und damit ihr Wissen und ihre Fähigkeiten zu strategischen, gewaltfreien Aktionen verbessern, könnten damit gewaltsame Konflikte weltweit verhindert oder abgemildert werden. Auf strategischer Ebene muss Krieg prinzipiell angeprangert und müssen gleichzeitig jene, die gewaltfrei gegen Ungerechtigkeiten vorgehen explizit unterstützt werden. Das wäre ein großer Schritt in Richtung der Visionen von Papst Franziskus und Papst Leo von einer Welt, in der Konflikte ohne Gewalt gelöst werden.

<https://www.friedensblog.net/2026/07/14/ziviler-ungehorsam-und-gewaltloser-widerstand-folge-3/>

<https://www.friedensblog.net/2026/07/13/ziviler-ungehorsam-und-gewaltloser-widerstand/>
<https://www.friedensblog.net/2026/07/02/zivilcourage-und-gewaltloser-widerstand-protagonistinnen-des-zivilen-ungehorsams/>