

## Balingen Bodyguard spricht über sein Leben



Michael Stahl zeigte rund 70 interessierten Teilnehmer, wie man sich in einem gewaltträchtigen Konflikt verhält. Foto: Luppold

Balingen-Zillhausen - Dass zwei Veranstaltungen mit unterschiedlicher Zielgruppe und unterschiedlichem Schwerpunkt mit demselben Referenten am selben Tag unter einer Hut zu bringen sind, hat Michael Stahl bewiesen, der in der Evangelisch-Freikirchlichen Gemeinde Zillhausen zu Gast gewesen ist.

Der Fachlehrer für Selbstverteidigung leitete ein praktisches Training, bevor er im Rahmen der Veranstaltungsreihe "Gespräch am Turm" einen Vortrag hielt.

Dem ehemaligen VIP-Personenschützer, der beispielsweise Papst Benedikt und Muhammed Ali bewachte, ging es in erster Linie darum, zu vermitteln, wie man in

Gefahrensituationen körperliche Auseinandersetzungen verhindern kann: "Schläge, vor allem ins Gesicht, setzen herab und bedeuten: 'Ich mache dich klein.'" Sollten Eltern je ihr Kind im Affekt ins Gesicht geschlagen haben, sollten sie diese um Vergebung bitten.

Er habe in 15 Dienstjahren trotz aller Bedrohungen nie zuschlagen müssen, erklärte Stahl. Dazu müsse man wissen, welche Signale von der Körperhaltung, dem Händedruck oder dem Blick ausgingen. Wichtig war sein Hinweis auf bestimmte, unbewusste Bewegungen, die in spannungsgeladenen Situationen die Gewaltbereitschaft des Aggressors verraten und oft einen körperlichen Angriff ankündigen.

### **Nie zwischen Kontrahenten treten**

Als Helfer in einer Auseinandersetzung solle man nie den Schläger angehen oder zwischen ihn und sein Opfer treten. Richtig sei, das Opfer wegzuziehen und sich ihm helfend zuzuwenden.

Rund 70 vorwiegend jugendlichen Teilnehmern bereitete es großen Spaß, sich auf mit großer Lockerheit und Humor angeleitete Übungen einzulassen. Es ging dabei nicht um Kampftechnik, sondern um Schnelligkeit, Koordination, Vertrauens- und Abwehrübungen.

"Kein Herz aus Stahl", lautete am Abend das Thema des Vortrags. Er berichtete offen über seine leidvolle Kindheit in ärmlichen Verhältnissen. Er ließ die Zuhörer tief in sein Herz blicken, als er von den Demütigungen und Verletzungen durch seinen trunksüchtigen Vater erzählte und von seiner Sehnsucht nach liebevoller Zuwendung, die er nie erfahren durfte. Eine kleines Bild mit dem gemarterten Jesus sei damals seine Zuflucht gewesen.

Als die Verhältnisse unerträglich wurden, lebte er einige Monate lang auf der Straße. Seine Entscheidung für den Kampfsport und den Beruf des Personenschützers deutet er als Folge seines damaligen Lebensgefühls: "Mein Leben ist Kampf, und ich bin ungeschützt." Dieses Gefühl habe er auch noch als Bodyguard empfunden.

Aber in seinem Leben gab es einen Wendepunkt: "Mein Herz wurde von Gottes Liebe ›gesundgeliebt‹." Aufgrund seines Glaubens suchte er von sich aus die Versöhnung mit seinem Vater. Trotz der Vergangenheit sprach er ihm seine Wertschätzung, Liebe und Vergebung aus und erlebte, wie sich sein Vater veränderte.

Stahl appellierte an seine Zuhörer, in Beziehungen unbedingt immer wieder die gegenseitige Liebe auszusprechen. Für heile Beziehungen seien vier Arten der Vergebung nötig: Man brauche die Vergebung Gottes, man müsse sich selbst vergeben und wertschätzend mit sich selbst umgehen können, man müsse anderen vergeben, die einem wehgetan hätten, und man müsse selbst andere um Vergebung bitten.