

Kirche in WDR 5 | 26.06.2025 06:55 Uhr | Anne Christin Wellmann

Vergeben

Guten Morgen,

muss man eigentlich alles vergeben? Oder: Gibt es Dinge, die nicht zu vergeben sind? Was bringt Vergebung überhaupt?

Darüber spreche ich mit einer Klasse in der Berufsschule im Religionsunterricht. Es geht um Schuld und Vergebung.

Eine Schülerin sagt: "Ich glaube, ich könnte es nicht vergeben, wenn einer einen Menschen umbringt, der mir nahesteht, den ich liebe." Fast die ganze Klasse nickt. Und andere nennen noch weitere Beispiele, wo sie es schwierig finden, zu vergeben.

Trotzdem wird bald klar: Es ist eine sehr individuelle Entscheidung, was jemand vergeben oder verzeihen kann. Jeder Mensch hat bei dem Thema eigene Grenzen. Und manche meinen auch: Vielleicht würde ich auch nochmal anders entscheiden, als ich mir das jetzt vorstelle. Kommt auf die Situation an.

Aber warum sollte man überhaupt vergeben?

"Vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unseren Schuldigern" beten weltweit ungefähr 2,5 Milliarden (2022) Christen im Vaterunser.

Das Vergeben ist im Glauben - nicht nur im christlichen - überhaupt weit verbreitet.

Der gläubige Mensch hofft auf Vergebung, weil er selbst erlebt, dass er schuldig wird. Immer wieder.

Das ist auch eine Erfahrung, die viele meiner Schülerinnen und Schüler teilen. Zumindest behauptet niemand von sich, noch nie im Leben schuldig geworden zu sein.

Manche erzählen sogar sehr offen und mutig von Momenten, in denen sie schuldig geworden sind.

Und wo ihnen vergeben wurde oder auch nicht.

Wir überlegen: Was hat in diesen Situationen geholfen, damit jemand vergeben konnte. Zeit, Gespräche und Ehrlichkeit – waren unter den Top 3 der Hilfsmittel für Vergebung.

Warum Zeit?

Manches braucht Zeit.

Nicht alles kann sofort vergeben werden.

Die Zeit heilt leider nicht alle Wunden, hin und wieder bleiben Narben zurück, manchmal

solche, die immer wieder wehtun.
Aber mit der Zeit kann Vergebung leichter werden.

Warum Gespräche?

Reden hilft. Auch bei der Vergebung.

Gerade wenn etwas Zeit vergangen ist.

Vielleicht fällt das Reden schwer. Aber es zeigt dem Gegenüber: Du bist mir diese Anstrengung wert. Es lohnt sich, das mit dir zu bereden und zu klären.

Nicht jedes Gespräch hilft. Deshalb braucht es eben auch:

Ehrlichkeit.

Jemandem zu vergeben, bedeutet nicht, dass ich gut finde, was passiert ist.

Damit das nicht verwechselt wird ist es wichtig, dass beide Seiten im Gespräch ehrlich bleiben. Es bringt nichts zu vergeben, es aber eigentlich nicht so zu meinen.

Es bringt auch nichts Schuld zu vertuschen oder andere Schuldige zu suchen, die es nicht gibt. Wenn sich zur Schuld auch noch die Lüge gesellt, dann sieht es ganz schlecht aus mit der Vergebung.

Und auch wenn fast alle in der Klasse sicher sind, dass nicht alles auf dieser Welt zu vergeben ist: Sie sind sich relativ einig: Vergebung ist wichtig: vor allem für mich selbst. Wenn ich mir oder anderen vergeben kann, dann befreit mich das, ich trage es nicht mehr mit mir rum, ich muss mich damit nicht mehr beschäftigen.

Und was mache ich mit der Schuld, die ich nicht vergeben kann?

Mir selbst oder auch anderen?

Man kann die Schuld anderen erzählen, zum Beispiel Freunden, Familie oder Seelsorgenden.

Wichtig ist: Ich bleib damit nicht allein.

Sich Menschen anzuvertrauen mit eigener oder fremder Schuld, die einen belastet, das kann was am Gefühl verändern.

Genauso, wie die Dinge im Gebet Gott anzuvertrauen.

Gerade das, was ich nicht loswerde, darf ich hier abgeben.

(Ende WDR 4, Verabschiedung für WDR 3 und 5:)

Egal wo - dass Sie abgeben können, was belastet, wünscht Ihnen

Pfarrerin Anne Wellmann aus Tönisvorst.

Redaktion: Landespfarrerin Petra Schulze