Katholische Kirche im WDR

Katholisches Rundfunkreferat beim WDR
Wallrafplatz 7
50667 Köln
Tel. 0221 / 91 29 781
Fax 0221 / 27 84 74 06
www.kirche-im-wdr.de
E-Mail: info@katholisches-rundfunkreferat.de

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Katholischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in 1Live | 19.10.2026 floatend Uhr | Christiane Mussinghoff

# Verzeihen

Boah, hab ich schlecht geschlafen. Immer wieder wach. Ich war in sonner Grübelendlosschleife. Kennst Du vielleicht…Bei mir war das, weil mich jemand sehr verletzt hat. Und meine Baustelle ist dabei: Kann ich das verzeihen? Und wie geht das? Jetzt bin ich ja vonner Kirche, aber ich kann das auch nicht so ma eben. Ich dachte, dass das einfacher ist. Und frage mich ernsthaft: Wie kann ich verzeihen und irgendwie wieder von vorn anfangen? Kann doch nicht so schwer sein! Aber ist es total. Vielleicht ist Dir das auch schon mal passiert, dass Dich was krass verletzt hat. So richtig. So, dass Du nachts wach liegst. Und ich will gar nicht die Geschichte hier dazu erzählen, sondern einfach ma wissen, wie ich das jetzt machen soll mit dem Verzeihen.
Ich merke, das braucht. Also Zeit ist ein Faktor, aber auch ich selbst muss es wollen. Schon schwieriger! Ich muss das in meinem Herzen irgendwie hin- und herbewegen. Und ich muss Liebe aktivieren. Und meine Gedanken damit anstecken. Und immer wieder versuchen.
Christiane Mussinghoff, Coesfeld