



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

Sonntagskirche | 08.09.2019 08:55 Uhr | Katrin Achterfeld

## Vergebung

"Ich verzeihe Dir."

Wann habe ich das letzte Mal diese Worte gesprochen? Wann haben SIE zum letzten Mal jemandem vergeben, eine Entschuldigung angenommen? Und ich meine hier nicht eine Entschuldigung à la "Tut mir leid, dass ich vergessen habe den Müll raus zu bringen oder nach der Arbeit im Supermarkt vorbei zu schauen." Nein, hier meine ich die großen Entschuldigungen, die, die meinem Gegenüber nicht so leicht über die Lippen kommen, die ihn Überwindung kosten.

Eine Entschuldigung für etwas, was mich tief verletzt hat, vielleicht ein Spruch, eine Tat, die eine langjährige Freundschaft ins Wanken gebracht hat oder sogar mein eigenes Leben langfristig beeinflusst hat. Wissen Sie, was ich meine? Eventuell haben Sie ja jetzt so eine Situation vor Augen.

Und, konnten Sie in diesem Moment Ihrem Gegenüber verzeihen?

Es erfordert Mut, jemanden um Verzeihung zu bitten: Über den eigenen Schatten springen, den Fehler eingestehen, das Risiko, abgewiesen zu werden: Das ist nicht einfach.

Aber es ist auch nicht einfach zu verzeihen. Das habe ich selbst vor kurzem erlebt. Vorausgegangen ist ein fieser Streit mit einer Freundin. Ich hatte das Gefühl, dass sie meinen neuen Lebenspartner nicht mag. Es fielen ihrerseits einige Bemerkungen über mich und meinen Freund, die mich tief verletzt haben. Aber so richtig. Ich hasse Konflikte, deshalb tat ich, was ich meist tue - mich der Situation entziehen. Funkstille.

Vor ein paar Tagen dann plötzlich ein Lebenszeichen meiner Freundin. "Wollen wir sprechen?" Ich habe ja gesagt.

Als wir uns dann treffen, ist die Atmosphäre zunächst einmal sagen wir - unterkühlt. Wir reden um den heißen Brei – belanglose Floskeln – über das Wetter. Dann gibt sie sich einen Ruck und sagt, worum es wirklich geht:

Sie habe nachgedacht über ihre Worte. Es tue ihr leid, dass sie mich und meinen Freund verletzt hat. "Ich breue das aufrichtig. Kannst Du mir verzeihen?"

Danach Stille.

Eigentlich wäre das jetzt mein Einsatz gewesen. Drei erlösende Worte: "Ich verzeihe Dir". Darauf hatte meine Freundin gehofft.

Aber. Ich. Konnte. Nicht.

Für mich taten die Worte immer noch weh. Ich war noch nicht so weit.

Ich wusste: Ich kann ihr nicht aufrichtig verzeihen.

Und das hab ich ihr gesagt. Und ich sah in ihren Augen: Jetzt hatte ich sie tief verletzt. Eine Hoffnung, die starb. Traurigkeit.

Seitdem ist ein halbes Jahr vergangen. Wieder Funkstille. Und wieder genügend Zeit über alles nachzudenken. Diesmal mit dem Ergebnis: Vergeben ist nicht so einfach. ABER: Vergebung erleichtert – beide Seiten. Im letzten halben Jahr habe ich sehr oft an meine Freundin gedacht. An unsere letzten Worte, wie alles auseinander ging. Das tut mir sehr leid. Zum damaligen Zeitpunkt war ich noch nicht so weit ihr zu vergeben. Heute denke ich anders darüber:

Ich kann jemandem verzeihen, aber ich muss es nicht gleichzeitig auch vergessen. Ich kann eine Entschuldigung annehmen, das heißt aber nicht, dass ich ein Verhalten gut heißen muss oder Verständnis dafür aufbringe. Aber: es hilft mir, Ballast abzuwerfen.

Ich verzeihe also jemandem und ermögliche ihm und mir dadurch ein Kapitel zu beenden. Ich schließe meinen Frieden mit der Sache.

Heute, ein halbes Jahr nach unserem letzten Gespräch, ist der internationale Tag der Vergebung. Welcher Tag würde sich also besser eignen als zum Hörer zu greifen und ein Telefonat zu führen, das schon längst überfällig ist?

Wann haben Sie zum letzten Mal gesagt: "Ich verzeihe Dir?"