

Vergeben und Vergessen?

Unter die Räuber gefallen

18 Jahre war ich ein bekehrter Christ gewesen. Die groben Kanten waren abgeschliffen. Fühlte mich im Großen und Ganzen schon recht fortgeschritten... Da geschah es. Ich geriet unter die „Räuber“ und fand mich plötzlich halbtot am Wegrand liegen. Die Räuber waren nicht böse Heiden oder gewissenlose Menschen, sondern wohlmeinende Christen mit eigenen Überzeugungen und Wertvorstellungen, beeinflusst von Ratgebern aus einem anderen Land. Plötzlich gab es eine Front gegenüber mir und meiner Frau, die dazu führte, dass meine Leiterschaft in der von mir gegründeten und geliebten Institution nicht mehr bestätigt wurde – ohne dass mir die Gründe mitgeteilt wurden. Ich fühlte mich wie Joseph – von den eigenen Brüdern verraten und verkauft.

Die Lehre von der Notwendigkeit der Vergebung kannte ich natürlich. Und so vergab ich jedem Beteiligten vor Gott bewusst und aufrichtig. Doch in mir blieb ein Bereich, in dem es brodelte und schmerzte. Besonders zu den Zeiten, wo ich etwas Ruhe hatte: Beim Beten, beim Bibellesen und bei jedem Spaziergang... Täglich ging das so. Das Gefühl starker Kränkung kam hoch wie ein Stehaufmännchen. Äußerst aufdringlich. Immer wieder schrie es in mir und immer wieder bestätigte ich die Vergebung. Doch die Wunde schloss sich nur sehr langsam. Es kostete Kraft und Disziplin. Es war lästig und mühsam.

Das hielt etwa zwei Jahre in dieser Weise an. Schließlich stoppte der innere Blutfluss. Der Energieverlust hatte ein Ende. Frieden kehrte ein. Die Narbe ist geblieben, vergessen habe ich die Geschichte nicht. Aber sie sticht nicht mehr.

Im folgenden beschreibe ich kurz, was mir geholfen hat „heil zu werden“ und was sich auch in anderen Situationen ähnlicher Art bewährt hat. Das ist aber nicht gemeint als Eins zu Eins- Kopiervorlage einer sicher wirkenden Therapiemethode für problematische Wundverhältnisse! Jeder Fall ist anders. Aber das eine oder andere Element mag für den einen oder anderen Verwundeten oder sogar Infizierten hilfreich sein. Vollständig ist die Liste sicher nicht.

Echtes und präzises Mitleid

Ich hatte das Vorrecht, mit einem alten, erfahrenen Leiter und Kämpfer zusammensitzen und ihm meine Geschichte erzählen zu können. Er schaute mich voller Mitleid an und sagte: „Jens, du bist amputiert worden.“ Diese Worte trafen präzise meine innersten Empfindungen. Sie waren Balsam für meine Seele. Ich fühlte mich zutiefst verstanden, ernst genommen und liebevoll verbunden.

Vater, vergib ihnen, denn sie wissen nicht was sie tun (Luk 23,34)

Die wachsende Einsicht, dass bei meinen Mitbrüdern vieles aus Unwissenheit, mangelnder Erfahrung und tatsächlich auch aus guten Absichten geschah, hat wiederholt die Wunde vor böser Infektion und Vereiterung bewahrt.

Schüttet euer Herz vor ihm aus (Ps 62,9)

Es tat gut, alle meine schmerzenden und negativen Empfindungen im Gebet ständig vor Gott auszubreiten. Ich hielt sie Ihm einfach hin. „Herr, du siehst, was in mir abgeht...“ Es hat sich als sinnvoll herausgestellt, nichts zu verdrängen, auch den Zeiten der Stille nicht auszuweichen aus Angst vor den immer gleichen Gefühlstürmen.

Vergebung festhalten oder zurückholen

„Denn wir sind Teilhaber des Christus geworden, *wenn wir die anfängliche Zuversicht bis zum Ende standhaft festhalten.*“ (Heb 3,14) Diese Wahrheit kann ohne Weiteres auf die Vergebung übertragen werden: Denn wir sind Teilhaber des versöhnenden Gottes geworden, wenn wir die anfängliche Vergebung bis zum Ende standhaft *festhalten.*

Wundschmerzen, neue Verletzungen und der „altböse Feind“ führen leicht dazu, dass uns die vollzogene Vergebung vor Gott wieder entgleitet. Die alten Gefühle steigen wieder hoch. Dann gilt es, die Vergebung festzuhalten, bzw. sie wieder zurückzuholen ins Herz: „Ich bleibe bei der Vergebung, Herr! Ich bekräftige und bestätige sie vor dir, hier und jetzt!“

Vergebung macht Heilung möglich, ist aber selbst noch nicht Heilung

Diese Einsicht hat mir geholfen, mich nicht unnötig anzuklagen, wenn ich immer wieder „dran denken musste“. Vergebung, also der Verzicht auf Rache und Groll, das segnende Gott Anbefehlen des „Widersachers“, desinfiziert und verbindet die Wunde. Unversöhnlichkeit infiziert sie und hält sie künstlich offen. Doch die Heilung selbst kann eine Weile dauern. Dass bei schweren physischen und psychischen Verletzungen die Wunde Zeit braucht, um zu heilen, immer wieder weh tut und sehr berührungsempfindlich ist, ist normal!

Du bist nicht nur Opfer, du bist auch Täter

Auf einer Fortbildung mit Reinhold Ruthe, in der Auseinandersetzung mit meinem spezifischen „Lebensstil“, fiel es mir wie Schuppen von den Augen. Ich erkannte eine beherrschende Leitlinie, eingeritzt in die Wände meines Herzens: „Sei kein Spielverderber! Mache es allen möglichst leicht! Gib lieber nach, als unbequeme Auseinandersetzungen anzuzetteln!“ Diese Leitlinie hatte dazu geführt, dass ich mich gegen das Verhalten meiner Brüder zu wenig zur Wehr gesetzt hatte, zu schnell und brav alles geschluckt hatte. Ich war nicht nur amputiert worden, ich hatte mich freiwillig amputieren lassen! Ich sah, wie viele meiner persönlichen Kränkungen unnötig verschlimmert worden waren durch viel zu schnelles Nachgeben und durch das Vermeiden gesunder Auseinandersetzungen.

Ich empfand, dass durch diese Einsicht der letzte Rest der Wunde in kürzester Zeit geschlossen wurde. Selbstverständlich sind wir nicht bei jeder Kränkung durch andere immer auch Täter. Aber häufig sind wir doch beteiligt.

Vergeben und Vergessen ist nicht möglich. Vergeben und Heil werden sehr wohl.