

## Vergebung

Es gibt Zeiten, in denen ich weiß, dass ich mir selbst und anderen vergeben sollte, d.h. etwas in Ordnung bringen; aber es scheint mir schwierig oder gar unmöglich. Verharre ich in dieser Gesinnung, versperre ich mir den Weg zu meinem Guten. Ich blockiere Verstand und Gefühl, so dass ich selbst meinem Besten im Weg stehe. Ich fühle mich beleidigt, gekränkt und auf einen Platz verwiesen, der mir meiner Meinung nach nicht zusteht.

Was aber soll ich tun, wenn der „Übeltäter“ nicht zu mir kommt, um sich zu entschuldigen? Soll ich vielleicht den Weg nach Kanossa (Bußgang) gehen? Hin und her bist Du gerissen. Und jetzt auch noch die viele Zeit, die Du vergeudest, um über das Für und Wider Deiner Handlung nachzudenken! Sei gescheit! Beginne Du, das Übel aus der Welt zu schaffen. Bete das „Vater unser“ selbst, wenn Du da, wo es heißt: „Und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unseren Schuldigern“ nur schwer die Worte aussprechen kannst. Oft rasseln wir das Gebet so runter. Aber gerade dieses Gebet will von Herzen kommend gesprochen werden. Wenn ´s nicht gleich geht, versuche es so lange, bis diese Worte Dir den Frieden schenken.

Vergebung ist der erste Schritt zu erfolgreichem Beten, weil Vergebung unser Denken, unseren Körper und unsere Angelegenheiten läutert. Christus sagt: „Wer von euch ohne Sünde ist, der werfe den ersten Stein.“ Wer aber ist schon ohne Sünde? Willst Du höheres Gutes erfahren in Deinem Leben, vergib zuerst, wenn es Dich auch hart ankommt. Hast Du nicht den Mut, zu einem Menschen hinzugehen, der Dir zu vergeben hätte, wie Du meinst oder dem Du vergeben solltest, so bete innig um Vergebung, und sie wird Dir geschehen, indem sich die Lösung des Problems einstellt.

Übe Vergebung Dir gegenüber und allen Menschen gegenüber. Liebe Dich selbst und vergib! Ich gebe zu, Vergebung ist eine Lektion, mit der sich zu mindestens am Anfang alle Menschen schwertun. Übe die Vergebung so lange, bis sie Dir von Herzen kommt und in Deinen Denkgewohnheiten zu Hause ist. Beginne damit, dass Du das Wort Vergebung laut und leise sagst. Wende Dich an den Christus in Dir: „Danke, Christus Jesu, du schenkst mir jetzt die Kraft, von ganzem Herzen zu vergeben. Danke, dass solche Liebe jetzt in mir und durch mich geschieht.“ Gebete der Vergebung sind die höchste Form des Betens.

Kommt Deine Vergebung nicht aus reinem Herzen, so bleibt sie in Worten hängen und kann Deine Seele nicht reinigen, und Vergebung kann nicht geschehen.

Text aus: Hilf, Gott, allezeit. Amen

von Katharina Honstein, Holzhausen am Hünstein