

## Die heilende Kraft der Vergebung

Wenn Gott mir vergibt, warum soll ich nicht auch vergeben?

Das kann man sich in der Tat fragen, aber leider erfreut sich das Konzept der Vergebung in unserem Kulturkreis keiner großen Beliebtheit – auch wenn der ehemalige Gesundheitsminister Jens Spahn die Vergebung vor etwas über zwei Jahren mit seiner Aussage „Wir werden einander in ein paar Monaten viel verzeihen müssen“ in die gesellschaftliche Debatte einbrachte.

Ein anderer Mensch, der von der heilenden Kraft der Vergebung überzeugt war, war der katholische Psychiater Konrad Stauss (1943-2016). Er sagte: „Um inneren Frieden mit meiner Vergangenheit zu finden, muss ich vergeben.“ Der Weg zur Vergebung gehe über das Kreuz, man dürfe also den Schmerz nicht verdrängen. Weil Vergebung immer eine spirituelle Dimension habe, sei es außerdem notwendig, sie im Angesicht Gottes auszusprechen. Um diesen Prozess zu veranschaulichen, erzählt er die Geschichte einer Frau namens Paula, die in der Erinnerung an ihren verstorbenen Vater Schmerz, Hass und Bitterkeit verspürte, nachdem sie von ihm zeitlebens Missachtung und Kränkungen erfahren hatte.

Sie durchlief sieben Schritte der Vergebung und schließlich berichtete sie: „Ich hatte das dringende Bedürfnis, zum Grab meines Vaters Blumen zu bringen. Ich habe mit Freude eine Blumenvase und einen Strauß Rosen gekauft und habe zu meiner Verwunderung festgestellt, dass ich ruhig und gelassen war. Ich habe durch die Vergebung meinen Frieden mit ihm gefunden.“

Konrad Stauss' Buch „Die heilende Kraft der Vergebung“ finden Sie übrigens in der christlichen Buchhandlung in Stade ☺

Bleiben Sie behütet

Ihre Nora Kurzewitz