

Studientag 11: Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht, Schuld und Vergebung

11.11.b Vergebung

Dass es sich bei der Vergebung um einen Kraftakt handelt, der Mut, Entschlossenheit und einen langen Atem braucht, spürt jeder Mensch sehr schnell, der sich dazu bereitmacht. Denn es bedeutet, sich seinen verletzten Gefühlen zu stellen und sich einen Weg durch Zorn, Scham, Angst, Enttäuschung und Trauer zu bahnen. Kein Wunder, dass wir davor zurückscheuen und diese Gefühle lieber verdrängen oder vergessen würden, anstatt uns ihnen auszusetzen. Oft sind es auch wohlmeinende Menschen, die uns nahelegen, doch endlich einen Schlussstrich unter die Sache zu ziehen und Gras darüber wachsen zu lassen. Doch gerade unter diesem Gras wuchern Kränkungen oft unbemerkt weiter und wachsen sich zu Groll und Bitterkeit aus. Nicht selten ergreifen dann Rachege Gedanken von uns Besitz. Wir wollen es dem anderen heimzahlen. Soll er doch auch mal spüren, wie sich das anfühlt! Doch Rache führt oft zu neuem Unrecht und heilt keine zerbrochene Beziehung. Dennoch bedeutet Vergebung nicht, auf Gerechtigkeit verzichten zu müssen. Die Wahrheit muss ans Licht gebracht, Unrecht beim Namen genannt werden.

Natürlich hofft jeder Mensch nach erlittenem Unrecht auf ein Schuldeingeständnis des anderen und auf dessen Bitte um Verzeihung. Doch solange wir unsere Vergebung davon abhängig machen, bleiben wir an genau den Menschen gekettet, der uns Schaden zufügte und übergeben ihm den Schlüssel für unseren Heilungsprozess.

Was aber, wenn er seine Schuld abstreitet? Oder wenn er sie gar nicht mehr eingestehen kann, weil er zu alt oder nicht mehr am Leben ist? In diesen Fällen kann es hilfreich sein, sich einen Stellvertreter zu suchen, einen nahestehenden Menschen oder vielleicht auch einen Seelsorger oder Therapeuten, der einem sagt: „Ja, dir ist Unrecht zugefügt worden. Es tut mir leid.“ Diese Worte aus dem Munde eines anderen Menschen werden als sehr befreiend und heilend erlebt. Manche Menschen haben darauf ihr ganzes Leben gewartet. Oft sind es ja gerade die Menschen, die wir am meisten lieben, die unserem Herzen die schwersten Verletzungen zufügen. Menschen, die sich einst liebten, können so zu erbitterten Feinden werden. Verletzte Gefühle führen zu einem eingeschränkten Blick auf den anderen, und wir tendieren dazu, seine ganze Person mit dem gleichzusetzen, was er uns angetan hat.

Daher ist es auf dem Weg der Vergebung wichtig, zwischen Handlung und Handelndem, zwischen Tat und Täter zu unterscheiden. Dies ermöglicht es uns, nicht gleich den ganzen Menschen in Bausch und Bogen zu verdammen. Und je mehr wir uns dazu bereitmachen, die Hintergründe für das verletzende Verhalten des anderen zu erforschen, desto eher gelingt es uns vielleicht auch, einen Funken des Verständnisses in uns zu entzünden. Es hilft, den anderen vor dem Hintergrund seiner Lebensgeschichte und seiner aktuellen Lebenssituation wahrzunehmen. Das heißt nicht, dass wir sein Verhalten billigen oder rechtfertigen müssten. Es macht jedoch die Aktivierung von Empathie möglich. Und Empathie ist der zentrale Schlüssel für Versöhnung. Sie ermöglicht es, sich in die Situation des anderen einzufühlen und zu fragen: Was sind die Hintergründe für sein Verhalten? Wie kam er in diese Situation, mir Leid zuzufügen?