

„Vergebung“ – was ist das/ was ist das nicht?

Von Karsten Sewing und Tobias Mock, LIVE e.V. - Bünde - DIE Männerreise – Abenteuer Identität



Vergebung ist eine Notwendigkeit! Sie findet ihre Begründung in dem geistlichen Gesetz von Saat und Ernte –d.h. wenn Vergebung in unserem Herzen nicht vollzogen ist (gelebt wird), dann ist die unweigerliche Folge, daß das Gesetz von Saat und Ernte in Kraft tritt! Es lautet:

*„Irrt euch nicht, Gott lässt sich nicht verspotten! Denn was ein Mensch sät, das wird er auch ernten!“
Galater 6,7*

In Beziehungen werden wir aneinander schuldig. Die Vergebung ist eine Notwendigkeit, um Beziehungen wieder herzustellen und im Herzen Frieden zu erhalten.

Dabei ist es wichtig zu wissen: Nicht das, was mir angetan wurde, wird mich zerstören, sondern die Art, wie ich darauf reagiere!

Vergebung bedeutet auch: Ich trete mein Recht darauf ab, jemand eine Verurteilung (Wiedergutmachung, Rache,...) nachzutragen an Jesus ab und lasse ihn alleine Richter sein!

Wer mit Jesus wenig anfangen kann:

Ich trete mein Recht auf Wiedergutmachung und Rache ab – ich entschulde den Anderen! Ihn nicht von der Schuld freizusprechen bedeutet, eine Machtposition über den Anderen zu besitzen: Ich stehe über dem Anderen – er soll dafür „bezahlen“.... – dies ist zerstörerisch! (Warum? – Beziehungen werden zerstört u.ä.)

Wiederkehrende Missverständnisse und falsche Annahmen zum Thema Vergebung

Vergeben ist nicht nur einmalige Entscheidung, es ist oftmals ein Prozess!

Vergeben ist nicht von einem Geständnis abhängig!

Vergeben ist nicht von der Reue des anderen abhängig!

Vergeben erfordert keine übereinstimmende Auffassung von der Vergangenheit!

Vergeben bedeutet nicht, die Rache nur aufzuschieben – ich trete die Rache ab!

Vergeben bedeutet nicht Vergessen (müssen)!

Vergeben bedeutet nicht, Vorhaltungen zu machen! (auch eine Form der Rache)

Vergeben bedeutet nicht, in der Rolle des Opfers zu verharren! (Selbstmitleid verhindert Neues)

Vergeben bedeutet nicht, das Verhalten der anderen Person zu rechtfertigen!

Vergeben bedeutet nicht das Unrecht gutzuheißen!

Vergeben muss nicht aus eigener Kraft geschehen!

Vergeben ist unvollständig, solange man dem anderen nicht neutral begegnen kann!

Vergeben bedeutet nicht automatisch versöhnen. (es kann sein, dass der andere nicht vergibt)

Vergeben bedeutet nicht dem Täter wieder vertrauen zu müssen!

Vergeben bedeutet nicht, die eigene Position aufgeben zu müssen!

b.w. =>

- Vergeben ist ein Akt des Willens – das Gefühl wird nachkommen...
d.h. Wir müssen nicht zwingend den Ärger oder Schmerz fühlen, wenn jemand an uns schuldig wird. – genauso ist das bei der Vergebung!
- Versöhnung mit Anderen ist nicht immer möglich! – z.B. bei Verstorbenen oder wenn der Andere nicht will...

Vergebung,
die auf wirklicher Liebe basiert, heißt nicht, sich weichlich und naiv zu beugen und
beinahe jede Art von Missbrauch uns gegenüber zu entschuldigen. Sie ist keine
selbsterstörerische Demut, die anderen gestattet, uns als Fußabtreter zu behandeln.
Wirkliche Liebe beinhaltet Selbstachtung, und zur Selbstachtung gehört, angemessene
Grenzen zu erkennen und festzulegen. D.h. wirkliche Liebe vergibt und sagt: „Bis hierhin
und nicht weiter!“
Paula Sandford

Nur einmal einige Beispiele, um deutlich zu machen, wie Vergebung sich bei uns auswirkt:
Hier einige Symptome, an denen wir ggf. erkennen können, ob Groll und Ärger in unserem Herz sitzt:

- Der **Gedanke** an eine bestimmte Person in meinem Umfeld bereitet mir Unbehagen.
 - Du **vermeidest Begegnungen** oder kannst dich nicht von Herzen freuen, dieser Person zu begegnen.
 - Du sagst dieser Person **immer wieder** in deinen Gedanken deine Meinung.
 - Du **fühlst Genugtuung**, wenn du etwas Negatives über die Person hörst.
 - Stellst du dir Dinge vor, die du tun oder sagen möchtest, um dich zu **revanchieren**, und worüber du ggf. Buße tun müsstest?
 - Kann ich meine eigene Gesellschaft genießen? Kann ich mich selber lieben?
 - Wie denke ich von mir und meiner eigenen Geschichte?
 - Gefühle des Zu-Kurz-Kommens, Selbstmitleid, Neid auf andere, denen es besser geht (Vergleichsdenken)
- Jesus kann mir nicht vergeben, wenn ich es selber nicht will



Tobias Mock und Karsten Sewing
LIVE e.V. und LIVE-Lebensgemeinschaft

Lebens-, Krisen-, Familienberatung
 Paarberatung, Abenteuer-touren für Männer,
 Intensivseelsorge/ Auszeit
 Seelsorge, Supervision, Coaching,
 Vorträge und Seminare
 Lübbecker Str. 85, 32257 Bünde
 Tel. 05223-659 81 73 / Fax: 05223-659 81 74

Mail: info@live-gemeinschaft.de
www.live-gemeinschaft.de