

Stephanstag 2018 – Verzeihen – Vergeben

Weihnachten ist nicht nur ein liebliches Fest, das eine besondere Stimmung verbreitet. Weihnachten, das Ereignis der Menschwerdung Gottes und damit der Menschwerdung der Liebe Gottes ist mehr, viel mehr. Denn diese Liebe Gottes will nicht nur romantisch an der Oberfläche bleiben, sondern von Grund auf Menschen und Situationen verändern. Das zeigt uns der heutige Festtag des Hl. Stephanus.

Stephanus, erfüllt vom Heiligen, Geist sieht Jesus beim himmlischen Vater: *Ich sehe den Himmel offen und den Menschensohn zur Rechten Gottes stehen.* Dies aber passte den Leuten ganz und gar nicht: *Als sie das hörten, waren sie aufs äußerste über ihn empört ...* Und dann bringen sie ihn um! Sie steinigen ihn brutal!

Und wie reagiert Stephanus darauf? ... mit Wut, Zorn und Hass? Nein, Stephanus reagiert völlig anders: Er verzeiht! Sein letztes Wort ist ein Gebet für diejenigen, die ihn umbringen: *er ... betete ... laut: Herr, rechne ihnen diese Sünde nicht an!*

Hier berühren wir einen zentralen Punkt unseres menschlichen Lebens: Verzeihen – vergeben: Wir alle erfahren Unrecht und Verletzungen, immer und immer wieder. Verletzungen können entstehen, durch böartige Bemerkungen, durch bewusste Beleidigung, durch Demütigung, durch Verleumdung, durch Ablehnung, durch Unterdrückung, durch Mobbing, durch Missbrauch, durch eheliche Untreue und Betrug, durch das Umbringen eines uns lieben Mitmenschen, ... und durch vieles mehr.

Spontan reagieren wir auf Unrecht und Verletzung mit Ablehnung, Zorn, Wut, Rache ... Wir wollen es dem anderen zurückzahlen ... Das soll der oder die noch zu spüren bekommen. Wie du mir – so ich dir! (nur noch ein bisschen mehr). Das ist der Weg dieser Welt! Doch Jesus, das Kind in der Krippe, ist gekommen, um uns einen ganz anderen Weg zu zeigen, den Weg des Verzeihens, den Weg der Feindesliebe.

Verzeihen

Vergebung ist immer der Wille Gottes, gleichgültig, was uns angetan wurde. Im Vaterunser beten wir: *Vergib uns Wie auch wir vergeben unsern Schuldigern.* Als gläubige Menschen haben wir keine Wahl. Wir müssen vergeben, auch dann, wenn der Andere seine Schuld nicht zugibt, sich bei mir nicht entschuldigt oder sie nicht bereut. Wir müssen immer vergeben! Wenn wir nicht vergeben, nicht vergeben wollen, dann ist dies Sünde. Solange wir Menschen unversöhnt sind, leben wir in Sünde. Sünde trennt uns von Gott. In einer solchen Haltung kann uns Gott alle Liebe schenken, die Er für uns im Herzen hat – doch wir können sie nicht aufnehmen, weil unsere Unversöhntheit sie abblockt.

Wir können dem Verzeihen aber auch ausweichen: eine Methode ist Gras darüber wachsen zu lassen. Eine andere: Unversöhntes zu verdrängen oder andere zu beschuldigen, ... Dennoch: All dies heilt nicht. All dies wird spätestens im Gericht, wenn jeder persönlich mit seiner ganzen Lebensgeschichte vor Gott steht, ans Licht kommen. Es kommt niemand in den Himmel ohne vollständige, vorgängige Vergebung. Denn wir können Gott in Seiner Schönheit und Herrlichkeit mit dem geringsten Bitteren in uns nicht aushalten.

Vergeben müssen wir **uns selber**: Jeder muss sich mit seiner Lebensgeschichte, mit seinem Leben, mit sich selber versöhnen. Wie schnell wollen wir uns anders haben (jünger, schöner, ...) lehnen uns oder Bereiche von uns ab, decken Vergangenes zu, anstatt anzunehmen und heilen zu lassen.

Vergeben müssen wir auch **Gott**: Viele Menschen haben Vorwürfe Gott gegenüber im Herzen: all die vielen warum, Gott? – Warum hast du das zugelassen, warum? All das sind Mauern, Barrieren, die ich Gott gegenüber aufrichte und das kann schnell zu einer inneren Auflehnung gegen ihn führen.

Vergeben müssen wir anderen **Menschen** (auch Verstorbenen), immer wieder und immer wieder! Da kann es Dinge geben, die ganz tief gehen, die uns im Leben sehr verletzt haben ... Dennoch: Vergebung ist immer der Wille Gottes, immer! Auch wenn der Weg dahin sehr schwierig und schmerzhaft ist und wir die Hilfe und Unterstützung von Menschen brauchen. Jesus will uns dazu immer Seinen Geist geben, Er will uns immer alle nötige Hilfe und Seine Gnade geben, damit wir vergeben können, wenn wir von Herzen vergeben wollen.

Was bedeutet vergeben?

Vergeben bedeutet weggeben. Vergeben ist somit eine Entscheidung unseres Willens: Ich fixiere dich nicht mehr auf das Vergangene. Ich trage es dir nicht mehr nach. Ich will all meine Vorwürfe dir gegenüber weggeben für immer. Ich verzichte auf jede Form von Rache und Zurückzahlen. Ich verzichte auch darauf, alles erklären, alles klarstellen, alles verstehen zu wollen.

Verzeihen bedeutet. Ich steige aus, aus dem: wie du mir – so ich dir. Ich lasse mich in meinem Verhalten dir gegenüber nicht mehr länger von dem Bösen beeinflussen, von dem, was du mir angetan hast. Ich gebe dir keine Macht mehr über mich. Ich entscheide mich, ich handle nach dem Geist Jesu!

Vergeben heisst aber nicht, Unrecht nicht mehr Unrecht zu nennen oder mich weiterhin verletzen zu lassen, oder dass ich mich nicht wehren soll. Im Gegenteil! Manchmal müssen wir uns wehren und darauf beharren, dass gewisse Dinge angeschaut und aufgearbeitet werden.

Verzeihen geschieht im Vollzug, im Aussprechen der Entscheidung: Ich verzeihe dir das und jenes! Es ist wichtig das Verzeihen auszusprechen. Das hat Wirkung, auch im geistlichen Bereich (in der unsichtbaren Welt) und zugleich gibt es mir Klarheit, dass ich den Schritt vollzogen haben, auch wenn die Gefühle noch anders empfinden.

Es gibt drei **Stufen der Vergebung**.

1. Stufe: Vergeben nach dem gesunden Menschenverstand: Wer unversöhnt ist, will dem anderen zurückzahlen. Doch das Gift, das Böse, ... welches ich dem anderen schicken will, fällt auf mich zurück. Unversöhntheit nützt mir persönlich nichts. Im Gegenteil: Es schadet mir und nur mir! Das sagen alle geistlichen Ratgeber. Also ist es vernünftig zu vergeben. Der Verstand sagt: Wenn ich gesund bleiben will (weil Unversöhntheit Auswirkungen auf meine Gesundheit haben kann)¹, wenn ich im Glauben wachsen will, wenn ich frei von negativen Bindungen werden will, wenn ich ein fröhliches Leben führen will, wenn ich inneren Frieden haben will, dann muss ich vergeben. Denn Vergeben nützt mir persönlich am allermeisten!

2. Stufe: Das christliche Vergeben. Ich gebe die Last der Unversöhntheit nicht irgendwohin, sondern ich bringe sie Jesus ans Kreuz. Er trägt von jetzt an die Last meiner Unversöhntheit. Ich übergebe auch mich selber Jesus Christus, damit er mich trösten und meine Wunden heilen kann. Ich übergebe auch den Täter, der mir das Böse angetan hat, Jesus. Das heisst: Ich gebe alles an Jesus Christus ab.

Die Psychologen nennen dieses Abgeben an eine übergeordnete Instanz 'Delegation'. Ich 'delegiere' die ganze Angelegenheit an Jesus. Er soll die Beziehung heilen, er soll auch dem Täter um Gerechtigkeit besorgt sein.

3. Stufe der Vergebung – die Feindesliebe: Davon haben wir heute im Evangelium gehört. In der Feindesliebe geht es nicht darum, den eigenen Rachegefühlen zu folgen, sondern aus dem Geist Jesu heraus zu handeln.

Trotz verletzten Gefühlen können wir uns zu Taten entscheiden, die für den Anderen wahrhaft gut sind. Wir können Menschen die uns Unrecht getan haben segnen und für sie beten. Wenn andere mir Böses antun und ich sie als Antwort segne, also für sie Heil und Segen erbitte, dann kann Gott in diese Beziehung hereinkommen und Heil bewirken. Durch mein Segnen bin ich auch innerlich geschützt und die Verletzung, die mir die Feinde zugefügt haben, heilt viel schneller.

Immer können und sollen wir für unsere Gegner beten, um Einsicht, Umkehr und besonders um ihr ewiges Seelenheil. So wie Stephanus (im Evangelium) gebetet hat: *Herr, rechne ihnen diese Sünde nicht an!* Das heisst: Ich verzeihe nicht nur, sondern trete aktiv für diejenigen ein, die an

¹ Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass Unversöhntheit zu körperlichen und psychischen Krankheiten führen können oder diese verstärken. Denn durch den inneren Unfrieden, durch Ärger, Zorn und Groll lebt ein Mensch in emotionalen Dauerstress.

mir schuldig geworden sind. Ich bitte Gott um die Vergebung ihrer Sünden, um ihre Umkehr und ihre Heilung.

Den Schmerz, den sie mir zugefügt haben, nehme ich an und verbinde ihn mit dem Schmerz Jesu am Kreuz. Ich will ihn tragen, damit derjenige, der mich verletzt hat, mehr Heil und Segen bekommt.

Weihnachten, die Menschwerdung der Liebe Gottes will uns und unser ganzes Leben durchdringen und von Grund auf neu machen.