

Monika Renz

# Versöhnung und Vergebung

Wie Prozesse der Befreiung im Leben  
und im Sterben möglich werden



**HERDER**

*anmutende Wort »mein Kind«. Es ließ sie nicht mehr los. Und doch verstand sie die Botschaft nicht. Dann hatte sie ein Aha-Erlebnis, das sei ja die Stimme des Vaters gewesen. Rahel war ergriffen. Für einen Moment versöhnt? – Heute kämpft sie weiter ... immerhin habe sich seither etwas geöffnet. Wann wird der Moment gekommen sein, wo sie »in Freiheit« vergeben kann? Und wie viele Male wird sie dies wohl nachvollziehen müssen?<sup>19</sup>*

*Hildegard war in ihren 70er Jahren, als sie mir von einer inneren Ahnung erzählte, die sie nicht mehr loslasse: Sie gehe auf etwas zu, habe aber keine Phantasie darüber, was das beinhalten könnte. Es sei einfach eine tiefgreifende Veränderung. Mehrmals wurde Hildegard wie von innen gedrängt. Bilder aus Träumen und Imaginationen enthielten dunkelviolette Farben neben hellem Gelb, mehrfach eine große schwarze Schale, einmal sogar mit Lichtfunken darin. Für Hildegard war das ein Symbol für ein tiefes Getragen-Sein mitten im Dunkel. – Monate später erzählte sie einen Traum: Darin befand sie sich in Italien in einem großen Dom. Eine kleine Nonne kam auf sie zu, und von irgendwoher hörte sie eine tiefe Stimme, die sagte: »Versöhnung braucht einen Raum und ein Ritual.« Der Traum erschütterte Hildegard. Worin besteht die Vergebung? Mit wem musste sie sich versöhnen? Sie wusste nun aber, dass das Thema anstand. – Wenige Monate später hörte ich, Hildegard sei notfallmäßig in die Klinik eingeliefert und operiert worden. Während zwei Wochen lag sie auf der Intensivstation, zwischen Leben und Tod. – Wieder Monate später äußerte sie: Über das, was sie dort erlebt habe, könne man gar nicht reden. In Ehrfurcht findet sie Worte: »Es gab kein Ich mehr, nicht einmal mehr meine Haut gehörte mir ... wie ein Gang über vier Stufen ging es in die Tiefe.« Sie beschrieb ein großes Loslassen von Dingen und Themen, aber ohne Einzelheiten. Ein Verzeihen, das »reine Gnade« gewesen sei und ganz*

*anders, als was sie willentlich je getan habe, ein »Geschehen«. Dann wieder sei die schwarze Schale da gewesen, und sie habe sich – egal ob sie sterbe oder am Leben bleibe – Gott anheimgegeben; dann sei ein unsagbarer Friede über sie gekommen. Zurückkommend erblickte Hildegard wieder die Gespaltenheit der Welt. Dem zuzuschauen, sei schrecklich gewesen, aber das Böse habe ihr nichts antun können. – Nochmals Wochen später fasste Hildegard das Geschaute zusammen: Es gehe um ein »ganz anderes Sein, eine total absichtslose Liebe«. Der Weg dahin führe »über das Vergeben«. Alles sei ein »riesiges Geheimnis«. Sie sei mit der Aufgabe zurückgekommen, Tag um Tag Vergebung zu leben und wisse doch keine Details; mit wem, wo oder wie. Sie werde in dieses Geheimnis hineinwachsen.*

Geschieht Versöhnung, geschieht Vergebung in Freiheit? Wann ist man überhaupt frei? Das Kind in der beschriebenen Episode ist es sicher nicht. Doch es wird bei einem Erziehungsstil zwischen Konsequenz und Liebe eine gute Chance haben, zu einem mündigen und verantwortungsbewussten Menschen heranzuwachsen. Rahel kann heute möglicherweise verzeihen und morgen vielleicht nicht mehr. Sie steckt immer neu im Bewusstwerdungsprozess drin, zwischen Wut und einem großherzigen Vergeben, einer Generalabsolution sich selbst und der Liebe zuliebe. Sie sagt jedes Mal neu ein starkes Ja zum Prozess. Im Wort »mein Kind« war sie emotional berührt und wurde weicher.

Und Hildegard? Sie hatte das Thema nicht willentlich gefasst. Was über Monate in ihr gärte, war eines Tages reif und ihr zugemutet: Sie stellte sich dem Appell – frei und zugleich demütig, hinhörend auf ein Größeres. Man mag es als Reifungsimpuls aus innerstem Wesen heraus verstehen – oder als Anruf eines Unbedingten. Für Hildegard kamen ihre Träume und Imaginationen aus einer Tiefe, die sie als Ich nicht ausloten konnte.

## 1.2. Was motiviert Menschen, sich auf den Prozess einzulassen?

»Leidensdruck«, so lautet wohl die häufigste Antwort auf diese Frage. – »Damit der Hausseggen nicht länger schiefhängt«, hätten früher wohl einige gesagt, weil sie gelernt hatten, dass die Sonne nicht untergehen solle über unserem Zorn (Eph 4,26). Und sie gingen davon aus, dass Liebe auf diese Weise machbar sei.

Heute denken wir eher in eine andere Richtung: »Vergeben – mir selbst zuliebe«, d. h.: um frei zu werden von einer Last, die ich nicht länger durchs Leben mitschleppen will. Man möchte sich in einer aktiven Entscheidung auf die positiven und befreienden Ressourcen seines Lebens besinnen und auch die eigene Geschichte neu sehen. Es geht um ein Leben-Wollen jenseits von Verbitterung und eigener innerer Vergiftung. Der amerikanische Arzt Gerald G. Jampolsky gibt seinem Buch den Titel: Verzeihen ist die größte Heilung (2005). Wer von ganzem Herzen verzeihen kann, lebt nach Jampolsky gesünder und zufriedener.

Es sind verschiedene Motivationen, die heutige Menschen dazu befähigen, sich auf Vergebungs- und Versöhnungsprozesse einzulassen: Man möchte loslassen und neu anfangen. Liebe und Spontaneität im Zwischenmenschlichen sollen wieder frei fließen können. Andere tun es einem Kind und seiner Zukunft zuliebe, und es gelingt ihnen in dieser Motivation auch besser. Eine Mutter sagte: »Wenn ich meinem Buben in die Augen schaue, denke ich nicht mehr primär an mich. ›Es‹ in mir will dann einfach alles tun, damit es ihm gut gehe.« Ich verweise auf »das Dritte« (vgl. Kap. 2.7; 3.3). Wieder andere sehen das Leiden eines Mitmenschen und fühlen sich damit im eigenen Leid relativiert. Oder sie haben einen Traum, eine tiefe spirituelle Erfahrung etwa im

Rahmen einer Klangreise oder einer liebenden Zuwendung. Sie erleben so, dass sich die Türen zum Göttlichen öffnen und der Wunsch nach Vergebung und Versöhnung sich einstellt. Einige Menschen spüren, dass ihr Einsatz für ein friedliches Miteinander zu tun hat mit dem Wohl einer ganzen Gemeinschaft. Braucht es einen Menschen, der geradesteht im Dienste eines neuen Miteinanders? Einen, der, indem er sich zu einem eigenen Ungenügen bekennt, ein Hin- und Her von Anschuldigungen als Erster unterbricht? Was gibt ihm die Kraft dazu? Ich gehe davon aus, dass es im Menschen eine tiefste Sehnsucht nach Heil-Sein und Verbunden-Sein gibt, nach einem Frieden, den der Mensch aus sich heraus nicht schaffen kann, in dessen Dienst er sich aber stellen kann.

*Ein Beispiel: Ich erinnere mich an eine ca. 45-jährige einfache Frau, verheiratet mit einem Alkoholiker, Mutter von fünf Kindern ... Sie erzählte, dass sie - wenn ihr Mann jeweils wieder aggressiv auf die Kinder losgeht - sich dazwischenstelle, beide Arme ausstrecke (welche Symbolhandlung!) und sage: »Nicht an mir vorbei ...wenn, dann schlag mich ...« Es könne doch nicht von Generation zu Generation so weitergehen.*

In ihrer schlichten Denkweise wusste diese Mutter instinktiv um eine Gesetzmäßigkeit menschlicher Entwicklung, wonach zugefügtes Leiden irgendwann - fast unausweichlich - in der Seele des einstigen Opfers zum eigenen Bösen wird: Aus Opfern werden Täter. Und dieser heillose Kreislauf<sup>20</sup> müsse unterbrochen werden.

## 1.3. Vor großen Lebensübergängen – Chance der Todesnähe

Ein Drängen nach Versöhnung ist besonders vor großen Veränderungen im Leben spürbar. Die Beweggründe sind vielfältig: Man möchte »mit sich im Reinen« und unbeschwert von alten Lasten (etwa nach einer Scheidung, nach einem Berufswechsel) in die neue Lebensetappe einsteigen. Oder es ergibt sich eine neue Konstellation innerhalb eines Konfliktfeldes: ein Mediator, dem man vertrauen kann; ein Kind, das geboren wird; eine gesundheitliche oder anderswie existenzielle Veränderung beim einen oder dem anderen Konfliktpartner. Herzen werden weich. Plötzlich ist eine Vergebungsbereitschaft da, ein Hoffnungsraum öffnet sich. Oder man hat aufgrund eines Wohnortswechsels oder einer Krankheit vertieft Zeit, über sich und alles nachzudenken.

Am meisten aber bewegt die Todesnähe zu Versöhnung und Vergebung. Der Theologe Dietmar Mieth schrieb im Buch über das Sterben seiner Frau (2019): »Sterben ist eine Vergebungszeit. Liebe ein Vergebungsmotiv. Leiden eine Vergebungsgelegenheit. Schwindende Zeit ist die Antreiberin« (S. 133). In unserer Studie äußerten 42 von 50 Patienten, dass die Todesnähe sie zur Versöhnung und Vergebung antreibe. Die ablaufende Zeit drängt, Ungelöstes und Unerlöstes in der Seelentiefe drücken. Die Erschöpfung relativiert den Groll und ermöglicht Vergebung, weshalb bisweilen auch von einem Erschöpfungsverzeihen gesprochen wird (vgl. Herzog 2017, S. 23). Und dennoch erkannten wir in unserer Studie nur gerade bei einem Patienten ein Erschöpfungsverzeihen. Alle anderen waren genau bei diesem Thema wach oder zeigten inmitten aller sonstiger Schläfrigkeit eindeutige Reaktionen. Einige schienen auf Versöhnung zu warten.