

## Zum Start in den Tag

### **Vergeben und vergessen?!**

„Wir werden einander viel verzeihen müssen“. Dieser Satz des ehemaligen Gesundheitsministers zu Beginn der Corona Krise kam mir in den Sinn, als ich feststellte, dass am Dienstag der „Globaler Tag der Vergebung“ ist.

Noch 14 Tage, dann sind endlich Ferien.

Es ist die Zeit der Rückblicke auf das vergangene Schuljahr. Sich zu erinnern, welche positiven Erfahrungen ich gemacht habe, an bereichernde Freundschaften und Lernerfolge zu denken – Diese Erinnerungen sind wichtige Schätze, sie stärken für das kommende neue Schuljahr.

Aber, wie immer, wenn Menschen zusammen lernen, arbeiten und leben, gab es auch Streit, Missverständnisse und Kummer. Daher die Einladung, auch hier den Blick zurück zu wagen und ein wenig innerlich „aufzuräumen“: Was hat mich gekränkt, welches Wort, welche Aktion hat mich geärgert oder verletzt? Welcher Konflikt wirkt noch nach?

Die Ferien werden vielleicht noch erholsamer, wenn wir vorher aus manchen Gedankenkarussells aussteigen und versuchen loszulassen.

Gar nicht so leicht, wenn die Kränkungen tief sitzen oder Konflikte sich nicht so einfach lösen lassen. Es könnte ein Anfang sein, über das Wort „Vergabung“ nachzudenken:

Vergabung meint vom Wort her, etwas hergeben. Was gebe ich her?

Etwas, was ich mit mir trage, nämlich die Last dessen, was mir ein anderer Mensch angetan hat und was ich ihm nachtrage. Nachtragend sein, heißt mit schwerem Gepäck laufen müssen. Wenn ich bereit bin zu ver-geben – lege ich Last ab, lasse los, werde innerlich leichter.

Vergeben ist also eine „einseitige“ Sache. Es hat zunächst etwas mit mir zu tun.

Vergeben bedeutet, auf Gefühle wie Hass, Bitterkeit, Groll und Wut zu verzichten.

Wenn mir das gelingt, werde ich entlastet von diesen Gefühlen und im besten Fall erlange ich eine innere Unabhängigkeit von der Person, die mich verletzt hat.

So könnte ich den gekränkten Stolz überwinden und zur Versöhnung einladen.

Es gibt ein schönes Lied, das bildreich Vergebung und Versöhnung beschreibt:

*„Wie ein Fest nach langer Trauer, wie ein Feuer in der Nacht, ein offenes Tor in einer Mauer, für die Sonne aufgemacht. Wie ein Brief nach langem Schweigen, wie ein unverhoffter Gruß, wie ein Blatt an toten Zweigen, ein „Ich mag dich trotzdem Kuss.“*

*...“ So ist Versöhnung. So ist Vergeben und Verzeihn.“ (Jürgen Werth)*