

## **Vitamin V<sub>3</sub> – Die drei Dimensionen der Vergebung**

**Predigt zu Psalm 32 am Sonntag, 22. Februar 2015**

**CHRISTUSgemeinde Osthofen- Pastor Dr. Heinrich Christian Rust**

„Das hätte ich nicht gedacht! Jeder, der mich näher kennt, merkt es, dass ich mich verändert habe! „Was ist los mit dir? Was hast Du gemacht?“ fragen sie mich. Ja, ich selber hatte es kaum noch für möglich gehalten. Ich hatte mich schon an den Zustand gewöhnt. Doch dann wurde es immer heftiger. Tagsüber konnte ich noch darüber hinweggehen, indem ich mich in Arbeit und Aktivität versenkte, doch nachts kam ich kaum in den Schlaf. Es war, als wenn eine große Last auf mir lag, die mich geradezu erdrücken wollte. Ich wurde immer unruhiger und auch mein Verstand war so, als hätte jemand einen Kübel klebenden Müll in mein Hirn geschüttet. Schließlich meldete sich auch mein Körper. Es war so, als würden alle meine Gliedmaßen zerrissen. Ein Schmerz, der unerträglich wurde. Alle Hilfsmittel und Therapien schlugen nicht an. In mir zog sich das Leben zurück. Wenn Leute auf mich zukamen, wich ich ihnen lieber aus. Ich konnte ihnen auch nicht mehr in die Augen sehen. Ich wollte es nicht. Ich habe mich immer mehr verschlossen. Ich kam mir vor, wie eine Frucht, die keinen Saft mehr hat. Wie soll das bloß weitergehen?

Eigentlich wusste ich, dass es in meinem Leben einen großen Bruch gab. Es war ein Treuebruch gegenüber den Menschen und Gott. Schon seit meiner Jugend bin ich fromm; Gott war für mich immer wichtig. Aber nach und nach kam ich immer mehr vom Weg ab. Das geschah gar nicht so bewusst, aber heute ist es mir bewusst. Der Herr war nicht mehr mein Herr, sondern ich wollte selber mein Leben in die Hand nehmen. Und so nahm ich es mir, immer mehr, immer mehr und dabei verlor ich es. Der Lebenssaft, die Lebenskraft verließ mich. Schließlich entschloss ich mich, eine radikale Kehrtwende zu vollziehen. Ich sprach es vor Gott aus, ich brachte ihm all meine Halbherzigkeit, meine Lauheit, mein Versagen. Die Schuld und Sünde gehörte inzwischen wie ein geliebtes Möbelstück in meine Lebenswohnung. Aber nun war Schluss damit. Und ...dann erlebte ich diesen Gott. Er hat mich nicht bestraft, er hat mich nicht fallen gelassen. Es war als hätte er mich in seine Vaterarme genommen und gesagt: „Mein Kind, ich freue mich, dass Du zu mir zurückgekommen bist. Ich vergebe Dir! Ich vergebe Dir!“

Wie soll ich euch diese Erfahrung beschreiben? Es war, als wenn jemand neues Leben in mich ausgoss. Ich wurde wieder lebendig. Eine tiefe Freude, ja etwas Jubelndes kam in mein Leben. Es war so, als würde jemand in einem dämmrigen Raum endlich ein helles, wunderschönes Licht anmachen. Es war so, als würde mir jemand eine schützende und geradezu leuchtende Decke wie einen Mantel umlegen, zum Schutz. Eine Decke der Gnade. In mir war wieder neues Leben und neue Lebensfreude.

Es war wie ein Vitaminstoß des Lebens. Aber ein ganz bestimmtes Vitamin, das Vitamin der Vergebung.“

Vielleicht würde der Verfasser des Psalms, den wir heute betrachten wollen, heute so zu uns sprechen. So soll die Predigt unter dem Titel stehen:

### **Vitamin V<sub>3</sub> - Die drei Dimensionen der Vergebung**

Sicher – von Vitaminen sprach man wohl damals zur Zeit als David lebte noch nicht, und auch schon gar nicht von „Vitamin V“, in manchen Kreisen auch als Bezeichnung für Viagra bekannt. Es geht hier um weit mehr. Es geht um die Kraft der Vergebung. Hören wir noch einmal genau hin, wie der Psalmist David in diesem Gebet von dieser Erfahrung berichtet:

**Psalm 32****Glücklich der, dem Übertretung vergeben, dem Sünde zugedeckt ist!****Glücklich der Mensch, dem der HERR die Schuld nicht zurechnet und in dessen Geist kein Trug ist!****Als ich schwieg, zerfielen meine Gebeine durch mein Gestöhn den ganzen Tag.****Denn Tag und Nacht lastete auf mir deine Hand; verwandelt wurde mein Saft in Sommergluten. //****So tat ich dir kund meine Sünde und deckte meine Schuld nicht zu. Ich sagte: Ich will dem HERRN meine Übertretungen bekennen; und du, du hast vergeben die Schuld meiner Sünde. //****Deshalb soll jeder Fromme zu dir beten, zur Zeit, da du zu finden bist; gewiss, bei großer Wasserflut - ihn werden sie nicht erreichen.****Du bist ein Bergungsort für mich; vor Bedrängnis behütest du mich; du umgibst mich mit Rettungsjubel. //****Ich will dich unterweisen und dich lehren den Weg, den du gehen sollst; ich will dir raten, mein Auge ist über dir. Seid nicht wie ein Ross, wie ein Maultier, ohne Verstand; mit Zaum und Zügel ist seine Kraft zu bändigen, sonst nahen sie dir nicht. Viele Schmerzen hat der Gottlose; wer aber auf den HERRN vertraut, den umgibt er mit Gnade.****Freut euch an dem HERRN und jauchzt, ihr Gerechten, und jubelt, alle ihr von Herzen Aufrichtigen!**

Hier finden wir diese Symptome eines Lebens in Sünde, von denen wir anfänglich hörten:

- Da sind die psychischen und somatischen Einschränkungen und Belastungen;
- Da ist die Erfahrung der belastenden Hand, die sich Tag und Nacht auf uns legt;
- Da sind die Verslossenheit und Verschwiegenheit, die Heimlichtuerei, der Geist des Betrugers.

Aber hier lesen wir auch von den Symptomen eines Lebens aus der Kraft der Vergebung:

- Da ist von Rettungsjubel die Rede, einer neuen Lebensmelodie;
- Da lesen wir von einem inneren Bergungsort;
- Da weiß sich jemand umhüllt, „umgeben“ mit Gnade.

Sünde ist zunehmend zu einem „Unwort“ geworden, selbst unter den Frommen. Wenn Menschen heute sagen: „Ich habe gesündigt“, dann meinen sie meist: Ich habe zu viel gegessen oder zu viel getrunken. „Alles, was ich gerne mag, ist entweder Sünde oder es macht mich dick!“ vielleicht kennen wir diesen Ausspruch. Sünde wird als etwas angesehen, was nun mal zum Leben dazugehört, fast so wie das Atmen. Und so sprechen wir auch eher von Schwäche, von notwendigen Kompromissen. Wir behandeln die Folgen der Sünde, aber wir packen sie nicht mehr bei der Wurzel an. Und so spüren wir auch, wie unser Leben an Schwungkraft, an Freude verliert. Sünde hat jedoch nach den Aussagen der Bibel eine verheerende Wirkung. Sie bringt niemals Leben hervor, sie raubt leben, ja sie bringt den Tod. Sie ist der Inbegriff dafür, dass jemand sein Leben verfehlt. Der neutestamentliche Begriff „harmatia“ heißt wortwörtlich Zielverfehlung. Der Pfeil trifft nicht das Ziel, sondern er landet daneben. Wir stehen neben uns.

Wir mögen Künstler im Verdrängen geworden sein, in der semantischen Schmiede geben wir diesem Übel der Sünde neue harmlosere Namen und dennoch bleiben die Symptome, die Folgen nicht aus. Gegen **Sünde hilft kein Medikament, keine fachlich gut aufgestellte Beratung und Therapie. Aus der Sünde hilft nur eines: Die Vergebung.**

Wir brauchen „dieses Vitamin“ der Vergebung. Nicht nur in diesen Tagen, wo wir auch deutlich wahrnehmen, dass wir nicht nur individuell schuldig werden, sondern dass wir verwoben sind in eine globale kollektive Schuldverstrickung. Als Menschheit sind wir nicht nur an dieser Schöpfung und am Leben schuldig geworden, sondern an dem Schöpfer. Die Beziehung zu ihm ist gestört.

In dieser Weise spricht die Bibel von „der Sünde“, als der prinzipiellen Abkehr des Menschen von Gott. Sie spricht von „den Sünden“ als sündhafte Verhaltensweisen. Im Wesentlichen besteht die Sünde darin, dass wir uns vor Gott verschließen, dass wir uns von ihm absondern, und so auch „sonderlich“ werden. Der Kirchenvater Augustinus, hat uns in seinen persönlichen Bekenntnissen etwas von dieser Tiefendimension der Sünde aufgetan. Er sieht in ihr eine Kraft, die den menschlichen Geist verdunkelt, sodass er schließlich unfähig ist, die tiefere Wahrheit des Lebens zu begreifen, mehr noch, die eigene Not angemessen zu diagnostizieren und dann Abhilfe zu schaffen.

Wie sehr rüttelt und schüttelt Gott unser Leben! Wie sehr muss es ihn schmerzen, wenn uns die Schmerzen treffen, wenn unsere Körper zerfallen von dem Gestöhn und unser Lebenssaft vertrocknet. Glauben wir denn, er hätte Freude daran, hier einfach nur zuzusehen wie wir uns zugrunde richten? Nein, er lockt, ja er schockt uns, damit wir ihn neu suchen. Denn er ist ein Gott der Gnade, ein Gott des Lebens, ein Gott der Barmherzigkeit! Er will das Leben! Er hat keine Freude daran, wenn Menschen zugrunde gehen in dem Sumpf ihrer Schuldverstrickungen. Dieser Gott der Bibel ist der Erfinder des Lebens und er ist der Erhalter des Lebens, in dem er unsere Verfehlungen vergibt. Schon die Menschen des Alten Testaments erkennen diesen Gott und sie kommen aus dem Staunen nicht heraus:

**Wer ist ein Gott wie du? Der die Sünde vergibt und erlässt die Schuld seines Volkes!  
Er wird sich über uns erbarmen, wird unsere Schuld niedertreten. (Micha 7,18f)**

Um wie viel mehr sollten wir als Menschen des neuen Bundes von diesem Gott singen, ja seine Erlöserkraft rühmen! Gott selber hat alles hingegeben, damit die eisernen Riegel unserer Verschlussheit geöffnet werden können. Er hat Jesus Christus auf diese Erde gesandt.

**„Siehe, das ist das Lamm Gottes, das die Sünden der Welt trägt!“ (Joh 1,29).**

Wir starren nicht auf die Sünde und all ihre Folgen, sondern wir rufen heute in diese Welt: „Seht, seht- das ist das Lamm Gottes, das die Sünden wegnimmt!“ Dieser Jesus ist ans Kreuz gegangen und dort hat er alles auf sich genommen, Deine und meine Schuld und die Schuld der ganzen Welt.

### **Wie kommt es zur Erfahrung der Vergebung?**

Der Psalm 32 gibt uns hier einige wertvolle Hilfen.

#### **1 Ich erkenne meine Sünde Wir schauen in den Spiegel des Wortes Gottes und nehmen uns Zeit, unser Leben in seinem Licht zu erkennen.**

Ganz offensichtlich hat David ja wohl eine ganze Zeit damit gelebt, dass er meinte, diese Sünde, dieser Treuebruch würde sich nicht so krass auswirken. Vielleicht hat er sich auch mit anderen verglichen. Sie haben möglicherweise gar nicht nach Jahwe gefragt, ja, sie waren wie Gottlose und ihnen ging es sogar gut und sie hatten Erfolg.

Wer von uns kennt diese bestechenden Gedanken nicht. „Sollte Gott wirklich gesagt haben...?“ fragen wir uns. Wir stellen sein Wort in Frage. Und wir nehmen es auch nicht mehr so recht zur Kenntnis. Es ist doch auffallend, mit welchem „gutem Gewissen“ Menschen vor sich hin sündigen können! „Ich habe ein reines Gewissen! Die anderen machen es doch auch so!“ sagte mir kürzlich ein Unternehmer, der offensichtlich nur mit Schmiergeldern an seine Aufträge kam. Dadurch, dass alle oder viele sündigen, wird die Sünde jedoch nicht harmloser, oder?

Aber in welchen Spiegel soll man sehen, damit man erkennt, was denn Sünde und Schuld ist? Welchen Spiegel soll ich mir vorhalten?

Es ist der Spiegel des Wortes Gottes, der Spiegel des biblischen Wortes. Wir könnten z.B. in diesen Tagen uns einmal Zeit nehmen, und die Bergpredigt uns selber laut vorlesen. Dabei halten wir uns die Worte Jesu vor Augen, Worte von ihm, den wir doch in unserem Leben nachfolgen. Das ist ein „Beichtspiegel“. Oder denken wir daran, dass wir ja in der Passionszeit leben. Die Kirche hat diese Wochen immer als Wochen der Buße, der Lebensbereinigung gesehen. Man kann z.B. auch die 10 Gebote als Beichtspiegel nehmen. Es ist wichtig, dass wir uns Zeit nehmen und unser Leben ehrlich ins Licht Gottes stellen.

## 2 Ich bekenne meine Sünde

**„So tat ich dir kund meine Sünde und deckte meine Schuld nicht zu. Ich sagte:  
Ich will dem HERRN meine Übertretungen bekennen.“ (Psalm 32,5)**

Das Bekenntnis von Sünde ist in der Tradition der Freikirchen meiner Einschätzung nach viel zu wenig aufgenommen. Das vom althochdeutschen *bijhte* (Beichte) abgeleitete Verb bedeutet „Ich sagen, bejahen“. Ich übernehme die Verantwortung für mein Tun und mein Unterlassen. So lesen wir auch im Neuen Testament:

**Wenn wir unsere Sünden bekennen, so ist er treu und gerecht, dass er uns die Sünden vergibt und uns reinigt von jeder Ungerechtigkeit. (1.Joh 1,9)**

Es ist für viele gar nicht so einfach, sich eine Person des Vertrauens zu suchen, und mit dieser alles offen anzusprechen und gemeinsam damit zu Gott zu kommen. Die junge Autorin Lauren Winner berichtet davon in ihrem Buch „Zwei Welten meines Herzens“. Sie hatte sich drei Tage genommen, um mit offenen Augen und griffbereiten Notizblock zu beten. „*Ich bat Gott mir alle Sünden, für die ich Buße tun musste, ins Gedächtnis zu rufen*“. *Schließlich sucht sie einen Geistlichen der Episkopalkirche auf, Father Peter. „er erinnerte mich noch einmal daran, dass alles, was ich ihm beichten würde, unter vier Augen bleiben und nie wieder angesprochen werden würde. Wir gingen nach vorne in die Kirche und knieten nieder... In dieser Kirche läuft so eine Beichte in einer schlichten Weise ab. Zuerst sagt der Beichtende „Segne mich Gott, denn ich habe gesündigt“. Und dann sagt der Geistliche: „Der Herr möge dein Herz erfüllen und auf deinen Lippen wohnen, auf dass du wahrhaft und demütig deine Sünden bekennen mögest.“ Und genau das tat ich dann, ich versuchte jedenfalls, wahrhaftig und demütig zu sein, las meine lange Liste vor und sprach von den Sünden, die ich...begangen hatte. Bei Seite 3 und den Sünden, die ich eigentlich überspringen wollte, war ich so vom Geist der ganzen Sache gefangen, dass ich sie doch nicht ausließ. Ich war mir meiner Peinlichkeit ebenso bewusst wie der Gegenwart von Father Peter und wurde entsprechend rot im Gesicht. Und dann verkündet der Pfarrer die Absolution: „Der Herr hat all deine Sünde vergeben.“-„Dank sei dem Herrn“ sagte ich. „Geh hin in Frieden“ sagt er „und bitte für mich, einen Sünder!“ – Ich dachte, dass wir damit fertig wären, doch Father Peter sagte: „Eine Sache noch. Ich hätte gerne Ihre Liste“. Ich umkrampfte meine gelben Blätter. Ich hatte mir überlegt, dass es vielleicht nicht schlecht wäre, die Liste meiner Sünden gelegentlich noch mal durchzugehen. Wollte er sie lesen, nachschauen, ob ich auch wirklich alles gesagt hatte? Father Peter lächelte, und widerstrebend überließ ich ihm meine Sündenliste. Dann durfte ich zusehen, wie er meine sechs Seiten zerriss“.*

Das ist nur eine Form. Auch hier in unserer Gemeinde haben wir diese Möglichkeit zur Beichte. Wir als ordinierte Pastoren sind auch zur Verschwiegenheit verpflichtet und auch unsere ausgebildeten Seelsorgemitarbeiter/innen sind bereit, eine Beichte abzunehmen. Wichtig ist, dass zuvor die Verschwiegenheit verbindlich zugesagt wird. Wichtig ist aber vor allen Dingen, dass wir diese Sünden auch bekennen und benennen und aussprechen. Und noch wichtiger ist, dass wir sodann auch den Zuspruch der Vergebung hören.

Nun fragt sich sicher der eine oder andere: Muss ich denn die Beichte suchen? Muss ich alle Sünden auch vor einem anderen Zeugen aussprechen?

Nein, Gott macht davon seine Vergebung nicht abhängig. Aber es kann sein, dass die gleiche Sündenlast mich immer und immer wieder herunterzieht. Ich komme davon nicht los, auch wenn ich sie dem Herrn immer und immer wieder bringe. Dann ist es eine wunderbare Hilfe, wenn wir uns hier einander dienen; wenn wir eine Zeugin, einen Zeugen dabei haben, jemanden, der uns auch im Namen Jesu den Zuspruch der Vergebung geben kann. Wir sollen es hören und aufnehmen. Unser Gewissen ist oft so taub und hartnäckig. Es will nicht zur Ruhe kommen. Noch massiver als die Beichterfahrung ist die Erfahrung der Taufe. In der Taufe kommt unser Gewissen zur Ruhe, dass uns ständig unser Versagen, unsere Sünde und Schuld vorhalten will.

Wenn Du hier bist, und Du kommst nicht los von den Sünden, dann prüfe doch, ob für Dich eine solche Beichte dran ist. Suche Dir einen Menschen Deines Vertrauens mit dem Du auch Verschwiegenheit vereinbarst. Und dann packe die Dinge auf den Tisch bzw. sprich sie vor Gott aus. Ich selber habe es immer wieder erlebt, wie diese Kraft der Vergebung dann neu ins Leben kommt. Ich denke an die vielen Menschen, die bedrückt zu mir in mein Gesprächszimmer kamen, und mit Tränen der Freude über die erfahrene Vergebung hinausgingen. Gott ist gut!

### 3 Ich empfangen Vergebung

**Ich sagte: Ich will dem HERRN meine Übertretungen bekennen; und du, du hast vergeben die Schuld meiner Sünde. (Psalm 32,5b)**

Das liest sich hier so einfach „Und du hast vergeben die Schuld meiner Sünde“. Wir wissen als Menschen des Neuen Testaments, was es Gott gekostet hat, damit diese heilende Kraft der Vergebung in unser Leben hineinfließen kann. Dafür hat er seinen Sohn Jesus Christus in diese Welt gesandt. Dafür hat Jesus sein Leben gelassen, er hat sich schlagen lassen und er wurde ans Kreuz genagelt. Es ist keine billige Gnade, die uns hier begegnet, sondern eine sehr, sehr teure Gnade! Und so kann dieser Jesus auch heute hier in unserer Mitte erfahrbar werden. Durch die Zeichen seiner Gegenwart ist er in unserer Mitte. Brot und Kelch erinnern uns an das, was er für uns getan hat. Wir leben nicht nur von dem Brot, das wir als Nahrung zu uns nehmen, sondern von diesem Brot und den Kelch, die wir heute hier im Namen Jesu miteinander teilen. Und so will er uns zusprechen, ja wir sollen es sogar schmecken können: **„Deine Schuld und Sünde ist dir vergeben! Du gehörst zu mir!**

Das ist das Vitamin der Kraft der Vergebung. Aber ich will uns auch sagen, warum ich es **Vitamin<sub>3</sub>** genannt habe. Die Vergebung hat nämlich eine dreifache Ebene.

- **Es geht darum, dass mir meine Schuld und Sünde vergeben wird.**
- **Es geht darum, dass ich anderen ihre Schuld und Sünde vergebe.**
- **Es geht darum, dass ich mir auch selber vergeben kann.**

Die erste Ebene ist uns sicher am klarsten. Da, wo wir schuldig geworden sind an Gott, an seiner Schöpfung, an den Mitmenschen, an seiner Gemeinde, da haben wir diese Schuld zu bringen. Wir kehren um von falschen Wegen. Aber manchmal können wir nicht einfach umkehren. Die Dinge sind geschehen. Sie liegen vielleicht schon sehr lange zurück. Da sind wir schuldig geworden an unseren Eltern, Großeltern oder auch an den Kindern, die nun nicht mehr bei uns sind. Da haben wir nicht nur Schlimme Dinge getan, sondern auch Gutes, was wir tun sollten, unterlassen. Es geht darum, all das vor Gott hinzulegen und zum Kreuz Jesu zu bringen.

Die zweite Ebene ist allerdings nicht allen so bewusst, aber sie ist ebenso entscheidend. Ein Mensch, der selber nicht vergeben kann und will, der wird auch für sich keine Vergebung empfangen können. In dem Vaterunser-Gebet lehrt Jesus uns so zu beten:

**Und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unseren Schuldigern. (Mt 6,12)**

Und ausdrücklich fügt er dieser Bitte noch eine Erklärung hinzu.

**Denn wenn ihr den Menschen ihre Vergehungen vergebt, wird euer himmlischer Vater auch euch vergeben; wenn ihr aber den Menschen nicht vergebt, so wird euer Vater eure Vergehungen auch nicht vergeben. (Mt 6,14-15)**

Es gibt ganz offenbar eine innere Blockade, wenn wir die Schuld und Sünde anderer wie ein Recht in unserem Leben festhalten. Ja, wir haben es vielleicht sogar mit Feindschaft zu tun.

Wer aber ist mir Feind? Ich werde es vielleicht nicht verhindern können, dass Menschen mir zu Feinden werden, aber ich kann etwas dagegen tun, dass ich selber zu einem Feind werde. Als Christen reagieren wir auf Feindschaft und uns angetanes Unrecht nicht mit Rechthaberei und nicht mit Vergeltung. Wir reagieren auch nicht mit einer stillen Depression, indem wir das Unrecht einfach so hinnehmen und uns wie ein Fußballtreter vor der Haustür dieser Welt ansehen. Wir dulden das Böse nicht und schlucken es auch nicht in uns runter, denn dabei würden wir uns selber zu Opfern stilisieren und uns mit Selbstverachtung strafen. Nein, nicht Vergeltung und auch nicht stilles Selbstmitleid sind angesagt. Es gibt einen dritten Weg. Er führt zur Überwindung der entstehenden Rachegefühle in einem selbst. Es ist ein Weg der Gerechtigkeit und ein Weg der Vergebung, der Weg der gerechten Liebe. Ich will dadurch die Selbstzerstörung überwinden und auch die Feindschaft, zunächst die feindseligen Gedanken in mir und dann auch die Feindschaft im anderen.

Der erste Schritt auf dem Weg dahin besteht darin, dass ich mir die Feindschaft und Feindseligkeit nicht von „meinem Feind“ aufdrängen lasse. Ich bin und bleibe ein „Kind des Vaters im Himmel“. Vor ihm und zu ihm hin kann ich meine Klagen laut werden lassen, aber ich werde nicht zum Verkläger der anderen.

**Wenn wir auf Feindschaft nicht feindselig reagieren, schaffen wir auch den Feinden die Möglichkeit, von ihrer Feindschaft zu lassen. (J.Moltmann)**

Feindschaft beginnt ja immer in der Verteufelung des anderen. So beginnt jeder Krieg; nicht nur zwischen den Nationen, sondern auch zwischen den Menschen, die sich sonst vertraut waren.

In einem weiteren Schritt auf diesem Weg der Vergebung werde ich mir bewusst, welches die eigentlichen Hintergründe der mir begegnenden Feindschaft sind. Warum ist mir der andere so feindlich gesonnen? Warum verletzt er mich mit Worten und Taten? Ich will es in dieser Phase der Vergebung lernen, den anderen mit den Augen Gottes zu sehen. Denn das lässt in mir die Bereitschaft wachsen, auch klar und deutlich ein Wort der Vergebung auszusprechen. Der Hamburger Religionspädagoge Fulbert Steffensky schreibt sehr offen davon, dass es oft längere Zeitabläufe sind, bis wir innerlich an diesen Punkt angekommen sind. *“ Vor einiger Zeit fragte mich ein Journalist: Haben Sie Feinde? Mir fiel zunächst kein Feind ein. Dann erinnerte ich mich an einen Theologen, der meine Frau nach ihrem Tod in einem ekelhaften Kommentar angegriffen hatte und sie eine ZerstörerIn des Glaubens genannt hatte. Kann ich ihm vergeben? Nein. Er ist mein Feind, und bleibt es, solange er seine infamen Sätze nicht dort widerruft, wo er sie gesagt hat. Nein, ich liebe ihn nicht. Ich hätte die beste Lust mich an diesem Dummkopf zu rächen. Dem Christus der Bergpredigt möchte ich sagen: Lass mir Zeit! Auch der Zorn hat sein Recht...Ich habe für meinen Feind kein Verständnis, zunächst nicht. Alle tiefen Gefühle des Menschen brauchen ihre Zeit, man kann nichts überspringen, auch seine eigenen Irrtümer nicht. Aber eines kann ich schon tun: Ich kann darauf verzichten, ihm zu schaden, mich an ihm zu rächen... “ .*

Vielleicht ist jemand hier, der ähnliche feindselige Gedanken hat. Du wunderst Dich, dass Du die heilende Kraft der Vergebung nicht erfährst. Wundere Dich nicht darüber, denn das hat uns Jesus schon klar mitgeteilt. Es wäre eher verwunderlich, wenn Du diese Kraft erfahren würdest. Geh bewusst in diese Phasen der Überwindung von Feindschaft. Du musst nicht unehrlich werden, aber stell Dich dieser Tatsache, dass da Bitterkeit, Groll und Verletzungen immer noch in Dir bluten. Sie verkleben Deine Seele. Dann bitte, dass Gott Dir die Augen öffnet, den andern im Licht Gottes zu sehen. Mach nicht weiter mit den heimlichen Rachegeanken! Was hilft es Dir, wenn Du zum Schluss Dein Recht hast, Dein Geld hast, aber Deine Seele hat Schaden genommen. Wenn Du das Recht bekommen hast, heißt das ja noch lange nicht, dass Du Frieden gefunden und die Feindseligkeit überwunden hast. Also: Wir brauchen diese zweite Ebene der Vergebung sehr dringend.

Und schließlich möchte ich auch noch kurz auf die dritte Ebene hinweisen. Es ist die Ebene, dass wir uns selber vergeben können. Oft sind wir so unbarmherzig mit uns selber. Wir können uns unsere Fehler und Fehlentscheidungen, unsere Schuld und Sünde selber nicht vergeben. Wir fangen an, uns dafür zu bestrafen und uns selber unter Druck zu setzen. Wir wollen es wieder gut machen, und machen es immer schlimmer. Wir verhärten unsere Seele. Wenn Gott Dir vergibt, mit welchem Recht hältst Du dann an den Selbstvorwürfen fest? Ich will Dir sagen, was häufig die Ursache ist: Stolz- purer Stolz. Man kann es auch Hochmut nennen. Irgendwie wollen wir aus der Niederlage doch noch mit einigermaßen aufrechtem Kopf herauskommen. Aber Vergebung empfangen bedeutet auch, demütig sein vor unserem Gott. Wenn ich es ausspreche: „Ja, Herr, auch ich will mir vergeben. Ich will nicht bitter auf mich selber sein, denn Du hast mir vergeben!“ dann werde ich merken, wie die Kraft der Vergebung fließt.

Das ist dieses Vitamin der Vergebung. Es wirkt auf diesen drei Ebenen und sie korrespondieren miteinander. Das ist dieses Vitamin<sub>3</sub>.

David fasst sich geradezu an den Kopf und fragt sich: Wie konnte ich es bloß so lange übersehen und verschweigen! Er ruft auch heute in unsere Mitte: „Hallo, ihr Frommen! Lasst es nicht so weit kommen! Seid doch nicht so dumm wie ein Esel, den man schlagen muss, bevor er sich bewegt! Gott liebt es, Euch mit seinen Augen zu leiten!“

**Darum soll jeder Fromme zu dir beten, zur Zeit, da du zu finden bist! ( Psalm 32,6)**

Und wieder hören wir den Psalmisten geradezu schwärmen, wenn er von dieser Erfahrung der Kraft der Vergebung spricht.

**Du bist ein Bergungsort für mich, vor Bedrängnis behütetest du mich. Du umgibst mich mit Rettungsjubel! ...Wer auf den Herrn vertraut, den umgibt er mit Gnade.**

**(Psalm 32,7+10b)**

Hier vor uns stehen die Zeichen seiner Vergebungskraft: Brot und Kelch. Hier sehen wir das Kreuz. Es erinnert uns an den, der alle Schuld auf sich genommen hat, an das Lamm Gottes. Heute soll ein Tag der Vergebung sein, ein Tag der Versöhnung.

Dabei kann uns eine kleine Meditation helfen, die ich an den Schluss dieser Predigt stellen möchte. Ich lade uns ein, an drei Fackeln entlang zu gehen.

Wir dürfen uns vorstellen, dass diese Fackeln vor dem Kreuz Jesu stehen.

Wir kommen zu einer ersten Fackel. Dort hören wir jemanden. Er sagt:

„In deinem Leben gibt es sehr viel Not, Schmerzen und Enge. Du selber hast viel Schuld und Sünde auf dich geladen. Du bist vielen Menschen etwas schuldig geblieben. Diese Schuld hast Du bis zu diesem Tag mit dir herumgetragen. Du hast sie verschwiegen, du hast sie übersehen. Aber sie lastet auf Dir und sie hat den Glanz aus deinen Augen und Herzen genommen. Gib mir diese Schuld. Bekenne sie vor mir und empfang Vergebung“.

Vielleicht nehme ich mir die Zeit. Ich bekenne innerlich die Sünde oder auch laut und bete, dass die Vergebung mir geschenkt wird.

Dann schaut er uns an und sagt:

**Wenn wir unsere Sünden bekennen, so ist er treu und gerecht, dass er uns die Sünden vergibt und uns reinigt von jeder Ungerechtigkeit. (1.Joh 1,9)**

Wir kommen zu einer zweiten Fackel. Wir hören wie uns jemand sagt:

„Ich kenne sie. Die Menschen, die dich verletzt haben mit ihren Worten und Taten. Ich sehe die Wunden, die sie in deiner Seele geschlagen haben. Sie sind dir zu Feinden geworden.

Willst auch du nun auch ihnen ein Feind sein und bleiben? Gib mir deine Wut, deinen Zorn, deine Not, mein Kind. Ich bin für jeden Menschen gestorben. Wenn Du von meiner Vergebung leben willst, so musst du auch ihnen meine Vergebung gewähren. Willst Du das?“

Und vielleicht lassen wir all unsere Enttäuschungen und all unsere Bitterkeiten, all unser Recht auf Bosheit und Feindschaft los und legen sie am Kreuz Jesu ab und sprechen es aus:

„Ja, Herr, ich will vergeben. Ich vergebe diesen Menschen“.

Dann schaut er uns an und sagt:

**Wenn ihr den Menschen ihre Vergehungen vergebt, wird euer himmlischer Vater auch euch vergeben. (Mt 6,14)**

Und schließlich kommen wir zur dritten Fackel. Wir hören wie uns gesagt wird:

„Warum? Warum, mein Kind, kannst Du nicht selber mit Dir barmherzig sein? Warum willst Du meinen Mantel der Gnade nicht anlegen? Ist es Dein Hochmut, der dich nackt dastehen lässt vor mir? Wenn ich Dir vergebe, solltest Du auch dir selber vergeben. Demütige Dich vor mir und lass Dich endlich selber los. Lass Dich in meine Hände fallen und den Mantel der Gnade um Dich legen. Willst Du das?“

„Ja, Herr. Ich will es!“ sagst Du vielleicht noch leise und unsicher.

Dann schaut er dich an und sagt:

**Ich will dich unterweisen und dich lehren den Weg, den du gehen sollst. Ich will dich mit meinen Augen leiten. (Psalm 32,**

Amen.