

# Das unbeschwerte HERZ



Entdecke die Freiheit  
und die Freude der Vergebung

Suzanne Eller

cap-books



Suzanne Eller

# Das unbeschwerte Herz

Entdecke die Freiheit und die Freude der Vergebung

cap-books

Bestell-Nr.: 52 50480  
ISBN 978-3-86773-234-5

Alle Rechte der deutschen Ausgabe vorbehalten

© 2016 cap-books/cap-music

Oberer Garten 8

D-72221 Haiterbach-Beihingen

07456-9393-0

info@cap-music.de

www.cap-books.de

© Copyright 2013 by SUZANNE ELLER

Originally published in the U.S.A. by Regal Books

A Division of Gospel Light Publications, Inc. Ventura, CA 93006 U.S.A.

All rights reserved

Übersetzung: Bernd Breuer

Lektorat: Ute Mayer

Umschlaggestaltung: Constanze Lauer

Fotonachweis: jakkapan/Shutterstock.com

Um eine gute Lesbarkeit zu gewährleisten, wird auf die Doppelung der Geschlechterbezeichnungen weitgehend verzichtet. Die männliche oder weibliche Form steht in diesen Fällen als „neutrale“ Variante für beide Geschlechter.

Bibelstellen sind wie folgt zitiert:

ELB: Elberfelder Bibel

Revidierte Elberfelder Bibel © 1985/1991/2006 SCM-Verlag GmbH & Co. KG, Witten.

GNB: Gute Nachricht Bibel

Gute Nachricht Bibel, revidierte Fassung, durchgesehene Ausgabe,

© 2000 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart.

HFA: Hoffnung für alle

Die Bibelstellen sind der Übersetzung Hoffnung für alle® entnommen,

Copyright © 1983, 1996, 2002 by Biblica, Inc.®.

Verwendet mit freundlicher Genehmigung des Herausgebers Fontis – Brunnen Basel.

LUT: Luther 1984

Lutherbibel, revidierter Text 1984, durchgesehene Ausgabe,

© 1999 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart.

NGÜ: Neue Genfer Übersetzung

Bibeltext der Neuen Genfer Übersetzung- Neues Testament und Psalmen.

Copyright © 2011 Genfer Bibelgesellschaft.

Wiedergegeben mit freundlicher Genehmigung. Alle Rechte vorbehalten.

NLB: Neues Leben. Die Bibel

Neues Leben. Die Bibel © 2002 und 2006 SCM-Verlag GmbH & Co. KG, Witten.

SLT: Schlachter

Bibeltext der Schlachter. Copyright © 2000. Genfer Bibelgesellschaft.

Wiedergegeben mit freundlicher Genehmigung. Alle Rechte vorbehalten.

# Inhalt

|                 |    |
|-----------------|----|
| Widmung.....    | 13 |
| Vorwort.....    | 15 |
| Einleitung..... | 19 |

## **Teil 1: Was ist Vergebung?**

|   |    |
|---|----|
| 1. Was bedeutet es, wenn man vergibt? ..... | 27 |
|---|----|

## **Teil 2: Was wir gewinnen, wenn wir vergeben**

|   |     |
|---|-----|
| 2. Sie verlassen einen Ort,<br>um sich an einen anderen zu begeben.....     | 53  |
| 3. Gott tritt ein .....   | 75  |
| 4. Sie lassen etwas hinter sich,<br>was Sie selbst nicht ändern können..... | 101 |
| 5. Sie empfangen Ihre neue Identität .....                                  | 125 |
| 6. Sie beginnen ganz neu.....   | 149 |
| 7. Sie erfahren einen Rollentausch .....                                    | 177 |
| 8. Sie finden einen Ort der Geborgenheit.....                               | 201 |
| 9. Sie überwinden den Kleinkram.....  | 223 |
| 10. Sie tauschen Ihren Zorn gegen seinen .....                              | 249 |
| 11. Sie leben in der Gnade .....  | 271 |

## **Teil 3: Was kommt als Nächstes?**

|                                       |     |
|---------------------------------------|-----|
| 12. Der Lebensstil der Vergebung..... | 299 |
| Fragen & Antworten .....              | 317 |
| Über die Autorin.....                 | 327 |



# Widmung

*Mein Ehemann Richard weiß, dass mein Herz für den Gemeindedienst schlägt. Er hat immer ein Wort der Ermutigung für mich, wenn ich gerade einmal wieder vor die Wand der Realität des Lebens renne, mit denen ich sowohl beim Schreiben eines Buches als auch bei einem Vortragsdienst konfrontiert bin. Wie dankbar bin ich für diesen Ehemann, den ich wie verrückt liebe!*

*Mein Dank gebührt auch Rachelle Gardner von der Literaturagentur „Books and Such“, die an dieses Projekt von Anfang an geglaubt hat. Liebe Rachelle, als Du das Buch gelesen hattest, war ich von Deiner spontanen Reaktion begeistert. Vielen Dank für Deine Ausdauer auf der Suche nach einem Verleger.*

*Mein Dank geht an Kim Bangs beim Verlag Regal. Vom ersten Tag an waren sie eine Art Verwandte im Geist. Es ist sehr schön, mit Ihnen und Ihrem Team zusammenzuarbeiten.*

*Ein ganz besonderer Dank geht an eine mutige Truppe: Vickie, Megan, Chellie, Janie und Jessica. Ihr seid wunderbare Frauen. Ihr habt mich teilhaben lassen an Euren verschiedenen Erfahrungen im Prozess der Vergebung, an Euren ehrlichen Gedanken, Euren Durchbrüchen, Emotionen und Erfolgen, die Ihr bei jedem Kapitel dieses Buches erlebt habt.*

*Ich habe geweint, wenn ich Eure Mails gelesen habe, besonders wenn Ihr über Eure „Aha“-Erlebnisse geschrieben habt. Ich hatte das Vorrecht, ganz tief in Eure Lebensgeschichten, Siege und Niederlagen eindringen zu dürfen. Wie mutig Ihr seid! Ich schulde Euch allen so viel!*

*Und zuletzt noch danke ich Leslie, Stephen, Melissa, Josh, Ryan und Kristin, auch meinen Enkeln Elle, Luke, Jane und Audrey. Sollte ich den größten Schatz in meinem Leben in einem Wort beschreiben, so würde ich „Familie“ sagen. Ihr gehört zu mir! Danke!*



# Vorwort

Ich weiß nicht mehr genau, wann alles angefangen hat. Doch ich erinnere mich daran, dass ich mich monatelang – fast jeden Tag – immer wieder über meinen Mann ärgerte und schon richtig gefrustet war. Eines Abends, nach einem Streit, meinte J. J., dass er wohl nie meinen Ansprüchen genügen würde, egal, was er tat oder wie er sich auch abmühte.

Damit hatte er recht, aber dennoch wusste ich nicht, was mit mir selbst eigentlich los war. Ich war es leid, immer nur gemein und mies gelaunt zu sein und so bat ich Gott, mir zu zeigen, was eigentlich ablief. Ich bat ihn um Klärung, warum wir nach sieben Jahren einigermaßen glücklicher Ehe jetzt in diese hässliche Situation geraten waren.

Im Lauf der Zeit empfand ich, dass Gott mir etwas zeigen wollte. Eigentlich wollte ich doch, dass J. J. die Defizite meines Lebens ausglich: Ein Vater zu sein, wie mein Vater nie gewesen war, und ein Ehemann zu sein, wie meine Mutter ihren Mann nie erlebt hatte. Ich denke, ich baute mir meine eigene persönliche Welt nach dem Motto „... und sie lebten glücklich bis an ihr Ende“ – und ich wurde dabei sehr kontrollierend und kritisch.

Die vielen Jahre als Kind mit einem gebrochenen Herzen in einem zerbrochenen Zuhause hatten bei mir zu einer alles dominierenden Angst vor Verlusten und zu tiefer Enttäuschung geführt. Ich hatte nie verarbeitet, betrauert oder losgelassen, was ich dachte, verdient zu haben, aber doch nie besaß.

Ein Herz, das nicht vergeben wollte, und Hoffnungen, die nie erfüllt worden waren, hatten in mir eine bittere Erwartungshaltung an andere Menschen erzeugt. Ich dachte, wenn ich J. J. dazu bringen könnte, der Ehemann und Vater zu sein, so wie ich ihn haben wollte, dann würden vielleicht meine zerbrochene Vergangenheit und meine verflissenen Träume wieder ins Lot kommen.

Ich wusste, dass ich das Problem meines Schmerzes angehen sollte, aber ich war nicht in der Lage, alles einfach nur zu vergeben und zu vergessen. So einfach war das nicht. In vielen Schichten lastete der Schmerz schwer auf mir und es gab Dinge in meinem Leben, denen ich mich nie gestellt hatte. Aber in einem ersten Schritt begann ich, meinen Schmerz zu akzeptieren und mir zu erlauben, ihn bewusst wahrzunehmen. Ich nahm mir jede Woche Zeit, um die Erinnerungen und Ereignisse aufzuarbeiten, die mich in meine Situation geführt hatten, und dann erlaubte ich Gott, sie zu heilen.

So bat ich Jesus, mir dabei zu helfen, den Verlust von allem zu betrauern, was ich von meinem Vater erwartet, aber nie bekommen hatte. Dann bat ich den Herrn, mit mir die einzelnen Schritte der Vergebung gegenüber meinem Vater durchzugehen, damit ich Groll, Zurückweisung und Schmerz – alles, was mich so lange gefangen gehalten hatte – loslassen konnte. Es war ein Prozess, der Zeit, Gebet und Mut erforderte, aber er war es wert. Ich war es wert. Meine Ehe war es wert.

Wie die meisten Menschen wollte auch ich nicht mit meinem Schmerz konfrontiert werden. Ich hatte keine Zeit dazu und wollte diese Dinge nicht aufwühlen. Aber ich bin froh, dass ich es doch tat. Dann zeigte mir Gott, wie ich die Schmerzen der Vergangenheit loslassen und anschließend Hoffnung schöpfen und Heilung erfahren konnte. Nie hätte ich gedacht, dass es jemals dazu kommen würde.

---

Ich arbeitete mich durch die Ereignisse meiner Kindheit und erkannte deren Auswirkungen auf meine Ehe. Schließlich merkte ich, dass ich die Hilfe eines Freundes benötigte. Ich brauchte jemanden, der einen ähnlichen Weg gegangen war wie ich. Er könnte mir zur Seite stehen und mir auf meinem eigenen Weg hin zur Heilung Weisheit und vielleicht eine andere Perspektive bieten. Mit ihrem Buch „Das befreite Herz“ habe ich in Suzie Eller diese Freundin gefunden.

Mit Weisheit und mit einem Herz voller Mitleid stellt sich Suzie auch an Ihre Seite und begleitet Sie auf jedem Schritt. Suzie ist niemand, der einfach nur das Thema Vergebung abhandelt. Ihre Worte offenbaren einen Menschen, der Vergebung lebt und Vergebung gibt, auch wenn es schwer fällt.

Suzie ist nicht einfach eine Christin mit Nullachtfünfzehn-Antworten. Das liebe ich so an ihr und an ihrer Botschaft. Sie sagt nicht einfach: „Sie müssen vergeben.“ Sie weiß, dass alles nicht einfach ist. Ihre Fürsorge ist groß und sie will definitiv nicht, dass Sie als Leserin oder Leser in diesem verhärteten Zustand bleiben. Stattdessen nimmt sie Sie bei der Hand und begleitet Sie durch den Prozess.

Suzie hilft uns, die verschiedenen Bedeutungen der Vergebung zu erkunden. Sie begleitet uns auf dieser wirklich einzigartige Reise, denn ein Leben der praktizierten Vergebung ist vielschichtig und tiefgründig. Sie werden im Lauf der Lektüre dieses Buches Frauen und Männer kennenlernen, die mutig ihre Herzen und ihre Lebensgeschichten geöffnet haben. Alles soll dazu beitragen, dass Sie durch Vergebung ebenfalls Wiederherstellung erfahren.

Jedes Kapitel dieses Buches ist anders. Manchmal schreibt Suzie einladend und werbend, ein andermal ist ihr Ton eher drängend und intensiv. Es ist ihr wichtig, die Leser immer wieder eindringlich aufzufordern, den Ort der Hoffnung und Heilung aufzusuchen.

Nur dort erfahren wir jene geistliche Veränderung, die Vergebung bewirkt.

Ich hoffe, Sie nehmen Suzies Einladung an. Es wird Zeit, Mut und Ausdauer benötigen, aber Sie sind es wert. Vergebung ist ein Geschenk, das wir selbst in dem Moment empfangen, wenn wir es an andere weitergeben. Wir vergeben nicht, damit wir vergessen können. Wir vergeben, weil uns vergeben wurde. Es setzt uns frei von unserer Vergangenheit und lässt uns mit Zuversicht und Hoffnung in die Zukunft blicken.

**Renee Swope**

*Buchautorin, TV-Moderatorin und Konferenzsprecherin*

# Einleitung

*Wir sollen vergeben, sagt uns Jesus.*

Haben Sie diese Worte schon einmal bewusst gehört? Immer wieder weist uns die Bibel an, anderen zu vergeben. Um ein Leben frei von Bitterkeit, innerem Groll oder Schmerz führen zu können, ist Vergebung grundlegend. Aber ein Lebensstil der Vergebung ist bestenfalls eine Reise mit Hindernissen. Wir selbst nehmen die Gnade Gottes zwar an, aber wir stolpern, wenn wir sie an andere Menschen weitergeben.

Darf ich ehrlich sein? Vergebung ist schwer und komplex. Vergebung erfordert mehrere, völlig unterschiedliche Ebenen der bewussten, willentlichen Anstrengung. Da ist der Nachbar, der tratscht, oder der Partner, der betrügt, oder ein Elternteil bzw. jemand aus dem familiären Umfeld, der bewusst Verletzungen durch Missbrauch zufügt.

Schauen wir uns an, wie Christus damit umgeht. Durch die ganze Bibel hindurch sehen wir, wie Jesus Menschen dort abholt, wo sie sind. Er traf sich mit Nikodemus in der Nacht unter dem Sternenhimmel. Das Gespräch begann an einem Punkt, an dem Nikodemus zunächst seine theologischen Fragen stellen konnte, später aber zur Wahrheit fand.

Dann sehen wir bei einer anderen Gelegenheit, wie Jesus sich neben eine zutiefst zerbrochene Frau kniet, die im Straßenstaub zusammengesunken ist. Ihre Ankläger wollten gerade Steine auf sie werfen, aber Jesus zeigt ihr ruhig einen neuen Weg, wie sie leben

kann. Er begann dieses Gespräch am kritischen Punkt ihrer größten Not.

Sie werden im Lauf dieses Buches, während wir zusammen das Thema Vergebung durchbuchstabieren, feststellen, dass sich dieser Ansatzpunkt wiederholt. Anstelle einer nur so dahingeworfenen Aussage wie „Vergib doch einfach.“ entdecken wir, dass Vergebung uns dort beglückt, wo wir gerade stehen, und unser Herz befreit, damit wir heil werden und frei leben können.

In der Bibel hat das Wort „Vergebung“ viele Bedeutungen. Gleichzeitig bringt praktizierte „Vergebung“ unterschiedliche Segnungen im Leben derer hervor, die einen Lebensstil der Vergebung führen. Jede Bedeutung im Urtext enthüllt einen anderen Wert und eine andere Wirkung. Erfahrenes Unrecht vergeben oder Ablehnung und Missbrauch hinter sich lassen, kann eine Bedeutungsform sein. Es gibt sogar eine Definition für eine Form von Vergebung gegenüber dem tratschenden Nachbarn.

Aber damit ist das Thema nicht erschöpft, denn Vergebung, wenn sie erst einmal ausgesprochen oder praktiziert wurde, verleiht Würde und Selbstsicherheit. Sie erlaubt uns, dass wir die Vergangenheit hinter uns lassen und voll und ganz im Hier und Jetzt leben. Sie zeigt uns, wie wir es akzeptieren können, dass es Umstände und Menschen gibt, die wir nicht ändern können. Auf der anderen Seite bahnt sie dem Handeln Gottes einen Weg, damit er uns verändern kann.

Sind Sie überrascht, dass es keine Einheitsdefinition von Vergebung gibt? Mir ging es genauso. Jedoch ist und bleibt Vergebung der Schlüssel zu gottgemäßer Heilung. Deshalb taucht sie in der Bibel wieder und wieder auf. Vergebung ist Gott wichtig, denn wir sind Gott wichtig.

Woher weiß ich das alles?

Ich habe es durchgemacht. Ich war ein zerbrochenes Mädchen und wuchs in einer zerbrochenen Familie auf. Meine Mutter kämpfte mit Selbstmordgedanken, die entweder in fürchterliche Wutausbrüche oder tiefe Depressionen eskalierten. Meine Geschwister und ich wurden von diesen unberechenbaren Stimmungsschwankungen unweigerlich mitgerissen. Der Ehemann versteckte sich hinter der Tageszeitung oder verbrachte lange Stunden im Job außer Haus. Die Hilfeschreie seiner verletzten und schwer leidenden Frau inmitten verunsicherter, verängstigter Kinder nahm er nicht wahr.

Eine meiner frühesten Erinnerungen an meine Kindheit ist ein Aufenthalt in einem Krankenhaus nach einer Blinddarm-Notoperation, als ich fünf Jahre alt war. Es war spät in der Nacht. Ich war allein im Zimmer und hatte Angst, hatte meine kleinen dünnen Arme um meinen Körper geschlungen und fing an zu singen, um mich selbst zu beruhigen. Das hatte ich früh gelernt: Wenn keiner da war, der sich um mich kümmerte, dann musste ich das eben selbst tun. Es war eine von vielen ungesunden Lebenseinstellungen, die ich mir früh angewöhnte.

Jahre später wurde ich gläubig und Gott fing an, meine Denkvorstellungen zu verändern. Zum ersten Mal wurde mir bewusst, dass ich nicht nach außen hin stark erscheinen oder gar eine Mauer um mein Herz errichten musste. Dennoch kämpfte ich mit dem Leben. Vertrauen aufzubauen, fiel mir schwer. Es war mir unmöglich, den Schutzwall abzubauen und nur ich selbst zu sein. Ich war übermäßig selbstzufrieden, schob die, die mir einen leichteren Lebensweg hätten zeigen können, achtlos zur Seite. Tief im Innern war ich voller Zorn.

Manchmal wurde es auf erschreckende Weise offenbar. Dabei merkten die meisten Menschen nicht, wie schwer ich daran arbeitete, den Zorn im Zaum zu halten.

Ich bat Gott, mir zu helfen. Ich betete und las in der Bibel und stolperte ständig über die Aufforderung „Vergib!“. Ich erkannte, dass Gott hier keine Bitte aussprach, sondern etwas von mir verlangte, was ich wirklich tun sollte. Ich verrannte mich in Fragen, die sich wie Berge auftürmten:

*Was ist, wenn die Gefühle nicht verschwinden?*

*Und wenn die Person, die mich verletzt hat,  
ihre destruktive Einstellung aufrechterhält?*

*Bedeutet es, dass ich insgeheim die Einstellung des anderen akzeptiere,  
wenn ich ihm vergebe?*

*Im Leben anderer Menschen sehe ich Freude.*

*Werde ich je dort hinkommen?*

Im Lauf der Zeit fand ich meine Antworten. Vergebung war nicht nur ein Schlüssel. Vergebung war wesentlich, sollte ich jemals meine Gefühle hinter mir lassen und zu dem Leben finden, das Gott für mich bereithielt. Meine Vergangenheit spielte dabei ebenso wenig eine Rolle wie die persönliche Haltung der Menschen, unter denen ich gelitten hatte.

Ich suchte bewusst nach Vergebung. Ich begann mit dem Prozess des Loslassens. Es veränderte mich, wenn ich meine Eltern bewusst aus einer mitleidenden Perspektive sah. Jahre später veränderte diese Sichtweise auch meine Eltern. Eins verspreche ich Ihnen: Es *gibt* unglaubliche Freiheit in einem Lebensstil, der von Gnade und Barmherzigkeit geprägt ist. Aber es ist nichts, das man so zufällig am Wegesrand findet. Vergebung ist eine Entscheidung und eine Reise.

Vergbung ist deshalb oft so kompliziert und chaotisch, weil unser Gegenüber immer Menschen sind. Es kann sein, dass man tief



---

graben muss und Dinge zum Vorschein kommen, die man besser nicht aufgewühlt hätte. Man zweifelt daran, dass Vergebung Sinn macht, wenn man anscheinend der einzige ist, der sich nach einer Veränderung sehnt.

Ich sage Ihnen noch etwas: In diesem Prozess sind Sie nicht allein. Jesus Christus wird Ihnen genau dort entgegenkommen, wo Sie sich gerade befinden, selbst wenn Sie der Meinung sind, dass Ihnen Vergebung gegenüber einem bestimmten Menschen unmöglich ist. Er wird Ihnen helfen, wenn Sie die Bereitschaft zur Vergebung haben, aber unsicher sind, wo Sie anfangen sollen. Er wird bei Ihnen sein, wenn Sie es müde und leid sind, weil Sie immer wieder versucht haben zu vergeben, aber die alten Gefühle Sie neu überwältigen.

In diesem Buch begegnen Sie Menschen des täglichen Lebens, die Ihre Gefühle verstehen. Die meisten von ihnen haben unter außergewöhnlichen Umständen vergeben. Jeder von diesen Menschen begann an einem Punkt, als ihm Vergebung überwältigend schwer vorkam, oft sogar unmöglich.

Ihre Gedanken, ihre Beziehungen zu anderen Menschen und die Art, wie sie mit Gott und Menschen kommunizierten – all das litt unter der schweren Last mangelnder Vergebungsbereitschaft.

Aus einem tiefen inneren Bedürfnis heraus wollten sie mit Entschiedenheit diese Last hinter sich lassen.

Diese Menschen hatten – wie Sie auch – zunächst keine Ahnung, wie Gott handeln könnte oder handeln wollte. Aber sie haben den ersten Schritt getan und sich einfach auf den Weg gemacht.

Als ich dieses Buch schrieb, haben sich einige Frauen dazugesellt, die sich alle auf verschiedenen Ebenen im Prozess der Vergebung befanden. Sie haben jedes Kapitel des Buches gelesen, mutig Fragen gestellt und ihre aufrichtigen, ehrlichen Gedanken mit mir

geteilt. Einige dieser Fragen haben meine Studien vertieft und Sie werden diese Fragen später im Buch wiederfinden.

Wenn Sie sich in dieses Buch vertiefen, dann sollten Sie bedenken, dass Sie und ich nie vollkommen sein werden (falls es so etwas überhaupt gibt). Es ist ein mutiger Schritt, unter dem sanften Drängen des Heiligen Geistes das eigene Innere zu entdecken. Der Weg zu einem freien, unbelasteten Herzen birgt Risiken. Jeder neue Schritt schließt die Möglichkeit ein, dass man etwas über sich selbst lernt, das vielleicht Unbehagen verursacht. Gleichzeitig öffnet es die Chance zu persönlichem Wachstum und nachhaltiger Veränderung.

Nur Gott allein erfasst all die verschiedenen Bedeutungen des Wortes „Vergebung“. Trotzdem gibt es für uns wahre Reichtümer zu entdecken, wenn wir uns auf den Weg der Vergebung begeben. Ich bete darum, dass dieses Buch mit der Zeit nicht als theoretische Abhandlung betrachtet wird, sondern als eine intime und ganz persönliche Entdeckungsreise mit dem himmlischen Vater.

# Teil 1

Was ist Vergebung?



# 1

## Was bedeutet es, wenn man vergibt?

*Vergebung ist eher wie das Verfassen eines Buches  
als das Schreiben eines Briefes.*

*Wenn ich einen Brief schreibe, dann bringe ich meine Gedanken  
nacheinander auf Papier, unterschreibe das Ganze, schließe den Briefumschlag  
und gebe schließlich zur Post.*

*Wenn ich ein Buch schreibe, dann scheint es mir, als befände ich mich  
in einem endlosen Kreislauf des Schreibens und Überarbeitens.*

Gary D. Preston, *Character Forged from Conflict*

„Wollen Sie leben und frei sein?“, fragte ich die Zuhörer.

Es war zwar nur eine rhetorische Frage, aber eine einzelne Frau stand auf und winkte mit ihrer Hand. „Ja, ich“, rief sie. „Ich will frei sein.“

Nach der Veranstaltung saßen wir zusammen und sie erzählte mir ihre Geschichte. Vor zwölf Jahren hatte ihr Mann sie verlassen und war zu einer anderen Frau gezogen. Sie fühlte sich ständig wie emotional verwirrt, bis hin zu körperlich krank. Trotz all der Jahre,

die inzwischen seit der Trennung vergangen waren, fixierten sich ihre Gedanken fast den ganzen Tag auf den Betrug ihres Ehemanns.

Sie war der Überzeugung, dass er ihre Vergebung nicht verdiente. Sie erkannte, wie fehlende Vergebungsbereitschaft sie gegenüber ihrem Ex-Ehemann wie in einer Falle gefangen hielt. Scheinbar unmöglich, dort herauszukommen. Dabei war ihre nicht vergebungsbereite Haltung eigentlich genauso zerstörerisch wie die ursprüngliche Verletzung. Und der Verursacher des ganzen Schadens war nicht da.

Ich fragte sie, ob sie den Willen aufbringen könnte, ihre Gefühle, ihre Schmerzen und ihren Ex-Mann an Gott abzugeben. Ja, sie war mehr als willig. Sie war nun bereit. Als wir zusammen beteten und sie ihre Last abgab, unter der sie zwölf Jahre gelitten hatte, konnten wir die Gegenwart Gottes deutlich empfinden.

Seitdem haben wir regelmäßig Kontakt, und sie lebt beständig in der Haltung der Vergebung. Zu ihrem großen Vorteil ist sie nun in der Lage, sich auf das zu konzentrieren, was Gott hier und heute für sie bereit hat, statt ständig darauf fixiert zu sein, was ihr gestern genommen wurde. Ihr Ex-Mann hat von dieser vollkommenen Veränderung ihres Lebens keine Ahnung. Er ist schon lange nicht mehr Teil des Geschehens. Und es ging ja auch eigentlich nicht um ihn ... nicht wirklich, denn grundsätzlich hat niemand die Macht, einen Menschen zu ändern.

Vielleicht kämpfen Sie auch mit dem Konzept der Vergebung. Dann kennen Sie wahrscheinlich auch die folgenden Fragen:

*Warum sollte ich vergeben? Ich habe nichts falsch gemacht.*

*Ist es nicht so, dass Vergebung dem Verursacher einen Freibrief ausstellt?*

*Ist das gerecht?*

*Ich habe jemandem vergeben und der war nicht reumütig.*

*Ich ändere meine Einstellung erst dann, wenn die andere ihre ändert.*

Das sind triftige Statements. In Situationen, in denen es darum geht, jemandem zu vergeben, sind sie verständlich. Aber erkennen Sie auch, dass sich diese Aussagen allesamt auf die Handlungen anderer konzentrieren? Es muss aber der Zeitpunkt kommen, an dem wir erkennen, dass auch wir selbst Nöte haben. Und egal, ob dann jemand anders bereit ist, sich zu ändern oder nicht, wir persönlich sind es irgendwann leid, emotional und geistlich in einer Sackgasse zu stecken.

In Markus 10,51-52 lesen wir von dem Blinden Bartimäus, der hörte, wie sich eine Menschenmenge näherte. Als Bartimäus realisierte, welche Person darunter war, war er nicht mehr zu beruhigen. Er begann, den Namen Jesu auszurufen.

„Was soll ich für dich tun?“, fragte ihn Jesus.

„Meister“, flehte ihn der Blinde an,

„ich möchte wieder sehen können.“

Jesus brachte alles zum Stillstand, um die Augen des Mannes zu öffnen. Das Leben dieses Menschen wurde durch die Begegnung so entscheidend verändert, dass er von nun an mit Christus auf der Straße mitging.

Würden Sie heute auch am liebsten laut nach Gott schreien? Vielleicht rufen Sie: „Ich will von diesen Gefühlen frei sein ... Ich will vergeben.“

Gott hört diesen Schrei.

Aber wo fangen wir jetzt auf unserer Reise zur Freiheit an? Wir beginnen, indem wir uns zunächst bemühen, die Grundlagen der Vergebung zu verstehen.