

Sich selbst verzeihen

Es ist manchmal nicht einfach, einem anderen Menschen zu verzeihen – das kennen wir, das wissen wir alle aus Erfahrung. Aber oft ist es fast noch schwerer, sich selber zu vergeben. Wie oft ärgere ich mich über mich selbst, weil ich zum tausendsten Mal den gleichen Fehler gemacht habe:

Wieder habe ich jemanden nicht ausreden lassen, wieder war ich so aufgeregt, dass ich kein vernünftiges Wort herausgebracht habe, wieder habe ich nicht das gesagt, was ich eigentlich hatte sagen wollen, wieder war ich nicht großzügig, freundlich, souverän, ehrlich, liebevoll genug ...

Die Liste ist lang und manchmal denke ich dann, wenn sich solche Unverzeihlichkeiten angesammelt haben ... was bin ich nur für ein mega hoffnungsloser Fall und ärgere mich furchtbar über mich selbst.

Passiert das zu oft und ohne, dass man sich irgendwann selber verzeihen kann, entsteht daraus unter Umständen eine Bitterkeit uns selbst gegenüber, die leider auch dazu führt, dass wir anderen Menschen ebenso wenig vergeben können. Sich selbst verzeihen und annehmen zu können ist wesentlich für uns Menschen, denn dann klappt das auch mit dem Nachbarn/ Nächsten. Die Erleichterung darüber, dass man neu anfangen darf, ist wirklich beglückend.

„Sich annehmen lernen“ heißt nun ein kurzer Text von Kai-Uwe Scholz, den ich uns alle in diesem Sinne mit auf den Weg geben möchte:

„Menschenskind“ – ein Ausruf der Verärgerung! Doch bei meinem Großvater hörte er sich anders an. Er sprach das Wort „Menschenskind“ ohne Zorn aus. Er schrie es nicht, er sagte es. Er sagte es ruhig, wenn etwas aus dem Ruder lief oder danebenging. Er benutzte das Wort mit einem Unterton des Bedauerns, ja, des Mitleides mit dem, dem etwas misslungen war.

Die Bibel spricht zärtlich von Menschenkindern, wenn sie eigentlich als Gottes Kinder angesehen werden. Gleich zu Beginn des Markusevangeliums verspricht Jesus: „Alle Sünden werden den Menschenkindern vergeben“. In der Art, wie mein Großvater das Wort „Menschenskind“ aussprach, klang diese Botschaft:

Genauso, wie ich eines Menschen Kind bin, so bist du es auch – fehlerhaft und verletzlich, strebend und scheiternd, angewiesen auf Zuwendung und Vergebung.

Wenn was schiefgeht, entfährt mir manchmal selbst das Wort „Menschenskind“ – in diesem Tonfall meines Großvaters, der verstehend und verzeihend zugleich war. Ich sage es zu anderen. Aber ich spreche es auch mir selbst zu.

In diesem Sinne: bleiben Sie sich und anderen gewogen, liebe Menschen(s)kinder!