

schuldigung auszusprechen oder eine Bitte um Verzeihung anzunehmen?

#### Anregung

ein kleines Erinnerungszeichen fertigen für den Alltag, als Hilfe für das Entschuldigen, eine Erinnerung an die Wahrheit: Gott liebt und achtet jeden Menschen; er ist immer zum Verzeihen bereit. Hab Acht vor dir selbst und jedem Menschen, weil Gott dir zusagt: Du bist sein geliebtes Kind (siehe Zeichnung – entweder ausschneiden und auf Karton kleben oder selber zeichnen)



## 6 Segensritus

- Wir beten das Vater-unser und machen an der Stelle „... und vergib uns unsere Schuld“ eine Pause, in der wir uns im Geist bei (einem) konkreten Menschen entschuldigen. Als sichtbares Zeichen kann ein Teelicht entzündet werden ... dann weiter beten
- Lied: So ist Versöhnung ... (Liederbuch SchönstattMJF, Nr. 50)
- Wir schenken uns der Gottesmutter, damit wir im Bündnis mit ihr zum Segen werden: O meine Königin ...
- Wir bitten um den Segen:  
Auf die Fürsprache der Dreimal Wunderbaren Mutter, Königin und Siegerin von Schönstatt und durch die Hand unseres Vaters und Gründers segne uns der dreifaltige Gott:  
der Vater, der Sohn und der Heilige Geist. Amen.

## Thema

### Verzeihen befreit

#### Hinweise

Anliegen dieser Einheit ist es, im Alltag an einer Kultur der Versöhnung mitzuarbeiten.

#### Material

- Beispiele für den Schritt „Beobachten“ (S. 2-4) in Streifen schneiden

## 1 Gottes Liebe auf die Spur kommen

### Spurensuche konkret

- **Beginn:** Gebet / Lied zum Heiligen Geist
- **Erinnern:** Was hat mich heute, gestern, in den vergangenen Wochen berührt, beschenkt, aufgeregt – eine Begegnung, eine Arbeit, ein Problem?
- **Entdecken:** Ich sage Gott, wie es mir dabei ergangen ist. Ich höre nach innen, was Gott mir dadurch sagen möchte.
- **Antworten:** Ich danke Gott für seine Nähe und Liebe, sage ihm meine Bitten und stelle ihm meine Fragen.
- **Schluss:** Die Teilnehmerinnen, die möchten, lassen die Gruppe an einer erkannten Liebesspur Gottes teilnehmen.

## 2 Beobachten

Von den folgenden Beispielen und Aussagen eine Auswahl in die Mitte legen, sich zu zweit ein oder zwei nehmen. Lesen oder vorlesen. Anregung zum Austausch: Welche Beobachtungen mache ich/machen wir in Bezug auf den Text? Was sagt mir/uns das Beispiel, die Aussage? Austausch in der Zweiergruppe und oder direkt in der Gesamtgruppe.

### Beispiele zum Auswählen

- 1 „Der Schwache kann nicht verzeihen ... verzeihen ist eine Eigenschaft des Starken.“ Mahadma Ghandi
- 2 „An Zorn festhalten ist wie Gift trinken und erwarten, dass der andere stirbt.“ Buddha
- 3 „Verzeihen können setzt eine gut entwickelte Selbstliebe voraus.“ (Verfasser unbekannt)
- 4 Was empfinden Sie, wenn eine Person Fehler eingesteht? (aus einer Umfrage von Friederike von Tiedemann)
 

Hochachtung	88%
Erleichterung	73%
Mitleid	28%
Verachtung	5%
Schadenfreude	3%
- 5 Familienvater: Ich mache viele Fehler, auch meinen Kindern gegenüber (Sie sind im Alter bis 10 Jahre). Ich schätze etwas falsch ein, beachte eins mal nicht so, wie es nötig wäre, strafe vielleicht nicht fair ... Es ist etwas Großartiges, dass sie mir trotzdem immer wieder verzeihen. Sie nehmen mich am nächsten Tag wieder voll und ganz als Papa an. Es ist eine Fähigkeit des Kindes, immer wieder zu verzeihen.
- 6 Eine Frau meinte einmal: „Wenn sich mein Mann doch mal entschuldigen würde!“ Der gerade dazugekommene Mann ereifert sich: „Aber das habe ich doch längst getan!“ „Hast du nicht!“, faucht sie ihn an. „Du hast nie eingestanden, dass du die Sache verbockt hast!“ Und dann streiten die beiden darüber, was es heißt, um Verzeihung zu bitten.
- 7 Frau V. öffnete mir selbst die Tür. Sie sitzt im Rollstuhl, hat ein Bein amputiert und strahlt mich aus ihren klaren blauen Augen an. Im Gespräch kamen wir auf „Früher“. Sie erzählte, dass sie in der Wohnung mit 7 Kindern und den Schwiegereltern gewohnt hatten – 42 Quadratmeter! Unglaublich, auf so engem Raum?! Da

ten. Doch ich wagte nicht, zu sprechen. Nicht, dass ich gefürchtet hätte, mein Vater werde mich schlagen. Ich erinnere mich nicht, dass er je einen von uns geschlagen hätte. Was ich fürchtete, war, ihm Kummer machen zu müssen. Doch ich fühlte, es müsse riskiert werden; es konnte keine Klärung geben ohne ein klares Geständnis. Schließlich beschloss ich, das Geständnis niederzuschreiben, es meinem Vater zu geben und ihn um Verzeihung zu bitten. Ich schrieb es also auf einen Bogen Papier und überreichte es ihm. In dieser Niederschrift bekannte ich nicht nur meine Schuld, sondern erbat für mich eine angemessene Bestrafung ... Ich gelobte auch, hinfort nie mehr zu stehlen.

Ich zitterte, als ich dieses Geständnis meinem Vater aushändigte. Er litt damals an einer Krankheit und war ans Bett gefesselt ... Ich händigte ihm die Niederschrift aus und setzte mich dem Bett gegenüber. Er las sie durch, und Tränen liefen über seine Wangen und benetzten das Papier. Einen Augenblick schloss er die Augen im Nachdenken, und dann – zerriss er die Notiz! Er hatte sich, um sie lesen zu können, aufgesetzt. Nun legte er sich wieder. Auch ich weinte. Ich konnte meines Vaters Qual sehen. Wäre ich ein Maler, so könnte ich noch heute die ganze Szene malen, so lebendig ist sie mir noch im Gedächtnis.

Diese Tränen der Liebe reinigten mein Herz und tilgten meine Schuld. Nur wer solche Liebe erfahren hat, weiß, was sie ist ... Ich hatte gedacht, er werde sich ärgern, er werde schimpfen oder sich vor die Stirn schlagen. Doch er war so wunderbar ruhig, und ich glaube, das war die Folge meines offenen Geständnisses. Ein offenes Geständnis in Verbindung mit dem Versprechen, die Sünde nicht zu wiederholen, ist, wenn es vor dem abgelegt wird, der das Recht hat, es zu erhalten, die reinste Form der Reue. Ich weiß, dass mein Geständnis meinem Vater das Gefühl völliger Sicherheit über mich gab und seine Zuneigung zu mir über alles Maß hinaus steigerte."

### 5 Was nehmen wir mit, was geben wir weiter?

Stille zum Überlegen

Wo bin ich aufgerufen, einen Schritt zu gehen, eine Bitte um Ent-

**Josef Engling ... doch ich will ihnen wieder gut sein ...**

25. 9. 1918. Josef Engling liegt an der Front in Frankreich. Nerven und Kräfte raubende Trommelfeuer, nasse, dürrtige Gräben zur Deckung, kärgliche Zuteilungen an Kommissbrot, das nicht reichte, Kunstthonig, der den ausgehungerten Soldaten etwas Kraft geben sollte, ab und zu Zigarren ... Josef schneidet von seinem Kanten Brot zwei Scheiben ab und reicht sie seinem Kameraden, der hungrig danach schaut. Josef raucht nicht und teilt auch von den Zigarren aus, die sie ihm fast aus der Hand reißen. Einige hebt er sich jeweils auf. Er will seinem Vater eine Freude machen und sie ihm schicken. Bald ist eine kleine Schachtel voll. Als er wieder einige dazulegen will, gähnt ihn eine große Leere an. Gestohlen!

Seine Eintragung im Tagebuch: „Wollte mir gleich zu Anfang meiner 3 Stunden (*Posten*) die Wut von der Leber schreiben, unterließ es aber, bis ich ganz ruhig geworden war. Man hatte mir wieder Zigarren geklaut, die ich meinem Vater schicken wollte und ein Hindenburg-Licht (*eine Art Teelicht*). Im ersten Augenblick ging es in mir auf und nieder. Jetzt wird den Ordonnanzen alles geklaut, was mir unter die Finger kommt. Kein Gefallen wird ihnen mehr erwiesen. Ich ging hinauf in den Aufenthaltsraum und legte die noch übrig gebliebenen Zigarren hin mit den Worten: Hier nehmt auch die noch. Doch ich will ihnen weiter Gutes tun. Vielleicht nimmt die himmlische Mutter das Opfer für sie an.“

**Mahatma Gandhi**

Einer der ganz Großen in der Geschichte der Menschheit, Mahatma Gandhi (1869-1948), der wohl bedeutendste Führer der indischen Freiheitsbewegung in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts, erzählt von sich selber, wie er einmal in jungen Jahren, als er fünfzehn Jahre alt war, einen Diebstahl begangen hatte. Sein älterer Bruder hatte bei ihm Schulden gemacht, und da er sie nicht zurückzahlen konnte, hatte ihm Mahatma Gandhi einfach ein Stück seines kostbaren goldenen Armbandes abgeschnitten und weggenommen. Der Diebstahl erregte in der Familie offensichtlich große Unruhe und traf besonders den Vater, dem der Junge große Hochachtung entgegenbrachte. Gandhi schreibt über die innere Auseinandersetzung mit dieser seiner Tat Folgendes:

„Das war mehr als ich tragen konnte. Ich beschloss, nie wieder zu stehlen. Ich bereitete mich auch darauf vor, meinem Vater zu beich-

gab es doch sicher auch öfter mal Reibereien, oder? Ja, bestätigte sie. Zwischen meinem Mann und mir ging's meistens ums Geld. Er brachte es ins Haus und ich gab es aus. Wenn ich dann nach Geld fragte, weil ich wieder etwas einkaufen musste, dann war er manchmal ungehalten, wo ich denn immer mit dem Geld bliebe. Ich hatte ein kleines Kassenbuch, da konnte ich ihm zeigen, was ein Haushalt mit neun Personen verbraucht. Aber so ein Streit zwischen uns, der ging nie über Nacht. Wir gingen nie schlafen, ohne uns abends zu versöhnen. Das hat unsere Ehe stark gemacht.

- 8 Ein Ehepaar erzählt, dass sie abends miteinander im Hausheiligtum ein Vaterunser beten. Und wenn sie zu der Bitte kommen: „Vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unsern Schuldigern“, dann halten sie eine Weile inne. Das ist die Zeit, in der sie sich gegenseitig verzeihen. Und nach einem Händedruck geht es weiter ...
- 9 Da stand mein Mann wortlos auf. Ja, dachte ich enttäuscht, da zieht er sich wieder heraus. Es wäre es doch wirklich an ihm, mal einen Schritt zu tun oder sich zu entschuldigen. Aber nein ... Ich hörte, wie er in den Keller ging und nach einer Weile wieder heraufkam. Im Nachbarzimmer hörte ich ihn hantieren. Da schaltete ich. Er reparierte den Rollladenkasten. Wie oft habe ich ihn darum schon gebeten. Und ich verstand: Das war seine Art, mir zu sagen: Ja, jetzt bin ich dran, einen Schritt zu tun – für dich.

**3 Ins Gespräch kommen mit ...**Schritte für die Textarbeit

- Text abschnittsweise reihum laut vorlesen.
- Stille, in der jede den Text persönlich nachlesen kann. Die Worte oder Sätze, die spontan ansprechen, unterstreichen.
- Unterstrichene Textstellen vorlesen. Einander mitteilen: Was ist mir an diesem Satz/Wort wichtig?

## Texte zum Auswählen

### Pater Kentenich

„So zieht denn an als Gottes Auserwählte, als Heilige und Geliebte herzliches Erbarmen, Güte, Demut, Sanftmut Geduld“ (Kol 1,12). Was will der Apostel, was sollen wir tun? Innerlich uns gegenseitig wohlwollen, innerlich einander ein Herz schenken. Das ist etwas gar Schönes. Ein herzliches Erbarmen, ein Erbarmen voller Herzlichkeit sollen wir einander schenken ... Was will der Apostel? Ein Herz voll Erbarmen sollen wir einander schenken. Was ist das? Das innere Wohlwollen. Die Akte der inneren ... Liebe ... Zu den inneren Akten gehört tiefgehende Hochschätzung des Nächsten, weil er ein natürliches und übernatürliches Ebenbild Gottes ist und von Gott geliebt wird“. (15.3.1940)

### Papst Franziskus

Das dritte Wort ist »Entschuldigung« – ein schwieriges, aber dennoch so notwendiges Wort. Wenn es fehlt, weiten kleine Risse sich – auch ungewollt –, bis sie zu tiefen Gräben werden. Im Gebet, das Jesus gelehrt hat, dem »Vaterunser«, und das alle wesentlichen Bitten für unser Leben zusammenfasst, finden wir nicht umsonst dieses Wort: »Und erlass uns unsere Schulden, wie auch wir sie unseren Schuldner erlassen haben« (Mt 6,12). Wenn man erkennt, einen Fehler gemacht zu haben, und den Wunsch hat, das zurückzugeben, was man weggenommen hat – Achtung, Aufrichtigkeit, Liebe –, wird man der Vergebung würdig. Und so wird der Anstreckung Einhalt geboten.

Wenn wir nicht in der Lage sind, um Entschuldigung zu bitten, dann bedeutet das, dass wir auch nicht in der Lage sind, zu vergeben. In dem Haus, in dem man nicht um Entschuldigung bittet, beginnt es an Luft zu mangeln, stagnieren die Wasser. Viele emotionale Wunden, viele Verletzungen in den Familien beginnen mit dem Verlust dieses kostbaren Wortes: »Entschuldige«. Im Eheleben gibt es oft Streit, und manchmal »fliegen die Teller«, aber ich gebe euch einen Rat: Beendet nie den Tag, ohne Frieden zu schließen! Hört gut zu: Habt ihr euch gestritten: Ehefrau und Ehemann, Kinder mit den Eltern? Habt ihr heftig gestritten? Das ist nicht gut, aber es ist nicht das wahre Problem. Das Problem ist, dass dieses Gefühl am nächsten Tag noch vorhanden ist. Wenn ihr daher gestritten habt, dürft ihr nie den

Tag beenden, ohne in der Familie Frieden zu schließen. Und wie soll ich Frieden schließen? Soll ich niederknien? Nein! Nur eine kleine Geste, eine kleine Sache, und die Eintracht in der Familie kehrt zurück. Es genügt eine zärtliche Geste! Ohne Worte. Aber nie darf der Tag in der Familie enden, ohne Frieden zu schließen! Habt ihr das verstanden? Es ist nicht leicht, aber man muss es machen. Und damit wird das Leben schöner sein. 13. Mai 2015

## 4 Leben teilen

### Zum Auswählen

#### 1. Möglichkeit

Austausch: Wir schauen auf positive Erfahrungen, die wir mit Verzeihen und um Entschuldigung bitten gemacht haben.

#### 2. Möglichkeit

Vergebung und Verzeihen birgt ein Riesenpotential in sich, um einer Beziehung wieder neues Leben einzuhauchen. Andersherum kann der Entschluss, sich nicht zu entschuldigen oder nicht zu vergeben, das Aus für eine Beziehung bedeuten. Die Entschuldigung allein kann eine Beziehung nicht heilen, erst die Antwort darauf: das Geschenk der Vergebung. Aber die Entschuldigung macht es dem anderen leichter, Vergebung zu gewähren.

Austausch zu der Frage: Was bedeutet für mich folgende Äußerung: (diese ggf. abschreiben und in die Mitte legen)

- Es tut mir Leid.
- Es war mein Fehler.
- Wie kann ich das wieder gut machen?
- Es soll nicht mehr vorkommen.
- Willst du mir vergeben?

(vgl. Artikel S. 18, Begegnung 2/2010 über „Fünf Sprachen des Verzeihens“)

#### 3. Möglichkeit

Wir lesen die folgenden Lebensbeispiele und tauschen uns darüber aus.