30.09.2026 um 06:30 Uhr
hr2 ZUSPRUCH

Ein Beitrag von
Steffen Flicker,
Schulleiter der katholischen Schule Marianum Fulda und Vorsitzender des Katholikenrates im Bistum Fulda

Vergeben schenkt mir neue Freiheit

Manchmal bin ich verletzt. Ich meine damit keine körperliche Verletzung, keinen blauen Fleck, keine blutende Wunde. Nein, vielmehr trifft mich ein böses Wort. Wer kennt das nicht? Es sind Worte, die beleidigen. Sie bauen eine Barriere zwischen mir und einem anderen Menschen. Und solche Kränkungen können sehr nachhaltig wirken.

Wenn Einschränkungen nachwirken

Manche Freundschaft ist auf diese Weise schon beendet worden. Was andere Menschen mir Gutes getan haben, gerät mitunter schnell in Vergessenheit. Aber seelische Verletzung, zum Beispiel durch eine Beschimpfung oder eine Beleidigung, bleibt im Gedächtnis - dauerhaft. Manchmal sogar ein Leben lang.

Dieser Ärger kann mein gesamtes Leben bestimmen. Er blockiert mich. Er blockiert meine Beziehung zu anderen Menschen. Letztlich führt er dazu, dass mein Leben im wahrsten Sinne des Wortes eingeschränkt wird.

Ohne Vergebung keinen Frieden, nicht mir anderen und nicht mit mir

Ich trage diesen Ärger mit mir herum. Immer wieder, und wenn ich dem Menschen begegne, der mich gekränkt hat, kommt dieses Gefühl mit Wucht zurück. Der Ärger von damals wird wieder spürbar. Wie wichtig ist es da, dass wir Menschen einander vergeben können. Das ist eine Fähigkeit, die erlernt werden muss. Vergeben öffnet neue Räume in meinem Leben. Vergeben schenkt mir neue Freiheit.

© 2026 · Kirche im hr

Vergeben schenkt Zukunft

Ohne die Möglichkeit zu vergeben, finde ich keinen Frieden. Nicht im Zusammenleben mit dem Menschen, der mir eine Verletzung zugefügt hat. Aber vor allem finde ich keinen Frieden für mich selbst. Wenn Menschen sich gegenseitig nicht verzeihen würden, gäbe es in unserer Welt nur Konflikte und Unheil. Und keinen Frieden. Vergeben schenkt mir Zukunft: Ich kann wieder zuversichtlich nach vorn schauen. Ich muss nicht mehr verärgert und belastet zurückblicken. Ich gewinne Zukunft, wenn ich bereit bin, ein dunkles Kapitel in meiner Vergangenheit durch Vergebung abzuschließen.

Ein kleiner Schritt zur Versöhnung

Das ist für mich eine wertvolle Erfahrung. Denn auch ich bin ja darauf angewiesen, dass mir auch vergeben wird, wenn ich mich nicht korrekt verhalten habe. Ich kann den ersten Schritt zur Versöhnung gehen. Wenn ich bereit bin, jemandem zu vergeben, der mich verletzt hat. Und dann kann auch nach und nach Frieden entstehen, den wir uns alle so sehnlichst wünschen.

Ich wünsche Ihnen und mir den Mut zu diesem ersten Schritt, der Großes bewirken kann. Denn Vergeben kann neue Freiheit schenken.

© 2026 · Kirche im hr