## Aus der Distanz sieht vieles ganz anders aus

## Jahr der Barmherzigkeit: Beleidigern gern verzeihen

Während des Jahrs der Barmherzigkeit werden wir an dieser Stelle in loser Folge die je sieben leiblichen und geistlichen Werke der Barmherzigkeit betrachten.

Teil 3: Das geistliche Werk der Barmherzigkeit "Beleidigern gern verzeihen".

u blöde Kuh, kannst du nicht aufpassen, wo du langfährst?" So ist es immer wieder auf den Straßen von Köln, Bonn, Düsseldorf oder anderenorts zu hören, wo viele mit dem Rad unterwegs sind. Einer ist hier nicht aufmerksam, die andere denkt, sie schafft es noch, schnell über die Kreuzung zu kommen. Und schon fliegen Worte wie Pfeile durch die Luft. Nicht schön und eigentlich auch so schnell vorbei, wie das Fahrrad weiterfährt.

Aber trotzdem verletzend, auch wenn vielleicht etwas Wahres dran ist und man gerade nicht ganz bei der Sache war. Wie leicht schimpft man dann in den Gedanken vor sich her: Der andere hätte ja auch, und eigentlich war ich gar nicht so unaufmerksam, und. . Allerdings hilft diese interne Schimpferei nicht weiter, vielmehr trägt sie dazu bei, den Blutdruck in

die Höhe zu treiben. Wie also kann man mit solchen Situationen umgehen? Als ein geistliches Werk der Barmherzigkeit gilt "den Beleidigern gern verzeihen". Das klingt nicht so einfach, ist aber doch hilfreich, wenn es darum geht, sich nicht an Beleidigungen aufzuhalten.

Denn wer bereit ist, einem Beleidiger zu verzeihen, der erkennt zuerst einmal, dass die Beleidigung nicht unbedingt an einem kleben bleiben muss. Man muss sie nicht für alle Tage mit sich herumschleppen, sondern kann sich dazu verhalten. Man kann sich in gewisser Weise schon von einer Beleidigung befreien, indem man bereit ist, dem anderen zu verzeihen. Denn dann ist man nicht einfach das Opfer des anderen. Stattdessen nimmt man das Heft selber in die Hand und verhält sich zu der Tat. Und man kann noch etwas über sich selber lernen:

Vielleicht war man an der Kreuzung gerade wirklich zu unaufmerksam, hat die Situation falsch eingeschätzt und jemand anderem einen Schrecken eingejagt. Oder vielleicht hat man sich gar nichts zuschulden kommen lassen und es war wirklich die Schuld des anderen, der sich aber kräftig erschrocken hat.

Wer bereit ist zu verzeihen, der wechselt die Perspektive und schaut das Ganze sozusagen von oben an. Es kann helfen, Abstand von einem Ereignis zu bekommen und kann dazu beitragen, dass es friedlicher wird in der eigenen Umgebung. Weil man nicht gleich auf jede Beleidigung einsteigt und so die Situation nicht eskaliert. Aber natürlich ist das nicht immer ganz einfach und die besondere Herausforderung besteht wohl darin, dem Beleidiger nicht einfach nur zu verzeihen, sondern das auch noch gerne zu tun. Das setzt ein weites Herz voraus, das immer wieder bereit ist, den anderen und sich selber ehrlich in den Blick zu nehmen. Es kann auch bedeuten, sich selber nicht so wichtig zu nehmen, wenn man eher auf den anderen sehaut

Voraussetzung dafür, dass das möglich ist, ist das Wissen darum, dass man geliebt ist. Denn nur, wer zutiefst weiß, dass er geliebt ist, kann so ein weites Herz haben. Der muss nicht um sich selber fürchten oder so sehr auf sich selber achtgeben. Wer geliebt ist und ein weites Herz hat, kann großzügig sein und so dem Beleidiger auch gerne vergeben.

Letztendlich dürfen sich alle Getauften so unendlich geliebt fühlen, weil sie durch die Taufe ganz und gar als Kinder Gottes angenommen wurden. Und Gott liebt seine Kinder unendlich, wie Jesus es im Gleichnis vom verlorenen Sohn deutlich werden lässt. Gott ist der barmherzige Vater und jeder ist der Sohn, der nach Hause kommt und herzlich empfangen wird. Das zu wissen und daran zu glauben kann das Herz weit machen. Wer so lebt und liebt, ist selber barmherzig und kann demjenigen gerne verzeihen, der einen beleidigt.

Sicher gelingt das nicht einfach von heute auf morgen. Vielmehr braucht es die Einübung in den Gedanken, dass man wirklich und ganz und gar von Gott geliebt ist, auch wenn man hundertmal zu schnell mit dem Fahrrad um die Ecke biegt. Wer sich so geliebt weiß, kann auch den anderen eher lieben oder ihn zumindest mit einem liebenden Blick anschauen. Und dann wird es viel leichter, dem Beleidiger gern zu verzeihen. Dann ist es möglich, die Kränkung auf ihren Wahrheitsgehalt hin zu überprüfen, das was stimmt, anzunehmen und den Rest abzuschütteln. Kerstin-Marie Berretz OP



Aufgepasst im Straßenverkehr – hier oder dort lässt sich manch einer zu einer Beleidigung hinreißen. (Fotos: Raspels)

Unsere Autorin, Schwester Kerstin-Marie Berretz OP, lebt im Kloster der Dominikanerinnen Vincenzhaus in Oberhausen und ist Vorsitzende der Arbeitsgemeinschaft Berufungspastoral der Orden,

