

Raymond Studzinski

Erinnere dich und vergib:  
Die psychologischen  
Dimensionen der Vergebung

In Eudora Welty's Roman *The Optimist's Daughter* ist eine berufstätige Frau im mittleren Alter bei der Operation ihres Vaters dabei. Sie hat währenddessen mit schmerzvollen Erinnerungen zu kämpfen. Ihr Vater stirbt in der Zeit nach der Operation, und nun wird ihr bewußt, was er für sie und ihre Mutter gewesen war. Dieses Durchlaufen der gemeinsamen Vergangenheit wird noch durch die Tatsache kompliziert, daß ihr Vater im Alter wieder geheiratet hatte. Durch das Dasein seiner neuen Frau steht ihr immer deutlicher vor Augen, wie ihr Vater ihre Mutter lange Zeit betrogen hatte.

Der Roman ist eine glänzende Beschreibung der Bemühungen eines Menschen, anderen Menschen, die in seinem Leben sehr wichtig waren, dadurch zu vergeben, daß er versucht, mit seinen Erinnerungen fertig zu werden. Wie Eudora Welty schreibt: «Die Erinnerung ist ein Schlafwandler. Vom anderen Ende der Welt kommt sie zu ihren alten Wunden zurück... Sie ruft uns bei unserem Namen, sie fordert von uns die fälligen Tränen. Man wird sie niemals bändigen können. Sie kann immer, immer neu verletzt werden, aber darin kann ihr schließliches Glück liegen. Denn so lange die Erinnerung vom lebendigen Augenblick verletzt werden kann, lebt sie für uns, und während sie lebt und wir dazu noch fähig sind, können wir ihr das geben, was ihr zusteht.»<sup>1</sup>

Am Ende des Romans vergibt die Tochter sich selbst, daß sie an dem Schmerz ihrer Vergangenheit hängen blieb. Dadurch wird sie fähig, sich in ihrem Leben weiterzuentwickeln. «Die Erinnerung lebte nicht dadurch, daß man sie im Anfang schon besaß. Sie lebte wieder in den vergebenen und befreiten Händen, in einem Herzen, das leer werden, aber auch neu erfüllt sein kann, in alten Zügen, die in den Träumen wiederhergestellt werden.»<sup>2</sup> Die Vergebung befreit vom eisernen Zugriff einer unumkehrbaren Geschichte. Sie ist

die einzige sinnvolle Antwort auf die tiefen, von anderen uns oder von uns anderen geschlagenen Wunden. Sie ist ein äußerst kreatives Handeln, das uns von Gefangenen der Vergangenheit zu befreiten Menschen macht, die mit ihren Erinnerungen an die Vergangenheit ihren Frieden haben. Hannah Arendt hat das wie folgt formuliert: «Das Vergeben ... ist die einzige Reaktion, die nicht reine Reaktion, reines <Zurückhandeln> (which does not merely re-act) ist: sie ist unerwartetes neues Handeln (but acts anew and unexpectedly). Sie ist, einmal entstanden, unabhängig vom Handeln, das sie hervorrief, und sie befreit daher von den Folgen jenes ersten Handelns sowohl die Vergebenden als die, denen vergeben wird.»<sup>3</sup>

Obwohl die Vergebung in den Beziehungen zwischen den Menschen von einer solch außerordentlichen Bedeutung ist, ist nur gelegentlich untersucht worden, was den Prozeß der Vergebung auslöst und einleitet. Wir werden hier die Frage stellen nach der Entwicklung der Fähigkeit zu vergeben, nach der Dynamik der Vergebung, nach den Hindernissen, die ihr im Weg stehen, und den mit ihr verbundenen Problemen.

### 1. Die Entwicklung der Vergebungsfähigkeit

Die Fähigkeit, anderen oder sich selbst zu vergeben, ist ein Zeichen persönlicher Reife. Sie bedeutet einen beträchtlichen Fortschritt gegenüber dem primitiveren Verlangen nach Rache.

Sowohl für dieses Verlangen nach Rache als für die Fähigkeit zur Vergebung sind die Wurzeln in der Kindheit zu suchen. Das Leben eines jeden Kindes ist voller angenehmer Erfahrungen und voller Frustrationen. Ein normales Kind antwortet auf Frustrationen mit einem Verlangen nach Vergeltung. Mit anderen Worten: Er oder sie möchte den Verursacher der Frustration strafen. Ein Kind hat hier mit seinen ungeschliffenen, rohen Gefühlen der Liebe und des Hasses zu kämpfen. Nur allmählich wird es lernen, seinen Haß durch die stärkeren Gefühle der Liebe zu mäßigen<sup>4</sup>. Melanie Klein formulierte dies so, daß ein Kind seine aggressiven Gefühle auf andere projiziere und daher anfangs zu fürchten, daß es selbst so gestraft werde, wie es andere strafen möchte<sup>5</sup>. Um die Praxis der Vergebung im späteren Leben des Menschen verstehen zu können, ist es wichtig zu sehen, daß der Mensch auf der primitivsten Ebene seines Lebens nicht nach Vergebung, sondern nach Vergeltung verlangt.

Vergeben heißt daher, über das Prinzip der Vergeltung hinauszugehen.

Eine wichtige Grundlage für die spätere Fähigkeit zur Vergebung sind die Erfahrungen, die ein Kind macht, wenn es seine Beziehung zu seiner Mutter als jemandem, der es sowohl befriedigt als auch ihm Frustrationen zufügt, aufzubauen sucht. Im Laufe seiner Entwicklung lernt das Kind, daß die «gute Mutter», die ihm zu essen gibt, und die «böse Mutter», die sein Verlangen nach unmittelbarer Befriedigung zunichte macht, eine und dieselbe Person sind. Das Kind fängt an zu spüren, daß seine Mutter eine einzige, gesamte Persönlichkeit ist, in der es sowohl Gutes als auch Böses gibt. Es fängt auch an zu ahnen, daß diejenige, von der sein gesamtes Wohlbefinden abhängig ist, dieselbe ist, nach deren Vernichtung das Kind verlangt hat. Das Kind hätte gern seine Nahrungsbeschafferin zu einem Teil von sich selbst gemacht, um so die Frustrationen zu vermeiden. Nun fängt das Kind aber an, um seine Mutter besorgt zu sein. Es geht durch eine Zeit der Angst, die mit dem Gefühl zu tun hat, daß es seine Mutter, von der es so abhängig ist, fast zerstört oder verloren hätte. Ein Schuldgefühl des Kindes, weil es seiner Mutter einen solchen Schaden hätte zufügen können, weist hier auf die Fähigkeit hin, die Ambivalenz von entgegengesetzten Gefühlen der Liebe und des Hasses einer einzigen Person gegenüber ertragen zu können. Diese Angst wird vom Kind dadurch überwunden, daß es auf verschiedene Weise, durch verschiedene Gebärden es wiedergutzumachen sucht<sup>6</sup>. Diese Fähigkeit, sich um jemand anderen zu kümmern, für ihn zu fühlen, ist gleichzeitig und gleichberechtigt mit dem Verlangen nach Wiedergutmachung eine unverzichtbare Voraussetzung für die Fähigkeit, sich selbst oder anderen zu vergeben.

Noch etwas anderes muß das Kind früh lernen, um später vergeben zu können: das Einfühlungsvermögen. Die Fähigkeit, sich in einen anderen Menschen versetzen bzw. mit ihm mitfühlen zu können, hat seine Wurzeln in der Kindheit, und sie bedeutet für eine gereifte Persönlichkeit die Fähigkeit, den eigenen Narzissmus in eine Richtung zu lenken, die gesellschaftlich positive Auswirkungen hat. Im Einfühlungsvermögen des Kindes liegt die emotionale Grundlage für seine spätere kognitive Fähigkeit, einen überpersönlichen, gesellschaftlichen Standpunkt einzunehmen und die gegebenen Situationen auch vom Standpunkt und vom Inter-

esse anderer aus zu betrachten<sup>7</sup>. Das Fehlen eines solchen Einfühlungsvermögens ist charakteristisch für eine narzisstische Persönlichkeit und erklärt zum Teil auch, warum es solchen Menschen so schwer fällt, ihnen angetanes Unrecht zu vergeben<sup>8</sup>. Echte Vergebung hat «mit einer Anerkennung der eigenen Unvollkommenheit und der Unpersönlichkeit mancher Wechselfälle und Vorkommnisse im Leben, kurzum einer grundsätzlichen, auf dem Einfühlungsvermögen beruhenden Anerkennung der eigenen Gemeinsamkeit mit den Mitmenschen»<sup>9</sup> zu tun.

In einer späteren Phase seiner Kindheit kann der heranwachsende Mensch zu der Einsicht gelangen, daß die Strafe einer der Wege ist, Vergebung zu erlangen. Eine solche Einsicht in den Zusammenhang von Strafe und Vergebung entsteht nicht zuletzt unter dem Einfluß des vom Menschen erfahrenen psychischen Drucks zur Wiederherstellung der Selbstachtung und zur Vermeidung ernsthafterer Schäden. Ein getreuer Gefolgsmann Freuds, Otto Fenichel, hat hier in klassischen psychoanalytischen Kategorien einiges über dieses Bedürfnis nach Strafe geschrieben: «Das Ich verhält sich dem Überich gegenüber, wie es sich einst gegenüber einem drohenden Elternteil, dessen Zuneigung und Vergebung es brauchte, verhalten hat. Es entwickelt sich ein Bedürfnis nach Absolution, nach Lossprechung. Das Bedürfnis nach Strafe ist eine besondere Form dieses Bedürfnisses nach Lossprechung: Der Schmerz der Strafe wird in der Hoffnung akzeptiert oder gar hervorgerufen, daß mit der Strafe auch der größere Schmerz der Schuldgefühle ein Ende finden werde.»<sup>10</sup>

Natürlich ist nicht jedes Überich, d. h. der Teil der Psyche, der die Befolgung der verinnerlichten Normen kontrolliert, so sehr auf Strafe und Strafen ausgerichtet. Bei manchen mag dieses Überich sich eher wie ein Freund verhalten, der nur an einem Versprechen der Besserung interessiert ist, statt als strenger Zuchtmeister Vergeltung zu fordern<sup>11</sup>. So ist narzisstische Angst und Sorge die Wurzel der Suche nach Strafe als Mittel, die eigenen Schuldgefühle zu verdrängen. Selbstverständlich sind wir bei einem solchen Modell des Erlangens von Vergebung sehr weit von einer echten Vergebung entfernt<sup>12</sup>.

Eine echte Praxis der Vergebung wird dann möglich, wenn der junge Mensch das gelernt hat, was Piaget das autonome moralische Verhalten nannte, d. h. daß nun seine Beziehungen zu den anderen auf Gegenseitigkeit und Ehrfurcht beru-

hen<sup>13</sup>. Durch eine immer tiefer werdende Erfahrung der Freundschaft und eine größere Fähigkeit, sich in andere hineinzufühlen und dabei die Prinzipien der Gerechtigkeit, der Besorgtheit anderen gegenüber und der Verantwortung zu berücksichtigen, kann ein junger Mensch nun besser die Folgen seines Handelns anderen gegenüber, mit denen er persönlich verbunden ist, abschätzen<sup>14</sup>. Seine Bedenken und seine Unruhe angesichts der von ihm diesen anderen zugefügten Beleidigungen und Verletzungen hat eher mit einem auf sein eigenes Handeln folgenden Befremden als mit der Angst vor Strafe zu tun. Das Verlangen nach Vergebung bzw. das Verlangen, Vergebung zu schenken, ist das Verlangen nach einer Heilung der zerstörten Beziehung.

Als Antwort eines Menschen auf Unrecht oder auf eine ihm zugefügte Beleidigung widerspiegelt die Vergebung den Charakter dieses Menschen, d. h. die einheitliche Handlungsweise, von der das Tun und Handeln dieses Menschen in der Welt seines Selbst und der anderen geprägt ist. Bei der Entstehung dieses Charakters eines Menschen spielen verschiedene Faktoren seines Lebens eine wichtige Rolle, wie die konkreten Beziehungen, die er als Kind zu seinen Familienangehörigen und zu der größeren Gemeinschaft der Gesellschaft mit ihrer Geschichte und ihren Traditionen hatte. Aus diesem Gewebe verschiedener Einflüsse gestaltet der junge Mensch seine Sicht der Menschen und der Welt, die fortan sein Verständnis menschlicher Situationen prägt und die nun ein wesentliches Element seines Charakters ist. Vergeben zu können setzt eine gewisse Charakterstärke und -integrität voraus. In den Romanen finden wir oft Beispiele dafür, wie die Vergebung immer im konkreten Charakter eines Menschen einen ganz konkreten Hintergrund hat. Anthony Trollope schreibt in seinem Roman *Orley Farm* über einen Menschen, der nicht vergeben konnte: «Er war ein schlechter Mensch, denn er konnte niemals vergessen und vergeben. Sein Geist und sein Herz waren gleich hart und starr. Er meinte, sich selbst als Mann verpflichtet zu sein, alle ihm angetanen Beleidigungen ernst- und übelzunehmen und dafür zu sorgen, daß er auf alle Fälle seinen Vorteil mitbekam.»<sup>15</sup>

Obwohl Vergebung nur einem wirklich reifen Menschen möglich ist, hat sie zugleich, wie wir schon sahen, mit seinen frühen Kindheitserfahrungen zu tun. Der evangelische Pfarrer Oskar Pfister, ein Freund und Korrespondent von

Freud, weist in einem seiner Briefe an Freud auf diesen Aspekt der Vergebung hin: «Bei der genuinen christlichen Gnadenauffassung, wie sie etwa im Gleichnis vom verlorenen Sohn vertreten ist (Lukas 15), findet offenbar eine Regression zu jenem Kindheitszustand statt, in welchem das Kind noch nicht nach dem Maßstab von gut und böse behandelt, sondern einfach mit Liebe und Güte bedient wird. Damit ist jedoch das eigentliche Problem nicht gelöst. In der Erziehung gehört die Anwendung des Sühne- oder Gnadenprinzips ja auch zum Schwierigsten. Wir müssen immer Regeln aufstellen und geraten dabei doch in alle Teufeleien hinein, bis wir die Regeln umstoßen und auf die ursprüngliche Absicht zurückgreifen. Liegt nicht in aller Gnade und Vergebung ein analytisches Handeln?»<sup>16</sup>

## II. Die Dynamik der Vergebung

Die Vergebung ist ein dynamischer Prozeß, der in seinen verschiedenen Komponenten untersucht werden kann. Es ist nicht immer leicht, diesen Prozeß schnell zu einem guten Abschluß zu bringen. Der Vergebende braucht zu diesem Prozeß einen entschiedenen Willen, durch den er es vorzieht, nicht zu vergelten. Stattdessen tritt er in Liebe dem entgegen, der ihm Unrechtes tat. Im folgenden werden wir die verschiedenen Stufen der Vergebung beschreiben:

### 1. Die Anerkennung von Situationen, in denen Vergebung nottut

Die Vergebung ist eine Antwort auf ein Leiden, das dem Vergebenden von jemand anderem zugefügt wurde. Die Vergebung setzt an erster Stelle die ehrliche Anerkennung voraus, daß das Handeln eines anderen der Grund für das eigene Leiden, den eigenen Schmerz ist. Die Vergebung richtet sich oft an andere Menschen, denen wir unser persönliches Mißgeschick, sei es das der Vergangenheit, sei es das der Gegenwart, zuschreiben. Meistens ist das jemand, mit dem wir persönlich eng verbunden sind, wie unsere Eltern, Ehepartner, Kinder und Freunde. Gelegentlich aber fühlen wir uns auch von jemandem, der uns nicht so nahe steht, oder gar von etwas Unpersönlichem wie einer Organisation oder gar dem Schicksal ungerecht behandelt. In all diesen Fällen steht der Betroffene vor der Wahl zwischen nachtragendem Ressentiment und Heilung durch Vergebung<sup>17</sup>.

Die Vergebung richtet sich an andere, die wir nicht entschuldigen können, denn sie sind in unseren Augen auf die eine oder andere Weise wirklich verantwortlich für das uns angetane Unrecht. Oft hat die Vergebung auch mit dem Schmerz unserer enttäuschten Erwartungen in bezug auf andere zu tun. Sicherlich sind diese Erwartungen manchmal unrealistisch, oder sie entsprechen nicht der Wirklichkeit unserer Beziehungen zu jenen anderen. Dennoch müssen sie berücksichtigt werden, denn sie tragen zu der Entstehung der Situationen bei, in denen Vergebung not tut. Der persönliche Schmerz ist besonders dann sehr stark, wenn der Betroffene sich als das Opfer von Unloyalität, Untreue oder Verrat sieht. Allerdings gibt es auch viele Formen der Schädigung oder der Verletzung, bei denen nicht das harte Werk der Vergebung erforderlich ist, sondern bei denen eher mit Toleranz und Großzügigkeit reagiert werden sollte. Obwohl Kränkungen, Belästigungen und Störungen sehr unangenehm sein können, werden die meisten doch leicht damit fertig<sup>18</sup>.

### 2. Absicht und Entscheidung bei der Vergebung

Weil die Vergebung ein Akt des Willens ist, gibt es sie nicht, wenn wir es nicht wollen. Für manche wird dies einer der schwierigsten Aspekte der Vergebung sein. Vergebung setzt Mut voraus. Sie fordert auch die Bereitschaft zu den verschiedenen Willensakten, die für die Vergebung erforderlich sind. Auf das Empfinden, Opfer eines Unrechts zu sein, wobei dieses Unrecht erst gerade zugefügt sein kann oder weit in der Vergangenheit zurückliegt, reagiert der Betroffene mit einer bewußten Entscheidung, sich auf den Prozeß der Vergebung einzulassen. Eine erste Stufe ist hier einfach schon die Bereitschaft anzuerkennen, daß man einer bestimmten Person noch nicht vergeben hat, sondern ihr vergeben möchte und das dann auch ernsthaft versuchen will. Die Entscheidung zur Vergebung sollte sich daher ausdrücklich auf die Situation beziehen, für die diese Vergebung erforderlich ist und also nicht im Bereich des allgemeinen, im Bereich einer pauschalen Vergebung bleiben.

Eine solche Entscheidung kann durch ein Wissen um die negativen Konsequenzen einer Nichtvergebung erleichtert werden. Denn die Chance der Vergebung zu verpassen, heißt zuzulassen, daß man von einer schmerzhaften Erinnerung gequält wird. Diese Erinnerung könnte dann im

Herzen des Betroffenen zu einer dauernden Quelle der Verstimmtheit und der Bitterkeit werden. In einem Stück von Eugene O'Neill gibt es eine treffende Beschreibung der Folgen eines Nichtvergebens. Mary Tyrone ist in diesem Stück eine Frau, die immer in einer schmerzlichen Vergangenheit der Nichtvergebung lebt. Dadurch belästigt und quält sie auch die anderen Mitglieder ihrer Familie. Ihr Mann versucht, sie zu überreden: «Mary, vergiß die Vergangenheit.» Darauf antwortet sie: «Warum denn? Wie könnte ich? Die Vergangenheit ist die Gegenwart, oder? Sie ist auch die Zukunft. Wir alle wollen uns da herauslügen, aber das Leben wird das nicht zulassen.»<sup>19</sup>

### 3. Die Vergebung als ein Handeln der Erinnerung

Vergeben heißt, sich der Vergangenheit zu erinnern, um sie verarbeiten zu können und sie dadurch zu einem Teil der eigenen Geschichte zu machen. Es handelt sich dabei um eine kreative Erinnerung und nicht um ein einfaches Wiederabspulen der Vergangenheit im eigenen Kopf. Der Anlaß der Vergebung ist ein Unrecht, das auf eine solche Weise im Gedächtnis lebendig gehalten wird, daß es immer wieder ins Bewußtsein dringt und dort erneut seine Wunden schlägt. Diese Art der Erinnerung ist von negativer emotionaler Energie geladen und drängt sich so leicht dem Geist als eine von diesem dauernd in der Gegenwart herumgeschleppte Last aus der Vergangenheit auf. Die schmerzhafteste Erinnerung an erlittenes Unrecht kann die gesamte Einstellung eines Menschen dem Leben gegenüber prägen und auch ein Hindernis in seinen persönlichen Beziehungen anderen gegenüber sein<sup>20</sup>.

Ein wichtiger Schritt auf dem Weg zur Vergebung ist eine einigermaßen detaillierte Erinnerung an das konkrete Erlebnis erlittener Unrechts und an die damalige Reaktion auf dieses Unrecht. Dabei versucht man zu verstehen, weshalb von der damaligen Erfahrung solch schwere emotionale Folgen geblieben sind. Vielleicht sieht man dann auch einen Zusammenhang zwischen dieser Erfahrung des Unrechts und anderen schmerzhaften Erfahrungen, etwa aus der frühen Kindheit. Die Vergebung hat ja auch eine Tiefendimension, insoweit die Zusammenhänge einer Unrechtserfahrung mit anderen oft nicht erkannt werden und so noch zu entdecken und zu verarbeiten sind. Bei der Erinnerung an ver-

gangenes Unrecht ändert der Vergebende dadurch radikal die Situation, daß er seine negativen Gefühle freisetzt und sie dadurch auch gehen läßt. Der gegen den damaligen Beleidiger gerichtete auf dem Gedächtnis lastende Ärger und Groll dürfen abziehen. Das wird dadurch möglich, daß man in dem anderen mehr sieht als nur jemanden, der sich einer Beleidigung bzw. eines Unrechts schuldig machte. Zwar sieht der Vergebende nach wie vor in dem, was ihm angetan wurde, ein von verkehrten Motiven eingegebenes Verhalten, aber man macht einen Unterschied zwischen dem, der einem Unrecht tat, und diesem Unrecht. Man betrachtet den anderen so wie er wirklich ist, nach seinem eigentlichen Wert als menschliche Person, die wie man selbst in einer unvollkommenen, vom Streß und von verschiedenen Konflikten gezeichneten Welt lebt. In ihrem Verweis auf den Wert des anderen ist die Vergebung ein Akt der Offenbarung<sup>21</sup>.

Im schöpferischen Akt der Erinnerung holt der Vergebende sich zwar die Person, die für das Unrecht verantwortlich war, wieder vor den Geist, aber er geht zugleich darüber hinaus: Die Identität des anderen wird nicht mehr von seiner Qualität als Verursacher des Unrechts bestimmt, sondern wird auf einer tieferen Ebene gesehen: auf einer Ebene, auf der der andere trotz menschlicher Schwäche und Beschränktheit genau so wie man selbst ein wertvolles menschliches Wesen ist. Dabei ändert sich auch die Art und Weise, wie der Vergebende sich selbst in seiner Erinnerung betrachtet: nicht mehr nur als Opfer oder als Beleidigten, sondern als jemanden, der über dem Unrecht stehen kann. Die Vergebung ist letztendlich eine Tat des Glaubens an die grundsätzliche Güte der Menschheit. Diese Glaubensdimension der Vergebung wurde von Kierkegaard wie folgt kommentiert: «So wie jemand im Glauben an das Unsichtbare im Sichtbaren glaubt, so glaubt der Liebende in seiner Vergebung, daß das, was er gesehen hat, weg ist. In beiden Fällen handelt es sich um Glauben. Gesegnet ist der Mann des Glaubens: Er glaubt, was er nicht sehen kann. Gesegnet ist der Liebende: Er glaubt, daß es nicht mehr gibt, was er dennoch sehen kann.»<sup>22</sup> Die Vergebung ist bereit, das, was geschehen ist, wirklich zur Vergangenheit gehören zu lassen, es also nicht das letzte Wort über die Person des anderen oder über die eigene Person sein zu lassen. Sie ist ein Handeln des Aufnehmens, des Einswerdenlassens: das schmerzvolle Geschehen wird in die eigene Ge-

schichte als ein Geschehen der Vergangenheit aufgenommen, verschließt aber nicht die Zukunft.

Die Vergebung gleicht in ihrer Dynamik dem Prozeß der Trauer. Oft kann die Vergebung zur Trauer führen, weil sie auch bedeutet, daß eine bestimmte Beziehung zu einem anderen aufgegeben wird. Oder die Trauer kann dazu führen, daß man jemandem vergangenes Unrecht vergibt. Denn sowohl die Vergebung wie auch die Trauer bedeuten, daß man «den anderen gehen läßt», so daß er nicht mehr das eigene Bewußtsein so beherrscht, wie das in der Vergangenheit der Fall war. Vergebung unterscheidet sich allerdings dadurch von Trauer, daß sie zum Aufgeben der aggressiven Gefühle dem anderen gegenüber führt. Wer vergibt, empfindet zwar eine gewisse Trauer über das Geschehene, trägt aber im allgemeinen nichts mehr nach. Nun kann es sowohl bei der Vergebung als bei der Trauer zu einem Vergessen kommen, aber erst, nachdem die schöpferische Arbeit des Sicherinnerns abgeschlossen ist<sup>23</sup>.

#### 4. Vergebung als Selbstvergebung

Ein oft übersehener Aspekt der Vergebung ist die Selbstvergebung. Manche können anderen nicht vergeben, weil sie zögern, sich selbst zu vergeben, daß sie auf die eine oder andere Weise das vom anderen angetane Unrecht ermöglicht oder zugelassen haben. Sie klammern sich an dem Gedanken fest, daß ihnen dieses Unrecht nie hätte angetan werden dürfen. Eine solche Unzufriedenheit, ja Wut sich selbst gegenüber, weil man das Unrecht nicht verhindert hat, sind gar nicht ungewöhnlich. Denn zum Unrecht gehört auch, daß der Verursacher eine Schwäche bzw. die Grenzen des Betroffenen bloßstellt. Das Unrechtsgeschehen ist also auch eine Verletzung des narzißtischen Selbstbildes des Gekränkten. Sein unvollkommenes Ich steht nun nackt und entblößt da, nicht nur vor den anderen, sondern auch für den Verletzten selbst.

Daher steht der Vergebende vor der Aufgabe, sein Ich mit all seinen Begrenzungen, in seiner gesamten Verletzbarkeit zu akzeptieren. Dabei muß er auch zu der Einsicht gelangen, daß in diesem Leben immer für jeden die Möglichkeit besteht, daß ihm Unrecht getan bzw. daß er gekränkt wird. Durch die Vergebung kann also der Vergebende zu einem realistischeren Selbstbild gelangen. Die Vergebung bedeutet für den

Vergebenden die Chance, sich der Illusionen, die bisher sein Leben bestimmten, klar zu werden. Es könnte ja sein, daß er Erwartungen und Idealvorstellungen in bezug auf das Verhalten anderer, die noch aus der Zeit seiner Kindheit stammen, auf Situationen seines Lebens als Erwachsenen übertragen hat, wo sie nicht mehr angebracht sind bzw. nicht mehr zutreffen. Der Vergebende muß einsehen lernen, wie diese nicht mehr angemessenen Erwartungen den Hintergrund bildeten, vor dem die tiefe Verletzung durch das ihm geschehene Unrecht überhaupt erst möglich wurde. Vergeben heißt, daß man die Verantwortung für die eigene Lebenseinstellung und für die Beziehungen zu den anderen bewußt auf sich nimmt. Wenn das Unrecht damals zu einem grundsätzlichen Mißtrauen den anderen gegenüber geführt hat, muß der Vergehende sich auch diesem stellen. Vergebung kann auch zur Reue, zu einer radikalen Änderung von Herz und Geist, nicht nur bei dem, dem vergeben wird, sondern auch beim Vergebenden führen. Sie ist eine Chance, der Wahrheit über die eigenen aggressiven Gefühle, über die eigenen, vielleicht unangemessenen Erwartungen und die eigene Vergangenheit ins Auge zu sehen. In dieser Begegnung und Auseinandersetzung mit der Wahrheit liegt für den Vergebenden die Chance einer größeren Freiheit zu tieferen persönlichen Beziehungen.

### 5. Vergebung als Bejahung des anderen und als Versöhnung

Die Vergebung ist letztendlich eine Form der Liebe, die den anderen so nimmt wie er/sie ist. Sie tritt dem anderen, der Unrecht tat, mit einem aus dem Wissen um die eigenen destruktiven Neigungen hervorgehenden Verständnis und Einfühlungsvermögen entgegen. Bisher haben wir in diesem Aufsatz die Vergebung vor allem als einen Prozeß in der Psyche des Vergebenden dargestellt, aber sie schließt oft auch eine neue gesellschaftliche Beziehung zu demjenigen, der Unrecht tat, mit ein. Dabei macht eine gegenseitige Annahme Versöhnung möglich. Eine solche Annahme beruht auf der Fähigkeit beider Seiten, sich selbst anzunehmen und dabei die Tatsache, daß die Beziehung gestört ist, anzuerkennen. Sie müssen einsehen wollen, wie ernsthaft das Unrecht beide Seiten voneinander entfremdet hat. Zugleich müssen sie aufhören, sich selbst rechtfertigen zu wollen bzw. die Bestrafung des ande-

ren zu wünschen. Wer Unrecht getan hat, könnte mit dem Verlangen nach einer an sich unmöglichen oder von der anderen Seite gar nicht erwünschten Wiedergutmachung bzw. mit dem Verlangen nach Bestrafung zu kämpfen haben. Dadurch, daß er lernt, die Liebe des anderen in ihrer Unverdienstlichkeit anzunehmen, wird der, der das Unrecht getan hat, sich klar seiner eigenen Unzulänglichkeiten und Grenzen und seiner Abhängigkeit von der Liebe des Vergebenden bewußt. Aber die gegenseitige Bejahung und Annahme kann das getane Unrecht umwandeln und zu einer solideren Basis für eine erneuerte Beziehung werden<sup>24</sup>.

Wenn es zu einer solchen Versöhnung kommt, ist sie die Krönung des Prozesses der Vergebung. Der Vergebende ist bereit, mit dem, der ihm Unrecht tat, eine neue Beziehung einzugehen. Allerdings gibt es auch Fälle, in denen diese Versöhnung nicht oder nicht mehr möglich ist, wie zum Beispiel, wenn der für das Unrecht Verantwortliche gestorben ist oder wenn die Vergebung nur als reiner innerlicher Prozeß abläuft. Aber auch in diesem Fall kann eine Art der Versöhnung im Geist und im Herzen des Vergebenden stattfinden, indem er sich angenehmere Erinnerungen an die Beziehungen zu dem, der ihm Unrecht tat, wachruft und vor Augen hält. Das ermöglicht ihm, in Zukunft mit neuem Mut neue Beziehungen einzugehen und dabei fester an die eigene Fähigkeit zu glauben, Unrecht zu überstehen und sogar durch dieses Überstehen des Unrechts zu wachsen<sup>25</sup>.

### III. Hindernisse und Probleme bei der Vergebung

Die Vergebung kann eine schwierige psychische Arbeit sein, die von dem Vergebenden viel Zeit und Energie fordert. Der Gedanke an diese Schwierigkeiten und diese Arbeit kann ein Hindernis sein, sich überhaupt auf Vergebung einzulassen. Die fehlende Bereitschaft zu vergeben geht dann auf eine tief verwurzelte Selbstsucht zurück, die vor der Großmut und der Großzügigkeit der Vergebung flüchtet. Obwohl die meisten sich wohl irgendwie der zerstörenden Kraft des Ressentiments bewußt sind, werden trotzdem alle möglichen Gründe gesucht und auch gefunden, um vom Schmerz der Erinnerung an das ihnen getane Unrecht und von den damit verbundenen negativen Gefühlen nicht zu lassen. Mit Rachephantasien und der Hege und Pflege

des Selbstmitleids kann dann auch sehr viel Zeit vertan werden. Solange die Betroffenen das Bewußtsein verdrängen, wie sehr sie sich durch ein solches Verhalten in eine Sackgasse hineinmännern, mag ihnen dies als der einfachste Weg erscheinen, mit ihrem Schmerz fertig zu werden. Manchmal kann der, dem Unrecht geschah, die Sympathie anderer gewinnen und ist dann kaum bereit, diese Sympathie durch die Vergebung wieder zu verlieren.

Auch Angst kann der Vergebung im Wege stehen. Der Betroffene könnte befürchten, daß man ihn für schwach hält, wenn er vergibt. Auch kann die Angst vor dem Unbekannten eine Rolle spielen. Man weiß zum Beispiel nicht, wie der andere reagiert oder wie das Leben ohne das lange gehegte und gepflegte Ressentiment sein wird. Da eine Beziehung auch durch Wut und Ressentiment, wenn auch auf schmerzliche Weise, aufrechterhalten werden kann, könnte die Furcht bestehen, daß durch die Vergebung das Band zu der Person, die so lange in der Mitte jener negativen Gefühle stand, abreißen könnte. Die Vergebung birgt Risiken in sich, und daher fordert sie Mut<sup>26</sup>.

Durch die Vergebung will der Vergebende sowohl Barmherzigkeit und Gnade üben als Gerechtigkeit herstellen. Eine zu exklusive Suche nach Gerechtigkeit und nach Treue und Konsequenz sich selbst gegenüber kann ebenfalls der Vergebung im Wege stehen. Der Verletzte könnte angesichts des ihm geschehenen Unrechts eine

Zeitlang das Gefühl haben, daß Vergebung hier nicht am Platze sei. Aber ohne Vergebung verschließt er sich in einer Vergangenheit, die für ihn Unrecht bedeutete und dann so auch noch bedeutet. Er wird auch sich selbst nicht gerecht, denn er bereitet der dauernden Wiederkehr der schmerzlichen Erinnerungen kein Ende. Die Dauerbeschäftigung mit der Schuld eines anderen kann dann auch eine erfolgreiche Strategie sein, das Wissen um die eigene Schuld in anderen Beziehungen zu verdrängen. Die Vergebung bedeutet dagegen eine Befreiung, denn durch sie wird man frei, sich anderen wichtigen Angelegenheiten im Leben zuzuwenden. Die Vergebung ist eine Arbeit der Liebe für den anderen, aber auch für den Vergebenden selbst.

Damit ein Mensch authentisch leben kann, muß er oft vergeben. In der Psychologie gibt es viele Beispiele für die Ausgeglichenheit und Gelassenheit, die aus der Praxis einer echten Vergebung entstehen. In einem Brief an einen amerikanischen Neurologen schrieb Freud: «Wenn ich mich frage, warum ich immer gestrebt habe, ehrlich, für den anderen schonungsbereit und womöglich gütig zu sein, und warum ich es nicht aufgegeben, als ich merkte, daß man dadurch zu Schaden kommt, zum Amboß wird, weil die anderen brutal und unverläßlich sind, dann weiß ich allerdings keine Antwort.»<sup>27</sup> Für den letzten tragenden Grund der Vergebung müssen wir also über die Psychologie hinausgehen.

<sup>1</sup> Eudora Welty, *The Optimist's Daughter* (New York 1969) 207.

<sup>2</sup> AaO. 207–208.

<sup>3</sup> Hannah Arendt, *The Human Condition* (Chicago 1958) 241.

<sup>4</sup> Siehe R.C.A. Hunter, *Forgiveness, Retaliation and Paranoid Reactions*: Canadian Psychiatric Association Journal 23 (1978) 167–170.

<sup>5</sup> Siehe Melanie Klein, *Some Theoretical Conclusions Regarding the Emotional Life of the Infant: Envy and Gratitude & Other Works 1946–1963* (New York 1975) 61–71.

<sup>6</sup> Siehe D.W. Winnicott, *The Development of the Capacity for Concern*: Bulletin of the Menninger Clinic 27 (1963) 167–176.

<sup>7</sup> Siehe Gertrude und Rubin Blanck, *Ego Psychology: Theory and Practice* (New York 1974) 14; Antoine Vergote, *The Dynamics of the Family and Its Significance for Moral*

and Religious Development: James W. Fowler/Antoine Vergote (Hg.), *Toward Moral and Religious Maturity* (Morristown, NJ 1980) 97–98.

<sup>8</sup> Siehe Heinz Kohut, *Introspection, Empathy, and Psychoanalysis: An Examination of the Relationship Between Mode of Observation and Theory*: Journal of the American Psychoanalytic Association 7 (1959) 461–462.

<sup>10</sup> Otto Fenichel, *The Psychoanalytical Theory of Neurosis* (New York 1945) 105.

<sup>11</sup> Paul W. Pruyser, *Between Belief and Unbelief* (New York 1974) 142.

<sup>12</sup> E. Mansell Pattison, *On the Failure to Forgive or to Be Forgiven*: American Journal of Psychotherapy 19 (1965) 106.

<sup>13</sup> Siehe Jean Piaget/Bärbel Inhelder, *The Psychology of the Child* (New York 1969) 127–129, urspr.: *La psychologie de l'enfant* (Paris 1966).

<sup>14</sup> Siehe Monika Keller, *Resolving Conflicts in Friendship The Development of Moral Understanding in Everyday Life*:

William M. Kurtines/Jacob L. Gewirtz (New York 1984) 140–158; Martin L. Hoffman, *Empathy. Its Limitations, and Its Role in a Comprehensive Moral Theory*: aaO. 283–302.

<sup>15</sup> Anthony Trollope, *Orley Farm* (New York 1950) 57; siehe Stanley Hauerwas, *Constancy and Forgiveness: The Novel as a School for Virtue*: *Notre Dame English Journal* 15 (Summer 1983) 23–54.

<sup>16</sup> Heinrich Meng/Ernst L. Freud (Hg.), *Sigmund Freud – Oskar Pfister, Briefe 1909–1939* (Frankfurt am Main 1963).

<sup>17</sup> Siehe Richard P. Walters, *Forgiving. An Essential Element in Effective Living: Studies in Formative Spirituality* 5 (1984) 366–367.

<sup>18</sup> James N. Lapsley, *Reconciliation, Forgiveness, Lost Contracts: Theology Today* 23 (1966) 45–49; Lewis B. Smedes, *Forgiveness: The Power to Change the Past: Christianity Today* 27 (1983) 23–25.

<sup>19</sup> Eugene O'Neill, *Long Day's Journey into Night* (New Haven 1956) 87.

<sup>20</sup> Siehe J.R. Wilkes, *Remembering: Theology* 84 (1981) 89.

<sup>21</sup> Siehe Andras Angyal: *The Convergence of Psychotherapy and Religion: Journal of Pastoral Care* 5 (1952/4) 12–13.

<sup>22</sup> Kierkegaard, *Works of Love: Some Christian Reflections in the Form of Discourses* (London 1962) 274.

<sup>23</sup> Siehe Hunter, *Forgiveness* 167, 172.

<sup>24</sup> Siehe William Klassen, *The Forgiving Community* (Philadelphia 1966) 205–206.

<sup>25</sup> Siehe Pattison, *Failure* (s. Anm. 12) 112–113.

<sup>26</sup> Siehe Doris Donnelly, *Learning to Forgive* (Nashville 1979) 10–26; Walters, *Forgiving* (s. Anm. 17) 367–368.

<sup>27</sup> S. Freud, *Briefe an James J. Putnam vom 8. Juli 1915*: S. Freud, *Briefe 1873–1939* (Frankfurt am Main 1960) 305.

Aus dem Englischen übersetzt von Dr. Karel Hermans

## RAYMOND STUDZINSKI

1943 in Detroit, USA, geboren. Mönch der Benediktiner-Erzabtei St. Meinrad in Indiana. 1969 Ordination. Promotion zum Doktor der Philosophie an der Fordham University. Während seiner Zeit als Fellow der Abteilung für Religion und Psychiatrie der Menninger Foundation in Topeka, Kansas, betrieb er Forschungsarbeiten über die religiöse Entwicklung. Derzeit Associate Professor an der Abteilung für Religionswissenschaft und religiöse Erziehung der Katholischen Universität von Amerika in Washington, D.C. Veröffentlichte u.a.: *Spiritual Direction and Midlife Development* (1985). Anschrift: The Catholic University of America, School of Religious Studies, Dept. of Religion and Religious Education, Washington, D.C. 20064, USA.

Filippo Gentiloni/  
José Ramos Regidor

## Die politische Dimension der Versöhnung

Eine Erfahrung, die neuerdings in  
Italien gemacht wurde

Offensichtlich wurde das griechische Wort «amnestía» im Sinne eines förmlichen «Aktes des Vergessens» von den lateinischen und griechischen Historikern in der Zeit des römischen Reiches erstmals verwendet in bezug auf die Übereinkunft, welche nach dem Sturz der «Dreißig» im Jahre 403 v. Chr. zwischen den athenischen Verfechtern der Oligarchie, die in Athen geblieben waren, und den Demokraten, die den Piräus besetzt hatten, getroffen wurde. Diese Vereinbarung besagte, daß die unter den «Dreißig» vorgefallenen Ereignisse vergessen werden

und nicht mehr zum Gegenstand ziviler Prozesse oder strafrechtlicher Verfolgung gemacht werden sollten.

In der Folge hat das Wort «Amnestie» dann andere Bedeutungen angenommen, wie zum Beispiel die, daß es dazu dient, eine allgemeine Regelung zu bezeichnen, mit welcher der Staat auf die Verhängung einer Strafe verzichtet oder schon verhängte Strafen wieder aufhebt, wobei dieser Akt manchmal der obersten Autorität des jeweiligen Staates vorbehalten ist.

Im allgemeinen enthält die geschichtliche Entwicklung des Strafrechts das Aufkommen vielfältiger und unterschiedlicher Formen von Begnadigungen, Amnestien, Strafnachlässen, Akten der Vergebung und der Versöhnung. Unter den Motivationen für diese Vorgehensweise findet sich auch das Bemühen, die soziale Eingliederung, die Rehabilitation des Begnadigten zu fördern, wobei dies manchmal auch als Anerkennung für die gute Führung in der Zeit der Haft verstanden wird.

Man kann daher sagen, daß die Versöhnung und die Vergebung auch eine *gesellschaftlich-politische Dimension* haben, zumindest in dem Sinne, wie sie von den Gesetzen und den staatli-