

Vergebung ist wie Skateboard fahren!

Benjamin Elsner

Vergeben ist wie Fahrrad-, Skateboard- oder Autofahren. Muss man üben! Wer sich einfach so auf ein Skateboard stellt und meint, sofort mit Backflipp davon fahren zu können, bricht sich höchst wahrscheinlich den Arm. Wer aber mit kleinen Schritten anfängt und dranbleibt, wird besser.

Und ich glaube, dass ist beim Vergeben auch so. Vergeben hilft mir, weil ich es dann von mir wegtun und heilen kann. Wer nicht vergibt, trägt ewig Groll mit sich herum, von dem aktuelle Studien zeigen, dass dieser sogar das Herzinfarkt- und Depressionsrisiko steigert.

Vergeben ist aber auch leichter gesagt als umgesetzt. Besonders wenn der Schaden groß ist. Deshalb ist es wichtig zu üben und dranzubleiben! Die Erfahrung zeigt, wer in Vergeben geübt ist, lässt sich nicht mehr so schnell aus der Ruhe bringen, sondern fragt vielmehr nach den Gründen. Ist die Bedienung unhöflich wegen mir, oder gibt es andere, vielleicht sogar nachvollziehbare Gründe? Vergeben ist eine ständige Herausforderung, die uns aber, so Jesus in der Bibel, befreien kann, wenn wir sie im Kleinen leben und sie uns bei Schwerwiegendem, vielleicht nicht sofort aber doch irgendwann gelingt.

© 2025 **radio m**
Alle Rechte vorbehalten.

radio m lebt von Spenden. Wir freuen uns auf Ihre Unterstützung!

Evangelische Bank Kassel
IBAN: DE75 5206 0410 0000 4162 40
BIC: GENODEF1EK1
radio m
Giebelstraße 16
70499 Stuttgart
info@radio-m.de