

Predigt
für den 24. Sonntag i. J. A
IN St. Anton, 17.09.2023

Sir 27,30-28,7 – Mt 18,21-35

Verzeihen ist gesund!

* „Das verzeihe ich dir nie!“

Wer so etwas sagt und entsprechend lebt, läuft Gefahr, seine eigene Gesundheit zu ruinieren. Medizinische Studien haben herausgefunden: Wer seinen Mitmenschen nicht verzeihen kann, wenn diese ihm unrecht getan haben, leidet viel häufiger unter Schlaf- und Konzentrationsstörungen. Er hat ein höheres Risiko, Herz-, Kreislauf- und Magen-Darm-Erkrankungen zu bekommen als jemand, der vergibt. Zudem riskiert er, verbittert und gereizt zu sein und sich von anderen Menschen zurückzuziehen. „Nicht zu verzeihen vergiftet das Leben“, stellt deshalb eine Studie fest; dort ist zu lesen: Wenn jemand nicht verzeihen kann, schadet er damit vor allem sich selbst. Er leidet unter dem Unrecht, das ihm angetan wurde, er bildet vielleicht sogar die gerade genannten Krankheitssymptome aus, er verliert Lebensqualität und Lebensfreude. Den Verursacher des Unrechts hingegen trifft es in den meisten Fällen kaum, wenn

jemand zu ihm sagt: „Das verzeihe ich dir nie!“ – Wer also jemand anderem verzeiht, tut damit in erster Linie sich selbst etwas Gutes.

* Liebe Schwestern und Brüder, Verzeihen ist gesund! Diese Erkenntnis, die medizinische Studien ans Licht gebracht haben, ist schon viele hundert Jahre alt; sie steckt beispielsweise in den Bibeltexten, die wir heute gehört haben.

In der Lesung kommt Jesus Sirach zu Wort, ein Weisheitslehrer des Alten Testaments. Er empfiehlt: „Grolle dem Nächsten nicht und übersieh die Fehler!“ Denn, so schreibt Jesus Sirach, Rachegeanken, Zorn und Feindschaft führen in den Untergang.

* Jesus antwortet im Evangelium dem Petrus auf dessen Frage, ob er dem, der ihm Unrecht getan hat, bis zu siebenmal verzeihen muss: „Nicht bis zu siebenmal sollst du verzeihen, sondern bis zu siebenmal siebenmal.“ – Das heißt: Immer sollst du verzeihen.

An diese Auskunft schließt Jesus eine Geschichte an von zwei Knechten eines Königs, die Schulden angehäuft haben. Der erste Knecht schuldet seinem König zehntausend Talente; dies ist ein riesiger Batzen Geld, nämlich zwei Millionen Monatslöhne. Diese Summe könnte der Knecht niemals aufbringen; zu seinem großen Glück erlässt ihm der König die gesamten Schulden.

Der zweite Knecht steht beim ersten in der Kreide – mit hundert Denaren, ungefähr drei Monatslöhnen. Obwohl dieser Betrag aus-

gesprochen gering ist im Vergleich zu den 10.000 Talenten, die der erste Knecht soeben erlassen bekommen hat, besteht dieser gegenüber dem zweiten Knecht auf die Begleichung der Schulden. Damit ruiniert er sich selbst, da der König von seinem Verhalten erfährt und ihn den Peinigern übergibt.

In dieser Geschichte steht der König für Gott und die Knechte für die Menschen. Jesus erklärt: Gott verzeiht dem Menschen, sobald dieser ihn darum bittet; und Gott verzeiht auch die größten Fehler. Deshalb sollen auch die Menschen einander verzeihen: weil jeder Mensch Fehler macht, weil jeder Mensch Vergebung nötig hat und weil jeder Mensch bei Gott Vergebung findet.

Wie jeder Vergleich hinkt auch der von Jesus: Jesus sagt ja den Menschen, dass sie immer verzeihen sollen. Der König in der Geschichte hingegen verzeiht dem ersten Knecht nur einmal; bei seinem zweiten Fehler – nämlich als dieser bei seinem Mitknecht dessen Schulden eintreiben will – bestraft er ihn brutal. Das passt nicht zusammen: Die Menschen sollen „siebenmal siebzimal“ verzeihen, also immer – und Gott nur einmal?

Wie gesagt, liebe Schwestern und Brüder: Dies ist der Punkt, an dem der Vergleich Jesu hinkt: Nicht Gott ist es, der den ersten Knecht bestraft, sondern dieser bestraft sich selbst durch seine Unfähigkeit, Schulden erlassen, also verzeihen zu können. Er setzt sich selbst den Peinigern aus – und die begegnen ihm nicht in Gestalt von Folterknechten, sondern stecken ihn ihm selbst. Es sind die ein-

gangs genannten Beeinträchtigungen und Krankheiten, die durch das Nicht-Verzeihen-Können entstehen wie eben Herz- oder Magen-Probleme, Schlafstörungen, Verbitterung.

Hätte der erste Knecht seinem Kollegen verziehen, hätte er selbst an Lebensqualität und Lebensfreude gewonnen.

* Verzeihen ist tatsächlich gesund; Jesus Sirach in der Lesung und Jesus im Evangelium haben dies gewusst und deswegen ihren Lesern und Zuhörern geraten, erlittenes Unrecht zu vergeben. Vergeben, also verzeihen, hat dabei nichts mit vergessen zu tun: Vergessen kann ich nicht, wenn mir jemand Unrecht angetan hat – und vergessen soll ich auch nicht. Denn indem ich um diese Erfahrungen von mir angetanem Unrecht weiß, kann ich erstens verhindern, dass ähnliches Unrecht von mir ausgeht. Zweitens kann ich die Menschen in meinem Umfeld besser verstehen, die ebenfalls unter solchem Unrecht leiden, und ihnen behilflich sein, dass sie zur Vergebung fähig sind.

* „Verzeihen ist eine Eigenschaft des Starken“, schreibt Mahatma Gandhi – und er hat recht: Wer verzeiht, braucht dafür viel Energie und seelische Stabilität. Verzeihen bedeutet nicht, das erlittene Unrecht kleinzureden oder gar gutzuheißen; Verzeihen heißt, auf Hass oder Rache gegen den Verursacher des Unrechts zu verzichten. Wer verzeiht, beendet seinen Zorn auf den, der ihm Unrecht getan hat,

und auf den Wunsch, ihm dies heimzuzahlen. Verzeihen muss dabei nicht notwendig zur Folge haben, dass Urheber und Adressat des Unrechts danach wieder Freunde sind, auch wenn dies der Idealfall wäre; vielleicht gehen sie sich künftig aus dem Weg, aber eben ohne Hass- oder Rachegeanken.

- * Besonders herausfordernd ist das Verzeihen, wenn der Verursacher des Unrechts nicht um Entschuldigung bittet; hierzu sagt eine jüdische Schrift aus dem 2. Jahrhundert: „Bleibt der andere jedoch unverschämt und beharrt er auf seiner Bosheit, dann vergib ihm auch so von Herzen und überlasse Gott die Vergeltung.“ Das Wissen, dass auch dieser Mensch eines Tages Gott gegenübersteht und sich für das, was er gesagt und getan hat, verantworten muss, kann mir dabei helfen, dass ich ihm verzeihe. Und die Erkenntnis, dass ich selbst nicht fehlerfrei bin und immer wieder Vergebung nötig habe, motiviert mich zusätzlich, Vergebung zu gewähren.
- * Jemandem verzeihen zu können, setzt also Stärke voraus. Verzeihen braucht die bewusste Entscheidung, auf Hass und Rache zu verzichten; das kann manchmal lange dauern. Verzeihen lässt das Vergangene vergangen sein, statt es ständig nachzutragen. Verzeihen ist eine Kunst; es lohnt sich, liebe Schwestern und Brüder, dass wir sie lernen und praktizieren; denn: Verzeihen ist gesund!