

Hessischer Rundfunk: "Zuspruch am Morgen, HR1"
Kurt Grützner, Pfarrer
Kassel

14.08.2013

Mann, oh Mann

„Mann oh Mann“ höre ich mich selbst manchmal mehr oder weniger laut sagen, und ich habe das Gefühl, einen hochroten Kopf dabei zu bekommen. Urplötzlich fallen mir dann Situationen ein, die mir grottenpeinlich sind. Sie fallen mir nicht nur denkend im Kopf ein, sondern ich fühle sie fast so, als passierten sie eben jetzt. Und dann entfährt mir ungewollt und unkontrolliert das kopfschüttelnde „Mann oh Mann“. Mein Kopf wird dabei wahrscheinlich gar nicht rot, wie es mir vorkommt, und wahrscheinlich hört auch keiner meinen leisen Seufzer der Peinlichkeit. Aber für einen Moment empfinde ich die Peinlichkeit wie damals. Und das kann fünfzig Jahre her sein. Bei traumatisierten Menschen spricht man hier von „flash backs“. Traumatisierend sind meine Erinnerungen an meine kleinen Peinlichkeiten Gott sei Dank nicht. So schnell, wie sie gekommen sind, so schnell verschwinden sie auch wieder. Und wenn es gut läuft, kann ich nachsehend herzlich über mich selbst lachen. Und dann ist wieder gut.

Es gibt aber auch Erinnerungen, wo ich wirklich was falsch gemacht habe, wo ich schuldig geworden bin, an mir selbst und an anderen Menschen. Diese Erinnerungen gehen nicht so schnell weg. Die tun manchmal ganz schön weh. Solche Erinnerungen will niemand gerne haben und versucht sie weg zu drücken. Das gelingt aller Erfahrung nach nicht wirklich.

Ich bin dankbar, in einer Religion großgeworden zu sein, deren zentrales Gebet auch diese Bitte kennt: „Und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unseren Schuldigern“. So muss ich meine schlimmen Erinnerungen an eigene Schuld nicht wegdrängen, sondern kann sie ansehen in der Gewissheit: Wir werden aneinander schuldig. Gott weiß das. Und es gibt Vergebung. Gott gewährt sie. Das gibt mir die Kraft, den um Vergebung zu bitten, an dem ich schuldig geworden bin. Und das befreit zum Leben. Ich wünsche Ihnen einen befreiten Tag.