

Hannah Ahrendt : „Vergebung ist ein Akt der Freiheit“.

Zu vergeben bedeutet eine Arbeit an erlittenen Beziehungsverletzungen mit dem Ziel der Heilung und der „Entgiftung des Herzens“. Diese verinnerlichten Beziehungsverletzungen (Introjekte) können auch sehr lange nach den tatsächlich erlittenen Verletzungen in uns selbst weiterwirken. Zum einen richten sich die Introjekte gegen uns selbst, indem man sich selbst so behandelt, wie man vom Täter behandelt wurde. Zum anderen durch Projektion auf andere Personen, denen dann Eigenschaften des ursprünglichen Täters zugeschrieben werden oder man sieht sich durch andere Menschen entsprechend behandelt.

Wir sind alle ein Teil einer „beziehungsranken Welt“, in der bewusste und unbewusste Verletzungen anderer Menschen häufig Bestandteil des miteinander Umgehens“ sind.

Im Vergebungsprozess ist es möglich sich von „der Last der Nichtvergebung“ zu befreien und um eigene quälende Gefühle der Bitterkeit, der Verletzungen zu innerem Frieden zu verwandeln.

Vergeben ist dabei unabhängig von der Zustimmung des Täters, während Versöhnung eine beidseitige Zustimmung erfordert.

Häufigste Vergebungsthemen sind erlittene Beziehungsverletzungen durch Eltern, Ehepartner sowie berufliche Vorgesetzte. Jede Art der Gewaltanwendung, „Beziehungsgewalt“ oder auch äußere Gewalt, Terror, kann Gegenstand der Vergebungsarbeit sein.

Hinweise, dass eine Vergebungsarbeit angebracht wäre, sind anklagendes Verhalten, anhaltende negative Gefühle gegenüber einer Person, intensives Erleben belastender Gefühle (gerade auch bei lange zurückliegenden Verletzungen), auch Verbitterung gegenüber einer Person.

Der Wunsch zu vergeben reicht aus, um die Arbeit zu beginnen. Um eine Verwandlung der Gefühle und eine wirkliche innere Vergebung zu erreichen, bedarf es aber eines tiefgreifenden inneren Prozesses.

Einladung
zum Wochenend-Seminar
**„Verlorener Sohn“ als
Vergebungsanleitung**
23.-25.Februar 24

12.-14.April 24

05.-07.Juli 24

08.-10.November 24

**Gruppenraum, Bahnhofstrasse 36
86971 Peiting**



