

Birgit:

Dein Rucksack sieht zwar kleiner aus, Henning, aber was hast Du denn da für Steine?

Henning:

Was gibt es noch für Steine. Ich denke, da sammelt man auch im Alltag häufig welche auf, kleinere und größere. Dieser Autorowdy, der mir heute Morgen die Vorfahrt genommen hat, dem hätte ich Oder neulich als wir unsere Hecke geschnitten bekommen haben, ganz anders als eigentlich abgesprochen – jedenfalls das was ich in Erinnerung hatte. Bezahlt wollte der natürlich auch werden. Aber egal, schließlich gibt es Schlimmeres.

Birgit:

Am besten Schwamm drüber und nicht ärgern.

Henning:

Ja, das sind ja auch kleinere Steinchen. Anders sieht es schon aus, wenn es an die eingemachten Dinge im Leben geht, Beziehung, Partnerschaft, Kinder und so...

Andrea:

Was meinst Du genau?

Henning:

Ich habe Menschen kennengelernt, die tragen richtige Mühlsteine mit sich rum, die sie nicht in Frieden lassen. Z.B. wenn eine Partnerschaft auseinandergeht. Meistens kommt das ja nicht so hoppladihopp, sondern sowas baut sich langsam und allmählich auf und man wundert sich nur, dass es beide nicht gemerkt und nichts dagegen getan haben – oder sie tun nicht das, was der andere gerne hätte. Bei den Menschen, die ich vor Augen habe, lässt sich der Mann scheiden wegen einer anderen Frau, die er dann auch heiratet. Die verlassene Frau hat auch nach vielen Jahren noch einen Groll auf die neue Partnerin ihres Ex-Mannes.

Norbert:

Ja, das ist eine verfahrenere Situation, wie sie aber bestimmt häufig vorkommt...

Henning:

Oder ein alter Kollege, der für seine Tochter und deren Partner den Hausbau finanziert, weil sie das aus eigenen Mitteln nicht stemmen konnten. Dann bekommen Tochter und Partner den Hals nicht voll genug und die Wunschliste der Extras im Haus wird immer länger. Irgendwann geht meinem Kollegen dann auch die finanzielle Puste aus und er muss mit denen eine Einigung finden. Das Ende vom Lied, die Tochter bricht mit ihren Eltern komplett und es gibt keinen Kontakt mehr. Meinen Kollegen hat das unglaublich belastet.

Birgit:

Das hört sich ja dramatisch an, die Armen ... Dabei heißt es ja, „... und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unseren Schuldigern...“

Henning:

Ja, das stimmt, das beten wir häufig fast monoton und denken uns nichts weiter. Aber ich glaube, genau im „Los-lassen“ liegt der Schlüssel für eine Entlastung.

Norbert:

Es gibt Dinge im Leben, die geschehen und die können auch nicht mehr ungeschehen gemacht werden. Aber schön wäre es, wenn man an den Punkt kommt, an dem Vergebung möglich ist, ohne dass die Geschichte zurückgedreht werden muss...

Henning:

Genau das ist es. Wenn man da hinkommt, dann ist das wie „Los-lassen“. Dann belastet mich das nämlich auch nicht weiter und ich kann meinen Frieden damit finden. Im Vater-unser bitte ich ja auch um die Vergebung meiner Schuld und die Entlastung meiner Schuldiger, also der Menschen, die sich an mir schuldig gemacht haben. Damit schließt sich der Kreis und wenn ich das versuche, wirklich zu leben, kann ich besser meinen inneren Frieden finden. Das ist bei tiefen Verletzungen bestimmt ein langer Prozess und macht die Sache nicht ungeschehen, aber ich brauche am Ende nicht mit Altlasten leben und habe Frieden gefunden.