

kurz & knapp .....	04-05
Vergebung nach dem Völkermord .....	06-07
Anleitungen zum Vergeben .....	08
Wohin mit dem Groll? .....	09
Service & Hilfe .....	10
Rätsel & Rezept .....	11



## Der Schmerz war weg

### Liebe Leserin, lieber Leser,

vor einiger Zeit hatte ich meinen vermeintlichen Traumjob angetreten. Allerdings gab es schon sehr bald erhebliche Differenzen zwischen meinem Chef und mir. Die damit einhergehenden Auseinandersetzungen trafen mich persönlich, verletzten mich tief, und ich wünschte mir nichts mehr, als eine neue Arbeitsstelle zu finden. Dieser Wunsch ging nach 18 Monaten in Erfüllung.

Die neue Aufgabe hat mich mehr als entschädigt. Doch wann immer ich an meinen alten Arbeitgeber dachte, spürte ich Schmerz, Wut und Groll. Die schlimmen Gefühle blieben. Selbst nachdem ich versucht hatte zu vergeben.

Etwa zwei Jahre nach meinem Wechsel hatte ich morgens plötzlich den Impuls,

meinem ehemaligen Chef eine klärende, versöhnliche Mail zu schreiben. Erstaunlicherweise war mein erster Gedanke: „Okay, das mache ich.“ Und exakt in diesem Moment, mit diesem zustimmenden Gedanken, war der Schmerz weg. Ich hatte keinen Groll mehr und die Erinnerung an die alte Arbeitsstelle war ohne negative Gefühle.

Für mich war das ein Wunder, ein echtes Geschenk. Und ich bin Gott noch immer zutiefst dankbar für diese Entwicklung. Ich habe die klärende Mail tatsächlich auch geschrieben. Die Reaktion war nicht euphorisch, aber freundlich. Und inzwischen kann ich mich sogar freuen, wenn ich meinem früheren Chef begegne.

Vergeben ist die göttliche Antwort auf Schuld. Echte Vergebung macht frei und öffnet neue Horizonte. Darauf möchten wir mit diesem Heilsarmee-Magazin besonders hinweisen. Und wir möchten Sie ermutigen, das Geschenk der Vergebung anzunehmen und einzusetzen.

Gottes Segen auf diesem Weg wünscht Ihnen

Ihr  
Andreas W. Quiring  
Redaktion



**Vergeben ist die göttliche Antwort auf Schuld.**