

## LIEBE IN VERGEBUNG

Ich vergebe dir, was du gesagt und getan hast.  
Ich vergebe dir das, was du für die Wahrheit hältst.  
Ich vergebe dir, dass du das von dir verursachte Leid auf die leichte Schulter nimmst.  
Ich vergebe dir, dass du dich nicht entschuldigst hast.  
Ich halte meine Liebe nicht zurück.  
Sollte ich das jemals tun, bitte vergib mir.

*Modernes Gebet aus Tel Aviv, Israel*

Hast du dir jemals die Zeit genommen über Vergebung nachzudenken? Ich meine, wirklich intensiv betrachten, was Vergebung mit sich bringt? Vergebung ist ein Grundsatzproblem. Wir müssen wissen, dass Gott uns vergibt, und wir müssen wissen, dass andere uns vergeben. Irren ist sicher ein Teil der menschlichen Erfahrung, aber ohne jeden Zweifel – vergeben zu können ist göttlich.

Auf die Jahre zurückblickend denke ich darüber nach, wie ich war, als ich diese Reise anfang, und wie schwierig es war sie zu bewältigen. In diesen Tagen war ich voller Stolz/Ego und Ego und Vergebung sind wie Öl und Wasser, sie lassen sich nicht mischen. So war ich die längste Zeit nicht in der Lage auch nur in die Nähe der Vergebung zu kommen, tatsächlich habe ich zu dem Zeitpunkt meines Lebens weder verstanden, was Vergebung überhaupt bedeutet, noch wusste ich, wie man vergibt. Für mich war Vergebung unmöglich. Stattdessen schimpfte ich sowohl innerlich als auch verbal über die Ungerechtigkeiten des Lebens und wie ich das Opfer war und dass es jedermanns Schuld war, dass ich im Todestrakt von Texas bin, nur nicht meine eigene. So machte ich immer weiter, bis ich zermürbt war, immer wieder wiederholte ich diesen Kreislauf, bis ich zu dem Punkt kam, an dem ich wusste, dass diese Wut und dieser Hass mich innerlich auffressen würden wie ein bösartiger Krebs, und das musste ich beenden. An diesem Punkt in meinem Leben war das Beste, was ich tun konnte, das Problem zu vermeiden. Wenn diese Emotionen in meinen Kopf gerieten, fing ich an zu singen oder begann ein Gespräch mit jemandem oder ich las... irgendwas, um diesen Ansturm von Gedanken zu stoppen. Es war nicht viel, aber es war ein Anfang, und ich danke Gott und dem Universum für diesen Anfang.

Eines ist sicher, die Schule des Lebens hört nie auf zu lehren, und als ich anfang zuzuhören und wirklich darauf zu achten, begann ich, entscheidende Lektionen des Lebens zu lernen. Ich begriff, dass das Ego Beleidigungen, Respektlosigkeiten, Verrat und Regelverstöße zum Existieren fordert. Diese negativen Emotionen sind des Egos Futter und durch sie entführt uns der Stolz/das Ego und macht uns zu schimpfenden und tobenden Narren. Wir müssen uns erinnern, dass wir nicht die verrückte mentale Stimme im hinteren Teil des Kopfes sind, die immer weiter verrückte Dinge spricht. Nein, wir sind die Gegenwart, die diese Stimme als Ego erkennt und daran arbeitet, sie zu kontrollieren.

Die Zeit ging ins Land und weil das Universum mich nicht aufgegeben hatte (Danke, Herr!), begann ich langsam aufzuwachen. Und es ist erstaunlich, was mich tief in meinem Inneren schüttelte und was mir wie Schuppen von den Augen fiel wie der negative Kraftstoff des Egos. Es war der Verrat von einigen, von denen ich dachte, sie seien meine engen Freunde, was mich in eine solche Spirale warf, dass ich mich in unendlichen Visionen aus Hass und Rache zu verlieren begann. Durch die Gnade Gottes wusste ich irgendwie, dass ich die Kontrolle über meinen Geist, meinen Körper und meine Seele zurückgewinnen musste, wenn ich diese Erfahrung meistern wollte. Und dadurch fand ich den Weg zur spirituellen Erleuchtung. Den Weg, den ich auch heute noch gehe.

Gott wirkt auf geheimnisvolle Weise und es war diese Art, wodurch er nach acht Jahren meine Aufmerksamkeit hatte, und endlich begann ich das Licht zu sehen. Langsam begann ich an mir zu arbeiten, was ich tun musste, wenn ich mich jemals ändern wollte, um der Mann zu sein, der ich zu sein bestimmt war.

Man muss festhalten, dass ich auch nach diesem spirituellen Erwachen große Probleme mit dem Ego hatte und den Emotionen, die es antreiben, und diese Übel machten es mir weiterhin unmöglich zu verzeihen. Und so war das Beste, was ich nach diesem fast dreijährigen Weg bis dahin tun konnte, das Problem beiseite zu schieben und meinem Stolz/Ego nicht zu erlauben die Herrschaft über mein Leben zu gewinnen. Als ich diesen Weg fortsetzte, begannen mir die Dinge klarer zu werden und eines Tages dämmerte es mir: Um anderen verzeihen zu können, musste ich erst mir selbst verzeihen.

Das war der Schlüssel, das war meine Epiphanie, mein Geistesblitz, der die Art und Weise veränderte, wie ich mich und die Welt sah. Ich schämte mich, während ich mich da durcharbeitete, es ließ mich innerlich zusammensucken; all die schrecklichen Dinge, die ich in meinem Leben getan und gesagt hatte, die Verarbeitung jedes einzelnen Sachverhalts, um mir dann zu vergeben und ihn für immer wegzuwerfen, das war der Anfang davon, dass ich lernte anderen zu vergeben. Ich erkannte, dass ich, nachdem ich mir vergeben hatte, nun in einer Position war, rational an die Dinge heranzugehen, die mir widerfahren waren, und denen zu vergeben, die mir Unrecht getan hatten.

Eine erstaunliche Sache geschah, als ich diesen Vergebungsprozess lernte: Es machte mich frei. Je mehr ich vergab, desto freier wurde ich und das ist ein erstaunlicher Segen. Ich bin der erste, der zugibt, dass ich mir selbst viel vergeben musste, und ich hatte anderen viel zu vergeben, und das akzeptiere ich. Ich habe gelernt, dass es einige Menschen und Übertretungen gibt, denen du mehr als einmal verzeihen musst. Einige Dinge verzeihe ich in einer Woche, einem Monat oder mehr, dann eines Tages, wenn ich nicht aufmerksam bin, schleicht sich der Stolz ein und reißt die Vergebung weg und ersetzt sie durch alte Gefühle der Rache und des Hasses. Wenn ich aber die Kontrolle wiederhabe, atme ich tief ein und bitte den Schöpfer um Verzeihung für diese Handlung und widme mich erneut der Vergebung. Ich finde, es gibt einige Probleme, an denen ich schon sehr lange arbeite. Das ist okay für mich, denn eines Tages werde ich aufwachen und es wird kein Problem mehr sein. Sie werden wirklich und vollständig vergeben und ich werde mich so viel freier fühlen.

Vergebung ist entscheidend für unser Wohlbefinden. Frieden und Glück kann man ohne sie nicht haben. Aus diesem Grund ist es ein Grundsatzproblem. Wir müssen lernen uns für unsere Fehler zu vergeben, es nicht beim ersten oder beim hundertsten Mal richtig zu machen, und dadurch lernen, uns wirklich zu vergeben, dann den anderen.

Ich danke Gott und dem Universum, dass ich zu der Erkenntnis gekommen bin, dass meine Fehler nicht ewig währen, sie währen nicht einmal mein ganzes Leben und durch die Arbeit an mir selbst und durch Gottes Gnade sind sie abgewaschen und nichts ist unwiderruflich.

Durch diese Augen und mit dieser Stimme kann ich sagen, dass ich in erster Linie mir vergebe, und ich vergebe den anderen das, was sie gesagt und getan haben, und für das Leid, was sie verursacht haben. Ich halte meine Liebe nicht zurück.

Liebe, Frieden und Hoffnung!  
Charles Don Flores

*Sollte ich das jemals tun, bitte vergib mir.*