

## Entscheiden Sie sich gegen Groll und Bitterkeit!

Von Barbara Dahlgren



Als jemand, der aus einer Vorgebirgsregion des Mittleren Westens der USA stammt, kenne ich mich ein wenig mit unversöhnlichen Mentalitäten aus. Bitte verstehen Sie mich nicht falsch! Ich liebe meine Heimat, auch wenn die Bewohner den Ruf haben, sehr nachtragend zu sein. Groll kann sich über viele Jahre verfestigen und sogar noch bestehen, wenn die einstigen Gegner längst begraben sind. So lebt der Hass zwischen Familien von einer Generation zur anderen weiter und nach vielen Jahren weiß niemand mehr, wie es eigentlich dazu kam. Groll schafft nichts Gutes. Menschen werden bitter und nachtragend.

Wenn wir glauben, ungerecht oder unfair behandelt worden zu sein, macht uns das ärgerlich. Groll wird als bittere Entrüstung definiert. Die Bibel hat nichts Gutes über Bitterkeit und Groll zu sagen. Sie rät, sehr darauf zu achten, dass nicht eine Wurzel der Bitterkeit aufwache und Unfrieden anrichte (Hebr 12,15). Sollte eine Wurzel aufwachsen, sind wir angewiesen, sie zu entfernen (Eph 4,31).

Hier ein Beispiel wie Groll und Bitterkeit entstehen können. Jemand hat uns sehr geschadet. Wir fühlen uns verletzt oder gekränkt. Wir halten unsere Gefühle für angemessen und berechtigt. Die Person, die uns schlimme Dinge angetan hat, verhält sich nicht so, wie wir es erwarten. Sie entschuldigt sich nicht; es tut ihr nicht leid; möglicherweise ignoriert sie uns sogar. Im Selbstgespräch sagen wir uns: „Wenn sie wenigstens einsehen würde, was sie mir angetan hat, dann könnte ich das nachsehen.“ Aber die Person kümmert das nicht. Wahrscheinlich ist es ihr egal!

**Bitterkeit** ist das Ergebnis des Festhaltens an negative Erfahrungen. Es dient dir nicht zum Guten und verschließt dir die Tür zu **deiner Zukunft**. – Leon Brown –

Also entscheiden wir uns, die Angelegenheit Gott zu übergeben. Schließlich hat er uns geraten, keine Rache zu üben, sondern es ihm zu überlassen (Röm 12,19). Die Bestrafung liegt nun in seinen Händen. Der Übeltäter sollte sich in Acht nehmen, denn da kommt was auf ihn zu! Aber was geschieht? Gott bestraft die Person nicht, wie wir uns das gedacht haben. Es geht ihr sogar besser als vorher. Vielleicht wird Gott sie überhaupt nicht bestrafen. Wir spüren, dass Gott anders reagiert als wir es möchten und dass er unserem Wunsch nach Vergeltung nicht nachkommt.

Wie sollen wir mit denen umgehen, die uns übel mitgespielt haben? Nun, wir sollen auf Gutes bedacht sein, selbst wenn uns Böses zugefügt wurde. Gott sagt, dass wir niemandem Böses mit Bösem vergelten sollen (Röm 12,17). Wir sollen für unsere Feinde beten und sie segnen (Mt 5,44). Wir können Gott vertrauen, dass er sich darum kümmern wird – auf seine Weise. Es ist entscheidend, dass wir ihnen vergeben, selbst wenn sie uns nicht darum bitten oder auch nicht einsehen, was sie getan haben. Lasst uns Bitternis und Groll ablegen, weil sie nichts Gutes bewirken. Es entstehen dadurch nur Ärger und Unzufriedenheit, die für unser geistliches Wachstum nicht förderlich sind.

Bedenken Sie: Groll und Bitternis verletzen den Übeltäter nicht in dem Maße, wie er uns verletzt hat. Nelson Mandela hat es so ausgedrückt: **„Verbitterung ist ein Gift, das man trinkt, und bei dem man hofft, es würde die Feinde umbringen.“**

### **Vorschläge zur Umsetzung**

Bitten Sie Gott, dass er Ihnen helfen möge, Bitterkeit und Groll abzulegen, da diese Ihr geistliches Wachstum hemmen. Sie verhärten Ihr Herz. Dadurch können wir Gottes Wort und seine Liebe nicht mehr aufnehmen. Wir fallen wieder in unseren alten Verhaltensweisen zurück und sind unfähig, Fortschritte zu machen.

Wir müssen unseren Feinden vergeben. Das bedeutet nicht, dass wir es zulassen müssen, dass andere uns weiterhin verletzen. Es bedeutet einfach, dass wir auf unser Recht auf Rache oder Vergeltung verzichten.

Wenn wir für unsere Feinde beten oder Gott um Segen für sie bitten, so bitten wir Gott, das zu tun, was das Beste für sie ist. Wir mögen denken, „das Beste“ sei, jemanden mit Gesundheit und Reichtum zu überschütten, aber so denkt Gott nicht. Wir bitten Gott nicht, ihnen einen Mercedes Benz zu kaufen. Gott weiß, was sie brauchen, um ein besserer Mensch zu werden; wir wissen es nicht.

Tun Sie das Richtige, auch wenn der andere es nicht tut. Wir sind aufgefordert, unseren Feinden Nahrung und Wasser zu geben, wenn sie Hunger und Durst leiden (Röm 12,17-21). Seien Sie darauf bedacht, das Böse mit Gutem zu überwinden.

Denken Sie daran: Es spielt keine Rolle, wie lange wir unseren Groll pflegen, er wird nur schlimmer statt besser. □