

Joachim Küchenhoff
Verzeihen

Über dieses Buch

Um im persönlichen und im gesellschaftlichen Leben Frieden finden zu können, ist das Verzeihen eine notwendige, oft übersehene Fähigkeit. In einer Gegenwart von Dauerkrisen und sozialen Spaltungen sind die Möglichkeiten, Anderen zu verzeihen, durch mächtige Hindernisse blockiert: Der Austausch ist von Misstrauen und Vorverurteilung geprägt, die gegenseitige Anerkennung bleibt aus, es herrschen Rückzug und Boykott. Joachim Küchenhoff legt die psychosoziale Kraft einer gesellschaftspolitischen und persönlichen »Verzeihensarbeit« frei, die unverzichtbar ist, um mit Scham, Schuld und Schuldgefühlen umzugehen, Verluste und Enttäuschungen ohne Ressentiment und ausgelebte Rachewünsche zu verarbeiten und sich aus Opferrollen befreien zu können.

Joachim Küchenhoff

Verzeihen

Plädoyer für eine unverzichtbare
psychosoziale Fähigkeit

I GEGENWARTSFRAGEN



Psychosozial-Verlag

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten
sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Originalausgabe
© 2026 Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG
Gesetzlich vertreten durch
die persönlich haftende Gesellschaft Wirth GmbH,
Geschäftsführer: Johann Wirth
Walltorstr. 10, 35390 Gießen, Deutschland
06 41 96 99 78 0
info@psychosozial-verlag.de
www.psychosozial-verlag.de

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werks darf in irgendeiner Form
(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren) ohne schriftliche
Genehmigung des Verlags reproduziert oder unter Verwendung
elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.
Wir behalten uns auch eine Nutzung des Werks für Text und Data Mining
im Sinne von § 44b UrhG vor.

Umschlaggestaltung und Innenlayout:
Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG
Druck und Bindung: Druckhaus Bechstein GmbH,
Willy-Bechstein-Straße 4, 35576 Wetzlar, Deutschland
Printed in Germany

ISBN 978-3-8379-3417-5 (Print)
ISBN 978-3-8379-6399-1 (E-Book-PDF)
<https://doi.org/10.30820/9783837963991>
ISSN 2943-5439 (Print)
ISSN 2943-5447 (Digital)

Inhalt

Einleitung	7
Wesen und Erfahrung des Verzeihens	13
Psycho- und Beziehungsdynamik des Verzeihens	43
Gesellschaftspolitische Dynamik und Brisanz des Verzeihens	81
Verzeihen als Schlüssel bei drängenden Gegenwartsfragen	135
Literatur	155



Einleitung

Das Anliegen, das ich mit diesem Buch verbinde, konzentriert sich darauf, das Verzeihen als eine nützliche, aber auch notwendige psychosoziale Fähigkeit starkzumachen. Sie kann Einzelnen helfen, mit sich und Anderen besser zurechtzukommen, sie kann die psychotherapeutische Arbeit unterstützen und ihr eine bisher wenig genutzte Dimension hinzufügen, und sie kann einen wesentlichen Beitrag zur Arbeit an gesellschaftlichen Sackgassen und Konflikten bereitstellen. Ob dieser – zugegeben hohe – Anspruch gerechtfertigt ist, mag jede Leserin und jeder Leser am Ende der Lektüre selbst entscheiden.

»Verzeihen« ist ein vieldeutiger Begriff, der unterschiedliche Assoziationen wecken kann. Er wird wohl am ehesten in der christlichen Lehre und Praxis genutzt. Davon wird das Buch nicht handeln. Vielmehr beabsichtigt es, den Begriff in philosophischer Hinsicht zu untersuchen, ihn auf seine Tauglichkeit für psychoanalytische Konzepte zu befragen und ihn schließlich nicht allein auf klinische, sondern auch auf gesellschaftliche Erfahrungen zu beziehen. An anderen Stellen habe ich die gemeinsamen Anliegen von Psychoanalyse und Religion (Küchenhoff, 2004, 2021, 2024a) untersucht. Während es um diese Anliegen hier nicht gehen wird, fügt sich das

Buch jedoch in ein mir wichtiges umfangreicheres Anliegen ein, nämlich ausgewählte christliche Konzepte in einen nachchristlichen und säkularen Zusammenhang zu stellen.

In vier Abschnitten werde ich das Verzeihen und seine Anwendungen darstellen: Im *ersten* Abschnitt will ich klären, was unter Verzeihen verstanden werden kann. Bedeutsame philosophische Konzeptionen helfen dabei. Ein gehaltvolles Verständnis des Verzeihens soll an die Stelle trivialer und wenig nützlicher Ausdeutungen treten. Einige Perspektiven werden hervorgehoben. Verziehen wird eine Schuld, gewissermaßen als Gegenstand des Verzeihens. Schuld ist nicht gleich Schuld – sie muss quantitativ differenziert werden, aber auch qualitativ. Schuldgefühle sind von realer Schuld, persönliche Schuld ist von existenzieller Schuldhaftigkeit zu unterscheiden. Verziehen wird eine vergangene, in Erinnerung zu rufende Schuld. Sich erinnern ist für das Verzeihen wesentlich. Daher widmet sich der erste Abschnitt auch dem Erinnern bzw. seinem Gegenbegriff, dem Vergessen. Mit dem Verzeihen wird der Blick zurück, in die Vergangenheit, verändert: Wenn alles gut geht, dann bricht es mit der Last des Vergangenen und öffnet auf eine Zukunft hin. Wie Glauben oder Vertrauen wird auch das Verzeihen geschenkt, womit das Verhältnis zwischen Menschen angesprochen ist. Was sie einander schenken, wenn sie sich verzeihen, soll herausgearbeitet werden. Der erste Abschnitt schafft – zusammenfassend gesagt – das konzeptuelle Fundament, auf dem die folgenden aufbauen können.

Im *zweiten* Abschnitt wird Verzeihen psychoanalytisch eingeordnet. Verzeihen hat in der psychoanalytischen Theorie keinen sicheren und anerkannten Platz. Warum es so

stiefmütterlich behandelt worden ist, verdient erklärt und erläutert zu werden. Wenn es überhaupt diskutiert worden ist, dann am ehesten als Ausdruck der »Reparation«, der »Wiedergutmachung«, von der die Psychoanalytikerin Melanie Klein gesprochen hat. Zu zeigen wird sein, dass damit ein wichtiger Aspekt des Verzeihens beschrieben wird – das Verzeihen aber geht in der Wiedergutmachung nicht auf. Es richtet sich nicht allein darauf, was ich Anderen angetan habe und wie ich das im Verhältnis zum Anderen korrigieren kann; ich muss mir auch selbst verzeihen können, und ich kann Andere um Verzeihung bitten. In der Literatur zur individuellen Psychotherapie, Gruppentherapie und Paarberatung sind die Wesenszüge und die Dynamik des Verzeihens beschrieben worden. *Verzeihensarbeit* wird in ein Verhältnis zur *Trauerarbeit* gesetzt. Beide stellen Formen des Durcharbeitens gemachter Erfahrungen dar; sie ergänzen einander und springen dort ein, wo die jeweils andere Arbeitsform an ihr Ende kommt. Wie das Verzeihen gelebt werden kann und wo es versagt, wird mit drei Beispielen aus der praktischen psychotherapeutischen Arbeit veranschaulicht.

Im *dritten* Abschnitt wird das Verzeihen auf gesellschaftliche Verhältnisse angewandt. Zunächst wird der Blick umgewendet, indem gefragt wird, was das Verzeihen verunmöglicht. Groll und Ressentiment sind dabei wichtig. Die Überzeugung, Opfer der schlechten Verhältnisse zu sein, erzeugt Rachegefühle. Ressentiment und Opferhaltungen können das Verzeihen als Kleinbegeben, als Versagen, erscheinen lassen und es verhindern. Sie tendieren zur Polarisierung, die in gesellschaftlichen Prozessen eine ausgesprochen schädigende Wirkung entfalten kann. Daher wird die These

vertreten, dass das Verzeihen wesentlich darin fundiert ist, die Unvollständigkeit, im Guten wie im Bösen, anzuerkennen. Im Anschluss werden drei erfolgreiche gesellschaftliche Initiativen benannt, in denen tätiges Verzeihen erprobt wurde und fruchtbar geworden ist – zumindest auf lange Sicht.

Im *vierten* Abschnitt wird ein Resümee gezogen und abschließend überprüft, welches Potenzial das Verzeihen für die Arbeit an drängenden gesellschaftlichen und politischen Gegenwartsfragen besitzt. Waren in den vorangegangenen Kapiteln die Bedingungen für eine verzeihende Haltung ausführlich beschrieben worden, werden sie nun bündig zusammengefasst. Es liegt auf der Hand, dass dem Verzeihen in der politischen Realität nicht ohne Weiteres gefolgt wird. Daher müssen Hindernisse gesehen und gleichzeitig Durchsetzungskräfte des Verzeihens gegen sie abgewogen werden.

Verzeihen und *Hoffnung* gehören zusammen. Wer verzeiht, ist bereit, einen Neuanfang überhaupt zu versuchen, hat die Hoffnung, dass der »Fluch der bösen Tat, dass sie, fortzeugend, immer Böses muss gebären« (Schiller, 1948 [1799], S. 414), gestoppt werden kann, dass das Fortzeugen, das Aufrechterhalten und Weiterführen von Destruktivität und Aggressivität, dass die Teufelskreise der Rache aufgelöst werden können. Der »Fluch der bösen Tat« beunruhigt die politische Gegenwart: Es kann verzweifeln lassen, zu sehen, dass der fürchterliche Krieg zwischen Israel und Palästina seit Jahrzehnten keinen Frieden findet, dass die Polarisierung US-amerikanischer Politik in ihrer langfristigen Zuspitzung die Demokratie selbst zu zerstören droht, dass der grausame Annexionskrieg Russlands gegen die Ukraine sich auf unerledigte geschichtliche Rechte und Verletzungen beruft. Kann

Verzeihen dabei hilfreich sein, die Last des Vergangenen nicht über die Zukunft herrschen zu lassen? Auf diese Frage werden wir eine Antwort suchen müssen.

Zwei methodologische Vorbemerkungen sind mir wichtig. Mit der ersten will ich einem Missverständnis vorbeugen, das sich durch die Gliederung des Buches aufdrängen könnte. Die Abschnitte setzen Schwerpunkte in der Anwendung der Kategorien, vor allem in der Auswahl der Beispiele, sie reklamieren die Schwerpunkte aber nicht ausschließlich für den Bereich, der gerade im Fokus ist. Sie können die relevanten Kategorien nur besonders gut für sich nutzen. Die zweite methodenzentrierte Vorbemerkung fokussiert die nicht selbstverständliche Anwendung von psychoanalytischen Kategorien auf den gesellschaftlichen Bereich. Das Buch ordnet sich in einen Verlagsrahmen ein und erscheint als Beitrag zur Reihe »Gegenwartsfragen«. Daher wird nicht allein ein klinischer Bereich aufgerufen, sondern zugleich und darüber hinaus ein gesellschaftlicher und politischer. Für die Wissenschaftsgeschichte der Psychoanalyse stellt diese Klammer kein Problem dar: Seit ihren Anfängen war Psychoanalyse nicht allein als klinische Theorie, sondern darüber hinaus als Kulturtheorie oder Gesellschaftstheorie konzipiert. Epistemologisch allerdings sieht es anders aus: Immer wieder ist es umstritten gewesen, ob sich denn psychoanalytische, aus der klinischen Erfahrung gewonnene Begriffe umstandslos für eine Gesellschaftsanalyse nutzen lassen. Mit dem Begriff »Verzeihen« wird ein Terminus genutzt, der nicht psychoanalytisch verankert ist, ebenso wenig wie gesellschaftswissenschaftlich. Das erleichtert den wissenschaftstheoretischen Begründungsanspruch: Nicht ob ein klinischer Begriff angewendet werden kann auf andere

Erfahrungsbereiche, steht infrage, sondern ob ein Begriff, der keinem Bereich angehört, in Bezug auf beide anschlussfähig ist.

Sehr gern danke ich am Ende dieser Einleitung den Menschen und Institutionen, die zum Gelingen der Publikation beigetragen haben. Simon Scharf, Lektor im Psychosozial-Verlag, war stets ausdauernd und geduldig im Vorbereiten, Vereinbaren und Begleiten; ich war froh um die Zusammenarbeit, wie ich immer froh bin über den Psychosozial-Verlag und die Familie Wirth, die ihn so erfolgreich führt. Der Stiftung Villa Garbald in Castasegna sei gedankt für die unendlich schöne und umsichtig betreute Lokalität in der Cascina Villa Garbald, in der ich mit der Niederschrift beginnen konnte. Mit vielen Kolleginnen und Kollegen konnte ich über das Thema diskutieren. Stellvertretend sollen das Seminar zum Thema während der Lindauer Psychotherapiewochen 2025 erwähnt werden, das mich bestärkt hat, am Thema vertieft zu arbeiten, die fruchtbaren kollegialen Gespräche mit Emil Angehrn und Ralf Simon und die Diskussionen im Arbeitskreis Kulturpsychoanalyse der Deutschen Psychoanalytischen Vereinigung. Mein besonderer Dank gilt Matthias von der Tann, der mehrere Fassungen des gesamten Manuskripts durchgearbeitet hat und mir mit wichtigen Hinweisen und konstruktiver Kritik ausgesprochen hilfreich war.