

Mitgefühl

Predigt im Rahmen der Gottesdienstreihe „Starke Gefühle“ 2026
Sonntag, 12. Juli 2026, 9.30 Uhr, Innsbruck Christuskirche
Werner Geißelbrecht

Kanzelsegen

Die Gnade unseres Herrn Jesus Christus
und die Liebe Gottes
und die Gemeinschaft des Heiligen Geistes
sei mit euch allen!

(2. Kor 13,14)

Predigt

Liebe Schwestern und Brüder!

„Die fundamentale Schwäche der westlichen Zivilisation
ist Empathie.“
Meint Elon Musk.¹

Na, was für ein Glück für die Menschheit,
dass es Männer gibt wie ihn,
die diese Schwäche nicht teilen
und die geradezu enthusiastisch das hehre Ziel verfolgen,
die westliche Zivilisation vor den „Gutmenschen“ zu retten.

Ich hoffe,
ihr hört die Ironie zwischen den Zeilen ... 😊

Aber es geht noch besser:
„Empathie ist Sünde“,
predigen manchen Vertreter der christlichen Rechten.
Im evangelikal-konservativen,
christlich-nationalistischen Milieu in den USA
ist das gerade ein großes Thema.

¹ Elon Musk am 28.02.2025 in einem Gespräch mit Joe Rogan in dessen Podcast *The Joe Rogan Experience*. Im gleichen Gespräch differenziert er allerdings auch: „Ich glaube an Empathie ... Ich denke, man sollte sich um andere Menschen kümmern. Aber man muss auch Empathie für die Zivilisation als Ganzes haben und darf keinen zivilisatorischen Selbstmord begehen.“ Musk gebraucht auch die Ausdrücke „weaponized empathy“ (instrumentalisierte/waffenartig eingesetzte Empathie) und „suicidal empathy“ (selbstzerstörerische Empathie; ein Begriff, den er von Gad Saad übernommen hat).

Bekannt wurde vor allem das Buch *The Sin of Empathy* (2024) von Joe Rigney.

Untertitel: “How satan corrupts through compassion” –
 “Wie der Satan durch Mitgefühl verführt.“

Empathie, so wird gewarnt,
 sei eine große Gefahr;
 denn sie mache Menschen weich,
 führe sie in die Irre,
 zerstöre klare moralische Maßstäbe
 und öffne der Beliebigkeit Tür und Tor.

Klingt einigermaßen absurd, finde ich,
 gerade aus christlicher Perspektive.
 War Jesus nicht voller Mitgefühl? –
 Der gute Hirte.
 Der Heiler.
 Der Freund der Sünder und Sünderinnen?
 Der Erzähler der grandiosen Parabel vom barmherzigen Samariter?
 Der Prediger von Nächsten- und sogar Feindesliebe?

Das kann natürlich auch ein Joe Rigney nicht ignorieren.
 Und tatsächlich sieht er es schon differenzierter:
 Compassion, also Mitgefühl und Barmherzigkeit, findet er gut.
 Empathy, Empathie, führe aber dazu,
 sich emotional so stark mit jemandem zu identifizieren,
 dass man dessen Perspektive ungeprüft übernehme.
 Dann würde man sich von Gefühlen leiten lassen,
 statt von Wahrheit, Vernunft oder biblischen Geboten.
 Und das sei eben gefährlich,
 ein Einfallstor der Sünde.

Empathie hat auch Schattenseiten.
 Das stimmt natürlich – und ich komme noch darauf zurück.
 Aber sollte es wirklich das Problem unserer Zeit sein,
 dass es zu viel Empathie, zu viel Mitgefühl gibt?
 Wohl kaum!

Auch Studienergebnisse weisen eher in die andere Richtung:
 Empathie zwischen Menschen
 hat in den letzten Jahrzehnten tendenziell abgenommen.
 Und politisch braucht sich die Welt gerade auch nicht
 vor denjenigen zu fürchten,
 die ein Übermaß an Mitgefühl an den Tag legen.

Mir scheint sehr offensichtlich:
Die westliche Zivilisation
ist von ganz anderen Mächten bedroht!

Empathie ist keine Sünde!
Zunächst einmal ist sie einfach
eine geniale menschliche Fähigkeit,
die in unserer Biologie angelegt ist.
Spiegelneuronen – oder Resonanznervenzellen –
lassen uns mitfühlen, was andere fühlen.
So können wir uns in jemand anderen, fremden hineinversetzen.

Dabei ist Empathie ein komplexes Phänomen.
Es gibt die emotional-intuitive Seite. –
Eben dieses unmittelbare Mitfühlen ohne viel nachzudenken.
Und es gibt die intellektuell-kognitive Seite. –
Wir können uns auch ganz bewusst
über unser Gegenüber und seine Motive Gedanken machen.
Und dann gibt es noch die pragmatische Seite. –
Wir können uns mit anderen solidarisieren,
mit ihnen gemeinsam oder für sie, in ihrem Sinn handeln.

So gesehen wäre Mitgefühl
nur ein Teil der Empathie.
Die beiden Begriffe werden allerdings recht unterschiedlich
und zum Teil auch synonym verwendet.
Damit müssen wir uns jetzt aber nicht aufhalten.

Immer jedenfalls geht es um die Fähigkeit und die Bereitschaft,
sich in andere Menschen hineinzuversetzen.
Empathie bedeutet also:
Ich bleibe nicht in meiner kleinen Welt gefangen.
Ich lasse mich berühren von dem, was ein anderer Mensch erlebt,
fühlt, denkt, sagt.

Wir Menschen sind keine Inseln.
Wir sind Beziehungswesen – von allem Anfang an.
Wir sind aufeinander verwiesen.
Wir leben miteinander und lernen voneinander –
durch Einfühlung und Nachahmung.
Der Philosoph Martin Buber hat es wunderbar formuliert:
„Der Mensch
wird am Du
zum Ich.“

Trotzdem noch einmal:
 Muss man vor Mitgefühl warnen?
 Tatsächlich kann Empathie schon auch Probleme machen.
 Viele Menschen in Pflegeberufen oder sozialen Berufen
 wissen das nur zu gut.
 Man kann sich so sehr in die Schwierigkeiten anderer hineinversetzen,
 dass man selbst nicht mehr gut leben kann.
 Man kann am Leid anderer zerbrechen.
 Und Empathie ist keine unerschöpfliche Ressource.
 Manchmal sind wir damit überfordert.

Mitgefühl verträgt sich auch nicht immer gut mit Gerechtigkeit.
 Wir fühlen oft mit dem Menschen, dessen Gesicht wir sehen.
 Aber gegenüber den Tausenden, die weiter weg leiden,
 bleiben wir manchmal erstaunlich gleichgültig.
 Wir nehmen in Konflikten allzu leicht nur die Perspektive einer Partei wahr
 und schlagen uns vorschnell auf eine Seite.

Darum reicht Empathie nicht aus als moralisch-ethisches Rüstzeug.
 Wir brauchen auch Weisheit,
 Wahrhaftigkeit,
 Verantwortung.
 Was wir fühlen,
 darüber müssen wir auch nachdenken.
 Wir müssen abwägen,
 klug urteilen
 und konsequent handeln.
 Mitgefühl ist nicht alles.
 Aber es ist grundlegend wichtig für uns selbst
 und für unser Zusammenleben.
 Und übrigens – auch das haben mehrere Studien klar gezeigt:
 Einfühlsame Menschen sind glücklichere Menschen.

Jedenfalls ist Mitgefühl sicher keine Sünde!
 Ich möchte sogar das Gegenteil behaupten:
 Durch Empathie wird unsere Sünde aufgehoben,
 also unsere Trennung von Gott überwunden.
 Allerdings rede ich jetzt nicht von unserer Empathie.

Ich finde aber,
 man kann die Menschwerdung Gottes in Jesus Christus
 als eine große Empathiebewegung verstehen.
 Gott bleibt nicht auf Distanz.
 Er betrachtet unser Leben nicht unbeteiligt von oben.

Er schickt nicht bloß Gebote.
 Er schreibt nicht nur Regeln.
 Er kommt selbst.
 Er versetzt sich in uns hinein.
 Er wird Mensch.
 Er wird ein Kind.
 Er erlebt Hunger und Müdigkeit.
 Er kennt Freude und Freundschaft,
 Tränen und Schmerz.
 Er erfährt Ablehnung, Verrat und Gewalt.

Im Hebräerbrief lesen wir:

„Wir haben nicht einen Hohenpriester,
 der nicht könnte mitfühlen² mit unserer Schwachheit.“ [Hebr 4,15]
 Was für ein Satz!

Der christliche Glaube verkündet keinen fernen,
 von der Welt abgeschiedenen, in sich ruhenden Gott.
 Er verkündet einen Gott, der mitfühlen kann und will.
 Der uns Menschen nicht nur von Ferne versteht,
 sondern unser Leben von innen her kennt.

Man könnte sagen:
 Die Menschwerdung Jesu ist Gottes radikale Empathie.
 Gott steigt hinein in unsere Wirklichkeit.
 Nicht als Zuschauer.
 Sondern als einer von uns.

Vielleicht kennt ihr den Satz:
 „Gott wurde Mensch,
 damit wir Menschen würden.“
 Die Formulierung bringt etwas Wesentliches auf den Punkt.

Was bedeutet eigentlich wahres Menschsein?
 In biblischer Perspektive
 heißt Menschsein nicht bloß funktionieren.
 Nicht möglichst erfolgreich sein.
 Nicht stärker sein als andere.
 Nicht möglichst viele Vorteile für sich selbst sichern.

Jesus zeigt uns, was ein Mensch nach Gottes Willen ist.
 Er lebt in Beziehung.

² Luther 2017: mitleiden

Er lebt aus Liebe.
 Er lebt nicht nur für sich.
 Ein Mensch kann sich berühren lassen.
 Er kann Mitgefühl haben.

Gott wurde Mensch,
 damit wir lernen,
 menschlicher zu werden.

Gott fühlt also mit uns.
 Aber die Nachfolge Jesu führt noch weiter.
 Sie führt dahin, dass wir beginnen, mit Gott zu fühlen.

Wir können lernen, die Welt mit seinen Augen zu sehen.
 Lernen zu lieben, was und vor allem wen Gott liebt
 und auf die Menschen zu schauen, wie er auf sie schaut.
 Lernen, uns berühren zu lassen von fremdem Leid
 und über Unrecht zu trauern.
 Lernen, uns über Versöhnung und Heilung zu freuen.

Paulus schreibt:
 „Seid so gesinnt, wie Jesus Christus auch war.“
 Man könnte auch sagen:
 Nehmt seine Haltung an.
 Versetzt euch hinein in sein Denken.
 Lernt sein Fühlen.

Christlicher Glaube ist nicht vor allem
 das Für-wahr-Halten von Glaubenssätzen.
 Christlicher Glaube ist eine Schule des Herzens.
 Vielleicht ist das sogar die tiefste Bedeutung dessen,
 was die Kirchenväter „Vergöttlichung“ nannten:
 Nicht, dass wir Gott werden.
 Aber dass wir immer mehr lernen,
 in Gottes Weise zu sehen,
 zu fühlen,
 zu lieben
 und zu handeln.

Jesus erzählt die Geschichte vom barmherzigen Samariter.
 Wir haben sie vorhin gehört.
 Ein Mensch liegt verletzt am Straßenrand.
 Andere gehen vorbei.
 Sie werden ihre Gründe haben.

Vielleicht haben sie keine Zeit.
 Vielleicht haben sie Angst.
 Vielleicht fühlen sie sich nicht zuständig
 oder überfordert.

Der Samariter aber bleibt stehen.
 Er sieht.
 Er fühlt mit.
 Er handelt.
 Und ganz wichtig:
 Der Samariter verliert sich dabei nicht.
 Er lässt sich die Hilfe zwar einiges kosten.
 Aber er bleibt auch bei sich.
 Er hilft –
 und dann geht er seinen eigenen Weg weiter.

Christliche Barmherzigkeit
 ist keine „suicidal empathy“,
 vor der Elon Musk anscheinend Angst hat,
 keine „selbstzerstörerische Empathie“.
 Es geht um verantwortliches
 und auch sich selbst gegenüber verantwortbares Mitgefühl.
 Man kann auch lieben,
 ohne auszubrennen.
 Abermillionen Menschen leben das tagtäglich vor,
 Gott sei Dank!

Ich glaube nicht,
 dass wir in unseren Gesellschaften zu viel Empathie haben.
 Zu viel Mitgefühl mit Armen,
 mit Einsamen,
 mit Kranken,
 mit Flüchtlingen.
 Zu viel Mitgefühl mit Menschen,
 die anders denken als wir.
 Wohl kaum.

Problematisch ist doch meistens nicht eine Überdosis Mitgefühl.
 Ein Problem ist eher, wenn wir wegschauen.
 Wenn wir abstumpfen, weil unser Empathievorrat erschöpft ist.
 Wenn wir uns schützen, indem wir nichts mehr an uns heranlassen.

Denn was passiert denn, wenn wir uns abkoppeln von anderen Menschen?
 Wenn wir vor allem die Leidenden ausblenden?

Wenn wir nur noch in unseren eigenen Blasen leben?
 Wenn wir nur noch lesen, was unsere eigene Meinung bestätigt?
 Wenn wir nur noch mit Menschen sprechen,
 die genauso denken wie wir selbst?

Wenn wir verlernen, uns in andere hineinzuversetzen,
 dann verlieren wir etwas Wesentliches.
 Denn ein gutes Miteinander lebt vom Einführen und Mitfühlen.
 Auch Demokratie funktioniert nur so.
 Es sind ja fast nie alle derselben Meinung –
 und das brauchen und das sollen sie auch nicht sein.
 Wir können mit unserer Vielfalt und Unterschiedlichkeit
 auch anders gut zurechtkommen:
 Wenn wir einander trotz mancher Fremdheit zuhören.
 Wenn wir versuchen, die Perspektive des anderen zu verstehen.
 Die große US-amerikanische Philosophin Martha Nussbaum
 nennt Empathie deshalb
 eine unverzichtbare Tugend demokratischen Zusammenlebens.

Und umgekehrt warnte Hannah Arendt:
 „Der Tod der menschlichen Empathie
 ist eines der frühesten und deutlichsten Anzeichen dafür,
 dass eine Kultur in die Barbarei abzugleiten droht.“
 Ich glaube, sie hat recht.
 Das zeigt nicht nur der Blick in die Geschichte.
 Wo Mitgefühl stirbt, wird Ausgrenzung leichter.
 Wo Mitgefühl stirbt, werden Ignoranz und Verachtung normal.
 Wo Mitgefühl stirbt, verlieren Menschen ihre Menschlichkeit.

Liebe Schwestern und Brüder!
 Wir glauben an einen Gott,
 der uns so sehr liebt,
 dass er einer von uns wird.
 Ein Gott, der nicht wegschaut,
 der mitfühlt,
 der Mensch wird.

Manchen wir's wie er:
 Werden wir Menschen,
 immer mehr, immer neu.
 Lassen wir uns nicht einreden,
 es wäre hohe Lebenskunst oder gar eine christliche Tugend,
 unser Herz zu verhärten
 und uns in Acht zu nehmen vor Mitgefühl.

Das ist nicht christlich
und wird uns auch nicht glücklich machen.
Schulen wir lieber unsere Empathie.
Lassen wir uns berühren von anderen Menschen,
gerade auch von Menschen in Not.

Achten wir dabei auch auf unsere Gefühle,
auf unseren Verstand,
auf unsere Grenzen.

Versuchen wir, die Welt immer wieder einmal
mit den Augen anderer zu sehen,
sie vor allem auch mit Gottes Augen zu sehen.

Und üben wir uns darin,
unser Herz zu weiten
und Gott und die Menschen zu lieben,
so wie uns selbst.

Amen.

Dankgebet und Fürbitten

Danket dem Herrn, denn er ist freundlich. Und seine Güte währet ewiglich.
Halleluja!

Wir danken dir für Brot und Kelch, für die Gemeinschaft an deinem Tisch,
für Trost, Ermutigung, Hoffnung.

Du hast uns gestärkt mit deiner Gegenwart, mit deiner Liebe, mit deiner
Kraft. Lass sie Frucht bringen in unserem Alltag:

Dass wir Menschen nicht übersehen. Dass wir einander wahrnehmen und
zuhören. Dass wir uns einfühlen – auch in diejenigen, die uns fremd sind.
Dass wir versöhnen, statt spalten. Und uns anstecken lassen von deiner
Barmherzigkeit.

Wir bitten dich für Menschen, die unter Krieg, Gewalt und Hunger leiden,
für Flüchtlinge, für Opfer von Hass und Ausgrenzung. Sei du ihnen nahe
und tue Wege des Friedens auf.

Wir bitten dich für deine Kirche weltweit und für unsere Gemeinde: Lass
sie ein Ort sein, an dem Menschen Verbundenheit erleben, Hoffnung
schöpfen, deine Liebe erfahren und aufleben.

Wir bitten dich für unsere Gesellschaft. Bewahre uns vor Gleichgültigkeit,
Verrohung und Verachtung. Lehre uns Respekt und Mitgefühl. Stärke
Freiheit, Gerechtigkeit und Demokratie.

Wir bitten dich für alle, die Verantwortung tragen: in Politik, Wirtschaft,
Bildung und Gesellschaft. Schenke Weisheit, Wahrhaftigkeit und ein Herz
für die Menschen.

Wir bitten dich für uns selbst: Öffne unsere Augen für die Menschen auf
unserem Weg. Lass uns nicht wegzuschauen, wenn Hilfe nötig ist. Lass uns
mit deinem Herzen fühlen, mit deiner Weisheit urteilen und mit deiner
Liebe handeln.

Amen.