

*Euch aber, die ihr zuhört, sage ich: Liebt eure Feinde; tut denen Gutes, die euch hassen! Segnet die, die euch verfluchen; betet für die, die euch beschimpfen! Dem, der dich auf die eine Wange schlägt, halt auch die andere hin und dem, der dir den Mantel wegnimmt, lass auch das Hemd! Gib jedem, der dich bittet; und wenn dir jemand das Deine wegnimmt, verlang es nicht zurück! Und wie ihr wollt, dass euch die Menschen tun sollen, das tut auch ihr ihnen! Wenn ihr die liebt, die euch lieben, welchen Dank erwartet ihr dafür? Denn auch die Sünder lieben die, von denen sie geliebt werden. Und wenn ihr denen Gutes tut, die euch Gutes tun, welchen Dank erwartet ihr dafür? Das tun auch die Sünder. Und wenn ihr denen Geld leiht, von denen ihr es zurückzubekommen hofft, welchen Dank erwartet ihr dafür? Auch die Sünder leihen Sündern, um das Gleiche zurückzubekommen. Doch ihr sollt eure Feinde lieben und Gutes tun und leihen, wo ihr nichts zurück erhoffen könnt. Dann wird euer Lohn groß sein und ihr werdet Söhne des Höchsten sein; denn auch er ist gütig gegen die Undankbaren und Bösen. Seid barmherzig, wie auch euer Vater barmherzig ist! Richtet nicht, dann werdet auch ihr nicht gerichtet werden! Verurteilt nicht, dann werdet auch ihr nicht verurteilt werden! Erlasst einander die Schuld, dann wird auch euch die Schuld erlassen werden! Gebt, dann wird auch euch gegeben werden! Ein gutes, volles, gehäuftes, überfließendes Maß wird man euch in den Schoß legen; denn nach dem Maß, mit dem ihr messt, wird auch euch zugemessen werden.*

*Lukasevangelium 6,27 - 38 (Einheitsübersetzung)*

Empathie? – ja bitte!

Das sollen die Menschen mir tun:

- Verstehen, dass es mir als vermeintlichen Gegner nicht anders ergeht als ihnen – wir sind gefangen in einer Spirale der Aufrüstung.
- Verstehen, dass ich im Kampf um wechselseitige Wertschätzung und Anerkennung den Anderen niedermache.
- Verstehen, dass ich mich nach einem wärmenden Obergewand, nach einer annehmenden Liebe ausstrecke.
- Verstehen, dass ich Zeit zum Durchatmen brauche, wenn meine Wut gerade grenzenlos ist.

Das soll ich den Menschen tun:

- Fühlen, was der andere fühlt – und den ersten Schritt der Abrüstung gehen und die Spirale der Angst durchbrechen, damit Leben in Freiheit möglich wird.
- Fühlen, was der andere fühlt – und ein aufmunterndes Lächeln, ein Wort der Wertschätzung und des Dankes schenken.
- Fühlen, was der andere fühlt – und mehr als einen wärmenden Mantel der Liebe geben.
- Fühlen, was der andere fühlt – und ihm die Zeit geben, die wahren Gründe der Wut, des Ärgers zu verstehen.

Gott, dein Liebesblick verwandle uns, unsere Starrheit, Gnadenlosigkeit, Lieblosigkeit, damit wir mit liebevollem Blick auf uns und unsere Mitmenschen blicken.

Seid barmherzig, wie auch euer Vater barmherzig ist!

Voller Empathie! Überfließend maßlos!