

**Thema: Therapeutisch leben im Spannungsfeld (3)
Misericordia – Barmherzigkeit**

Autor: Felix Scherrer

Die vorliegende Version von CTL THEMA wurde zur Veröffentlichung im Internet gekürzt.

Wesentliche Inhalte sind ausgeblendet und gepunktet markiert.

Der vollständige Artikel kann in gedruckter Form unter www.ctl.ch bei dem Link **Bestellen** angefordert werden – kostenlos.

CTL THEMA ist auch im Abonnement erhältlich.

Der Begriff *Misericordia* fasst das im Kern Therapeutische und Seelsorgerliche in verdichteter Form zusammen.

Inhalt

- Misericordia: Begriff und therapeutisch relevante Elemente
- Exerzitie: Anhalten, Betrachten, Beziehung, Wandlung
- Bildmeditation
- Beispiele aus der Praxis (*aus Platzgründen im Jahresbericht 2017*)

Misericordia: Begriff und therapeutisch relevante Elemente

miseria (lat.), Drangsal, Elend, Schwäche, als minusartig Empfundenes
cor (lat.), Herz; *corde*, von Herzen

Das Herz verbindet sich mit der Misere. Eine Herzens-Haltung, welche von Liebe geprägt ist, nimmt sich dem Elend, der Not, der Angst, aber auch der Freude, dem Wohlbehagen, der Schwachheit an.

Zu beachten: auch Zufriedenheit, Daseinsfreude, Glückseligkeit kann als Minus, als *miseria* empfunden werden. Die eigene Empfindungswelt oder diejenige des Gegenübers ist oftmals anders als wir es kognitiv oder subjektiv als normal empfinden.

Daraus abgeleitet therapeutisch relevante Elemente:

Wesentliche Inhalte sind in dieser Online-Version ausgeblendet.

Der vollständige Artikel kann in gedruckter Form unter www.ctl.ch bei dem Link **Bestellen** angefordert werden – kostenlos.

Bemerkung

Die oben beschriebenen therapeutischen Elemente wirken *explizit*, in direkter Art, in *wandelnder* Form auf die Tiefen der Psyche und der Seele der Persönlichkeit.

Im Gegensatz dazu und auch ergänzend der Ansatz, welcher durch kognitive Methoden, in Gedanken und Verhalten, etwas willentlich verändern und entwickeln möchte. Durch die

willentlich vorgegebene Richtung (psychologisches Modell, Dogmatik, Lehrmeinung usw.) hat dieser Ansatz jedoch nur einen indirekten Wirkeffekt auf die Tiefenebene. Zudem ist dabei der therapeutische Effekt stark von den kognitiven Fähigkeiten des Patienten abhängig.

Literatur: Zur fundierten Darstellung der therapeutisch relevanten Elemente und zur Vertiefung sei hingewiesen auf CTL THEMA Ausgabe Nr. 68 «Tiefenarbeit und Liebe» und die Ausgabe Nr. 78 «Verletzungen und Wunden».

Eine Exerzitie: Anhalten, Betrachten, Beziehung, Wandlung

Literatur: Zum Rahmen für eine Exerzitie sei hingewiesen auf die Broschüre «Anleitung zur Kontemplation» und CTL THEMA Nr. 71 «Therapie und Gebet».

[1] In Kontakt kommen [Lectio]

Ich nehme ein Element – Gedanke, Emotion, Gefühl resultierend aus einem Thema oder einem Erlebnis – welches mir spontan, bewusst gesucht, imaginiert oder frei erfunden begegnet.

Als Element-Anregung dienlich sein kann auch die Liste aus CTL THEMA Nr. 81 bei der Frage [? 1.a.] oder die folgenden Elemente:

etwas Freudiges, Schönes, ein Wohlgefühl, Lustvolles, Entspannendes, Beglückendes, Zufriedenheit, Harmonie, Genuss;

etwas Leidvolles, Schwaches, eine Angst, ein Gefühl von Verletzung, Versagen, möglicherweise Traumatisiertes, Peinliches, Schambesetztes;

die Endlichkeit, der Tod, Gedanken an einen verstorbenen Menschen, das Sterben, etwas Vergängliches;

ein körperliches Leiden, Krebsleiden, Tumor, Schwachheit am Skelett oder der inneren Organe;

den menschlichen Körper, betrachtend:

– eine unbedeckte Frau, ein nackter Mann, bei welchen auch die geschlechtsspezifischen Organe zu sehen sind (Penis, Schamlippen, Hoden, Brüste);

– den eigenen nackten Körper.

eine geistige Beeinträchtigung, etwas psychisch, seelisch oder geistlich als einschränkend, als abnormal Empfundenes;

ein Empfinden von gesättigt, getragen, geborgen, geliebt, wahrgenommen, gestillt, warm, erfüllt;

ein Gefühl von Hunger, unerfüllt, nicht haben könnend, Drang, Anspannung;

ein Erleben von Verlust, Erfolg, Scheitern, Versagen, Glück.

[2] Womit komme ich beim Betrachten des Elementes in Berührung? [Meditatio 1]

Wesentliche Inhalte sind in dieser Online-Version ausgeblendet.

Der vollständige Artikel kann in gedruckter Form unter www.ctl.ch bei dem Link *Bestellen* angefordert werden – kostenlos.

Zu beachten: Erscheint mir das Verweilen stark unangenehm, dann beende ich die Exerzitie und wende mich einem angenehmen Empfinden zu. Die Exerzitie wiederhole ich dann zu einem späteren Zeitpunkt.

[3] Differenziert betrachten: Empfindungen, Gefühle werden separiert von Kommentaren [Meditatio 2]

- a. Mit einer Farbe kennzeichne ich Elemente von Kommentar, Wertung, Interpretation, Analyse, Diagnostik, Zuordnung, Erklärung usw.
- b. Die verbleibenden Empfindungen, Emotionen, Gefühle notiere ich nochmals separat auf einem Blatt.

[4] Anhalten und Verweilen [Contemplatio und Ruminatio]

Wesentliche Inhalte sind in dieser Online-Version ausgeblendet.

Der vollständige Artikel kann in gedruckter Form unter www.ctl.ch bei dem Link *Bestellen* angefordert werden – kostenlos.

[5] Beziehe ich Gott und Glaubensinhalte mit ein, dann gehört dahinein auch das Gebet [Oratio]

«Herr, öffne meine Lippen, damit mein Mund Deinen Ruhm verkünde. Gott, komm herbei mich zu retten, eile Herr, mir zu helfen.»

Sinn und Funktion der Exerzitie

Einüben: Innere Haltung

Nicht aufgrund eigener Gerechtigkeiten:

kommentierend, interpretierend, urteilend, richtend, vermeidend, verdrängend, analysierend, separierend, schützend, ablenkend, unterdrückend, dogmatisierend, ausgrenzend.

Dafür umkehrend, aus einer Herzenshaltung *aus Liebe* ühend:

das barmherzige Betrachten, von Herzen, *cor*, in *cordia*;

aus Liebe mit der *miseria*, dem Beschwerlichen einen Weg gehen, damit die zweite Meile gehen, dies im Bewusstsein: der Weg ist länger und beschwerlicher als wir uns denken oder wir gerne hätten.

Und dabei geschehen lassen:

Einüben: Anhalten, Betrachten, die Ruminatio

ruminare (lat.), das gedankliche Wiederkauen und Verkosten, das wiederholende Anhalten und Betrachten.

Die Mönche der christlichen Frühzeit – bei den Benediktiner und Benediktinerinnen ab dem 6. Jahrhundert bis in die Gegenwart – setzen *Meditation* meistens mit *Ruminatio* gleich.

Ein Begriff aus der *Lectio* (der Bibellese oder ein eigenes Element, beispielsweise aus der vorgehenden Exerzitie) wird im wiederholenden Betrachten und Verkosten bewegt und dies über eine längeren Zeitraum.

Dabei wird nicht an erster Stelle der Kopf, der Intellekt verwendet. Das Element wird bildlich gesprochen durch den Mund, durch das Ohr, durch die Augen, mit allen Sinnen und den zugehörigen Emotionen aufgenommen und bewegt, gleichsam einem langsamen Zerkauen, Verkosten, den Geschmack erkundend und aufkommen lassend, das Aroma entfaltend, die Frucht des Herzens werden lassend.

Immer wieder bekomme ich zu hören: „*Ich habe so viel über mich gelernt und wüsste was ich machen sollte, aber ich kann es einfach nicht umsetzen.*“

Das Wesentliche kann man eben nicht *machen*, dafür aber im betrachtenden Zulassen *geschehen* und *werden lassen*. Den Weg finden vom Kopf ins Herz; etwas vom Kopf ins Herz fallen, ja vielmehr, im Herzen aufgehen lassen.

Einüben: Werden lassen und Wandlung erfahren

Wesentliche Inhalte sind in dieser Online-Version ausgeblendet.

Der vollständige Artikel kann in gedruckter Form unter www.ctl.ch bei dem Link *Bestellen* angefordert werden – kostenlos.

Einüben: Glauben

Aus Glauben leben, Nachfolge einübend. Erbittend den Beistand von Gott und Jesus Christus, welche unsere *miseria* nicht einfach auflösen, sondern uns darin beistehen – dabei glaubend und vertrauend in das wandelnde Wirken des Heiligen Geistes.

Wesentliche Inhalte sind in dieser Online-Version ausgeblendet.

Der vollständige Artikel kann in gedruckter Form unter www.ctl.ch bei dem Link *Bestellen* angefordert werden – kostenlos.

**«Neige, mein Gott, dein Ohr und höre!
Denn nicht aufgrund unserer Gerechtigkeiten
legen wir unser Flehen vor dich hin,
sondern aufgrund deiner grossen Barmherzigkeit.»**

Dan 9,18

**«Kommt her zu mir, alle ihr Mühseligen und Beladenen!
Und ich werde euch Ruhe geben.
Nehmt auf euch mein Joch, und lernt von mir!
Denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig,
und „ihr werdet Ruhe finden für eure Seelen“;
denn mein Joch ist sanft, und meine Last ist leicht.»**

Mt 11,28-30; 1 Joh 5,3; Jer 6,16

Bildmeditation

Betrachten Sie das Gemälde «Der gute Samariter» von *Vincent van Gogh*. Als Anleitung dienlich sein kann Ihnen die oben beschriebene Exerzitie, bei den Punkten 2-5.



Vincent van Gogh: Der gute Samariter (nach Delacroix), 1890

Auf der CTL-Website unter der Rubrik *CTL THEMA* können Sie über [diesen Link](#) eine prächtige Reproduktion downloaden.

Literatur:

Fidelis Ruppert OSB; *Meditatio - Runimatio*; Zu einem Grundbegriff christlicher Meditation; Erbe und Auftrag, *Benediktinische Zeitschrift - Monastische Welt*, Heft 53, S. 83-93; 1977, D-Beuron.

Edgar Friedmann OSB; *Die Bibel beten*; Münsterschwarzacher Kleinschriften 88, S. 14-20; 1985, D- Münsterschwarzach.

OSB, Ordo Sancti Benedicti (lat), Orden der Benediktiner und Benediktinerinnen.

▪

Kopieren, Zitieren und Weiterverwenden von CTL THEMA

Es freut uns natürlich, wenn Sie aus CTL THEMA Gedanken entnehmen, Texte zitieren und für Ihr eigenes Arbeiten nutzen. Auch Sie legen Wert darauf, dass geistiges Eigentum (Text, Musik, Software, Bilder) gewürdigt und nicht missbraucht wird. Beim Zitieren (Gedanken oder Wortlaut) bitte immer vollständig referenzieren (die Quellenangabe «CTL Bern» beispielsweise ist ungenügend).

Copyright © 2018 CTL Bern

Die unveränderte Weitergabe des ausgedruckten Textes im privaten Bereich ist gestattet. Gerne senden wir Ihnen eine beliebige Anzahl einer ungekürzten Ausgabe in gedruckter Form kostenlos zu.

Kopieren und Erfassen von CTL THEMA – auch auszugsweise – ist nicht gestattet. Weiterverwendung im Internet – ausser Verlinkung auf diese Seite – oder in Print bedarf der vorherigen schriftlichen Genehmigung.

Spenden

Wir sind für KlientInnen und PatientInnen in schwierigen finanziellen Situationen auf Spenden angewiesen. Vielen Dank für Ihren Beitrag.

Staatlich als gemeinnützig anerkannt, können Sie Spenden an die CTL bei den Steuern unter Vergabungen in Abzug bringen.

Spenden Konto: 30-4629-3
IBAN: CH31 0900 0000 3000 4629 3
Konto Name: CTL Bern