

## Überlegungen und Vorschläge für Inhalte einer Enzyklika mit dem Untertitel **„Die Sorge für unser inneres Haus“**

Für das nachsynodale Glaubensdokument „Amoris Laetitia“ bin ich sehr dankbar. Dort sind auch einige Ansätze zur Beachtung psychischer Belastungen aus der Kindheit und aus dem Jugendalter für das Verständnis von Eheproblemen formuliert (Kap 239 u. 240).

>>>

Ich sehe dies als einen wertvollen Schritt in die richtige Richtung, der aber einer umfassenden Entfaltung bedarf.

Bereits im Konzilsdokument „Gaudium et Spes“ (1965) heißt es:

*„In der Seelsorge sollen nicht nur die theologischen Prinzipien, sondern auch die Ergebnisse der profanen Wissenschaften, vor allem der Psychologie und der Soziologie, wirklich beachtet und angewendet werden, so dass auch die Laien zu einem reineren und reiferen Glaubensleben kommen.“ (Kap 62)*

*„Durch ihr Geschaffensein selber nämlich haben alle Einzelwirklichkeiten ihren festen Eigenstand, ihre eigene Wahrheit, ihre eigene Gutheit sowie ihre Eigengesetzlichkeit und ihre eigenen Ordnungen, die der Mensch unter Anerkennung der den einzelnen Wissenschaften und Techniken eigenen Methode achten muss.“ ((Kap 36)*

**Diese Aussagen des Zweiten Vatikanischen Konzils sind - besonders was die Bedeutung der Psychologie für ein „reineres und reiferes Glaubensleben“ betrifft - noch keineswegs verwirklicht.**

**Es ist für mich unvorstellbar, dass die Kirchenleitung das heutige Wissen über die Welt der Gefühle, die doch so wesentlich unser Verhalten im privaten, im gesellschaftlichen und religiösen Bereich positiv und negativ beeinflussen, noch nicht angemessen zur Kenntnis nimmt.**

Nach der Umwelt-Enzyklika („Laudato si“) mit dem Untertitel „Die Sorge um unser gemeinsames Haus“ wäre nun eine weitere Enzyklika dringend notwendig zum Thema:

**„Unsere Sorge um unser inneres Haus“**

### **Einige Überlegungen und Vorschläge für die Inhalte einer solchen Enzyklika:**

1. Als Grundlage ist eine ausführliche Beschreibung des christlichen Menschenbildes notwendig, wobei dieses nicht statisch zu beschreiben wäre, sondern als ein Menschenbild, das seelischen Wachstums- und Reifungsprozessen unterliegt.

#### **Wichtige Aspekte des christlichen Menschenbildes zum Thema „Gefühle und Konflikte“:**

- Als Ebenbild Gottes besitzt der Mensch eine „Person-Würde“, die eine absolute Werthaftigkeit jenseits jeder Berechenbarkeit darstellt.
- Als Ebenbild Gottes bleibt der Mensch trotz seiner Geschöpflichkeit und trotz aller Erforschung des menschlichen Wesens ein Geheimnis, das als Individuum und Person nie völlig geistig in Besitz genommen werden kann, also nie vollständig begreifbar

ist. So ist er für sich selbst und für seine Mitmenschen auch immer wieder ein Rätsel. Deshalb gibt es auch in Beziehungen des Vertrauens und der Liebe die Erfahrung eines „Abgrunds des Nicht-verstehen-könnens“. Die dadurch verursachten Ängste und Unsicherheiten sind auszuhalten!

- Als Ebenbild des Dreifaltigen Gottes besitzt jeder Mensch eine Originalität und Einzigartigkeit, durch die er sich von jedem anderen Menschen zutiefst unterscheidet und gleichzeitig mit jedem anderen Menschen im Innersten verbunden ist, so dass er zu tiefem Mitgefühl, Anteilnahme und Solidarität fähig ist.

- Als Ebenbild des Dreifaltigen Gottes ist der Mensch ein soziales Wesen, der die gleiche Würde jedes anderen achten soll und deshalb mit jedem Menschen auf gleicher Ebene in Beziehung treten kann. Deshalb ist er gerufen, jede Ungerechtigkeit, Bevormundung und Herrschaftsausübung gegenüber anderen Menschen in allen Lebensbereichen zu überwinden.

- Der Mensch als „Adam“, als „Kind der Erde“, ist zutiefst mit der Erde verbunden, deshalb soll er sich der großen Gemeinschaft allen Lebens zugehörig wissen und als liebevoller und umsichtiger „Verwalter der Erde“ sein Leben gestalten.

2. Der Unterschied zwischen „Seele“ als der göttliche Wesenskern des Menschen und „Seele“ als „Psyche“ im Sinne von „Ort der Gefühle“ ist zu beschreiben.
3. Die vielfältige Welt der Gefühle ist zu beschreiben, wobei die Gefühle in ihrer Bedeutung als Signale, als Kraftquellen und als wesentliche Orientierungshilfen der Seele zu würdigen sind.  
(Gefühle bestimmen wesentlich unser Verhalten und unsere Entscheidungen. Ja der Hunger nach Leben ist für viele Menschen der Hunger nach angenehmen Gefühlen!)
4. Es ist Abschied zu nehmen von der Bewertung und Verteufelung bestimmter Gefühle: Alle Gefühle (z.B. auch Hass und Verachtung) haben ihren Sinn und ihren Wert als Signale der Seele. Aber die bloße Abreaktion und der Missbrauch von Gefühlsenergien kann vielfältige negative Auswirkungen haben. Dazu sind verantwortungsvolle Formen des Umgangs mit „gefährlichen“ Gefühlen wie Zorn, Hass, Verachtung, ... zu beschreiben.  
Dabei sind destruktive und konstruktive Formen von Streit und Kritik zu unterscheiden und damit die Umlenkung der Energien starker und gefährlicher Gefühle in konstruktive Bahnen.
5. Zu beschreiben sind die Wechselwirkungen von Gefühlen (Gefühlssoziologie), die gesunde und ungesunde Abfolge von Gefühlen (Gefühlssukzession) und ihre Beeinflussbarkeit. Zudem sind die unbewussten Gefühlsanteile, die in einem bewussten Gefühl mitwirken können, zu beschreiben (Z.B. der mögliche Anteil von Liebe im Zorn, ein möglicher Anteil von Verachtung in der Liebe) und wie man sie erkennen und kanalisieren kann, damit sie nicht destruktiv wirken.
6. Zu beschreiben sind die vielfältigen Gefühlsverdrängungen, die vor allem in der Kindheit durch schmerzhaft und überfordernde Erfahrungen üblich und für die kindliche Seele oft notwendig sind und im späteren Leben als problematische Gefühlsverstärker wirken. Wenn sie nicht erkannt und aufgearbeitet werden, belasten sie das

mitmenschliche Zusammenleben und sind ein häufiger Grund für Konflikte aller Art u.a. auch für Ehescheidungen.

7. Zu beschreiben sind die von einem Elternteil oder anderen Vorfahren übernommenen Gefühle, die ähnlich wie Gefühle, die in der Kindheit verdrängt wurden, die aktuellen Gefühle wie z.B. Zorn, Trauer oder Neid extrem verstärken können und dadurch das mitmenschliche Verhalten belasten.
8. Zu beschreiben ist das Phänomen der Projektionen: wie wir Gefühle aus der eigenen Kindheit oder aus dem Schicksal der Vorfahren auf Personen der Gegenwart projizieren und dadurch ein Verhalten praktizieren, das unsere Mitmenschen als ungerecht und überzogen empfinden und diese dann oft mit Entrüstung oder mit Rückzug reagieren.
9. Es ist wichtig, durch diese psychologischen Erkenntnisse zu erkennen, dass in vielen mitmenschlichen Konflikten der gute Wille allein nicht reicht für ein friedliches Zusammenleben, ja dass man sogar aus Liebe viele Fehler machen kann und einem guten Zusammenleben langfristig sehr schaden kann, wenn man nicht um die gesunde Ordnung der Liebe weiß, die die Psychologie aufzudecken in der Lage ist.
10. Gefühle, die wir nicht verstehen oder die uns nicht bewusst sind oder deren mögliche konstruktive Kanalisierung wir nicht kennen, belasten unser zwischenmenschliches Verhalten und besonders das Zusammenleben in der Partnerschaft und gegenüber Kindern.
11. Manche Gefühle haben nicht nur mit Moral zu tun, sondern besitzen wichtige spirituelle Anteile und können deshalb individuelle heilsgeschichtliche bzw. heilszerstörende Wirkungen haben – wie z.B. Liebe, Verachtung, Minderwertigkeitsgefühle und manche Formen der Angst.  
Solche Gefühle können Ausdruck und Symptome sein für die Unerlöstheit eines Menschen bzw. für die Erfahrung von Erlösung.  
Das Zusammenspiel von Spiritualität und Wissen im Bereich der Gefühle ist zu beschreiben und ebenso mögliche Formen des spirituellen Umgangs mit Gefühlen.
12. Es wäre eine zentrale Aufgabe der Kirche die Ursachen von fundamentalistischen, rigiden und angstneurotischen Glaubenshaltungen zu erforschen und bekannt zu machen und ebenso die Ursachen von menschlichen Verhaltensweisen, die dazu führen, dass Menschen weggesperrt werden (in Gefängnisse und geschlossene psychiatrische Abteilungen).  
Wenn die Kirche das Vorbild und die Botschaft Jesu ernst nimmt, müsste es ihr ein brennendes Anliegen sein, die Ursachen und Heilungsmöglichkeiten von extremen Formen von Aggressionen, Grenzüberschreitungen und geistigen Verwirrungszuständen besser zu verstehen und bekannt zu machen!!
13. Thema Paarbeziehung: Es müssten Gefühlsbelastungen beschrieben werden, die in einer partnerschaftlich verstandenen Paarbeziehung typischerweise auftauchen und diese vor neue Herausforderungen stellen:

Aufgrund des christlichen Menschenbildes (siehe oben) ist es natürlich, dass es in einer partnerschaftlichen Ehe wegen der Einzigartigkeit jedes Menschen auch das Nicht-verstehen-können und das Nicht-verstanden-werden gibt.

Dies bewirkt manchmal auch Erfahrungen von Ohnmacht, Hilflosigkeit, Ratlosigkeit, die Angst und Minderwertigkeitsgefühle auslösen können. Vor allem Männer haben mit solchen Gefühlen Schwierigkeiten und müssen lernen, solche Gefühle auszuhalten ohne aggressiv zu werden und ohne die Frau abzuwerten und zu unterdrücken. Auch Gefühle der Einsamkeit und des Zurückgeworfen-werdens auf sich selbst sind in einer Partnerschaft möglich. Auch dies ist natürlich und stellt eine oft schmerzhafteste Herausforderung dar, sich selbst unabhängig von jedem anderen Menschen ehrlicher wahrzunehmen und die auftauchenden Ängste und Schmerzen als seelische Hausaufgaben zu erkennen, um Altlasten und Verdrängungen aus der Kindheit und problematische Rollen, in die man als Kind geraten war, aufzuarbeiten und von den Vorfahren übernommene und belastende Gefühlsenergien abzubauen.

Einsamkeitserfahrungen und seelische Schmerzen sind also als Signale der Seele zu verstehen, die uns auffordern, Wege der Heilung und der Ganz-Werdung zu suchen und zu gehen.

Für das Aushalten dieser seelischen Schmerzen und Ängste kann der christliche Glaube eine wesentliche Hilfe sein.

Aufgrund der Einzigartigkeit jedes Menschen gibt es natürlicherweise auch Unterschiede im Denken und Wollen, in den Interessen und Gefühlen. Um trotz dieser Unterschiede die Gemeinsamkeit eines partnerschaftlichen Lebens zu verwirklichen, ist die Bereitschaft und die Fähigkeit für Kompromisse notwendig, aber in manchen Punkten auch die Fähigkeit sich durchzusetzen und dann auch wieder die Bereitschaft, Verzicht zu üben.

In einer gesunden Partnerschaft halten sich das Nachgeben und das Sich-durchsetzen langfristig das Gleichgewicht.

Wegen dieser Unterschiede der Partner und wegen der Notwendigkeit von Kompromissen sind zwischendurch auch Streit und Kritik und manchmal auch Zorngefühle natürlich – aber brauchen jeweils eine konstruktive Form, die es zu lernen und anzuwenden gilt!

Die seelischen Strukturen von Mann und Frau und die entsprechenden Beziehungsmuster in einer vornehmlich patriarchalen Kultur sind zu beschreiben und ihr Unterschied zu den seelischen Strukturen und Beziehungsmustern in einer partnerschaftlich geprägten Kultur. Zudem wäre es wichtig, die besonderen Belastungen und Konflikte in der Übergangsphase von einem patriarchalen zu einem partnerschaftlich geprägten Beziehungsmuster zu beschreiben.

Hinzuweisen wäre auf heute bekannte problematische Beziehungsmuster, die einer Heilung bedürfen, aber oft erst bewusst werden, wenn massive Konflikte auftreten. Solche problematische Beziehungsmuster sind z.B. „Schaukel-Ehen“, Eltern-Kind-Muster in der Mann-Frau-Beziehung, usw. ...

Hinzuweisen ist auf die christliche Sicht von der gleichen Gottesebenbildlichkeit und Würde von Mann und Frau gerade für die Kulturen, in denen die traditionellen Mann-Frau-Beziehungen drastisch der christlichen Sicht widersprechen:

- Zu verkünden ist die gleiche Würde und die gleichen Rechte von Mann und Frau.
- Dazu gehört z.B. dass die Frau nicht Besitz des Mannes ist und ihm nicht untergeordnet und ihm gegenüber nicht zu Gehorsam verpflichtet ist.
- Dazu gehört u.a. das Recht der Frau auf freie Partnerwahl und körperliche Selbstbestimmung.
- Dazu gehört das Recht auf gleiche Bildungschancen und freie Berufswahl.
- Dazu gehört das Recht auf finanzielle Eigenständigkeit und Selbstverwaltung.
- Dazu gehört das Recht, auf öffentliche gesellschaftliche und politische Mitwirkung und Meinungsäußerung.

### **Wichtig wäre eine „Meta-Moral“ zu entwickeln und kirchlich zu verkünden:**

1. Es geht darum, sich rechtzeitig Hilfe zu holen, wenn man mit seinen Gefühlen nicht mehr selbst zurecht kommt: Nicht massive Gefühlsausbrüche in einer Ehe sind das eigentlich moralisch Negative, sondern, wenn die Partner Jahre lang destruktiv streiten, weil sie sich keine kompetente Hilfe holen, um die Dynamik ihrer Kommunikation zu verstehen und zu verbessern.

Für die Bereitschaft, sich Hilfe zu holen, ist Demut, Engagement und eine Verantwortung für die Erhaltung der Liebe notwendig. Diese Haltungen können durch einen gesunden Glauben gefördert werden.

**Schuldhaftes Verhalten:** *Unterlassene Hilfeleistung für die eigene Psyche und das eigene problematische Beziehungsmuster*

2. Nicht Streit und Kritik z.B. in einer Ehe sind moralisch negativ, sondern, wenn man nicht gelernt hat und nicht lernen will, konstruktive Formen von destruktiven Formen von Streit und Kritik zu unterscheiden und die positiven Formen einzuüben. Für eine gute Streit- und Kritik-Kultur kann ein gesunder Glaube, der uns hilft, den anderen in seiner menschlichen Würde trotz seines Andersseins zu achten, eine große Hilfe sein. Der Glaube kann uns helfen, Gefühle der Angst, der Unsicherheit und der Ohnmacht auszuhalten, die im Nicht-verstehen-können des anderen und im Nicht-verstanden-werden durch den anderen in uns spürbar werden.

**Schuldhaftes Verhalten:** *Die Weigerung, die eigene Streit- und Konflikt-Kultur zu analysieren und zu verbessern*

3. Nicht Gefühle von Zorn, Wut und Verachtung zu spüren und sich diese Gefühle einzugestehen, sind ein Zeichen, dass die Liebe in einer Partnerschaft verschwunden ist, sondern das Verschweigen und das Unterdrücken dieser Gefühle und die Unfähigkeit zu gutem Konfliktverhalten wird die Liebe abwürgen. Durch Umsetzung dieser Gefühle in konstruktive Formen der Auseinandersetzung wird gewöhnlich die Liebe wieder das mächtigste Gefühl werden.

Deshalb geht es darum, nicht nur faires Konfliktverhalten zu lernen, sondern auch in der Selbsterkenntnis und in der umfassenden Selbstannahme zu wachsen. Bei der Selbstanahme kann ein gesunder Glaube eine große Hilfe sein.

**Schuldhaftes Verhalten:** *Konflikten aus dem Weg zu gehen, statt eine ehrliche, offene und konstruktive Auseinandersetzung zu führen*

4. Durch innere und äußere Achtsamkeit (seelisch-geistige Wachheit) gilt es, die Vielfalt und Stärke der Gefühle in uns und bei unseren Mitmenschen wahrzunehmen und ernst zu nehmen und ihre Bedeutung zu verstehen und sinnvoll damit umzugehen. Der Glaube hilft uns, das Leben ernst zu nehmen, es wahrzunehmen und uns selbst und unsere Mitmenschen besser verstehen zu lernen.

**Schuldhaftes Verhalten:** *Die eigenen Gefühle und die Gefühlsäußerungen der Mitmenschen zu verachten und abzuwerten, statt sich zu bemühen ihre Signale zu verstehen*

5. Es gilt, das Gefühl der Liebe nicht nur als ein zufälliges Signal der Psyche zu betrachten, sondern als etwas Göttliche in uns und zwischen uns. Der Glaube lehrt uns, „an die Liebe als etwas Göttlichem zu glauben“, der Pflege und dem Erhalt der Liebe einen vorrangigen Platz in unserer Lebensgestaltung und Verantwortung einzuräumen. Der Glaube an die Liebe ist zu bekennen und zu pflegen.

**Schuldhaftes Verhalten der Kirchenleitung und der Gläubigen:** *„Der Glaube an die Liebe“ wird nicht verkündet und nicht in Form von Glaubensbekenntnissen formuliert und gebetet.*

6. Egoismus, Hedonismus und vor allem alle Verfehlungen gegen die „Zehn Gebote“ sind zu sehen als mögliche kindliche Problemlösungsmuster bzw. als Auswirkungen von Schicksalsschlägen und Familienstrukturen, die leider (vor allem im Erwachsenenalter) zusätzliche Probleme verursachen.

Nicht die Verteufelung solcher destruktiver Verhaltensweisen als „Sünde“ und die Aufforderung zur Besserung und Bekehrung verbessert entscheidend die Menschen und ihr Zusammenleben, sondern heilende Riten der verletzten kindlichen Seelen in den erwachsenen Personen.

**Schuldhaftes Verhalten:** *Die Weigerung destruktives Verhalten zu analysieren und heilende Riten zu vollziehen ==> Evtl. notwendige Weiterentwicklung der kirchlichen Beichtpraxis!*

Wer sich intensiv mit der Analyse und der Lösung bzw. Heilung partnerschaftlicher Probleme beschäftigt, kann entdecken, wie wichtig dabei gute und problemorientierte Gebete und entsprechende religiöse Riten sein können. Gute kirchliche Ehe-Therapie kann eine praktische Heilshandlung und Heilsverkündigung im Sinne Jesu sein – und damit indirekt und absolut unaufdringlich eine christliche Neu-Evangelisierung!

Die Kirche hat die Aufgabe, die Zeichen der Zeit zu deuten und den Menschen zu helfen, liebevoll und verantwortungsvoll miteinander umzugehen. Dazu sind die Erkenntnisse der Psychologie in unserer Zeit eine entscheidende Hilfe.

**Deshalb wäre es für die Kirchenleitung notwendig, den Gläubigen und allen interessierten Menschen zu helfen, ihre „innere Welt“, die Welt ihrer Gefühle besser zu verstehen und verantwortungsvoll mit den dort vorhandenen Belastungen umzugehen, um der Liebe, der Mitmenschlichkeit, dem Frieden und der Überwindung negativer Verhaltensweisen zum Sieg zu verhelfen. Das wäre eine für unsere Zeit wichtige Form der Mitarbeit am Wachstum des Reiches Gottes.**

**Deshalb bitte ich Papst Franziskus, eine Enzyklika zu veröffentlichen mit dem Thema „Die Sorge um unser inneres Haus“.**

Link zum Teilen: <https://hanglberger-manfred.de/neuevangelisierung-sorge-um-unser-inneres-haus.htm>



[Neu-Evangelisierung](#)  
[Texte und Übungen \(heilende Riten\) zur Familientherapie](#)  
[Heilende Übungen](#)

[Zum Anfang der Seite](#)

[HOME](#)