



LEIBLICHKEIT & SEXUALITÄT – EIN PERSPEKTIVENWECHSEL

– Von P. George Elsbett LC

Es geht hier um eine Sehnsucht, die jeder von uns in seinem Innersten spürt. Die Kleinkinder suchen sie, wenn sie der Mutter in die Augen sehen, Jugendliche schickt sie durch Höhen und Tiefen. Diese Sehnsucht ist in uns tief verankert, sozusagen grundgelegt in unserem Bauplan. Doch wer liest gerne Bedienungsanleitungen? Einer hat es für uns getan. **Papst Johannes Paul II.** hat sich in 129 Mittwochskatechesen mit unserem Sehnen, unserem „Bauplan“ auseinandergesetzt – sehr ausführlich: In der „Theologie des Leibes“.

„Theologie des Leibes“ –
Leiblichkeit & Sexualität einmal
andersrum gedacht.

Der Glaube führt uns zurück an den Anfang und sagt uns, dass unser Leib ein Sakrament ist. Nicht eines der sieben Sakramente der katholischen Kirche, sondern im weiteren Sinn des Wortes: **Der Leib ist die Vergegenwärtigung einer unsichtbaren Wirklichkeit durch ein sichtbares Zeichen.** Wie zum Beispiel ein Kuss nicht nur ein weiches Etwas auf der Wange ist, sondern die Liebe dessen vergegenwärtigt, der mich küsst.

Als Abbild Gottes schuf er sie, als Mann und Frau schuf er sie. (Gen 1,27) Wenn also der Mensch Abbild Gottes ist und Gott die Liebe ist, dann ist der Mensch ein Abbild der Liebe Gottes. Und das Geniale am christlichen Glauben ist, dass dieses Abbildsein mit unserer Leiblichkeit verbunden ist. *Und das Wort ist Fleisch geworden...* (Joh 1,14).

Deshalb würde Johannes Paul II. die Ehe als „Ursakrament“ bezeichnen. Warum? Weil gerade die in der Leiblichkeit ausgedrückte Liebe zwischen Mann und Frau zeigt, wer Gott ist: eine Gemeinschaft der Liebe. Eine „Dreisamkeit“ der Personen, die so stark in der Liebe verbunden sind, dass sie ein einziger Gott sind. Kein „einsamer alter Mann im Himmel“, sondern eine innige Liebesgemeinschaft, die wir Dreifaltigkeit nennen! Die Leiblichkeit von Mann und Frau ermöglicht die reale Vergegenwärtigung der Liebe Gottes in dieser Welt – ein alles andere als negatives Bild von Sexualität! Im Gegenteil, Sexualität als etwas „Heiliges“.

Ein Sakrament ist immer eine Gnade, ein Geschenk, das in Freiheit gegeben, aber auch in Freiheit empfangen wird. Dieses Geschenk birgt immer auch das Risiko und die Größe der menschlichen Freiheit, denn durch den Missbrauch des Leibes wird es zum Gegenteil – einem „Antisakrament“.



Die Frage, die wir uns jeden Tag aufs Neue stellen müssen: Wollen wir Botschafter sein? Wollen wir das sein, was wir im tiefsten Inneren sind? In meinem Leib ein Geschenk der Liebe Gottes für die Welt, eine sichtbare Vergegenwärtigung *Seiner* Liebe?!

Jetzt kennen wir das „Wozu?“. Aber wir sind ja neugierig und wollen wissen „wie?“

Zurück zum Anfang. Wenn Johannes Paul II. davon spricht, dass die Genesis in einer mythischen Sprache geschrieben sei, dann meint er, dass dort tiefe Wahrheiten in bildhafter Sprache verborgen lägen. Genesis ist nicht nur das, was am Anfang der Menschheitsgeschichte war. Es ist die Geschichte jedes Menschen, aller Zeiten.

Den Mensch war und ist **einsam.**

Eine der ersten Erfahrungen, die der Mensch am Anfang macht, ist seine Einsamkeit. Er ist allein im Garten, in all der Pracht und findet sich nirgends wieder. Er hat kein Ge-

genüber. Auch wir sitzen heute manchmal in all unserem Luxus und sind doch unglücklich. Wir sehnen uns nach menschlicher Zuneigung. So ging es wohl auch Adam.

Die Erfahrung der Einsamkeit am Anfang hat eine doppelte Dimension. Einerseits, dass ich nicht wie alles andere bin, sondern einzigartig, dass ich nicht ein Objekt, sondern ein *Ich* bin. Ich darf niemals benützt werden, niemals als Mittel zum Zweck von Zielen anderer. Zweitens, dass ich mich nur in einer Beziehung der Liebe, des sich gegenseitigen Schenkens, finden kann. Beide Bedeutungen haben extrem wichtige Auswirkungen auf das Thema der Sexualität.



Der Mensch war **unschuldig** und will es wieder werden.

Unschuld ist nicht Naivität, sondern die Erfahrung der Freiheit, die durch Liebe zur wahren Freiheit wird. Ja, Freiheit! Aber ...

Gerade in der Sexualität ist Freiheit ein großes Wort. „Kann ich denn nicht Sex haben, wann ich will, mit wem ich will, wie ich will?“ Sicher. Aber die eigentliche Frage ist, macht mich das frei? Man kann sich von einer Brücke werfen, aber nach ein paar Sekunden wird man überhaupt keine Freiheit mehr haben, noch irgendetwas zu tun.

Freiheit bringt Verantwortung. Und echte Liebe setzt immer Freiheit voraus. Ich kann nicht zu jemand sagen: „Hey, du! Hast du verstanden, du musst mich jetzt lieben, okay?“ Liebe braucht Freiheit, und Freiheit bringt Verantwortung. Deswegen gibt es keine echte Liebe ohne Verantwortung. Wie der Katechismus der kath. Kirche erinnert: *„Der Ausdruck ‚freie Liebe‘ ist trügerisch: Was kann ein Liebesverhältnis bedeuten, bei dem die beiden Partner keine gegenseitigen Verpflichtungen eingehen und damit bezeugen, dass sie weder auf den Partner noch auf sich selbst noch auf die Zukunft genügend vertrauen?“* (Nr. 2390).

Es ist der Egoismus, der vor der Verantwortung flieht. Der Egoist ist bereit, seine Befriedigung auf Kosten des anderen auszuüben, deswegen will er die Verantwortung nicht wahrhaben. Adam war im „Garten“, das heißt im reinen Urzustand der hingebenden Liebe, der Unschuld. Durch sein *Nein* zu Gott im „Garten“ begann der Mensch seine Freiheit zu verlieren. Wenn Freiheit mit Liebe und Verantwortung wächst, bedeutet ein *Nein* das Gegenteil. Verantwortungsbrüche schwächen

die Freiheit. Extreme Fälle wie Pornosucht zeigen das dramatisch. Freiheit wird verloren, weil die Frau oder der Mann konsumiert und benutzt wird, ja genutzt werden muss. Der oder die andere wird nicht mehr als freies Geschenk gesehen, sondern zum Objekt meines Nutzens. Somit wird freie Liebe zerstört. Das Böse vergiftet den Menschen immer mehr, erhöht ihn nicht, sondern erniedrigt und demütigt ihn.

Es lohnt sich den Weg zurück zur „Unschuld“ einzuschlagen. *„Der Mensch, der sich zu Gott hinwendet, wird nicht kleiner, sondern größer, denn durch Gott und zusammen mit Ihm wird er groß, wird er göttlich, wird er wirklich er selbst.“* (Benedikt XVI., 8.12.2005).



Gemeinschaft – der Mensch ist und war Einheit.

„Da ließ Gott, der Herr, einen tiefen Schlaf auf den Menschen fallen, sodass er einschlief, nahm eine seiner Rippen und verschloss ihre Stelle mit Fleisch. Gott, der Herr, baute aus der Rippe, die er vom Menschen genommen hatte, eine Frau und führte sie dem Menschen zu. Und der Mensch sprach: Das endlich ist Bein von meinem Bein und Fleisch von meinem Fleisch. Frau soll sie heißen; denn vom Mann ist sie genommen. Darum verlässt der Mann Vater und Mutter und bindet sich an seine Frau, und sie werden ein Fleisch.“ (Gen 2, 21-24).

Gemeinschaft bedeutet im Lateinischen „Einswerden mit“, genauer ein Einswerden mit jemand, eine Einheit bilden. Adam heißt im Hebräischen der „Mensch“ oder die „Menschlichkeit“, aus dem sowohl „isch“ (der Mann) als auch die „ischah“ (die Frau) hervorkommen – beide, nicht nur einer! Zuerst wird das Gemeinsame der beiden betont: ihr Menschsein, „Bein von meinem Bein“. Adam sieht ein anderes Ich, er sieht natürlich den Körper, aber sein Blick geht tiefer. Er sieht den Menschen, er sieht nicht ein Objekt der Befriedigung, sondern jemanden, der sich ihm schenkt.

Eva wird zu Adam geführt. Sie erfährt, was sie zutiefst ausmacht: Dass sie ein Geschenk ist. Sie entdeckt sich in diesem Moment des Sich-Schenkens. Sie weiß um ihre Würde: „Ich bin nicht irgendetwas, ich bin jemand!“, weil sie von Adam angenommen wird. Seine bedingungslose Annahme überwältigt sie. Eva will sich noch mehr schenken. Das nimmt Adam wahr und erwidert es. Es entsteht eine Gemeinschaft der Personen, die

sich gegenseitig beschenkt und annimmt und so zu einer immer neuen Quelle einer noch stärkeren Liebe und Hingabe wird.

Wie können wir das leben?

Ein Geschenk **annehmen** bedeutet, immer mehr zu lernen, selbst ein Geschenk zu sein. Es bedeutet, dass man den anderen annimmt, so wie er oder sie ist. Und es meint auch, nicht etwas vom anderen zu erwarten, was er oder sie im Moment nicht oder auch niemals geben kann.



Der Mensch ist und war nackt.

„Beide, Adam und seine Frau, waren nackt, aber sie schämten sich nicht voreinander. Die Schlange war schlauer als alle Tiere des Feldes, die Gott, der Herr, gemacht hatte. Sie sagte zu der Frau: Hat Gott wirklich gesagt: Ihr dürft von keinem Baum des Gartens essen?“ (Gen 2,25).

Beim Nacktsein geht es um die Nacktheit – aber auch um mehr. Nacktheit wird in Genesis im Kontext von zwei Gegebenheiten dargestellt: Die erste ist das Ein-

Fleisch-Werden von Mann und Frau, die zweite die Präsenz der Schlange und des Baumes. Einerseits eine Gemeinschaft des gegenseitigen Sich-Schenkens und andererseits die Versuchung, der diese Gemeinschaft ausgesetzt ist, sich nicht beschenken zu lassen, sondern die Frucht des Baumes an sich zu reißen.

Nacktsein bedeutet das Ende der Masken, des Vormachens, des Täuschens. Kleidung, Masken, Fassaden sind weg. Dadurch wird das Eigentliche sichtbar.

Dieses Sich-nicht-voreinander-Schämen verleiht der Nacktheit ihren besonderen Charakter. Man darf sich einfach zeigen, wie man ist, wer man ist, was man ist, mit seinen Schwächen und Stärken. Man darf einfach „ich“ sein. Man berührt den ganzen Menschen, der einem geschenkt wird und dem man sich schenkt. Und diese Berührung entsteht *durch* den Leib! Die Nacktheit weist auf die Radikalität des Geschenks hin.

Die Hingabe des Leibes vergegenwärtigt die Hingabe des ganzen Menschen, der sich in seinem Leib und in seinem ganzen Sein schenkt. Gerade in diesem Moment der körperlichen und seelischen Nacktheit spüren wir, dass wir so sein dürfen, wie wir sind, dass wir um unser selbst Willen gewollt sind. Hier erkennt man die Bedeutung des Leibes: Wahre Liebe wäre ohne den menschlichen Leib nicht möglich.

Neigen wir zur **BeGIERde**?

„Da sah die Frau, dass es köstlich wäre, von dem Baum zu essen, dass der Baum eine Augenweide war und dazu verlockte, klug zu werden. Sie nahm von seinen Früchten und aß; sie gab auch ihrem Mann, der bei ihr war, und auch er aß. Da gingen beiden die Augen auf, und sie erkannten, dass sie nackt waren.“ (Gen 3, 6-7).

„Denn alles, was in der Welt ist, die Begierde des Fleisches, die Begierde der Augen und das Prahlen mit dem Besitz.“ (1 Joh 2,16) (Prahlen mit dem Besitz = Stolz, Verlockung der Klugheit)

Die Begierde bezieht sich auf die Tendenz, den Menschen als Gebrauchsobjekt zu nutzen. Wenn Liebe nur noch einen Teil des anderen will, verfällt sie in Egoismus und Begierde. Sie sucht nur das, was der andere einem geben kann, den Teil, den man begehrt: das Auto, den Körper, die Geborgenheit.

Die Begierde schaut nicht auf den Schenker des Apfels – Gott, sondern auf das, was der Apfel hergibt: sinnliche Zufriedenheit usw. Adam und Eva vergessen den größeren Kontext, vergessen das Ganze. Die Versuchun-

gen, mit denen wir immer wieder konfrontiert werden, finden Ihre Wurzel in dieser dreifachen Begierde, die im ersten Johannesbrief genannt wird: Sie würde nicht nur die Sinnlichkeit der Augen („Augenweide“) und des Fleisches („köstlich wäre“) befriedigen, sondern auch den Verstand („klug zu werden“).

Die Begierde ist vom Verlangen zu unterscheiden. Verlangen ist Bestandteil der Liebe, nicht so die Begierde. Die Liebe sucht den anderen in allem, was er oder sie ist. Eine tiefe Sehnsucht des Menschen ist eine Liebe mit Hingabe und Beschenktwerden, in der Agape und Eros nicht als Gegensatz empfunden werden. Ein von Agape durchdrungener Eros findet sich erweitert, beflügelt und bestärkt wieder. Das kann jedes Paar bestätigen, das versucht diesen Weg zu gehen: Die Begierde schwächt den Eros.

„Der Eros Gottes für den Menschen ist (...) zugleich ganz und gar Agape.“ (Papst Benedikt XVI., „Deus Caritas est“, 10.) Gottes leidenschaftliches Verlangen ist es, sich dem Menschen zu schenken.

Gut, dass wir **Scham** empfinden.

„Sie hefteten Feigenblätter zusammen und machten sich einen Schurz. Als sie Gott, den Herrn, im Garten gegen den Tagwind einherschreiten hörten, versteckten sich Adam und seine Frau vor Gott, dem Herrn, unter den Bäumen des Gartens. Gott, der Herr, rief Adam zu und sprach: Wo bist du?“ (Gen 3,7-9).

Das Buch Genesis stellt zwei Urzustände dar: Nacktheit mit und Nacktheit ohne Scham.

Scham hat immer etwas mit dem Wunsch zu tun, etwas zu verbergen. Sie bezieht sich auf die **unfreiwillige** Enthüllung unserer **Innerlichkeit**. Scham weist auf

das innere (nicht äußere!) Gesetz des Herzens hin, das jeder in sich trägt: Eine Person darf niemals eine Frucht sein, die man an sich reißt, darf niemals als Mittel für eigene Befriedigung benutzt werden.

Die Verletzung der Freiheit ist immer eine Verletzung der Würde. Scham entsteht nicht einfach dort, wo diese Innenwelt entäußert wird, sondern nur dort, wo diese Entäußerung unfreiwillig geschieht. Scham ist also ein Maßstab für die Verletzung der Würde des Menschen.

Die Scham wird besiegt durch die Liebe. Die Liebe erfordert kein Zudecken. Umso stärker die Liebe ist, desto schneller verschwinden die Feigenblätter aus der Beziehung. Aber nicht, weil das Bewusstsein für das Schamgefühl verschwunden wäre, sondern aus Liebe, Angenommen-Sein und Vertrauen. Scham tritt sofort wieder auf, sobald man sich gedrängt fühlt, in seiner Würde verletzt spürt.

Die Erlösung des Herzens.



Erlösung des Herzens meint, dass der Mensch mit der Hilfe Gottes die Fähigkeit hat, Herr über sich selbst zu werden. Damit ist nicht allein gemeint, dass er sich selbst und seine Triebe oder Hormone in Griff hat. Die Erlösung des Herzens geht *viel* weiter, denn es bringt den Menschen so weit, dass er nicht nur mit seinem Willen die Begierde zähmt und lenkt, sondern sie verwandelt. Für diesen Weg der Erlösung des Herzens braucht es zwei Schritte:

- Der erste Schritt ist die **Disziplin**. Das klingt im ersten Augenblick negativ, ist es aber nicht. Wenn jemand merkt, dass er auf der Autobahn mit 180 km/h in die falsche Richtung fährt, muss er zuerst kräftig bremsen, bevor er umdrehen kann. Mit der Erlösung des Herzens in Bezug auf sexuelle Neigungen verhält es sich ähnlich. Wenn man merkt, dass diese von der Begierde bestimmt sind, dann muss man zuerst bremsen, bevor man sich an der Fülle des Lebens und des von Liebe durchdrungenen sexuellen Verlangens erfreuen kann.
- Bei der Erlösung des Herzens bleibt es nicht bei der bloßen Bremse. Die **Tugend** will von innen her das Tun und Wollen des Menschen verwandeln. Die Tugend ist eine innere Richtschnur des Herzens. Sie wächst aber nicht durchs Lesen von Büchern über die Tugend, sondern durchs **Ausüben**. So wie Liebe durchs Lieben wächst und nicht durchs Lesen von Büchern über die Liebe. Dabei ist anzumerken, dass sowohl die Disziplin so auch die Tugend nicht Resultat des reinen menschlichen Bemühens sind, sondern das von der Macht der Erlösung her durchwandelte Tun des Menschen.

Fotos/Bildquellen:

- S. 1, Titelmotiv: gnlogic/flickr.com, CC (via Wikimedia)
- S. 2, Motiv Papst: public domain, whitehouse.gov / Eric Draper (via Wikimedia)
- S. 3, Motiv Einsamkeit: Peter Heilmann, CC (flickr.com)
- S. 3, Motiv unschuldig, und S. 8, Autorenporträt: LC
- S. 4, Motiv Gemeinschaft: Jorge Royan / <http://www.royan.com.ar> / CC-BY-SA-3.0 (via Wikimedia)
- S. 6, Motiv Herz: gcardinal from Norway, CC (via Wikimedia)
- S. 7, Motiv bräutliche Bedeutung: Jeff Belmonte from Cuiabá, Brazil/flickr.com, CC (via Wikimedia)

Der innere Blick, schau Gott in die Augen!

Der innere Blick sagt uns: Das tiefste Verständnis, das bis ins Innere des anderen vordringt, ist ohne den gewissen Blick aus der Tiefe des eigenen Herzens nicht möglich. Ohne eine Herzenshaltung, einen „Blick der Liebe“, wird der andere Mensch in seiner Tiefe nicht wirklich verstanden. Es stimmt zwar, dass wir nicht lieben können, was wir nicht kennen. Aber um jemanden wirklich tief kennenzulernen, müssen wir ihn lieben.

Der innere Blick verleiht die Kraft, gerade in allem äußerlich Erscheinenden das Tiefere zu entdecken. Das wirkt sich konkret auf die Sexualität aus. Der innere Blick des Mannes entdeckt in der nackten Frau ihre Berufung zur Zweisamkeit, ihr Dasein, das sich in der liebenden Hingabe erfüllt. Er entdeckt sie. Sein innerer

Blick führt ihn weiter. Die Frau ist für ihn weit mehr als sexueller Reiz, ihr Äußeres ist für ihn Träger einer tieferen Botschaft. Dieses Äußere – ihre Leiblichkeit und *alles*, was diese Leiblichkeit beinhaltet – ist gerade das, was sie selbst für ihn vergegenwärtigt.

Andersherum entdeckt der innere Blick der Frau im nackten Mann das Gleiche: seine Berufung zur Zweisamkeit, seine Berufung zur liebenden Hingabe. Sie entdeckt ihn. Ihr innerer Blick hilft ihr, mehr zu sehen als die Erfüllung ihrer Sehnsucht nach Geborgenheit, Sicherheit, einem Umfangensein, geschätzt zu sein oder als schön empfunden zu werden. Der innere Blick lässt uns erkennen, wie unser Gegenüber von Gott angedacht und von Anfang an war.

Die bräutliche Bedeutung des Leibes.

Das Konzept „Bräutliche Bedeutung des Leibes“ erscheint in den Katechesen von Johannes Paul II. über die „Theologie des Leibes“ 117 mal. Es ist der zentrale und wichtigste Begriff. Er gründet in der Bewertung, dass der Leib in seiner zweifachen Form des Daseins – als Mann und als Frau – sowie der Sexualakt selbst gut sind.

Das Attribut „bräutlich“ bezieht sich auf die Fähigkeit des Menschen, durch seinen Leib Liebe auszudrücken, in dem er durch diesen Leib zum Geschenk wird. So erfüllt der Mensch den Sinn seines Daseins. Die „bräutliche Bedeutung des Leibes“ meint, dass der Leib von innen her auf die „Gemeinschaft von Personen“ hin orientiert ist, für diese Gemeinschaft geschaffen ist und letztendlich seine Erfüllung in der Gemeinschaft mit Gott selbst und, durch ihn, mit der „Gemeinschaft der Heiligen“ findet.

Der Leib in seiner männlichen und in seiner weiblichen Form sagt etwas aus: Ich bin nicht für mich selbst geschaffen. Ich kann in meinem Leib einen tiefen Sinn entdecken, den Ruf zur Liebe. Gerade weil Liebe nur frei geschenkt und nicht erzwungen werden kann, bleibt der Ruf des Leibes zur Gemeinschaft in der Liebe immer nur ein Ruf. Ob der Mensch den Sinn seines Daseins erfüllt oder nicht, hängt von der Freiheit seiner Gabe

ab, ob er sich selbst in der Liebe zum Geschenk macht oder auch nicht.

Das sichtbare Spezifische des Mannes und das sichtbare Spezifische der Frau deuten auf eine unsichtbare Wirklichkeit hin, die „bräutliche Bedeutung“, die sich in einer dreifachen Erfahrung zum Ausdruck bringt: Die drei Begriffe – Einsamkeit, Einheit, und Nacktheit –, betrachtet in der vierfachen Ordnung – Paradies, gefallene Welt, erlöste Welt, Himmel – bilden den Inhalt der „Theologie des Leibes“.





P. George Elsbett ist Ordensoberer der Niederlassung der Legionäre Christi in Wien. Als Mensch und Priester ist er von der „Theologie des Leibes“ von Johannes Paul II. beeindruckt. Zurzeit schreibt er auch an einem eigenen Buch darüber. Die hier vorliegenden Textpassagen hat er uns dankenswerterweise vorab zur Verfügung gestellt. Das ambitionierte Projekt soll in einem Jahr abgeschlossen sein. Wir werden darüber berichten und würden uns über Ihre Meinung dazu freuen. Schreiben Sie uns oder rufen Sie uns an!

Buchtipps:

Johannes Paul II., *Die menschliche Liebe im göttlichen Heilsplan Mittwochskatechesen von 1979 – 1984*, Fe-Medienverlag, 2. Aufl. 2008, ISBN 978-3-939684-44-2;

Christopher West, *Theologie des Leibes für Anfänger - Einführung in die sexuelle Revolution nach Papst Johannes Paul II.*, 2005, ISBN 978-3-928929-71-4;

Karol Wojtyła (Johannes Paul II.), *Liebe und Verantwortung, eine ethische Studie*, ISBN 978-3-901853-14-2;

Christopher West, *Die Liebe, die erfüllt, Gedanken zu Eros & Agape*, ISBN 978-1-934217-13-9

Redaktion (Text): Franz Schöffmann

Redaktion (Bild): Karl-Olaf Bergmann, Roman Möhlmann