

## Lioba Zahn OSB

Die Benediktinerin Sr. Lioba Zahn aus der Abtei Mariendonk ist Sozialpsychologin und systemische Therapeutin. Lange Jahre arbeitete sie als Traumatherapeutin mit Überlebenden sexualisierter Gewalt und war als Supervisorin tätig.



Lioba Zahn OSB

## Integration von Sexualität in das Ordensleben?!

Wie sehr sind Sie just in diesem Moment, beim Lesen dieser Zeilen mit dem Thema Sexualität beschäftigt – auf einer Skala von Null bis Zehn? Null hieße „Absolut kein Thema für mich“, Zehn hieße „Beschäftigt mich ausschließlich“. Wo würden Sie sich einordnen? Und wie sähe die Einordnung aus, wenn die Frage hieße: „Wie zufrieden sind Sie mit Ihrem Leben in punkto Sexualität“? Null hieße „Unzufriedener kann ich gar nicht sein“, Zehn hieße „Zufriedener geht nicht“. Ganz spontan: Wo stehen Sie gerade?

Im Laufe Ihres Ordenslebens würden Sie sich, genau wie ich, aller Wahrscheinlichkeit nach bei beiden Fragen immer mal mehr in Richtung Null, mal mehr in Richtung Zehn einordnen. Ein Leben auf der Null wäre wohl ebenso wenig erträglich / realistisch, wie ein Leben auf der Zehn. Und ob ein Leben immerzu auf der Fünf ein Traum oder eher ein Alptraum an Langeweile wäre?

Meist gilt es, die Spannung zwischen den Polen auszuhalten, immer wieder

einen Standpunkt zur eigenen Sexualität zu gewinnen. Als Ordensmann, als Ordensfrau beständig keusch / zölibatär<sup>1</sup> zu leben heißt eben, um ein Beispiel von Michael Casey aufzugreifen<sup>2</sup>, wie beim Windsurfen auf dem Brett zu bleiben, indem ich immer neu meine Mitte finde. Ich muss mich dem Wind und den Wellen anpassen, um gerade dadurch meinem Stand-Punkt, meinem Stand, treu zu bleiben. Oder, Caseys zweites Beispiel für Beständigkeit, das hier auch gut passt: beständig keusch / zölibatär zu leben, heißt, das Fundament meines (Ordens)Lebens so zu bauen, wie ein Haus, das Erdbeben standhalten soll: nicht starr und steif, sondern in sich flexibel, nachgiebig, damit es allen Erschütterungen durch das rechte Maß an Mitschwingen und Ausgleichen standhalten kann. So kann ich mit jeder Faser meines Seins, also inklusive meiner Geschlechtlichkeit, feststehen an dem Ort, an den Gott mich berufen hat.

Gott hat mich, hat Sie ja nicht nur teilweise in das Ordensleben berufen.

Gott ruft den Menschen ganz und gar, mit Haut und Haaren – und da zeigt schon unsere Sprache, dass zu uns eben auch unser Körper gehört. Zu diesem gehört unsere Geschlechtlichkeit und damit unsere Sexualität. Wenn Gott uns nun das Leben schenken will, und es uns in Fülle schenken will – nicht irgendwann, irgendwo, sondern jetzt, in der alltäglichen Begegnung mit Ihm – dann heißt das doch auch: da, wo Sie in diesem Moment, in Ihrem aktuellen Leben stehen. Würde zu einem Leben in Fülle aber nicht gelebte Sexualität dazu gehören, weil der Mensch nun mal ein sexuelles Wesen ist? Hieße sich an Wind und Wellen anzupassen, bei Erschütterungen und Erdbeben mitzuschwingen und auszugleichen, dann nicht, auch diesen Teil des Menschseins zu leben? Ja, das heißt es.

Und gerade deshalb sollte hinter der Formulierung „Integration von Sexualität in das Ordensleben“ kein Fragezeichen stehen, weder ein ängstliches, noch ein empörtes oder abwehrendes. Dort sollte ein entschiedenes, warmherziges und pragmatisches Ausrufezeichen stehen. Wobei es sicherlich auf die Art der Integration ankommt. Entfliehen können Sie Ihrer Sexualität jedenfalls nicht, die nehmen Sie mit – durch die Priesterweihe hindurch und bis in die abgeschiedenste Eremitage hinein. Egal, wie viel Berge von Arbeit Sie darüber auftürmen, mit wie vielen theologisch erstklassigen Büchern Sie sich ablenken, mit wie viel Kuchen Sie sich umhüllen und wie viel Alkohol Sie darauf schütten. Falls Sie sich grad ein bisschen irritiert bis ertappt fühlen: Herzlich willkommen im Club. Das ist doch eine der schönen Seiten des Ordenslebens, dass wir nie allein sind, auch nicht mit unseren Schwächen, un-

seren Versuchen, Problemen auszuweichen, unserer Flucht vor uns selbst.

Verstehen Sie mich bitte nicht falsch: Arbeitsüberlastungen bis hin zum Burnout, Alkoholismus und andere Süchte, wie auch manche eher belastenden Aspekte des Gemeinschaftslebens sind ein wirklich ernstes Problem. Und ihre Ursache liegt, so die hier vertretene These, gar nicht so selten in einem fehlgeleiteten Umgang mit Sexualität. Das ist ganz sicher nicht die einzige Ursache, weder grundsätzlich noch bei der / dem Einzelnen. Wirklich ernsthaften Problemen liegen ja meist verschiedene Faktoren zu Grunde, deren Zusammenspiel dann in die Krise führt. Zu diesen multifaktoriellen Bedingungen gehört aber oft ein Mangel an Abstand: wenn ich von dem, was mich belastet, so umkreist bin, dass ich nicht mehr heraustreten kann, um aus etwas Distanz auf diesen Wust von (vermeintlichen) Zwängen, Problemen etc. zu schauen, dann fehlt mir der Überblick. Ohne Überblick aber gibt es keine Orientierung im Hier und Jetzt. Und ohne diese Orientierung gibt es keine realistische Einschätzung der möglichen Wege für Veränderungen. Ausbrechen aus so einem Kreis bzw. Kreislauf von Problematischem gelingt oft gerade durch Humor, und sei es auch mal britisch-schwarzer Humor. Sich über ein Problem, eine Situation amüsieren zu können, über mich selbst lachen zu können, mich und meine Probleme nicht so ernst zu nehmen bzw. mich nicht für so einzigartig zu halten, dass es zwar für alle anderen, aber nicht für mich Hilfe oder gar Erlösung gibt – diese Form des Abstand-Nehmens kann ein Schritt sein zu einem befreiten und befreienden Umgang mit Problemen.

Das gilt auch und gerade für die Frage nach der Sexualität im Ordensleben.



Denn hier finden sich oft Abwehr, Vermeidung oder eine eher verkrampfte, oft mit einem etwas peinlich berührt klingendem Lachen geäußerte Leugnung nach dem Motto: „Ist (für mich) doch kein Problem“. Sexualität zu leugnen oder als etwas zu betrachten, über das besser nicht gesprochen wird, das per se mit dem Ordensleben, gar dem Priestertum, unvereinbar ist, ist wenig realistisch. Und damit wenig hilfreich. „Schmutzig“ ist wohl eine seltener gewordene Vokabel für diesen Bereich, die gleichwohl in so manchem älteren Kopf haften geblieben ist und auch in so manchem jungen Kopf herum spukt – und wer möchte schon schmutzig sein oder sich mit Schmutz beschäftigen?

Aber wir sollten uns mit der Thematik beschäftigen, denn, provokant gesagt, Sie – wir – haben mit Sexualität ein Problem. Punkt.

Wir haben damit ein Problem, weil wir als Mann / als Frau ein körperliches und geschlechtliches Wesen sind; weil es ein menschliches Bedürfnis nach körperlicher Nähe, Berührung, Zärtlichkeit gibt; weil unsere biologische Uhr tickt und nach Fortpflanzung, nach Weitergabe unserer Gene ruft; weil es hormonell bedingte Körpersignale gibt; weil wir physisch auf das Äußere anderer Menschen, auf ihre Stimmlage, ihren Geruch, ihre „Chemie“ reagieren; weil wir (zumindest die meisten von uns) wissen oder doch gehört haben, dass ein Paar beim Orgasmus ein Höchstmaß an Verschmelzung und Glücksgefühl erfährt. Und weil wir auf all das verzichten. Nicht erst seit Gestern, nicht nur Heute und Morgen. Ein Leben lang.

Vielleicht sind Sie bereits in einem Alter, wo Sexualtrieb und Wunsch nach eigenen Kindern abgeflaut sind.

Dann haben Sie einen Teil des Problems zu einem Teil hinter sich. Oder Sie haben auch diesseits der 85 bereits eine Lösung. Wenn Sie das in einer für Sie gesunden und gelungenen Weise geschafft haben, wenn Sie auf bestandene Kämpfe, durchgestandene Anfechtungen, gemeisterte Versuchungen und Krisen gelassen und mit Humor zurückblicken können: bitte lassen Sie die anderen davon profitieren, denn das ist ein wunderbares Geschenk. Viele von uns sind noch nicht so weit, werden immer wieder angefochten von der Frage nach der Fruchtbarkeit oder eben Sterilität eines Lebens ohne körperliche Liebe, ohne eigene Kinder. Wir erleben Versuchungen, erotische Phantasien und Sehnsüchte, werden vom eigenen Körper „verraten“, der auf Reize reagiert, auf die der Verstand gar nicht reagieren will. Und selbst von der Frage nach Trieben / Fortpflanzungsdrang abgesehen: egal wie alt ein Mensch wird – die Sehnsucht nach Nähe, Berührung und Zärtlichkeit bleibt, ebenso, wenn auch abgeschwächt, die sexuelle Erregbarkeit. Das sind Fakten, da hilft Ihnen Ihr noch so scharfer Verstand, Ihre noch so große Willenskraft wenig bis nichts. Verstehen Sie, warum ich geschrieben habe: Sie – wir – haben ein Problem?

Nun die gute Nachricht: Sie sind damit nicht nur in guter Gesellschaft, nämlich der Gesellschaft sämtlicher, wirklich sämtlicher Mitbrüder und Mitschwester<sup>3</sup>, Sie sind auch Teil der Lösung des Problems. Und das ist gut so. Denn: Teil der Lösung zu sein, heißt, Wirkung zu haben und fruchtbar zu sein, heißt, die Gegenwart und Zukunft zu beeinflussen. Und das ist schon mal ein Mittel gegen das Gefühl, ohne gelebte genitale Sexualität zu Unfruchtbarkeit und Ste-

rität verurteilt zu sein. Oder nicht bzw. zu wenig zu lieben. Oder einen wichtigen Teil Ihrer Selbst nicht verschenken zu können. Es hilft gegen das Gefühl, das eigene Leben hinterlasse keine Spuren, sei wirkungs- und bedeutungslos.

Die hier vertretene These lautet: Gerade unser keuscher Umgang mit Sexualität kann das Ordensleben befruchten, ihm eine Wärme schenken, eine Reinheit und Klarheit, die es attraktiv und strahlend macht – und so von der Wärme, Reinheit, Klarheit und dem Glanz Gottes kündigt. Das ist Verkündigung in einer ihrer schönsten, authentischsten Formen; ein echtes Geschenk an die Gegenwart und Zukunft.

Ein zweites Gegenmittel gegen Sexualität als Problem: mir immer wieder bewusst machen, ich habe mich nicht *gegen* etwas entschieden, ich habe mich *für* etwas entschieden. Aus der Lernforschung wissen wir, dass es wenig effektiv ist zu lernen, wofür, zum Beispiel, die Leber nicht gebraucht wird. Sinnvoller, effektiver und längerfristig nützlicher ist es zu lernen, *wofür* die Leber gebraucht wird. Konzentrieren wir uns also statt auf den Verzicht darauf, wofür wir uns entschieden haben und was wir dadurch gewinnen: etwas, das groß ist, weit und strahlend, das aus Enge und Zwang herausführt, das vom Verzicht zur vollkommenen Fülle führt. Und dass „das“, wofür wir uns entschieden haben, eine Person ist – *die* Person schlechthin, von der all unsere menschliche Persönlichkeit ein (schwaches) Abbild ist. Um diese Person zu suchen, mich von ihr finden zu lassen, ihr immer ähnlicher zu werden, letztlich ihr Sein zu teilen – darum verzichte ich auf einen Teil dessen, was mich als Person ausmacht, verzichte ich

auf einen durchaus schönen Teil der Möglichkeiten des Menschseins. Ohne die Ausrichtung auf diese Person, also auf Gott, den Allmächtigen, der die Liebe, die Fülle, die Freiheit ist, wäre Zölibat zumindest nicht christlich<sup>4</sup>, im schlimmsten Fall eine gotteslästerliche Selbstverstümmelung.

Apropos Verstümmelung: Nicht nur aus theologischer, sondern auch aus psychologischer Sicht ist es bedenkenswert, dass viele, vor allem die griechischen Kirchenväter Mt 19,12 („Eunuchen um des Himmelreiches willen“) nicht in erster Linie als Begründung des Zölibats ausgelegt haben.<sup>5</sup> Selbst jene (lateinischen), die es heranzogen, wie z.B. Hieronymus, haben es mit dem Bezugspunkt Mt 22,30 getan, den Engeln im Himmel, die ehelos leben: „Die eschatologische Ausrichtung des christlichen Glaubens erscheint somit als das

## Autoreninfo

Siehe gedruckte Ausgabe.

tragende theologische Motiv für das zölibatäre Leben.“<sup>6</sup> Also nicht Gewalt gegen den eigenen Körper, sondern ein Vorgesmack auf das Leben bei und in Gott, der Beziehung *ist*. Und, ein ebenfalls interessanter Aspekt patristischer Exegese: „Über das Motiv der *vita angelica* hinaus führen Überlegungen zum Zeichencharakter der Ehelosigkeit, die den Aspekt des ‚nicht Natürlichen‘ dieser Lebensform im Blick haben. Der Verfasser des *Opus Imperfectum* ver-

gleich die geschlechtliche Enthaltbarkeit mit den Wundern Jesu, in denen „sich die Natur gegen sich selbst wendet, damit Gott als Schöpfer ins Gedächtnis gerufen wird“. Das Zeichen besteht somit im Verweis dieser Lebensform auf die Macht Gottes.“<sup>7</sup> Auch hier also weniger die Betonung des „wogegen“, mehr die Betonung des „wofür“ ein Mensch sich zu zölibatärem Leben entschließt.

Ein weiterer Aspekt des „wofür“: Keuschheit dient dazu, die Liebe des Menschen, die sich in vielerlei Weise auf vielerlei Personen und Dinge richten kann, zu ordnen. „Christliche Keuschheit hat zur Aufgabe, diese inneren Kräfte in eine Ordnung zu bringen, so dass diese der vollkommenen Menschlichkeit Christi entspricht. Sie ... wird ihre sexuelle Energie auf ihr wahres Zentrum und ihre wahre Bestimmung lenken, die *agape*, die Realität der göttlichen Liebe, die in Christus offenbart und sichtbar wurde.“<sup>8</sup>

Wie also können Wege einer gelungenen Integration von Sexualität in das Ordensleben aussehen? Ich denke, hier ist die Unterscheidung zwischen genitaler Sexualität und Liebe wichtig und hilfreich, wie sie Wunibald Müller in seinen Büchern<sup>9</sup> herausstellt. Sie ist ein gangbarer Weg, um das, was im Rahmen eines Ordensleben möglich ist, angstfrei und ohne Schuldgefühle zu leben, und dabei dennoch kongruent und mit Freude der eigenen Lebensentscheidung, die eben Keuschheit / Zölibat einschließt, treu zu bleiben. Viele von Ihnen werden seine Bücher kennen, daher sei Ihnen die Wiederholung erspart. Denjenigen, die sie nicht kennen, hilft das ausführliche Original zum Verständnis mehr, als das eine verkürzte Darstellung hier

könnte. Daher nur der Hinweis: Liebe ist mehr als nur sexuell genitale Liebe, mehr als Geschlechtsverkehr, sie schließt Zärtlichkeit, Nähe und nicht-genitale Liebe ein. Die gefühlsmäßige Seite der Sexualität kann, darf und sollte in einem Ordensleben zugelassen werden, damit diese zugewandte, liebevolle Seite unseres Selbst die Beziehungen zu anderen Menschen und unsere Gottesbeziehung prägen kann. Nur wenn wir diese Seite zulassen, sie pflegen und ihr einen angemessenen Ausdruck verleihen, können wir offen sein für die Liebe in uns, können wir unsere Liebe Gott und den Mitmenschen schenken und die Liebe Gottes wie die der Mitmenschen annehmen.

Das klingt – gerade so verkürzt – vielleicht abstrakt bis idealistisch. Mir geht es jedenfalls so, deshalb lassen Sie es mich anhand eines Beispiels in den Alltag übersetzen: Nehmen Sie das Kribbeln im Bauch erst mal wahr, wenn Sie jemanden attraktiv finden und merken, dass schwingen auch vom Gegenüber „gute Vibrationen“ zu Ihnen rüber, da knistert etwas in der Luft zwischen Ihnen. Freuen Sie sich darüber, staunen Sie, wie viel Lebendigkeit zwischen zwei Menschen sein kann, wie wohltuend es ist, auch als Frau / als Mann, nicht nur als Mönch / als Nonne gesehen zu werden. Geben Sie der Freude in einem herzlichen Lachen Ausdruck, erzählen Sie einem vertrauten Menschen davon (dann wird es auch kein „schlechtes Geheimnis“<sup>10</sup>), und nutzen Sie die Energie, die so ein Kontakt freisetzt: Gehen Sie gut gelaunt in Ihre Gemeinschaft, stecken Sie die anderen mit Ihrer guten Laune an.

Sie können natürlich nach so einer Begegnung auch schlecht gelaunt durch die Gegend laufen und denken



„Verboten, verboten, verboten“ und alle anderen mit Ihrer Frustration und schlechten Laune anstecken. Aber ist das die bessere Alternative? Wie viel Energie unterdrücken wir, wenn wir krampfhaft mit beiden Händen den Deckel auf all dieser (sexuellen) Energie halten?! In das Ordensleben integrierte Sexualität hieße, diese Kraft gezielt und kontrolliert zu nutzen – nicht für den Aufbau einer sexuellen Beziehung, sondern für eine im besten Sinn des Wortes „reine“ Freundschaft und für das, was im weitesten Sinn Kulturarbeit, Kreativität heißt.

Natürlich kann auch diese bewusste Nutzung der Energie außer Kontrolle geraten; es gilt, die eigenen Grenzen wahrzunehmen: Wo fängt es an, gefährlich zu werden? Welche Situationen, Kontakte muss ich meiden, weil ich durch sie überfordert würde? Wo kann ich nicht mehr gut gelaunt und dankbar das Mögliche wahrnehmen, sondern muss mich schützen vor einem „zu viel“/ „zu nah“/ „zu erotisch“? Wenn ich nicht schwindelfrei bin, kann ich auch nicht Dachdeckerin oder Schornsteinfeger werden.<sup>11</sup> Eine reife, integrierte Sexualität heißt ja gerade dies: wissen, dass sie zu mir gehört; wissen, was sie in mir auslöst; wissen, wie ich mit ihr umgehen kann – und zwar innerhalb des Rahmens, den meine Lebensentscheidung mir gesetzt hat.

Kommen wir nun zu einem weiteren Punkt, der helfen kann, die eigene Sexualität in das Ordensleben zu integrieren: Sie macht einen Teil des Menschseins aus – aber eben nicht das Ganze. Sexualität nicht in vollem Umfang leben zu können, ist ein Problem im Ordensleben, aber eben nur eines

unter anderen. Ich möchte hier für einen eher pragmatischen, unaufgeregten Umgang mit der Thematik plädieren. Dramatisieren hilft genauso wenig wie verleugnen. In diesem Zusammenhang finde ich einen weiteren Aspekt psychologisch bemerkenswert, den wir in der christlichen Tradition finden. Ein Blick in das von Bonifaz Miller erstellte Register der immerhin 1240 überlieferten Apophthegmata Patrum<sup>12</sup>, der Weisungen der Wüstenväter (und -mütter), ergibt, dass nur 15 von diesen 1240 unter dem Stichwort „Enthaltsamkeit“ aufgeführt sind – und davon thematisieren einige das Essen und Trinken. „Leidenschaft“ als Stichwort taucht weitere 11 mal auf, Unreinheit 44 mal. Das Problem ist den Wüstenvätern und -müttern natürlich durchaus bekannt, und es gilt, ihre Weisungen bzgl. Sexualität auch „zwischen den Zeilen“ in weiteren Sprüchen wahrzunehmen. Und doch: Es ist den Wüstenvätern und -müttern zwar ein Thema, aber nur eines unter vielen und offensichtlich bei Weitem nicht das entscheidendste. Nur zum Vergleich: Miller listet 47 Sprüche zum Thema „Urteilen / nicht richten“, 44 zum Thema Schweigen, 36 zum Gehorsam und 82 zur Demut.<sup>13</sup>

Diese Wahrnehmung kann helfen, auch den eigenen Umgang mit Sexualität mit Ruhe und Nüchternheit anzugehen. Gerade da in unserem Leben sehr hohe moralische Ansprüche gestellt werden, gerade weil viele Ordensleute wohl eher Hemmungen und Skrupel diesbezüglich haben, Tabus, Ängste und Vermeidungsstrategien das Thema umgeben, möchte ich hier einer größeren Gelassenheit das Wort geben.<sup>14</sup> Sexuelle Versuchungen gibt es – ebenso wie Versuchungen in punkto Armut, Gehorsam, Demut... Und

wie wir in diesen Bereichen unseres Ordensleben den Versuchungen erliegen und unsere Gelübde verletzen, so versagen wir auch in punkto Enthaltensamkeit. Und es ist ein ziemlich fauler, wenig glaubwürdiger Kompromiss, wenn sich Ordensleute ihr zölibatäres Leben durch Verstöße gegen die Armut, den Gehorsam oder die Demut „versüßen“ bzw. erträglich machen.<sup>15</sup> Eine im Schuldienst tätige Schwester, die stets mit dem neuesten Luxusauto vorfährt, ein Priester, der täglich seinen Liter Wein trinkt, und was so denkbar ist an „Belohnung“ oder „Ausgleich“ für die Keuschheit – all das legt kein Zeugnis ab für ein Leben nach den evangelischen Räten oder dem Evangelium. Solche „Ersatzhandlungen“ helfen auch psychologisch nur bedingt, denn sie kompensieren das Gefühl von Verlust, die Wünsche nach Nähe und Zärtlichkeit etc. ja nicht wirklich, sie verdrängen und verschieben sie nur. Psychoanalytisch betrachtet sind das zwar ausgesprochen übliche Abwehrmechanismen, aber eben meist – wenn überhaupt – nur vorübergehende Lösungen. Wie gesagt: Versuchen Sie es doch mal anders, siehe oben ...

Versagen ist dabei das tägliche Brot im Ordensleben, denn der Anspruch ist enorm hoch und wir Menschen sind und bleiben erlösungsbedürftig. Wir müssen darum selbstverständlich auch in punkto Sexualität / Zölibat unser Versagen ernst nehmen, uns genauso um Umkehr und die Vermeidung weiteren Versagens bemühen, es aufrichtig und schonungslos bekennen und um Gottes Beistand bitten. Aber eben: genauso wie bei Versagen in anderen Bereichen. Nicht weniger, nicht mehr. Dabei sind auch sexuelle Phantasien, Selbstbefriedigung etc. Aspekte des

Themas, die eines sachlichen, unaufgeregten Umgangs bedürfen. Wenn heute noch junge Ordensmänner und -frauen Angst vor ihrem eigenen Körper haben, am liebsten angekleidet duschen würden, medizinisch sinnvolle und notwendige (Selbst)Untersuchungen vermeiden etc., lässt das aufhorchen. Hier gilt es, eine gemeinsame Sprache zu finden, einen behutsamen, respektvollen Umgang, damit Körperlichkeit und Sexualität thematisiert und in ein sachlich-verständnisvolles Licht geholt werden können. Wenn dies wohl auch selten in einer ganzen Gemeinschaft möglich ist, so sollte es doch in der Beziehung zu den Oberen, zur Infirmarin, zum Infirmar oder einem anderen geeigneten Gegenüber möglich sein.<sup>16</sup> Ein extrem negativer Umgang mit dem eigenen Körper kann sich auf Dauer als gefährlich für die psychische Gesundheit erweisen und, da es das ganze Selbst- und Weltbild negativ einfärbt, auch für die Gemeinschaftsfähigkeit. Denn wer sich selbst ablehnt, meint, ein Teil seiner Selbst sei „unpassend“ bis „schmutzig“, kann kaum offen, ungezwungen und liebevoll mit anderen umgehen, wird unter Umständen nicht nur sich, sondern auch andere, ja sogar die Gemeinschaft in „gut“ und „böse“ spalten.

Zur Integration von Sexualität in das Ordensleben gehört daher auch die Anerkennung, bereits eine eigene Geschichte mit der Sexualität mitzubringen. Auch diese ganz persönliche Geschichte, sei sie nun eine Liebes- oder eine Horrorgeschichte, ist Teil dessen, mit dem wir unser Ordensleben beginnen und bis an unser Lebensende führen. Ob wir wollen oder nicht. Hier die Augen zu verschließen, zu meinen,

nach der Weihe / den Gelübden spielen diese Geschichte keine Rolle mehr, ist, so hat das letzte Jahr eindringlich gezeigt, geradezu gefährlich: Es überlässt den Einzelnen mit negativen oder unreifen Vorerfahrungen sich selbst – und das *kann* (!) zu Sexualstraftaten führen. Vor dem Ordenseintritt Opfer oder Täter/-in sexualisierter Gewalt gewesen zu sein bzw. in einem unreifen Entwicklungsstadium stehen geblieben zu sein, wird durch den Ordenseintritt ja nicht automatisch ausgelöscht, auch nicht nach Jahren.

Eine *gelungene* Integration der Sexualität in das Ordensleben kann allerdings ein Weg sein, auf dem alte Wunden heilen, negative Prägungen verblassen und innere Reifungsprozesse gefördert werden. Dazu gehört auch, in angemessener Weise über alte Wunden und / oder den lebenslangen Verzicht zu trauern – bewusst zu trauern, um sie integrieren zu können. Gestehen wir uns ruhig ein, dass es doch auch schmerzt, die körperliche Seite der Liebe nicht leben zu dürfen, dass es traurig ist, eine liebevolle Beziehung nicht auch körperlich ausdrücken zu dürfen, dass es einen Verlust darstellt, keine eigene Familie zu gründen. Dass wir trauern und klagen dürfen über diese ungelebte Seite unseres Menschseins, ist dabei keineswegs nur eine psychologische „Erlaubnis“ oder „Forderung“ – es ist gut biblisch, wie die Erzählung von der Tochter Jiftachs (Ri 11,31) zeigt, die von ihrem Vater als Menschenopfer Gott dargebracht wird: „Da ging sie hin mit ihren Gespielinnen und beweinte ihre Jungfrauschaft auf den Bergen“ (Lutherübersetzung) – zwei Monate lang, bevor sie sich opfern ließ. Wir dürfen nicht nur mit Lob, Dank und Bitten, sondern auch mit unserer Klage

vor Gott treten; auch die Klage über ungelebtes Leben gehört in die Gottesbeziehung hinein und kann so dort heilsam aufgehoben werden.

Sexualität nicht abzuspalten, keine Angst vor dem eigenen Körper und seinen Reaktionen zu haben und die eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen, heißt aber nun nicht, dass Keuschheit / Zölibat im Ordensleben zu einem „optionalen Extra“ werden darf, das hinzugefügt oder eben auch weggelassen werden kann, wie der beheizbare Außenspiegel beim Kauf eines neuen Autos. Keineswegs. Wir haben Keuschheit / zölibatäres Leben gelobt und das hoffentlich nach reiflicher Überlegung, nach der vorgeschriebenen Noviziatszeit und nach sorgfältiger Abwägung. Nun müssen Sie – wie auch ich – diesen Teil des Professversprechens ernst nehmen und jeden Tag neu realisieren. Der sich ausbreitenden Meinung, heute sei ja bekannt, Zölibat sei unmenschlich und dieser Teil des Weihe- oder Professversprechens könne deshalb im Alltag getrost ignoriert werden – dieser Meinung muss ich nicht nur als Benediktinerin, sondern auch und gerade aus psychologischer Sicht widersprechen. Sie können nicht halbtags Mönch oder Nonne sein, das geht kirchenrechtlich nicht. Sie können auch nicht halbherzig Nonne oder Mönch sein, das geht psychologisch nicht. Jedenfalls nicht, ohne Ihr „Ich“ zu verzerren. Ein Leben der Heimlichtuerei mag kurzfristig einen gewissen Kick geben, dem „langweiligen“ Alltag Würze verleihen, langfristig versalzt es Ihnen die Suppe. Und zwar mit schwerwiegenden Folgen – vielleicht für Ihren Magen, weil Sie evtl. ein Magengeschwür entwickeln, mit



sehr großer Wahrscheinlichkeit aber für Ihre Seele. Wir wissen, dass das Unvermögen, eigenen Entscheidungen treu zu bleiben und sie zu verwirklichen, also inkongruentes, nicht authentisches Verhalten, für das Selbstbild, das „Ich“, schädlich ist. Denn entweder muss ich mir meine Inkonsequenz schön reden, indem ich die Schuld der Gesellschaft, den Umständen, der Gemeinschaft... gebe. Dann degradiere ich mich aber vom Subjekt meines Lebens zu einem ausgelieferten, manipulierbaren Objekt. Oder aber ich erlebe mich durch meine Inkonsequenz als Versager(in) – was dazu führen kann, mich für wertlos und verachtenswert zu halten. Dann bleibe ich zwar handelndes Subjekt meines Lebens, aber ein schlechtes, mangelhaftes, abzulehnendes. Um das wiederum zu vermeiden, muss ich diesen negativen Teil abspalten. Da ist dann nicht nur die Ganzheitlichkeit, sondern auch die Wahrhaftigkeit und Lebensfülle eines Ordenslebens dahin.

Andauernde Inkonsequenz (nicht punktuell Versagen!), was ein Gelübde angeht, setzt eine endlose Schlange von Verstößen gegen meine eigene Entscheidung und meine Berufung in Gang. Wer dauerhaft oder immer und immer wieder gegen die Gelübde verstößt, lebt in einer permanenten Lüge vor sich selbst, vor seinen Oberen und vor den Menschen, die etwas anderes mit einem Priester bzw. mit Ordensleuten verbinden. Gott können wir zwar so nicht belügen, aber wir können unsere Beziehung zu ihm zu einer Farce machen, wenn wir so tun, als hätte diese Seite unseres Lebens nichts mit unserer Gottesbeziehung zu tun. Gerade die Ganzheitlichkeit unseres Lebens, das Ineinander und Miteinander von Gebet,

Arbeit, Gemeinschaftsleben, Freizeit und persönlicher Entwicklung ist das, was reife Ordensleute zu stabilen und authentischen Menschen macht, die wahrhaft Zeugnis ablegen können von der Liebe Gottes, von der sie sich getragen wissen, von der göttlichen Gnade, die letztlich ein gelingendes Leben schenkt. Die Gelübde zu brechen und z.B. Sexualität in einer unangemessenen Weise auszuleben, führt zum Gegenteil.

Also doch wieder Schlafen in Gemeinschaftssälen? Besuche hinter dem Klausurgitter? In der Beichte die Konzentration auf das sechste Gebot? Nein Danke. Das wäre psychisch genauso ungesund. Und wie die aufgedeckten Sexualstraftaten in Klosterinternaten, Beichte etc. zeigen, bietet so etwas absolut keinen Schutz, vor nichts und niemandem, also auch nicht vor sich selbst. Und, machen wir uns nichts vor: das Internet macht vor den dicksten Klostermauern nicht Halt, die strengsten Klausurvorschriften sind bei Zugriffsmöglichkeiten auf einen Computer, ein iPad oder ähnliches auch immer nur so gut, wie die, die sich an diese Vorschriften halten. Die freie Verfügbarkeit von Pornofotos und -filmen im Internet mag für die Integration der eigenen Sexualität nicht einmal die größte Gefahr darstellen, denn sie setzen eine bewusste Handlung voraus und Sie wissen, was Sie erwartet und können sich darauf einstellen, wenn Sie solche Seiten aufrufen (würden). Größere Gefahr besteht vielleicht eher in der permanenten Konfrontation mit „niedrigschwelligen“ sexualisierten Bildern, die auf ganz normalen Internetseiten (und überall in der Stadt...) auftauchen. Die größte Gefahr besteht vielleicht in

solchen Bildern und „Angeboten“, die gar keinen direkten sexuellen Inhalt haben, der sofort ins Auge fallen würde und dem Sie sich verwehren könnten; Bilder, Werbung etc., die Ihnen die Erfüllung Ihrer Wünsche und Sehnsüchte nach Beziehung, nach Nähe und Zärtlichkeit vorgaukeln. Hier werden wir auf eine unterschwellige, vorbewusste Weise manipuliert und können dadurch so aus unserem Gleichgewicht geraten, dass Sexualität „plötzlich“ als Thema da ist, überfallartig und überwältigend, unvorhergesehen und unkontrollierbar. Das ist wesentlich belastender und riskanter, als sich dem Thema bewusst, im eigenen Tempo, bei klarem Verstand, unter selbst gewählten Bedingungen und mit Unterstützung zu stellen und die eigene Sexualität so zu integrieren. Wenn, wie Corona Bamberg ausführt<sup>17</sup>, Keuschheit etwas mit „rein“ / „klar“ zu tun hat, dann weist das darauf hin, dass sie, wie oben bereits angedeutet, unseren Beziehungen und damit unserem Leben eine ganz eigene Qualität verleihen kann: Wenn jemand in der Begegnung mit einem Ordensmann, einer Ordensfrau erlebt, dass hier ein Gegenüber als authentische Person, ohne Verdrängtes, ohne verborgene Ziele begegnet, dass hier eine liebevolle Offenheit besteht, die keine Einsprengsel von Zweideutigem, von tendenziell Übergriffigem enthält, der kein diffuser Beigeschmack und nichts Anrühiges anhaftet – dann ist diese Begegnung ein wahrhaftiger, glaubwürdiger Hinweis auf die absolut reine Liebe, mit der Gott den Menschen begegnet. Was könnte eine Beziehung wertvoller machen?



- 1 Auch wenn es angebracht wäre, die je eigene Bedeutung von Keuschheit / Zölibat / Jungfräulichkeit / Ehelosigkeit zu thematisieren, verwende ich im Folgenden die Begriffe nahezu synonym. In der angegebenen Literatur sowie in der Jesuitenzeitschrift 2009/3 zu Keuschheit finden sich gute Ausführungen für eine differenzierte Betrachtung.
- 2 Michael Casey, *Fremd in der Stadt*, St. Ottilien 2007, 223.
- 3 Das wusste z.B. schon der Altvater Sisoës, der auf die Frage „Was soll ich wegen meiner Leidenschaften tun“ antwortete: „Jeder von uns wird angefochten von seiner eigenen Begierde.“
- 4 „Der Verzicht (in der Askese) trägt keinen Wert in sich, er soll zu einer höheren Form religiösen Lebens führen. Asketisches Leben schließt immer beide Aspekte ein, den des Verzichtes und den der positiven Zielsetzung. So wenigstens will es jede Form christlicher Askese.“, Karl Suso Frank, *Askese und Mönchtum in der frühen Kirche*, 1975, 1.
- 5 Vgl. Justina Metzdorf OSB, *Matthäus 19-22 (NTP)*, Göttingen 2013. Ich zitiere im Folgenden mit freundlicher Genehmigung der Autorin aus dem Manuskript; Veröffentlichung voraussichtlich 2013 in der Reihe *Novum Testamentum Patristicum*: „Während Mt 19,12 vorwiegend in der lateinischen Tradition und im monastisch-asketischen Schrifttum eine Rolle für die Begründung des Zölibats spielt, weil das ‚sich zum Eunuchen Machen um des Himmelreichs willen‘ fast ausschließlich auf den Aspekt der sexuellen Enthaltsamkeit bezogen wird, findet die griechische Theologie – angefangen bei Clemens, entfaltet von Origenes und ausgereift bei Gregor von Nazianz –, zu einem ganzheitlichen Verständnis dieser Metapher, indem sie das christliche Leben als Eunuchen-Dasein in der Welt versteht, insofern als es sich für die Reize irdisch-vergänglicher Dinge als unempfänglich und unfruchtbar erweisen soll.“ Gerade Origenes bezieht klar Stellung und

kritisiert jene, die „...sich aus eingebildeter Gottesfurcht und maßloser Liebe zur Selbstbeherrschung Leiden und körperliche Verstümmelung (zufügen ...) Und das alles haben sie erlitten, weil man ihnen vorgaukelte, es sei fürs Himmelreich.“ (comm in Mt 15,1.2). „Der zweite Auslegungstyp, der sich vor allem bei den lateinischen Vätern des 4. Jahrhunderts (Augustinus, Hieronymus) und in der monastischen Literatur nachweisen lässt, dokumentiert die Entwicklung zu einer inhaltlichen Reduzierung der Eunuchenmetapher auf den Aspekt der geschlechtlichen Enthaltsamkeit. Mt 19,12 begegnet vor allem in solchen Schriften, die sich mit dem zölibatären Leben befassen und an christliche Jungfrauen, Witwen und Mönche gerichtet sind, und zwar als biblische Belegstelle für die Sinnhaftigkeit dieses Lebensstils“.

- 6 Metzdorf, a.a.O.
  - 7 Metzdorf, a.a.O.
  - 8 Augustine Roberts, *Centered on Christ. A guide to Monastic Profession*, Kalamazoo, 2005, 114. Eigene Übersetzung.
  - 9 Z.B. in Wunibald Müller, *Liebe und Zölibat*, Mainz, 2000 (3), 12 u.ö.
  - 10 Hier gilt: wenn es echte Freude ist, will sie sich mitteilen, andere teilhaben lassen. Wenn es zum Geheimnis drängt, ist Vorsicht angesagt.
  - 11 Casey, a.a.O., 78.
  - 12 Weisung der Väter. *Apophthegmata Patrum*, auch *Gerontikon* oder *Alphabeticum* genannt. Eingeleitet und übersetzt von Bonifaz Miller, Freiburg i. Breisgau, 1965, 487.
  - 13 Miller, a.a.O., 488.
  - 14 Sollte dabei sexualisierte Gewalt als Handlungen oder auch zunächst als Phantasien bekannt werden, ist Gelassenheit natürlich nur insofern angebracht, als sie blindem Aktionismus vorbeugt. Gelassenheit ist jedoch kein Synonym für Phlegmatismus oder Feigheit.
  - 15 So schon Gregor von Nazianz. Für ihn „... ist die ‚geistliche Keuschheit‘ – womit er das integre Gottesverständnis und Gottesverhältnis des Menschen meint, das im Glaubensbekenntnis der Kirche seinen Ausdruck findet – entscheidender als die körperliche Keuschheit, beziehungsweise hat für ihn die körperliche Keuschheit nur dann einen Sinn, wenn sie mit dem geistlichen Leben des Menschen in Einklang steht.“ Metzdorf, a.a.O.. Bei den meisten Kirchenvätern, so Metzdorf in ihrer Zusammenfassung der Väterauslegung zu Mt 19,12, wird „Keuschheit ... als vorwiegend geistiger Akt verstanden, der von allen Christen verlangt wird und sich auf den ganzen Lebensvollzug des Menschen bezieht.“ Metzdorf, a.a.O.
- 16 Wobei hier, wie so oft, das gute Beispiel mehr bewirken kann, als viele Worte oder kommentarlos zur Verfügung gestellte Handreichungen. Obere, die authentisch ihr Mann- resp. Frausein leben, die in einer sachlich-respektvollen Weise über Enthaltsamkeit und Sexualität sprechen können, die Distanz einhalten und angemessene Nähe vorleben, können viel dafür tun, dass in ihrer Gemeinschaft die Integration von Sexualität gelingt. Dass sie hierbei genauso ein Recht auf Hilfe und Unterstützung haben wie diejenigen, denen sie vorstehen, sollte selbstverständlich sein.
  - 17 „Im Mittelalter gehörte Keuschheit zur geglückten menschlichen Persönlichkeit. ‚Kusch‘ geht nahtlos zusammen mit ‚rein‘ in Gedanken, mit ‚aufrecht‘ in Werken, mit ‚gütig‘ im Willen, mit ‚Zucht‘ im Verhalten, mit ‚Lauterkeit‘ im Gewissen. ... ‚Keusch‘, ‚kusch‘ leitet sich sprachlich ab von lateinisch ‚consciūs‘, ‚seiner bewusst‘, ‚besonnen‘. Ein ‚homo consciūs‘ ist sich seines Willens, seiner Sehnsucht, seines Leibes bewusst. Damit bekommt Keuschheit etwas Geistiges, Vernunftmäßiges, sie verdankt sich nicht ausschließlich beherrschter Leidenschaft und gezügelter Triebhaftigkeit. Der ganze Mensch ist keusch, oder er ist es nicht. Ursprünglich hatte Keuschheit nichts Prüdes, nichts Kleinkariertes, nichts Introvertiertes. Sie meinte die ungetrübte, reine Ordnung in allen Beziehungen: zu Menschen, zu Dingen, zur Welt und zu sich selbst mit Leib und Seele.“ Bamberg, Corona, Askese. Faszination und Zumutung, St. Ottilien 2008, 79.