



# Heilige Kommunion

## *Sexuelle Körper- und Bewusstseinsarbeit als wachstumsfördernde Intervention im Kontext der römisch-katholischen Kirche*

*Das zentrale Ritual des katholischen Christentums ist die Heilige Kommunion. Dort geschehe durch den Verzehr der Hostie die reale Vereinigung (!) mit dem Leib Christi, heißt es. In Wien beschäftigt sich die Körpertherapeutin Atma Pöschl mit Menschen, denen die Leib- und Sexfeindlichkeit des katholischen Glaubens schwer zugesetzt hat. Für sie ist der Körper als Tempel der Seele etwas Heiliges. Als Therapeutin berührt sie dieses Heiligtum ganz real und lässt dabei auch den Genitalbereich nicht aus, in einer Haltung, die sie als »gleichzeitig offen und ganz bei sich« beschreibt*

**Von Atma Pöschl**



*Geh aufrecht wie die Bäume. Lebe dein Leben so stark wie die Berge. Sei sanft wie der Frühlingswind. Bewahre die Wärme der Sonne im Herzen, und der Große Geist wird immer bei dir sein.«*  
Gebet der Navajo

*»Was keiner wagt, das sollt ihr wagen. Was keiner sagt, das sagt heraus. Was keiner denkt, das wagt zu denken. Was keiner anfängt, das führt aus. Wenn keiner ja sagt, sollt ihr's wagen. Wenn keiner nein sagt, sagt doch nein. Wenn alle zweifeln, wagt zu glauben. Wenn alle mittun, steht allein. Wo alle loben, habt Bedenken. Wo alle spotten, spottet nicht. Wo alle geizen, wagt zu schenken. Wo alles dunkel ist, macht Licht.«*  
Franz von Assisi

Ich hatte Angst vor dem Schlafengehen. Wenn ich als Fünfjährige abends alleine war, spendete ich mir die Heilige Kommunion, indem ich den Leib Christi aus weichem Brotteig rollte: »Der Leib Christi« – und betete mein Gebet, es möge allen Menschen gut gehen. Im ursprünglichen Wortlaut bedeutet (lat.) *Communio* »Gemeinschaft«. Im katholischen Gottesdienst, den wir jeden Sonntag besuchten, wurde sie vom Priester gespendet: »Der Leib Christi« – in meiner Hand, dann in meinem Mund.

### »Das ist mein Leib«

Das römisch-katholische Verständnis der Heiligen Kommunion setzt die Kenntnis des Dogmas der Transsubstantiation voraus: Der Priester konsekriert in der Heiligen Messe durch das Aussprechen der Worte »Das ist mein Leib« und »Das ist mein Blut« die Opfertgaben Brot und Wein zum Leib und Blut Christi. Dieser Vorgang wird Wandlung genannt: Brot und Wein bleiben äußerlich erhalten, aber die Substanz ist jetzt eine andere, nämlich Leib und Blut des Erlösers Christus.

Der Empfang der Heiligen Kommunion ist insofern eine buchstäbliche Vereinigung mit dem Leib Christi. Davon ausgeschlossen sind nach katholischem Dogma wiederverheiratete Geschiedene, unverheiratet in Gemeinschaft Lebende und Homosexuelle: Sie begehen eine Todsünde. Und Masturbation muss als »außerehelicher Gebrauch der Geschlechtskraft und in sich schwer ordnungswidrige Handlung« vor dem Empfang der Kommunion gebeichtet werden.

### Einsamkeit

Sonntags war mein Körper in der Kirche, mein Geist auf Wanderschaft, meine Trauer innerhalb der Mauern, meine Sehnsucht über alle Berge: Ich war nicht da.

Mit neun Jahren sagte ich zu meinem Vater, als ich in der Küche auf seinem Schoß saß: »Keiner hat mich lieb.« Ich erinnere mir unangenehme Nähe und auf der anderen Seite tiefe Einsamkeit und Verzweiflung – eine ausweglose Situation. Ich wollte den Atem anhalten und sterben.

## Katharina von Siena ernährte sich gegen Ende ihres Lebens ausschließlich von der Eucharistie

»Von nichts anderem leben wir, als von unsren schönen, herrlichen Gefühlen, und jedes, dem wir unrecht tun, ist ein Stern, den wir auslöschen«, schrieb Hermann Hesse. Meine Gefühle waren »gspäßig« (komisch): Ich erinnere das Wort, zusammen mit dem Schmerz in Körper und Seele, der mit Unterdrückung der Traurigkeit kam. Traurigkeit, Wut und meine Einsamkeit hätten die Eltern belastet. Deshalb zelebrierte ich in der Einsamkeit des Abends stumme Rituale, um auf der Suche nach Liebe – nichts zu spüren. Mit dem Leib Christi und einem Gebet für alle Menschen, die mir nahe standen, hielt ich meine bodenlose Angst in Schach.

### Katharina von Siena

»Hier bin ich armer Teufel«, schrieb die heilige Katharina von Siena im 14. Jahrhundert, »wohnhaft in meinem Körper, doch in meinem Verlangen stets außerhalb des Körpers!«

Katharina ernährte sich gegen Ende ihres Lebens ausschließlich von der Eucharistie und wollte – zum Skelett abgemagert – auch körperlich mit ihrem göttlichen Bräutigam vereint sein. In einer Vision reichte ihr Christus seine Vorhaut als Ehering: Katharina wurde 1461 heiliggesprochen, 1939 zur Schutzpatronin Italiens ernannt, 1970 vom Papst zur Kirchenlehrerin und 1999 zur Patronin Europas erhoben.

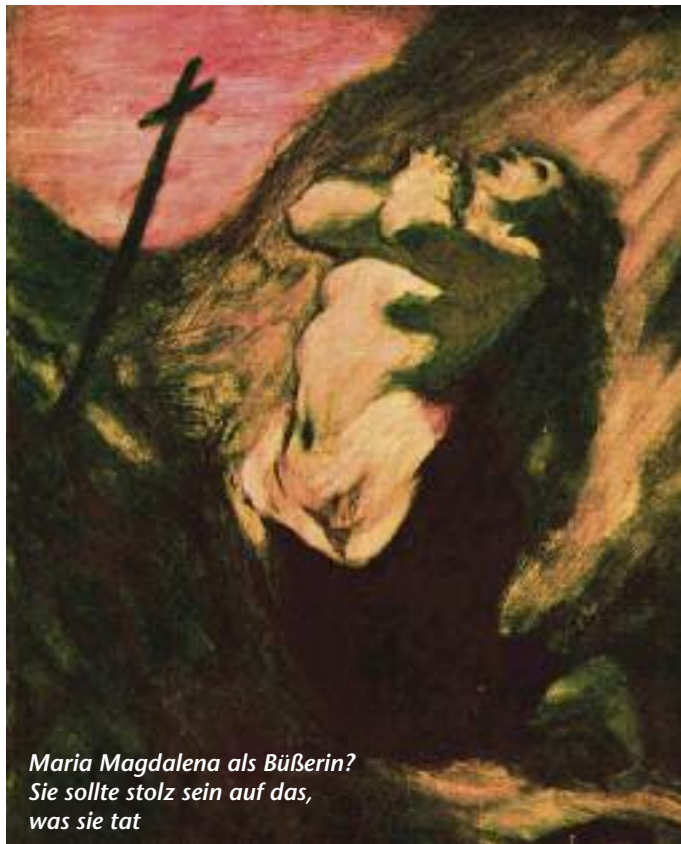
Dem Weiblichen in unserer Kultur wahrhaftig einen Ehrenplatz einzuräumen, beginnt damit, dass Frauen sich selbst und ihre Geschichte ehren. »Halte den Blick gesenkt und sei unnahbar wie ein Igel«, forderte Katharina. Die Lügen und Schmerzen der letzten zweitausend Jahre kommen ihrem Ende jedes Mal ein bisschen näher, wenn eine Frau ihre Kraft annimmt, und wenn ein Mann die Frauen in seinem Leben genauso ehrt wie das Weibliche in sich selbst. »Euer Körper ist die Harfe eurer Seele«, beschrieb der libanesischer Dichter Khalil Gibran diesen gemeinsamen Weg. »Und es bleibt euch überlassen, ihm liebliche Musik zu entlocken oder verworrene Klänge.«

### Katholisches Denken

Ich bin in der katholischen Kirche aufgewachsen. Katholisches Denken und Glauben haben meine früheste Beziehung zu meinen Gefühlen geprägt, zu meinem Handeln und zur Sexualität und auch meine ersten intimen Beziehungen. Aus diesem Grund werde ich diesen Rahmen nutzen, um die vielfältigen Möglichkeiten sexueller Körper- und Bewusstseinsarbeit im Kontext katholischer Glaubensprägungen zu betrachten.

Meine Mutter hatte Angst: Sex vor der Ehe war für sie eine Sünde, das war ihre fixe Idee. Natürlich hätte ich als junge Frau ihre Unterstützung als Mutter gebraucht, die meine Sexualität als Ausdruck der Liebe willkommen heißt, die meine Weiblichkeit und Grenzen achtet, unser beider Individualität wertschätzt sowie ihre Angst als Teil ihrer eigenen Geschichte. Stattdessen wollte meine Mutter beim ersten Gynä-

Christi Blut reinigt, Frauenblut verschmutzt,  
nur Jungfräulichkeit erhöht



Honoré daumier, Büßende Maria Magdalena

*Maria Magdalena als Büßerin?  
Sie sollte stolz sein auf das,  
was sie tat*

kologenbesuch mit ins Behandlungszimmer gehen. Und sonntags mit uns allen in die Kirche.

Was bedeutet Sein und Spüren jetzt, in diesem Moment, mit Leib und Seele und allen Sinnen? Ich schreibe und du liest meinen Text: Was bewegt sich in unseren Körpern? Kommen Gefühle ins Fließen oder ins Stocken? Und was sagt der Kopf? Sind wir – in diesem Moment – mit Himmel und Erde und mit uns selbst verbunden?

Als Trainerin und Coach für Körpersensibilisierung arbeite ich heute mit Frauen, Männern und Paaren auf der Suche nach persönlichem Ausdruck im Bereich Sexualität, Spiritualität und Kreativität. Auch meine Beschäftigung mit dem katholischen Denken, Fühlen und Glauben hat mich darauf vorbereitet. Sie hat dazu geführt, dass ich heute unseren Körper als Tempel der Seele für etwas Heiliges halte und ihn auch so behandle. Er ist ein Geschenk, das wir mit Herz und Seele und mit allen Sinnen genießen dürfen. Wir dürfen uns aus ganzem Herzen darüber freuen, dass wir diesen Körper haben und darin wohnen dürfen – für eine Weile.

## Augustinus

»Der Geist ist es, der lebendig macht; das Fleisch nützt nichts«, lese ich über dem Eingang der Pfarrkirche Heiliger Geist in Wien. Der Theologe und Psychoanalytiker Alfred Kirchmayr spricht in diesem Zusammenhang von Dementia Rationalis, einer wahnsinnig gewordenen Rationalität, die sich auch bei

Augustinus zeigt: Ein ganzes Kapitel seiner Schrift »Der Gottestaats« widmet der heilige Augustinus im vierten Jahrhundert dem Nachweis der fixen Idee, dass der Mensch im Paradies seine Geschlechtsorgane mit dem Willen beherrscht habe: »Es gibt Menschen, die ihre Ohren bewegen können. Und es gibt Menschen, die ihre Kopfhaut, soweit die Haare reichen, an die Stirn verschieben und wieder zurückziehen können, ohne sich zu bewegen. Warum sollten wir nicht glauben, dass vor der Sünde des Menschen Glieder seinem Willen zur Erzeugung von Nachkommenschaft ohne Lust hätten dienstbar sein können?« Augustinus gilt als Vater der theologischen Wissenschaft des christlichen Abendlandes und wird deshalb als Kirchenvater bezeichnet. »Infolge seines Ungehorsams gegen Gott verlor der Mensch die Fähigkeit, sich selbst zu gehorchen: In der Strafe wird Ungehorsam mit Ungehorsam vergolten.« Kurz und gut: Penis und Vagina werden durch sexuelle Lust erregt, das ist die Sünde. Und unsere Lust trägt die Erbsünde weiter von Geschlecht zu Geschlecht: Weil laut Augustinus im Orgasmus »alles scharfe und umsichtige Denken niedergehalten« wird.

## Lob der Verslossenheit

Nur Christus sei ohne fleischliche Lust gezeugt worden und deshalb »unbefleckt«: Die theologische Doktrin der Unbefleckten Empfängnis beschreibt seine Mutter Maria als »verschlossenes Tor«, »versiegelte Quelle« und »verschlossenen Brunnen«. Für die Kirche ist das der begehrenswertesten Zustand, den eine Frau anstreben kann, denn Verslossenheit mindert Bestrafungen, die die Erbsünde für Frauen vorsieht: Menstruation, Geburt, damit verbundene Schmerzen und Tod im Kindbett. Und »wenn sie müde werden oder sogar sterben, macht das nichts aus. Lasst sie im Kindbett sterben, dafür sind sie da«, betonte Thomas von Aquin. Für Augustinus waren Frauen »die Einfältigen«, »Ärmsten im Geiste«, »die Törichteren«, »Unwissenden und Niedrigen«. Beide Männer wurden heiliggesprochen. Und in der katholischen Kirche sind Frauen bis heute aufgrund ihrer monatlichen Blutung amtsunwürdig. Christi Blut reinigt, Frauenblut verschmutzt, nur Jungfräulichkeit erhöht.

## Mater inviolata

Aber auch sexuelle Unlust kann wertsteigernd wirken: Als Ludwig XIV sich beim Beichtvater seiner zweiten Frau über deren mangelnde Begeisterung beim »ehelichen Akt« beklagte, legte der Bischof von Chartres dar: »Welche Gnade ist es, aus reiner Tugend das zu tun, was so viele Frauen ohne Verdienst, weil mit Leidenschaft vollziehen«. Und so wird die Jungfrau und Mutter Maria in der Lauretanischen Litanei als *mater inviolata*, auf deutsch: unversehrte Mutter, besungen. »Unversehrt« ist eine zu harmlose Übersetzung des Wortes *inviolatae*. Laut lateinischem Lexikon sind folglich alle Mütter als *matres violatae* das, was das Wort *violatae* bedeutet: Frauen,



Maria ist 29 Jahre alt und hat Schmerzen beim Geschlechtsverkehr.  
Die Mutter sagt: »Glaubst du, mir tut's nicht weh?«

denen Gewalt angetan wurde, die befleckt, misshandelt, besudelt, geschändet und entweiht wurden. *Violatae* kommt von (lat.) *Vis*, Gewalt. Verletzend ist natürlich auch das Bild von Männern als unsensibel und gewalttätig.

## Liebesfähiger werden

Hier ein paar Beispiele aus meiner therapeutischen Praxis, an denen man die Wirkung einer körperfeindlichen und insbesondere sexfeindlichen Prägung sehen kann.

Anne wurde mit 18 Jahren vergewaltigt: »Es schockiert mich, dass du nicht mehr Jungfrau bist«, sagte ihre Mutter. Die Mutter war »erkatholisch«, der Vater »liberal« und ging mit ihr zur Polizei – danach wurde Annes Vergewaltigung totgeschwiegen. Sie ist jetzt 46 Jahre alt, hat als persönliche Bewältigungsstrategie für kurze Zeit auch als Prostituierte gearbeitet und kommt mit dem Wunsch in meine Praxis, »liebesfähiger« zu werden.

Florian hat zum ersten Mal in seinem Leben geküsst: Weil er vor lauter Angst weder seine eigenen noch die Grenzen der Frau wahrnehmen konnte, fühlt er sich jetzt als »Täter«.

Franz ist 26 Jahre alt. Er hat noch nie eine Frau berührt und wünscht sich Berührung, weil er wertgeschätzt werden möchte.

»Ich wünsche mir ein uneingeschränktes und lustvolles Sexualeben mit meinem Partner«, schreibt Martina, »ohne jedes Mal davor so eine Art Druck zu verspüren, so auf die Art: Okay, jetzt wär's mal wieder an der Zeit.«

»Mausi, das kannst du aber nicht machen, drei Monate nicht mit ihm schlafen« – Maria war 17 Jahre alt, als sie diesen Satz von ihrer Mutter hörte. Heute ist sie 29 Jahre alt und hat Schmerzen beim Geschlechtsverkehr. Die Mutter sagt: »Glaubst du, mir tut's nicht weh?« Solange Maria denken kann, hat sie mit ihrer Mutter im selben Bett geschlafen. Und wenn ich sie berühre, fällt es ihr schwer, ihre Gefühle und Bedürfnisse wahrzunehmen. Das für sie als Kind lebenswichtige »Ich spüre nichts«, wurde zur kalten Mauer.

Marias Anpassung war im Kontext eines dysfunktionalen Versorgungssystems lebenswichtig und schlau. Aber Anpassung verändert unsere Beziehung zum Körper: Der Körper verschließt sich, verspannt sich, wird hilflos oder hektisch, er schmerzt. Um mit Bedrohung und Verlassensein fertig zu werden, entwickeln wir chronische Verhaltensmuster und bleiben körperlich in der Vergangenheit stecken. Auch Carl hat seine Sexualität noch nie mit einer Frau gelebt: »Ich habe Defizite im Berühren und Berühren-Lassen«.

## Grenzen

Wie auch immer unsere Anpassungsleistungen aussehen, sie alle gleichen sich darin, dass eine frühkindliche Konfrontation mit Angst, Bedrohung oder Verlassensein zu Problemen beim Aufbau funktionierender Grenzen führt: Wir wissen dann nicht, was unsere Grenze und was innerhalb und außer-



*»Ich wünsche mir ein  
uneingeschränktes und lustvolles  
Sexualeben mit meinem Partner«*

halb dieser Grenze sicher ist. Welchen Dingen sollen wir aus dem Weg gehen? Welche beherzt attackieren? Solange wir eingefrorenen Gefühlen und Grenzen nicht auch auf körperlicher Ebene begegnen und mit ihnen Freundschaft schließen, können sie dauerhaft verhindern, dass wir uns in unserem Körper zu Hause fühlen: Wir können weder zu uns selbst noch zu unserer Umgebung eine tragfähige Beziehung aufbauen.

## Berührungen

»Ich bin traurig, einsam und total ausgebrannt. Manchmal, wenn der Stress ein bisschen nachlässt, bin ich unvorstellbar müde und habe Mühe, mich durch den Tag zu schleppen«, schreibt Elisabeth, Sales Managerin bei einem internationalen Konzern. Hier beginnt der Teufelskreis. Menschen, die sich selbst nicht spüren, laufen Gefahr, auch fremde Grenzen zu missachten, z.B. die ihrer Kinder: »Berührung ist mir, denke ich, nicht so wichtig«, betont Elisabeth, »ich bekomme keine Berührungen von meinem Mann – habe damit aufgehört. Aber ich knuddle viel mit meiner Tochter, sie ist oft zum Fressen lieb.« Jürgen sagt über jenen Priester, der ihm und anderen

Ursache des meisten Unglücks auf der Welt ist,  
dass Männer und Frauen vergessen haben, wie man körperlich liebt



Buben im katholischen Internat Gewalt angetan hat: »Der hat sich von seinen Zöglingen ernährt. Dort hat er die Kraft für sich selber herausgeholt!« Der Grat zwischen Liebe schenken und Liebe brauchen, offenem Angebot, persönlichem Bedürfnis und Übergriff ist schmal. »Als ich noch näher zu meiner Mutter war, habe ich noch weniger gespürt«, sagt Carl und beschreibt die Folgen seines Missbrauchs.

## Fühlen und Verstehen

Viele meiner Klienten und Klientinnen haben bereits reiche Erfahrung mit Psycho- und Gesprächstherapien, was sich wunderbar ergänzt. Über erlittene Gewalt zu sprechen oder darüber, weshalb man sich einsam, leer oder schlecht fühlt, kann ein nützlicher erster Schritt zur Heilung sein. Wenig wahrscheinlich ist es, dass dadurch tiefgreifende Veränderung im Körper passiert, denn zwischen den Gehirnregionen für Verstehen/Ratio und Spüren/Emotion existiert kaum eine Verbindung. Folglich sind wir nicht in der Lage, uns von bestimmten Gefühlen auf dem Weg bloßen Verstehens zu befreien. Die Hilfe der Schulmedizin besteht darin, Medikamente zu verschreiben, wenn jemand Schmerzen hat, wenig oder gar nichts spürt. Größere Fortschritte können erst erreicht werden, wenn wir uns mit unseren Körperempfindungen und Gefühlen, Nähe und körperlicher Berührung in der Gegenwart vertraut machen.

## Die Qualität der Berührung

Ist mir etwas zuviel? Oder bekomme ich zuwenig? Oder beides? Das Entscheidende eines jeden Beziehungsdialoges ist immer die Qualität der Berührung. Kann ich auf den anderen eingehen? Wie zögerlich ist Berührung? Falsche Berührungen

führen bei Säuglingen und Kindern zum Weinen, zu sprachlosem Rückzug oder zu Verwirrung. Wenn die Suche nach der Bindungsperson unterbrochen wird, können kindliche Ängste, Ohnmacht und (auto)aggressives Verhalten die Folge sein. Bei Erwachsenen wiederum kann Berührung regressive Prozesse unterstützen – sie kann einem tiefen inneren Bedürfnis entsprechen und doch Ängste erzeugen, wenn sie geschieht.

Auf jeden Fall ist Berührung Leben: Säuglinge, die nicht berührt werden, sterben. Kleine Kinder, die nicht berührt werden, stehen in ihrer Hirnentwicklung zurück. Jugendliche werden ohne Berührung (auto)aggressiv und gewalttätig, Erwachsene hart. »Du kannst dir nicht vorstellen, welche Macht du in Händen hältst, wenn du in der Eucharistie Gott in Händen hältst«, reflektiert ein evangelischer Pfarrer die Hintergründe sexueller Gewalt in der katholischen Kirche. Berühren können verleiht Macht, fehlende körperliche Berührung macht hart – eine unglückliche Verbindung. »Ich habe mit meinen Händen getröstet«, sagt

ein Priester, der wegen Machtmissbrauchs und sexueller Gewalt an Buben vor Gericht steht.

## Körperarbeit

Für den indischen Mystiker Osho ist Berührung »eine der meistvergessenen Sprachen«. Und weil Sexualität heute so oft in den Köpfen stattfindet – in unserem Alltag, beim Sex, im Zölibat oder im Rahmen sadomasochistischer Praxen –, ist es für mich ganz klar, dass ich nebst Gesprächen auch ganz direkte Körperarbeit anbiete. Ich bin zutiefst davon überzeugt, dass liebevolle, sinnliche, achtsame und vor allem sexuell absichtslose Berührung viel mehr berührt als bloße Haut: Sie ist ein wunderbares Werkzeug, das dazu beitragen kann, die eigene Sexualität (wieder) zu entdecken und heil werden zu lassen.

Es geht darum, Körperlichkeit zu erleben, denn das, was körperlich erlebt wurde, kann viel nachhaltiger verinnerlicht und in den Alltag integriert – oder überhaupt erst verstanden – werden. Oft nützt alles Erklären, Erzählen, Ermutigen und Unterstützen nichts, wenn es nicht in achtsamer, geschützter Atmosphäre von einem konkreten körperlichen Erleben begleitet wird.

## Be»hand«lung

In der Psychotherapie ist Berührung ein verwaistes Kind. Nur das Wort »Behandlung« weist noch auf die zentrale Bedeutung der Hand und damit auf Berührung hin, denn Berührungsinterventionen zählen zu den ältesten Heilmethoden. Heilmethodische Verfahren des Berührens umfassen ein breites Spektrum, von klassischer Physiotherapie und Massage bis zu sexueller Körper- und Bewusstseinsarbeit. Die Frage ist

immer: Wer berührt? Warum? Und jede Form der Berührung spiegelt zusätzlich die individuelle Haltung der Therapeutin wider: Haltung meint zum einen das professionelle Selbstverständnis, zum anderen eigene Gefühle, Denk- und Verhaltensweisen, einschließlich eigener Erfahrungen mit Berührung.

Das Besondere an meiner körpertherapeutischen Arbeit ist das konkrete Miteinbeziehen des Genitalbereichs. Wenn eine Mutter nicht in der Lage ist, gemeinsam mit ihrem Säugling den Bereich der Sexualität zu erkunden, kommuniziert sie dem Körper des Säuglings ihre eigene sexuelle Ambivalenz, die dann Teil seines unbewussten Wissens wird. Ebenso wie diese Mutter tue auch ich in meiner therapeutischen Arbeit Frauen und Männern keinen Gefallen, wenn ich meinen Blick, meinen Geist, meine Sprache und Aufmerksamkeit von ihrer Sexualität abwende. In vielen Formen der Psycho- und Körpertherapie sowie der Seelsorge geschieht genau das.

### Offen und ganz bei sich

Professionell (in Aus- und Fortbildungen immer wieder geübt) ist bei Berührung meine Haltung, gleichzeitig offen und ganz bei mir zu sein. Ich nehme dabei meine Gefühle, Energien und Grenzen sehr klar wahr. Auch und gerade deshalb ist es mir möglich, die Grenzen anderer zu achten.

Ich kann Nähe von Distanzlosigkeit unterscheiden und Frauen und Männern dadurch neue Räume öffnen. Was dabei an Sexualität beim Gegenüber entsteht, gehört allein ihr oder ihm.

Natürlich bietet sexuelle Hingabe Belohnungen *und* Gefahren. Gefahren begegnen wir oft durch Vermeidung und Abtötung. Wenn wir hingegen körperlich auf Gefahren – und auf unsere Ängste – reagieren und dabei bewusst mit allen Sinnen spüren, können diese Gefahren und Ängste Chancen für Veränderung und Wachstum sein.

### Die Wahrheit ist lebendig

Wolfgang wurde streng katholisch erzogen und sagt: »Ich habe Angst vor dem Bösen in mir.« Er hat Angst, dass seine Sexualität sündhaft ist, verspürt den Zwang zu beten und zu beichten, Messen für seine Sünden lesen zu lassen und sich immer wieder zu entschuldigen. Authentisch und lebendig zu sein ist Wolfgangs Herzenswunsch.

Aus Angst davor, das sich ständig wandelnde Leben direkt und ohne Puffer zu erfahren, identifizieren wir uns mit einer Religion, Nation, Politik oder sonst irgendetwas. Starrer Glaube bietet zwar Schutz, aber spaltet auch ab und grenzt aus. »Wenn du hingegen erkennst, dass die Wahrheit etwas Lebendiges ist, das in Bewegung und in keinem Tempel, keiner Moschee oder Kirche zu finden ist«, betonte der spirituelle Lehrer Jiddu Krishnamurti, »wohin dich keine Religion, kein Lehrer, kein Philosoph führen kann – dann wirst du auch erkennen, dass dieses Lebendige das ist, was du in Wirklichkeit selbst bist: dein Ärger, deine Rohheit, deine Heftigkeit und Verzweiflung.«

### Schuldgefühle

Da ich persönlich eingeladen war, habe ich 2005 miterleben dürfen, wie sich ein schwules Gemeindemitglied im Rahmen einer Heiligen Messe für seine Sexualität entschuldigte: »Ich kann nicht anders.« Erich war schwer krank und starb bald darauf an Krebs. Die Kirche lehnt Homosexualität ab und fordert von Schwulen ein enthaltsames Leben: Diese menschenverachtende Haltung hatte Erichs Leid hervorgerufen. Er hingegen ermöglichte der versammelten Gemeinde paradoxerweise, sich tolerant zu fühlen und verständnisvoll zu sein. »Es ist die Perversion der Täter, ihren Opfern ›Schuld‹ aufzubürden«, sagt Hubert, der als Bub im katholischen Internat emotionale und körperliche Gewalt erfahren hat.

»Ich möchte genau das erfahren, was Sie anbieten, ohne Angst und ohne mich schämen zu müssen«, sagt Fritz, als er zu mir in die Praxis kommt, »und das ist nicht gerade leicht für mich. Ich möchte abschalten von meinen Gedanken, irgendetwas, irgendwer sein zu müssen – mein Herz sehnt sich nach innerer Ruhe«. Jesu Worte »Ich bin der Weg, die Wahrheit und das Leben« führten zum Missverständnis einer alleinseligmachenden Religion – sie beschreiben natürlich die Verbindung jedes einzelnen mit seiner göttlichen Seele und die enorme Kraft, die diese Verbindung jedem einzelnen schenkt: in tiefer Berührung mit sich selbst und in der Folge auch mit anderen Menschen zu sein.

### Gehorsam und Abhängigkeit

Im Anforderungsprofil des zu hohen Würden aufgestiegenen katholischen Priesters hingegen steht die Fähigkeit zur Anpassung ganz vorne. Nicht Kreativität und Lebendigkeit verleihen ihm die Priesterwürden, sondern ein Ritual. Aber ohne kreatives Schaffen ist Sex oft das einzige Ventil zum Spannungsabbau. Dem von höchster Stelle geforderten Gehorsam entspricht die Unreife und Abhängigkeit der Gläubigen: »Als Zögling war er willig, sehr, sehr brav, zu hause sehr streng gehalten und folgsam«, beschreibt Jürgen einen Schulkameraden, der im katholischen Internat Opfer sexueller Gewalt wurde. »Er musste zum Beispiel türkise Hosen tragen – ja, bist du wahnsinnig, war das damals peinlich! Für die anderen Schüler war der ... war der tot! Der ist noch im Mai mit Pudelhaube gekommen, weil's die Mama ihm aufgesetzt hat. Der hat voll ins Opferprofil gepasst. Kuschen, kuschen, kuschen.« Grenzen setzen und spüren kommt in der Liste der Erziehungsziele einer solchen Pädagogik nicht vor.

Aggressionen regeln das Verhältnis von Nähe und Distanz. Wenn ich aggressiv bin, hat das meist darin die Ursache, dass jemand meine Grenze überschritten hat. Dass ich Grenzen habe überschreiten lassen. Kurz gesagt, Aggressionen sind die Kraft, gesunde Grenzen zu ziehen und sich gegen An- und Übergriffe zu schützen. Neben der Sexualität ist Aggression unsere wichtigste Lebensenergie. Beide Kräfte gelten in Kirche und Gesellschaft als sündhaft böse.



Im Kult der Heiligen Hochzeit im alten Babylon verspeiste die Hohepriesterin mit ihrem Geliebten das heilige Brot und den heiligen Wein, ehe sie sich mit ihm vereinigte



### Gut und Böse, Licht und Dunkel

Der Wiener Erzbischof Hans Hermann Groer hat Buben im Internat sexuelle Gewalt zugefügt. Sein (letzter) Hirtenbrief schloss 1995 mit den Worten: »Weder Kinderschänder noch Lustknaben kommen in den Himmel.« Eine Moral, die andere erniedrigt, um sich selbst überlegen zu fühlen und ihnen die eigene Qual auflädt, mag ich nicht. Ehrlichere Gründe für das Erdulden und Zufügen von Schmerz und (struktureller) Gewalt im 21. Jahrhundert könnten sein: Wenigstens irgendetwas oder in emotionaler Verwirrung körperliche Stärke zu spüren, zu überleben, oder schlicht und einfach die Lust am Schmerz, egal aus welchem Grund. Ohne Moral.

Auf jeden Fall ist das Abspalten in Gut und Böse, Licht und Dunkel, schmutzig und rein Zeichen einer fehlgeleiteten Persönlichkeitsentwicklung: Wenn ich meine Sexualität verdränge, kreise ich letztlich immer darum. Und die Sexualität sucht sich andere Ventile. Ein Ventil sind körperliche Krankheiten und Schmerzen. Ein anderes Ventil sind psychische Erkrankungen, Depressionen, Müdigkeit. Manchmal drückt sich verdrängte Sexualität auch in Geltungssucht aus oder in Überempfindlichkeit gegenüber der Kritik durch andere. Und oft führt die verdrängte Sexualität dazu, dass wir ständig um die sexuellen Fehlritte anderer kreisen und über andere hart urteilen. Warum hat mir meine Mutter damals nicht die Liebe gezeigt, statt mir den Sex zu verbieten?

Gesunde Nächstenliebe ist nur Menschen möglich, die auch von gesunder Selbstliebe erfüllt sind: Unbewusster Selbsthass führt unweigerlich zum Hass auf andere. Identität gewinnt man – auch in religiöser Hinsicht! – durch Offenheit und Kontakt, nicht durch Abgrenzung und Berührungsangst vor dem anderen, vermeintlich Fremden.

»Und dann kam der Tag, an dem es mir mehr Schmerzen bereitete, eine verschlossene Knospe zu bleiben, als zu wagen,

mich zur Blüte zu öffnen«, notierte die Schriftstellerin Anais Nin in ihr Tagebuch.

### Heilige Hochzeit

Will die Kirche die Krise fruchtbar machen, die sie angesichts der Gewalt in ihrer Institution durchmacht, muss sie die Sexualität zuerst in ihren eigenen Reihen aus dem Turm herausholen. Denn Sexualität ist eine Quelle von Lebendigkeit, Fantasie, Kreativität und ein spiritueller Weg. Den Christen hingegen galt Sexualität als das spezifisch Heidnische am Heidentum. Das Wort »Hurerei« steht im Alten Testament für den Abfall vom wahren Glauben.

Bei genauer Betrachtung fällt jedoch auf, dass fast alle Verbote und Gebote im Alten Testament nicht moralischen, sondern rituellen Charakter haben. Verbote waren oft nur das Gegenteil dessen, was der kanaanäischen Umgebung als heilig galt: Mose forderte eine besondere Bekleidungs Vorschrift für Priester, weil es in Kanaan Sitte war, die Genitalien beim Kult zu entblößen und anzubeten. Und weil bei den Kanaanäern ritueller Geschlechtsverkehr mit Menstruierenden als heilig galt, war Christen die Berührung einer menstruierenden Frau verboten.

Zur Kommunion im christlichen Gottesdienst lässt sich sagen, dass im alten Babylon die sexuelle Vereinigung als Kommunion mit der Gottheit als Staatskult an höchster Stelle vollzogen wurde. Die Kulturwissenschaftlerin Jutta Ströter-Bender von der Universität Paderborn schreibt in ihrem Buch »Liebesgöttinnen« über diesen Kult der Heiligen Hochzeit, wie der Geliebte der Göttin auf der Spitze des Stufentempels von der Hohepriesterin empfangen wurde, »die mit ihm dann ein großes, mystisches Festmahl feierte. Vom Altar der Göttin (Ishtar / Astarte) stammte das heilige Brot und der heilige Wein, die Lebensspeise der Ishtar.«

Ah, daher stammt der Ritus des christlichen Abendmahls und der Kommunion also! Aus Babylon, aus dem vom ganzen Volk gefeierten sexuellen Akt der Vereinigung der Göttin mit ihrem Gemahl! Die rituelle sexuelle Vereinigung galt diesen Menschen als heilige Handlung, als Sakrament. Sie vereinigten sich nicht für die Fortpflanzung und auch nicht wegen der sexuellen Lust, sondern der Glaube an ein von diesem Akt ausgehendes Heil war dabei das eigentliche Ziel. ■



**Atma Pöschl**, Jg. 1970, ist Trainerin und Coach für Körpersensibilisierung. Sie arbeitet in Wien mit der Motivation, Hingabe, das Sich-tief-Berühren-Lassen und Empfangen in der Welt zu stärken und diese innere Haltung an andere weiterzugeben. Kontakt: [atma.poeschl@hotmail.com](mailto:atma.poeschl@hotmail.com)