



Katholische Frauengemeinschaft Deutschlands (kfd)

„In einer Nacht ausgebreiteter Laken“ Sexualität oder der Versuch, einen Körper zu bereisen

Eine Annäherung von Brigitte Vielhaus

Es ist nicht leicht, heute positiv über Sexualität zu reden, einen lebensbejahenden Zugang dazu zu finden. Das Thema Sexualität ist – gerade für Frauen - belastet durch die Angst vor oder die Erfahrung von Gewalt, Missbrauch, frauenverachtendem Verhalten. Auch die Kirche hat in der Vergangenheit eine befreiende Sicht von Sexualität als Geschenk Gottes an die Schöpfung eher verhindert als gefördert. Umso wichtiger ist es, gerade heute auf den Geschenkcharakter der Sexualität hinzuweisen, ihre Chancen und Potenziale angstfrei auszuloten. die jede und jeden angeht.

Stellen Sie sich vor, Ihr Körper wäre - so wie Gioconda Belli es in einem ihrer Gedichte umschreibt - eine Himmelskarte voller verschlüsselter Zeichen. Sie oder jemand anderes würde ihn bereisen, einen Stern suchen und von dort aus Wege erkunden. Einen Kompass gibt es nicht. Eine nicht enden wollende Reise beginnt. Ihre Poren sind die Geheimnisträgerinnen.

Sie tragen gute und schlechte Erinnerungen, gute und weniger gute Erfahrungen. Sie bergen die bekannten und unbekanntes Sehnsüchte. Sie zu entschlüsseln braucht Zeit, viele Monde. Ein für die Nacht ausgebreitetes Laken reicht dafür nicht aus. Dieser Gedanke ermutigt, sich auf den Weg zu machen, immer wieder die gleiche Strecke zu gehen und sich die Erfahrungen von Körperlichkeit, Lust, Erotik und Sexualität nicht zu versagen, sondern einzutauchen in das große und unendliche Reich der Gefühle.

Es ist eine schöne Vorstellung, Frauen und Männer könnten ihren eigenen und den Körper des/der Geliebten so sehen und annehmen wie dort beschrieben ist. Es ist eine schöne Vorstellung, Sexualität und alle damit zusammenhängenden Gefühle wie Lust, Energie, Zärtlichkeit, Spannung und Entspannung, Vertrauen, sich fallen lassen, könnten achtsam alleine oder zu zweit wie auf einer Reise erlebt werden.

Für viele Frauen ist diese Reise in die Welt der Sexualität jedoch nicht unbelastet, und manch eine hat sich entschlossen, sie lieber nicht mehr anzutreten oder doch nur mit Ängsten.

Unvermeidliches Übel oder große Kraft und Leidenschaft?

Was ist eigentlich Sexualität? Ein unvermeidliches Übel, wie es die Kirchenväter oft einseitig gelehrt haben? Oder eine große Kraft und Leidenschaft? Ein schönes Gefühl? Notwendiges Mittel zur Fortpflanzung? Das große Unbekannte, nie wirklich Greifbare? Eine Möglichkeit, Menschen zu erniedrigen, Gewalt auszuüben oder einander besitzen zu wollen? Ein Weg, den vorgegebenen Normen zu entsprechen? Die immer wieder neu zu stillende Sehnsucht nach Beziehung, nach Nähe, nach Verschmelzung? Und nicht zuletzt: Was ist Sexualität für Sie?

Sexualität: Das ist ein Thema, das es letztlich nie in Reinkultur gibt. Jedes Sprechen und Schreiben darüber ist geformt oder auch verformt von unseren Erfahrungen, von unserem gesellschaftlichen und kirchlichen Umfeld. Unsere Einstellung dazu ist geprägt von der je eigenen Familiengeschichte, von Normen, Geboten oder Verboten.

Die traditionelle katholische Sexualmoral wurde und wird von Frauen vor allem als eine Moral erlebt, die mit Verboten und negativen Normen arbeitet. Vielen Frauen ist ein positives Verhältnis zu ihrem Körper und ihrer Sexualität gerade von Seiten der Kirche vorenthalten worden. Statt der Zusage zu trauen, dass Gott uns mit Leib und Seele geschaffen hat, mit einem großen Reichtum an Gefühlen, haben viele den Zugang zu ihrem Körper oder ihrer Sinnlichkeit, aber auch zu ihrem Glauben, hauptsächlich über Worte und somit über den Kopf erfahren.

Kein Grad so schmal wie der zwischen Lust und Verlust

Eine wichtige Voraussetzung, um Sexualität zu verstehen, ist zunächst die Trennung der Sexualität von der Fortpflanzung. Es handelt sich biologisch um unterschiedliche Fähigkeiten. Der Mensch kennt keine Brunstzeiten. Frauen und Männer sind unabhängig von der Lebensphase der Fruchtbarkeit sexuell erlebnisfähig. Wir sind Sexualwesen von der Wiege bis zur Bahre. Durch die falsche Gleichsetzung von Sexualität und Fortpflanzung kam es zu einer verhängnisvollen Koppelung: zur Koppelung von Sexualität und Koitus. Sexualität ist aber mehr, weit mehr. Sie kann umschrieben werden als Körpersprache und Begegnungsform. Sie ist eines der intensivsten Kommunikationsmittel des Menschen. Sie ermöglicht Entspannung, Identitätsfindung, Freude und Gemeinschaft. Sie kann intensives Glückserleben bedeuten und tiefste Leiderfahrung. Kein Grad ist so schmal wie der zwischen Lust und Verlust, zwischen Vertrauen und Vertrauensmissbrauch, zwischen Liebe und Gewalt. Sich mit Sexualität auseinanderzusetzen und ihrer Geschichte nachzuspüren, bedeutet daher immer auch die Auseinandersetzung mit Gewalterfahrungen. Denn die Geschichte der Sexualität erzählt immer auch die Geschichte der Gewalt an Frauen.

Im Folgenden fasse ich aus der Sicht heutiger Sexualwissenschaften einige Gedanken zu Sinn und Funktion von Sexualität kurz zusammen.

Sexuelle Orientierungen oder: Was ist „normal“?

Sexualität drückt sich entweder zwischen verschiedenen Geschlechtern, also heterosexuell, oder zwischen gleichen Geschlechtern, also homosexuell aus. Beide gelten heute - ebenso wie eine grundsätzlich vorhandene bisexuelle Veranlagung - als unterschiedliche sexuelle Orientierungen. Die Diskussion darüber, wie Hetero- oder Homosexualität entsteht, ist letztlich immer noch offen. Sie reicht von „eher anlagebedingt“ bis hin zu „eher erworben“. Schätzungen zufolge schwankt die Zahl der lesbisch oder schwul lebenden Frauen und Männer zwischen drei und zehn Prozent der Bevölkerung. Soviel ist klar: Niemand ist durch bewusste Entscheidung hetero- oder homosexuell. Die sexuelle Orientierung ist immer verbunden mit der persönlichen Geschichte eines Menschen. Homosexualität gilt heute in der Sexualwissenschaft nicht mehr als krankhaft oder unnormal oder gar als Behinderung.

Die Vorurteile gegenüber Lesben und Schwulen haben eine alte und lange Geschichte. Die Kirche hat mit ihrer auf Fortpflanzung reduzierten Sexualmoral ihren Teil dazu beigetragen. Vorurteile zu überwinden heißt auch, sich mit der eigenen Sexualität auseinanderzusetzen. Das Kennenlernen von Frauen und Männern in anderen Lebensformen als der eigenen verhilft am besten zu der Erkenntnis, dass im Gefühlsleben, Denken und Verhalten letztlich keine Unterschiede zwischen hetero- und homosexuell lebenden Menschen bestehen.

Acht Thesen zur Sexualität

Hier nun acht Thesen zur Funktion von Sexualität. Sie eignen sich gut, um in Gruppen über dieses Thema zu sprechen.

1. Die Sexualität hat eine Fortpflanzungsfunktion

Sexualität meint hier, dass zwei Geschlechter existieren, die Träger von Fortpflanzungsorganen sind, und dass auf diese Weise durch Befruchtung neues Leben entsteht. Das Erleben von Sexualität bedeutet allerdings weitaus mehr als diese biologische Funktion. Sexualität geht also nicht allein in der Fortpflanzung auf.

2. Die Sexualität hat eine Entspannungs- und Lustfunktion

Ohne Zweifel kommen die meisten sexuellen Kontakte zwischen Menschen nicht zustande, weil sie sich fortpflanzen wollen, sondern um Lust zu erleben. Diese Fähigkeit zum Lusterleben begleitet den Menschen von Geburt an bis hin zum Alter. Sie geht nie verloren.

Ein Aspekt ist in diesem Zusammenhang die Selbstbefriedigung. Sie wurde - und wird teilweise auch heute noch - von der Kirche als „schwere ordnungswidrige Handlung“ (laut Weltkatechismus) gebrandmarkt, war in der Vergangenheit mit großen Ängsten und tiefen Schuldgefühlen verbunden. Mittlerweile wird sie zunehmend auch von Frauen positiver bewertet und als eine eigenständige Form von Sexualität ge- und erlebt.

In den 60er Jahren wurde es möglich, Empfängnis und Lusterleben zu trennen. Indem empfängnisverhütende Mittel benutzt werden, geschieht keine Versündigung am Sinn und Zweck menschlicher Sexualität, sondern es wird eine Möglichkeit verwirklicht, die der menschlichen Sexualität innewohnt. Dazu gehört in gleicher Weise die entspannende Funktion der Sexualität. (Nach einer neuen Studie „Sexualität unter dem Einfluss religiöser Vorschriften“ der Universität Koblenz-Landau benutzen im Übrigen 87,1 Prozent der Katholik/inn/en empfängnisverhütende Mittel.)

3. Die Sexualität ist eine Ausdrucksform von Liebe

Eine in Treue und Verantwortung gelebte Beziehung sucht den ganzen Menschen. Der Partner/die Partnerin will mit allen Sinnen entdeckt werden. Sexualität ist die Körpersprache der Liebe, die über sich selber hinausweist. Sie ist Ausdruck gegenseitiger Wertschätzung und Zuwendung.

4. Die Sexualität hat eine kommunikative Funktion

Wie die Sprache dient die Sexualität dem Kennenlernen, dem Austausch von Mitteilungen und der Verständigung. In der sexuellen Begegnung wird Sexualität zur Körpersprache und vermittelt Informationen, für die es keine Worte gibt. Sexualität beschränkt sich hierbei nicht auf den Genitalbereich, sondern umfasst alle „Sprachformen“: Erotik, Zärtlichkeit, Phantasien, Berührungen...

Hetero- und Homosexualität werden als verschiedene und mögliche Dialekte der Körpersprache Sexualität gesehen. Homosexualität schließt die Fortpflanzung aus. Aber auch kinderlosen Hetero-Paaren wird die Sexualität nicht abgesprochen.

5. Die Sexualität hat die Funktion einer Ersatzbefriedigung

Sexualität kann auch dunkle Seiten entfalten, kann zum bloßen Konsumobjekt oder zur Droge werden. Sexualität kann Ersatz für alles Mögliche sein: fehlende Anerkennung, fehlenden Erfolg, fehlendes Selbstbewusstsein, fehlende Liebe ... Hier kann Sexualität pervertieren, ihren Begegnungscharakter verlieren, hier kann Gewalt und Machtmissbrauch stattfinden.

6. Die Sexualität hat identitätsstiftende Funktion

Sexualität unterstützt Menschen darin, ihre Identität als Mann und Frau zu finden. Sexualität befähigt Menschen, sie selbst zu werden. Das Entdecken der eigenen Sexualität hilft mit, sich von Mutter und Vater abzulösen - und zwar auf der bewussten wie auf der unbewussten Ebene.

7. Die Sexualität hat eine das Ich erweiternde und eine das Ich zusammenhaltende Funktion

Sexualität hilft, Grenzen zu überschreiten im Sinne des Neuentdeckens von sich selbst. Jede/r Liebende liebt das Neue und Unentdeckte aus dem/der anderen heraus (meinst du: am anderen?) Sexualität macht vieles möglich und vieles auch nicht. Sexualität allein gestaltet keine Beziehung. Das Zusammensein auf Dauer erfordert darüber hinaus den Willen und den Einsatz für eine gelingende Partnerschaft in guten und schlechten Zeiten.

8. Die Sexualität muss erlernt werden

Die Sexualität entfaltet sich nicht von allein. Sie ist auch gebunden an Sozialisation in einer Gesellschaft. Sie bedarf des Gespräches, auch und gerade mit Kindern und Jugendlichen, und sie braucht Vorbilder. Sexualerziehung ist ein wichtiges Sozialisationsmittel jeder Gesellschaft und ist abhängig von Kultur und Religion.

Sexualität und Spiritualität – ein unmögliches Paar?

Niemand - gleich welchen Alters und welcher Lebensgeschichte - kann sich letztlich der Auseinandersetzung mit der eigenen Sexualität entziehen. Wir sind sexuelle Wesen, ob wir das wollen oder nicht, ob wir das annehmen können oder nicht. Sexualität mit ihrem großen Reichtum an Gefühlen gehört zu uns Menschen. Wir begegnen in der Sexualität einer positiven und lebensbejahenden Macht, die den Alltag entgrenzt und transzendiert, das heißt: überschreitet.

Sexualität und Glaube, Sexualität und Spiritualität gehören von daher zusammen und nicht getrennt, wie es jahrhundertlang gelehrt wurde. Die Mystiker und Mystikerinnen aller Zeiten wussten das schon immer. Vielleicht wäre es gut, wieder einzuüben, dass zu unserem Glauben auch Gefühle gehören, die wir wahrnehmen und ausdrücken können.

Sich auf die Reise zum eigenen oder anderen Körper zu machen, kann wie eine Weltumsegelung ohne Kompass sein. Die Herausforderung bleibt, die verschlüsselten Zeichen zu erkennen und als Wegweiser für nächste Schritte verstehen zu lernen.

Anregungen für die Gruppenarbeit

Einstieg

Lesen Sie miteinander oder jede für sich diesen Artikel.

Markieren Sie im Text, wo Sie Fragen haben, anderer Meinung sind oder auch zustimmen. Gerade die acht Thesen zu Sinn und Funktion von Sexualität laden zu einem Gespräch und zur Auseinandersetzung ein.

Gespräch in der Gruppe:

Besprechen Sie zunächst in kleinen Dreiergruppen Ihre Fragen und Anmerkungen. Achten Sie darauf, dass jede zu Ende sprechen kann und dass Sie einander wirklich zuhören. Jede hat ein Recht auf ihre eigene Meinung und ihre Ansicht. Unsere Erfahrungen mit dem Thema sind nicht gleich. Ein Gespräch über diese persönlichen Erfahrungen macht verletzlich und auch unsicher. Schaffen und achten Sie auf eine gute Atmosphäre. Üben Sie Achtsamkeit. Beachten Sie: Es gibt keine richtigen und falschen Erfahrungen oder gar dumme Fragen.

Sammeln Sie die Hauptpunkte des Gesprächs und tragen Sie diese dann im Plenum zusammen. Vielleicht kann das der Anfang eines regelmäßigeren Austausches zum Thema sein.

Verwendete Literatur

- Monika Barz u.a. (Hrsg.): Hättest du gedacht, dass wir so viele sind. Lesbische Frauen in der Kirche, Kreuz Verlag, Stuttgart 1987
- Thea Bauridl: „Sexualität“, in: Anneliese Lissner u.a. (Hg.), Frauenlexikon, Herder Verlag, Freiburg 1988
- Renate Daimler: Verschwiegene Lust. Frauen über 60 erzählen von Liebe und Sexualität, Aaptos Verlag, Wien 1997
- Margret Gottlieb: Sexualität, in: Florence Herve u. a. (Hg.), Kleines Weiberlexikon, Weltkreis Verlag, Dortmund 1985, S. 410 ff
- Helmut Kentler: Wir als Sexualwesen, gehalten als Vortrag beim Deutschen Evangelischen Kirchentag, Düsseldorf 1985 (unveröffentlichtes Manuskript)
- Christine Steiniger: Lesbische Liebe, in: Lissner a.a.O., S. 631 ff
- Hans-Georg Wiedemann: Sexualität -Homosexualität. Was sagt die Sexualwissenschaft?, Düsseldorf (unveröffentlichtes Manuskript)