

# Das Schmiedefeuer im Alltag

Quid prodest

Jahreskreis IV  
Zum Lieben geboren

8

es ist hart, die fremden Sünden zu erleiden,  
 ohne sich weigern zu dürfen, sie anzunehmen und auf dem Rücken zu tragen.  
 Es ist hart, Geheimnisse anzunehmen, ohne sie mitteilen zu dürfen,  
 es ist hart, die anderen mitzuziehen, ohne dass sich man jemals,  
 auch nicht einen Augenblick lang, ein wenig mitziehen lassen kann,  
 es ist hart, die Schwachen zu stützen,  
 ohne sich selbst auf einen anderen stützen zu können,  
 es ist hart, allein zu sein, allein vor allen,  
 allein vor der Welt,  
 allein vor dem Leiden, dem Tod, der Sünde.

*Mein Sohn, du bist nicht allein. Ich bin bei dir.*

*Ich bin du, denn ich brauchte*

*ein Menschsein als Ersatz,*

*um meine Menschwerdung und meine Erlösung weiterführen zu können.*

*Von Ewigkeit habe ich dich erwählt: Ich brauche dich.*

*Ich brauche deine Hände, um weiter zu segnen,*

*ich brauche deine Lippen, um weiter zu sprechen,*

*ich brauche deinen Leib, um weiter zu leiden,*

*ich brauche dein Herz, um weiter zu lieben,*

*ich brauche dich, um weiter das Heil zu bringen:*

*Mach weiter mit mir, Sohn.*

Herr, heute Nachmittag, da alles verstummt  
 und mein Herz

den bitteren Biss der Einsamkeit verspürt,

da mein Körper lange vor seinem dunklen Hunger heult,

da die Menschen mir die Seele verzehren

und ich mich außerstande fühle, sie zu befriedigen,

da auf meinen Schultern die ganze Welt lastet

mit all ihrer Last an Elend und Sünde,

sage ich wieder mein Ja zu dir,

nicht in einer Explosion von Begeisterung,

sondern langsam, hellichtig und demütig,

allein, Herr, vor dir im Frieden des Nachmittags...

## 1. Einführung

Oktober! Ein Monat, der uns den Höhepunkt des missionarischen Wirkens Clarets und die vollständige Hingabe seines Lebens an den Vater in Erinnerung ruft. Wir können nicht umhin, uns darüber zu wundern, wie seine Leidenschaft für Gott und für das Heil der Menschen sein ganzes Leben verzehrte. Er war auf eine Stufe der affektiven Integration gelangt, auf der sein Herz vollständig mit dem Feuer der Liebe Gottes entzündet war. Es heißt, Claret habe sein Geheimnis einer Gruppe neugieriger Seminaristen offenbart: „Verliebt euch in Jesus Christus, und ihr werdet Großes vollbringen.“ Im Lauf der vergangenen Monate hast du deine Erfahrung mit der Kirche, mit der Kongregation und mit der Welt als dem Ort, wo du dich als Claretiner entfaltet, betrachtet. Diesen Monat wirst du eingeladen, dich auf eine grundlegende Angelegenheit in deinem Leben zu konzentrieren: deine Liebe und deine Beziehungen, Angelegenheiten, die viel mit deiner Sexualität und Affektivität zu tun haben. Möglicherweise gehörte dieser Lebensbereich in deinem Leben zu einem Tabubereich, von dem man voraussetzte, dass du ihn im Privaten behandelst, aber nie im öffentlichen Raum. Sowohl wenn dieses Thema in deinen Ausbildungsjahren offen behandelt wurde als auch wenn nicht, ist es eine Tatsache, dass die Integration deiner Sexualität und deiner Intimität ständig alle Aspekte deines Lebens berührt. Das Geschenk deiner Sexualität mit allem, was es in der körperlichen, geistigen und geistlichen Dimension deines Lebens mit sich bringt, bietet kostbare Momente des Suchens und der Integration (*Quid prodest*) und tut ständig neue Horizonte für die Erfahrung der Liebe Gottes, seiner Güte und seiner Barmherzigkeit auf. Am Anfang mag es etwas peinlich sein, auf diesem Weg der Kongregation so offen an deine Sexualität und an dein affektives Leben zu denken. Aber du darfst sicher sein, dass es sehr heilsam sein wird, den „ganzen Claretiner“ ernst zu nehmen als jemanden, der vom Herrn selbst geliebt, gerufen und umgestaltet wird, und der Herr schämte sich nicht, Mensch zu werden, und folglich schämte er sich auch seiner Sexualität und Affektivität nicht. Vielleicht ist dein claretinisches Leben selbst der beste Teil deiner Liebesgeschichte.

**5. Der ehebrecherische Blick:** Das ist ein Blick, der insgeheim im Herzen dessen gehegt wird, der verbotene und trügerische Abenteuer mit einem anderen Menschen sieht. Gleichzeitig kann es Bestrebungen nach Treue zu den eigenen Verpflichtungen geben, weil diese insgeheim versuchten Leidenschaften sich nur im Herzen abspielen.

**6. Der pornographische Blick:** Das ist der Blick, der Bilder sucht, um das Beziehungsbedürfnis zu befriedigen. Die lebendigen Menschen werden durch Bilder und Objekte ersetzt, die man nach Belieben manipulieren kann, ohne dass man Angst vor einer Zurückweisung haben muss.

**7. Der personale Blick:** Das ist der Blick, der die äußere Fassade eines Menschen mit einem Gefühl der Bewunderung und Dankbarkeit durchbricht, um sein Geheimnis zu finden. Der Blick konzentriert sich mehr auf die Augen und das Gesicht des Menschen als auf die anderen Körperteile, die Neugier wecken können.

**8. Der kontemplative Blick:** Man betrachtet den anderen Menschen ganzheitlich, wie er im Kontext seiner Berufung und seines Auftrags, seiner Stärken und Schwächen und in Bezug auf ein breiteres Geheimnis des Menschseins ist. Ein Sinn der Verbindung und Verbundenheit mit dem Menschen im Schoß eines weiten Beziehungsnetzes löst Freude und Liebe aus, ohne die Antworten des anderen zu berücksichtigen.

**9. Der Blick Jesu:** Die Blicke Jesu verkörpern die mitleidende Liebe des Vaters zu allen Menschen. Das ist der göttliche Blick, der die zerbrochenen und sündigen Menschen konfrontiert, stärkt, heilt und neu schafft. Der Blick Jesu offenbart dem anderen Menschen seine eigene Schönheit als Sohn oder Tochter Gottes, indem er sie einlädt, einen Weg der Jüngerschaft hin zu Fülle und Heiligkeit aufzunehmen. Wenn unser Herz vom Heiligen Geist bewohnt ist, beginnen auch wir, einander mit dem mitleidenden Blick Gottes anzuschauen.

## 2. Reflexion

### Wie kann man Sexualität und Affektivität in einem herausfordernden Kontext leben?

Erfährst du nach deinen vielen Jahren als Claretiner in dir selbst, dass deine gottgeweihte Ehelosigkeit etwas „Widernatürliches“ ist, wie man außerhalb des Klosters oft sagt? Im Gegensatz zu den weltlichen Erwartungen ist es möglich, dass du dich an der durch dein Ordensleben gebotenen unermesslichen Möglichkeit und Chance freust, mit Gott und den anderen verbunden zu sein, um ihnen in völliger Freiheit zu dienen. Bezeugt dein Leben aus der Berufung die Wahrhaftigkeit des Hundertfachen (vgl. Mt 19,29) an brüderlicher Liebe, Freundschaften, Beziehungen und apostolischen Früchten, wie es Jesus verheißen hat? Selbstverständlich hast du im Laufe deines Wegs zur Integration deiner Leidenschaften und Wünsche vielleicht auch Krisen und innere Konflikte erlebt, die zu verschiedenen Zeitpunkten in deinem Leben aufgetreten sind. Auch ist es möglich, dass du mit einer verletzten Sexualität und demzufolge mit ebenfalls verletzten Beziehungen kämpfst, die Heilung und Vergebung erfordern. Wie hast du dich gefühlt, als du von Fällen von Pädophilie oder sexuellem Missbrauch gehört hast, die von gewissen Priestern und Ordensleuten begangen wurden, deren Sünden das Leben vieler Menschen zerstört und das Vertrauen der katholischen Gemeinde verraten haben?

Möglicherweise hast du auch gespürt, wie schwer es fällt, die Ehelosigkeit im Kontext einer in einem hohen Grad sexualisierten Gesellschaft zu leben, die den menschlichen Körper vergöttert und ihn gleichzeitig als Konsumgegenstand trivialisiert. In gewissen Kontexten wird die Entscheidung für die Ehelosigkeit als etwas Heuchlerisches und Sinnloses lächerlich gemacht und verachtet. Du warst vielleicht überrascht, wie die katholische Lehre bezüglich der Sexualethik häufig als sex- und vergnügensfeindlich dargestellt wird. Wie ist es dir gegangen, als die Massenmedien den Skandal des sexuellen Missbrauchs durch einen Teil des Klerus als Argument für diese Sicht der Dinge aufgegriffen haben? Auf der Grundlage einer pseudowissenschaftlichen Fragestellung neigen viele dazu, die Möglichkeit eines keuschen Lebens

blick kommen, ich solle doch ein wenig warten. Während ich nun wartete, merkte ich bald, dass diese Frau in Leidenschaft entbrannt war; was sie sagte und tat, zeigte das deutlich. Ich rief die Mutter Gottes um Beistand an und wehrte mich mit allen Kräften; so entkam ich ihren Armen. Fluchtartig verließ ich das Haus, entschlossen, es nie wieder zu betreten. Aber ich erzählte niemandem, was mir geschehen war, um den Ruf der Frau nicht zu gefährden.

### 2. Autobiographie, 95

Im zweiten Jahr meines Philosophiestudiums in Vich geschah Folgendes: Im Winter bekam ich eine Erkältung bzw. Katarrh und sollte im Bett bleiben. Ich gehorchte. An einem dieser Tage, die ich im Bett verbringen musste, erlebte ich um halb elf Uhr vormittags eine ganz fürchterliche Versuchung. Ich bat Maria um Hilfe, rief meinen Schutzengel an, betete zu meinem Namenspatron und zu den Heiligen, die ich besonders verehere; ich gab mir alle Mühe, meine Aufmerksamkeit unverfänglichen Dingen zuzuwenden, um mich abzulenken und auf diese Weise die Versuchung zu verscheuchen und zu vergessen; ich machte das Kreuzzeichen, in der Hoffnung, der Herr würde mich von den schlechten Gedanken befreien – aber alles umsonst. Schließlich drehte ich mich im Bett auf die andere Seite, um zu sehen, ob die Versuchung auf diese Weise verschwinden würde. Da zeigte sich mir auf einmal die Mutter Gottes in ihrer ganzen Schönheit und Anmut.

### 3. Autobiographie, 97

... Sobald es vorüber war, fühlte ich mich von der Versuchung frei und von so großer Freude erfüllt, dass ich nicht wusste, was über mich gekommen war.

### 4. Autobiographie, 98

... Zu der Überzeugung, dass das Erlebte Wirklichkeit war und eine besondere Gnade Marias, brachte mich die Tatsache, dass ich augenblicklich von der Versuchung frei war und viele Jahre nicht mehr gegen die Keuschheit versucht wurde...

Beziehungen, deiner Einsamkeit und deinen Abhängigkeiten nachdenkst. Es ist das Gelände des „schon, aber noch nicht“ der Gegenwart des Reiches Gottes, die du in deinen Befriedigungen und Frustrationen erfährst. Sie lösen die Frage des *Quid prodest* aus: Was nützen sie dir in deinem Suchen nach wahren Glück und dauerhafter Liebe? Bei der Entwicklung deines Heils können dir diese Fragen die Türen zur Güte und zur reichen Gnade Gottes öffnen!

### Das Geheimnis des Leibes: ein Gelände für das *Quid prodest*

Dein Leib ist das Gelände deiner eigenen Erfahrung und das Mittel der Kommunikation mit anderen. Dein Leib ist Tempel des Heiligen Geistes (vgl. 1 Kor 6,19) und materieller Ausdruck bzw. Manifestation deiner Individualität. Nachdem Gott die Menschen nach seinem Bild und Gleichnis, als Mann und Frau, erschaffen hatte, betrachtete er seine Schöpfung und sah, dass alles sehr gut war (vgl. Gen 1,28-31). Du selber hast dieses Gutsein in Zeiten guter Gesundheit, angenehmer Beziehungen und guter Ergebnisse deiner Aufgaben erfahren. Die Gebrechlichkeit des Leibes und seine Verwundbarkeit angesichts von Missbrauch und Ausbeutung können vielleicht Teil deiner eigenen Erfahrung sein. In der Kirchengeschichte hat es Zeiten gegeben, in denen der Wert des Leibes verachtet oder ignoriert wurde mit geistlichen Zielen, die zu negativen Einstellungen in Bezug auf den Leib und die Sexualität führten. Wie schätzt du deinen eigenen Leib und seine Funktionen ein? Bist du „in deiner Haut“ zufrieden?

*Die Leiblichkeit ist ja jene besondere Weise des Seins wie des Handelns, die dem menschlichen Geist eigen-tümlich ist. Diese Bedeutung ist zumal anthropologischer Natur: «der Leib erschließt den Menschen», «er ist Ausdruck der Person».*  
(Kongregation für das katholische Bildungswesen, *Orientierung zur Erziehung in der menschlichen Liebe*, 22.)

Die gesunde Selbstliebe beginnt mit der Annahme und Achtung unserer Leiblichkeit. Einer der Aspekte der Umgestaltung unseres Bewusstseins ist die somatische Dimension, die sich auf den menschlichen Leib, seinen Aufbau, die Sinnesempfindungen und die Gefühle (einschließlich der sexuellen) und die Erinnerungen bezieht.

**Verzögerungstaktik, die Entscheidung zum Handeln aufschieben:**

„Wirklich, ich muss damit aufhören; ich brauche ein wenig mehr Disziplin und Willenskraft.“ „Ich denke darüber nach, wie ich damit aufhören kann. Ich schau mal.“ „Wenn ich das erste Mal die Kontrolle über mich verliere, werde ich schon etwas unternehmen...“ „Noch einmal, und dann ist es aus. Morgen höre ich auf.“ „Ja, ich höre auf. Nur noch einen Schluck zur Feier des Endes.“

**Ich kann es nicht vermeiden: Eingeständnis der Niederlage und des Scheiterns im Kampf gegen die Sucht:**

„Ich erkläre mich für besiegt. Ich kann das nicht aushalten und bin viel zu müde zum Weiterkämpfen.“ Man nimmt seine Sucht an und trinkt weiter. „Zum Teufel mit alledem! Wem macht es etwas aus? Was macht es für einen Unterschied?“ „Ja, vielleicht bin ich kein guter Mensch, aber wer ist das schon...“

**Ich komm damit schon zurecht:** Vorübergehender Erfolg, übermäßiges Vertrauen und Absturz. „Ich komm damit schon zurecht. Ich habe es schon getan. Und es war gar nicht so schwer.“ „Ich habe es unter Kontrolle. Ich habe die ganze Fastenzeit keinen Schluck getrunken.“ „Ich habe mir schon seit drei Wochen keinen Schuss mehr gesetzt. Ich versuche mir vorzustellen, wie es sein wird, wenn ich davon loskomme.“ „Ich werde immer mäßiger: nur noch drei Linien am Tag.“ „Ich trinke nur am Wochenende. Nur einen Schluck vor dem Abendessen.“

**Scheitern:** Geräuschvoller Absturz nach Momenten der Einbildung. Das Denken nimmt Schaden, und es kommt zu einer kritischen Situation. Man kann wenig realistische und selbstzerstörerische Entscheidungen treffen.

„Ich lasse alles hinter mir und fange woanders neu an.“ Wenn mein Superior/meine Gemeinschaft mich nicht so behandelt hätten, wäre ich nicht in dieser Lage. Ich werde ihnen eine Lektion erteilen.“

Die Sucht nach Macht, Geld oder gewissen Beziehungen können dazu führen, dass die Wirklichkeit ebenso verzerrt wird wie bei einer Alkohol- oder Drogensucht.

stadium aus der Integrität seines Glaubens heraus erlebt, bekundet ein hohes Maß an somatischer Umgestaltung. Eine solche Integration verlangt eine ständige Umgestaltung der somatischen Dimension. Eine ungebührliche Besorgnis um die Gesundheit oder eine übertriebene Vorbeugung gegen die Krankheit sind ebenso wie eine offenkundige Vernachlässigung der Gesundheit Zeichen einer Unausgeglichenheit.

Dein somatischer Umgestaltungsprozess schließt die Entwicklung von Tugenden wie Enthaltbarkeit und „in Form sein“ ein. Er schließt auch vorbeugende Maßnahmen wie eine angemessene Ernährungsweise, Bewegung und ausreichenden Schlaf ein, die wirksam zu deiner Lebenskraft, deinem somatischen Wohlbefinden und deiner Umgestaltung beitragen können. Hast du einmal daran gedacht, dass das Maßnahmen sind, die deine Wertschätzung und Achtung für deinen Körper zum Ausdruck bringen? Neben den vorbeugenden Maßnahmen verlangt die somatische Umgestaltung Haltungen einer Lebensbehauptung wie Achtung und gebührende Wertschätzung für deinen Körper (einschließlich der Sexualität), den Tempel des Heiligen Geistes, und dass du diese Haltungen in deine Lebenssicht integrieren musst.

*Hütet euch vor der Unzucht! Jede andere Sünde, die der Mensch tut, bleibt außerhalb des Leibes. Wer aber Unzucht treibt, versündigt sich gegen den eigenen Leib. Oder wisst ihr nicht, dass euer Leib ein Tempel des Heiligen Geistes ist, der in euch wohnt und den ihr von Gott habt? (1 Kor 6,18-19)*

Eine somatische Verfassung kann zu einem *Quid prodest* auf deinem geistlichen Weg werden. Die Symptome des Alterns wie das Auftreten von grauen Haaren, ein hoher Cholesterinspiegel im Blut, Sehschwäche oder Beschwerden aufgrund von einschränkenden Krankheiten wie Zuckerkrankheit, Herzleiden und sogar Krankheiten, die zum Tod führen, wie der Krebs, können paradoxerweise zu Chancen des Wachstums hin zu höheren Stufen des geistlichen Bewusstseins und der Selbstintegration werden.

Gott selber trat endgültig in unsere leibliche Geschichte ein, als „das Wort Fleisch geworden ist und unter uns gewohnt hat“ (Joh 1,14). Christus brachte die Schönheit und die Bestimmung des Leibes zum Ausdruck, als er ihn als

## 6. Zur Vertiefung

### Anhang 1: Aus „Vier Arten der Liebe“ (C. S. Lewis)

... Gott pflanzt als Schöpfer der Natur in uns sowohl die hingebende Liebe ein als auch die Liebe als Bedürfnis. Die Fälle hingebender Liebe sind natürliche Abbilder von Gott selbst; sie sind ihm nahe aufgrund der Ähnlichkeit und sind nicht notwendig und nicht bei allen Menschen Nähe durch Annäherung. Eine selbstlose Mutter, ein guter Chef oder Meister können geben und geben tatsächlich, indem sie beständig diese Ähnlichkeit zeigen, ohne dass sie je zu einer Ähnlichkeit der Annäherung wird. Die Fälle von Liebe als Bedürfnis haben, soweit es mir zu sehen möglich war, keine Ähnlichkeit mit der Liebe, die Gott ist. Sie sind vielmehr wechselseitig, entgegengesetzt; nicht wie das Böse dem Guten entgegengesetzt ist, sondern wie die Form einer Torte der Backform entgegengesetzt ist.

Doch außer diesen natürlichen Arten der Liebe kann Gott eine viel bessere Gabe schenken oder vielmehr, da unser Geist einteilen und in Schubladen einordnen muss – zwei Gaben.

Er teilt den Menschen einen Teil seiner eigenen hingebenden Liebe mit, die anders ist als die hingebende Liebe, die er in ihre Natur eingegossen hat. ... aber die hingebende Liebe Gottes – die Liebe an sich, die im Menschen wirkt – ist völlig uneigennützig und will einfach das, was für den Geliebten besser ist.

Anders gesagt, die natürliche hingebende Liebe richtet sich immer auf etwas, das der Verliebte in gewisser Weise als in sich liebenswürdig betrachtet: etwas, zu dem die Zuneigung oder der Eros hinziehen, oder eine Ansicht, die beide teilen, oder sie neigt sich in Ermangelung dessen denen zu, die dankbar sind, oder denen, die es verdienen, oder vielleicht denen, deren Hilflosigkeit rührt und zwingt, sich für sie zu entscheiden.

Doch die hingebende Liebe im Menschen erlaubt ihm auch, das zu lieben, was natürlicherweise nicht liebenswürdig ist: Aussätzige, Verbrecher, Feinde, geistig Zurückgebliebene, Verbitterte, Hochmütige und Herabsetzende.

## Übung 3: Dialog mit meinem Leib

Dein Leib bringt deine Gedanken, deine Gemütsbewegungen und deinen Geist zum Ausdruck. All das geschieht in deinem Leib und durch ihn. Ohne deinen Leib gibt es dich nicht. In der Tat gibt es in jedem von uns einen Informationsspeicher. Wir können von der „Weisheit des Leibes“ sprechen. Wenn wir seiner Sprache Gehör schenken, werden wir erfahren, dass ein unterjochter Leib die Last unseres Stress kundtut und dass ein blockiertes Kinn unausgesprochene Worte zurückhält. Dass wir der eigenen Sprache des Leibes Gehör schenken und sie schätzen, ist wesentlich für eine gesunde Beziehung zu unserem eigenen Leib.

Dein „Leib“ beinhaltet den Körper mit seinen Organen und Gliedern, deine Gesundheit oder Krankheit, eine Erfahrung der Kommunikation mit der Natur, alle deine Sinneswahrnehmungen, Vergnügen und Leid, Gespür für Musik, Tanz, Kunst, Sexualität... In gewissem Sinn bist du dein Leib. Dein Leib hat seine Geschichte: Er ist eine Quasiperson, mit dem du einen Dialog halten kannst, wie du es mit wirklichen Personen tust. Anschließend findest du eine Übung, um mit deinem Leib in Dialog zu treten.

Mach es dir bequem und bereite dich darauf vor, mit deiner inneren Welt in Kontakt zu treten. Du kannst dein Heft mit den Notizen zur Hand haben, um darin etwas aufzuschreiben. Schließ deine Augen und beobachte deine Atmung, um dich zu konzentrieren. Nimm die Gegenwart des Herrn dar, in dem du lebst, dich bewegst und bist (vgl. Apg 17,28).

1. **Mach dir deinen Kopf bewusst vom Scheitel an**... Haare, Gehirn. Augen, Gesicht, Ohren. Lass jeden Teil deines Leibes zum Ausdruck bringen, wie er an deinem Lebensentwurf teilnimmt. Stell dir vor, wie dein Gehirn mit dir reden würde, wenn es sprechen könnte. Zum Beispiel: Dein Gehirn kann glücklich sein und viele Informationen speichern, die für dein missionarisches Wirken von Nutzen sein können... das Glück, das Wort Gottes im Gedächtnis zu haben... fehlende Aktualisierung, wenn du kein Leser bist; deine Augen können sich an dem Dienst erfreuen, den sie dir leisten, oder sie können sich über ihre Überlastung vor dem Computer beklagen... Höre allen Organen zu. Schreibe den Dialog auf, wie er dir in den Kopf kommt.
2. Verlagere deine Wahrnehmung **auf den Hals und das Rückgrat** und höre weiter zu. Schreibe wieder.

Sa 29.10.	Röm 11,1-2a.11-12. 25-29 Lk 14,1.7-11	Jesus pflegte einen freien und flüssigen Umgang mit Menschen aller Art. Die Art seiner Beziehungen variierte mit der Stellung des Menschen, und seine Antwort variierte von Feststellung und Heilung bis zu Streit und Auseinandersetzung. Mit gesunden Rationen gelingt es, das Beste aus uns herauszuholen. Jesus fördert das Beste zutage, das in jedem von uns steckt.	
So 30.10.	Mal 1,14b-2,2b.8-10 1 Thess 2,7b-9.13 Mt 23,1-12	31. Sonntag im Jahres- kreis	Autorität und Macht werden unterdrückerisch und heuchlerisch, wenn sie von der Liebe abgelöst sind. Die Autorität ist zum Dienst an den Brüdern und Schwestern da und ist kein Mittel zur Selbsterhöhung. Sowohl die Weise, wie Jesus Autorität und Macht ausübt, als auch seine Unterwerfung unter den Willen des Vaters entspringen seiner innigen Vertrautheit mit ihm. Wir sind aufgerufen, die Autorität in Liebe auszuüben.
Mo 31.10.	Röm 11,29-36 Lk 14,12-14	Jesus erteilt eine Lektion in Liebeschenken. Häufig laufen menschliche Beziehungen nach dem Prinzip des gegenseitigen Austauschs im Geben und Nehmen. Nach der Logik der göttlichen Liebe sind wir eingeladen, uns selbst in Liebe hinzugeben, wenn wir zueinander in Beziehung treten. Die Schönheit unserer Sexualität und unserer Affektivität wird nur dann wiedererlangt, wenn die Liebe Jesu die Ehelosigkeit oder die eheliche Liebe in liebende Hingabe verwandelt.	

system, deinen zwischenmenschlichen Beziehungen und Freundschaften und mit deinem Engagement im priesterlichen Dienst.

Wenn dir klar ist, dass die Kerndynamik deiner Sexualität das Geheimnis der Liebe ist, wirst du ihre Fülle im Leben Jesu entdecken. Deine Entscheidung, dem Jesus der Evangelien nachzufolgen, quillt aus deinem Suchen nach Liebe: lieben und geliebt werden. Und das ruft dich dazu auf, deine Sexualität in die Liebe zu erheben und zu integrieren, die der Geist Jesu in deinem Herzen ausgegossen hat. Du hast vielleicht Freuden der Freundschaft und der Selbstbeherrschung erfahren ebenso wie das Gefühl, dass du ringen musst, dass du dich verletzt, schuldig oder abgelehnt fühlst in den Momenten des Scheiterns oder des Kontrollverlusts in deinem Unterwegssein zu deiner sexuellen Integration und Intimität.

Dass man die Eltern verlässt (eine natürliche Beziehung), um ein Fleisch zu werden mit einer Gefährtin für das ganze Leben (eine Sache der Wahl, aber auch einer mächtigen natürlichen Neigung), spricht an sich schon von der Macht ihrer inneren Dynamik. Die gottgeweihte Ehelosigkeit erfordert eine überzeugendere motivierende Dynamik. Es kann ein schönes Gebet sein, auf die Schritte deiner sexuellen Geschichte und des Prozesses deiner Integration als Eheloser zurückzukommen.

### Liebe in deinem Leben

Wenn wir alles berücksichtigen, was wir geliebt haben, dürfen wir mit dem heiligen Augustinus ausrufen: „Du hast uns zu dir geschaffen, und ruhelos ist unser Herz, bis es Ruhe hat in dir.“ Die Suche des menschlichen Herzens nach dem Anderen und den anderen hat in unserem Leben unterschiedliche Ausdrucksformen in dem Maß, in dem wir im Laufe unserer

*„Da die Einhaltung dieser Keuschheit an tiefer liegende Neigungen unserer Natur rührt und manchen Verzicht von uns verlangt, sollen wir dem Herrn vertrauen und ihn demütig um seine Hilfe bitten. Wir sollen das gemeinsame Leben pflegen, weil wahre brüderliche Liebe die Ehelosigkeit bewahrt und vollendet.“*

*(Konstitutionen, 22)*

Fr 21.10.	Röm 7,18-25a Lk 12,54-59	Beginn des Tri- duums zum Claretfest ( <i>Geistliches Direktorium</i> , S. 125)	Die Menschen sind intelligent, wenn es um die Wettervorhersage geht. Aber wir sind häufig blind angesichts der Zeichen, die Blütezeit oder Verfall ankünden. Dass ich mir bewusst bin, dass das Gesetz Gottes in meinem Herzen ist und dass ein anderes Gesetz in meinem Leib wirkt, ist der erste Schritt dazu, mich bewusst dem Gesetz des Geistes zu übereignen.
Sa 22.10.	Röm 8,1-11 Lk 13,1-9		Das menschliche Herz wendet sich Wunsch-gegenständen in Übereinstimmung mit den eigenen Interessen zu: den natürlichen Neigungen oder den geistlichen Dingen. Es ist immer einfach, den Reifall eines anderen zu verurteilen. Jesus lädt uns zu einer Umkehr ein, zu einer Rückkehr zu Gott. Die Sexualität und die Affektivität, die im Leib verwurzelt sind, sind Felder, auf denen die natürlichen Neigungen lernen können, dem Geist zu gehorchen und so dem Menschen Frieden und Leben zu bringen.
So 23.10.	Ex 22,20-26 1 Thess 1,5c-10 Mt 22,34-40	30. Sonntag im Jahres- kreis	Vortag des Claretfests. Gott mit der Ganzheit der Person zu lieben und die anderen zu lieben wie sich selbst, das ist der Gipfelpunkt der sexuellen Integration und der affektiven Reife. Wir sehen diesen Integrationsprozess im Leben unseres Gründers.
Mo 24.10.	Jes 61,1-6 2 Kor 5,14-20 Mk 10,15-20 oder Lk 10,1-9	Hl. Antonius Maria Claret	„Verliebt euch in Jesus Christus..., dann werdet ihr Großes vollbringen.“ Diese Behauptung Clarets fasst sein affektives Leben zusammen. Seine innige Vertrautheit mit Jesus und Maria blühte auf, um in der Kirche Frucht zu bringen. Der erstaunliche Umfang seiner persönlichen Beziehungen und seines apostolischen Wirkens entspringt dieser innigen Vertrautheit, die ihn Jesus, dem Verkünder des Evangeliums, gleichgestaltete.

über, an der Wahrheit fehlen hast lassen in deinen Beziehungen, die dich vielleicht verletzt oder dir und ebenso den anderen Schmerz bereitet haben. Deshalb gibt es Momente des *Quid prodest*, in denen sich die Frage stellt: Was habe ich davon, wenn ich so lebe und liebe?

Wenn du dein Inneres erforscht, kannst du entdecken, dass du durch die Kämpfe, die dir dein Herz auf der Suche nach Liebe geliefert hat, an Authentizität und Integration gewonnen hast. Vielleicht befindest du dich im Kampf mit einem hinkenden Herzen und einer verletzten Sexualität und suchst wie im Finstern tappend Heilung und Erfüllung. Sowohl die Erfahrung von Freundschaften, die gegenseitig bereichern, als auch die Erfahrung von schmerzlichen Verletzungen in zwischenmenschlichen Beziehungen können ein *Quid prodest* sein, um das Geschenk der Liebe Gottes zu empfangen, die das menschliche Herz heilt und stärkt. Es kann eine Lebensbehauptung werden, wenn du dich entschließt, dich mit deinem Begleiter oder einem Menschen, dem du vertraust, über deine „Liebesgeschichte“ austauscht, wenn du es nicht schon getan hast.

### Intimität im Alleinsein feiern

Sowohl die Sehnsucht nach Beziehungen als auch der Wunsch nach Einsamkeit sind Teil unserer menschlichen Existenz. Beide Aspekte können übertrieben werden und schließlich eine affektive Abhängigkeit oder eine starre Selbstbestimmung schaffen, insbesondere wenn du nicht gut in deinem inneren Sein verankert bist. Die Befähigung zu Intimität und Vertrautheit ebenso wie die Befähigung zum Alleinsein sind notwendig, sind Wesensmerkmale der affektiven Reife. Wie kommst du mit deinem Wunsch nach Intimität zurecht, und wie erlebst du deine Momente der Einsamkeit?





Do 13.10.	Röm 3,21-30a Lk 11,47-54	Br. Manuel Girol (Claretiner- Jahr, S. 327)	Schriftgelehrte und Pharisäer waren wütend auf Jesus, weil er sich gegen sie stellte. Sie vertraten das Gesetz und die Überlieferung. Die heutigen Lesungen laden uns ein, darüber hinauszugehen, um das heilbringende Handeln Gottes zu entdecken. Wenn es um Affektivität und Sexualität geht, müssen wir die Konventionen der beiden Kulturen überschreiten, der permissiven ebenso wie der tabuisierenden, um die Pläne Gottes im Licht des Glaubens zu entdecken.
Fr 14.10.	Röm 4,1-8 Lk 12,1-7	P. Joaquín Gelada u. G. (Claretiner- Jahr, S. 333)	Jesus verlangt von uns zwei Eigenschaften: dass wir auf der Hut sind und dass wir keine Angst haben. Klugheit und Vertrauen sind zwei wichtige Eigenschaften der zwischenmenschlichen Intelligenz. Paulus drängt die Juden, nicht so sehr auf ihren Stammbaum zu schauen als auf den Glauben ihrer Väter.
Sa 15.10.	Röm 4,13.16-18 Lk 12,8-12	Hl. Theresia von Ávila (Claretiner- Jahr, S. 337)	Die gottgeweihte Jungfräulichkeit ist ein öffentliches Zeugnis für den Lebensstil Jesu vor der Welt. Die Ungläubigen wird nicht ein Haufen Bücher und Artikel dafür oder dagegen überzeugen, sondern das Reden des Heiligen Geistes. Wir müssen dem Heiligen Geist Gelegenheit zum Reden geben.
So 16.10.	Jes 45,1.4-6 1 Thess 1,1-5b Mt 22,15-21	29. Sonntag im Jahres- kreis	„Gebt dem Kaiser, was dem Kaiser gehört, und Gott, was Gott gehört.“ Die Spannung unseres Inderweltseins, ohne von der Welt zu sein, ist in den Widersprüchen, die wir in der Sexualität und der Affektivität erfahren, deutlich wahrzunehmen. Den Widerspruch lebt man sinnvoll in einer menschlichen Lebensweise, im Gehorsam gegenüber Gott und im Dienst der anderen, die Jesus lobt.

## Übung 5: Meine affektiven Bindungen

Prüfe die Bindungen deines Herzens. Wen betrachtest du als **besonders eng verbunden im Kreise deiner Beziehungen** (Gemeinschaft, Angehörige, Apostolat, Freunde)? **Mit wem bist du weniger in Kontakt** oder meidest sie sogar? **Mach eine Liste** der Menschen, mit denen du im letzten Monat am häufigsten in Kontakt warst. Beschreibe in der rechten Spalte, wie nahe du ihnen stehst und wie du deine Zuneigung zu ihnen zum Ausdruck bringst.

Beziehungskreise	Namen	Was schätzt du am meisten?
Claretiner		
Angehörige		
Apostolat		
Freunde		

Nachdem du deine Beziehungen geprüft hast, kannst du über sie nachdenken und dabei die folgenden Aspekte berücksichtigen:

- Was suchst du in deinen Beziehungen?
- Welche Art von Menschen hältst du **in deiner Nähe**? Welche **meidest du**?
- Was hält deine Beziehung **lebendig**?
- Was hast du **davon**, wenn sie dein Engagement für die Berufung nicht fördern?

Di 4.10.	Jona 3,1-10 Lk 10,38-42	Hl. Franz von Assisi	Die Beziehung Jesu zu Marta und Maria. Jesus ist nicht einer von vielen, die man liebt. Er ist die sichtbar gewordene Liebe Gottes. Maria weiß das, und deshalb verharrt sie zu seinen Füßen und hört ihm zu. Alle menschlichen Auswirkungen müssten aus dem Gehorsam (dem Hören) fließen. Maria wird eingeladen, dem den Vorrang zu geben, was am wichtigsten ist.
Mi 5.10.	Jona 3,10b; 4,1-11 Lk 11,1-4		Um wie Jesus zu beten, muss man in die Dynamik seines Herzens eintreten, in dem der Vater die Mitte einnimmt und sich das Leben auf den Vater bezogen organisiert. Jesus lädt uns ein, seine Abba-Erfahrung zu teilen.
Do 6.10.	Mal 3,13-20b Lk 11,5-13	Bischofsweihe Clarets ( <i>Claretiner-Jahr</i> , S. 317)	Die Liebe schieben Hindernisse nicht auf. Um den Freund zu bedienen, der zu Besuch kommt, geht der Gastgeber durch die Verlegenheit, einen anderen Freund mitten in der Nacht belästigen zu müssen. Jesus schätzt dieses Geste der Aufdringlichkeit. Die wahre Liebe ist beharrlich in dem, was sie sucht.
Fr 7.10.	Joël, 1,13-15; 2,1-2 Lk 11,14-26	Rosenkranz- fest ( <i>Claretiner-Jahr</i> , S. 321)	Eine Erfahrungsregel für die Entscheidungsfindung: Die Eingebungen des Bösen rufen Spaltung und Zerstörung hervor. Der Finger Gottes schafft Leben und Einheit. Um die Quelle unserer Beziehungen herauszufinden, muss man ihre Früchte prüfen: Bedeuten sie mehr Frucht für die einzelnen, für die Gemeinschaft und für die Kirche?
Sa 8.10.	Joël 4,12-21 Lk 11,27-28		Jesus schätzt die wahre Natur der Mutter-schaft Marias, die über das Körperliche hinausgeht. Sie ist eine, die das Wort hört und es befolgt. Eine weitere Erfahrungsregel für eine echte Beziehung: Transzendenz.

sich vereinigt, nicht pflegen, können wir in unserem Leben leicht auf Wege der Ausflucht verfallen, die unser Leben entleeren. Die verinnerlichte Gegenwart eines liebenden Gottes in deinem Herzen wird dir gestatten, unterschiedliche Formen von „Abwesenheit“ in deinem Leben froh zu erleben. „Nicht mehr ich lebe, sondern Christus lebt in mir“ (Gal 2,20). Es ist kein Wunder, dass viele Theophaniegeschichten in der Bibel (vgl. Gen 15,1) die Gegenwart Gottes in einem Menschen als Gegengift gegen seine existentielle Angst festhalten: „Fürchte dich nicht, ich bin bei dir.“ Das Leben Clarets ist ein schönes Zeugnis der Kraft einer beständigen Wahrnehmung der Gegenwart Gottes.

### Übung 6: Wie kommst du mit dem Alleinsein zurecht?

Schürfe nach den **schwierigsten Momenten** in deiner Geschichte. Wie bist du darin zurechtgekommen? Was hast du darüber gelernt, wie du Einsamkeit und Alleinsein lebst?


## 4. Hinweise für die Hausversammlung

Unsere Gemeinschaften feiern voll Freude das Fest unseres Gründers und bereiten sich darauf mit einer Novene oder einem Triduum angemessen vor. Orientierungen für die Feier des Festes finden sich im *Geistlichen Direktorium*, S. 124–146.

### Hausversammlung und Beteiligung

Es kann schwierig und vielleicht sogar nicht ratsam sein, sich im Kontext einer Hausversammlung zu offen über das eigene affektive und sexuelle Leben auszutauschen. Ebenso kann es ungesund und heuchlerisch sein, unser affektives Leben ganz vom Gebet und der Kommunikation in der Gemeinschaft abzuspalten. Wenn wir uns in einer ernsthaften und christlichen Haltung zu unserem affektiven Leben äußern und darüber beten, ist das sehr nützlich, um unser inneres Leben ohne ungebührliche Ängste zu führen. Doch das genaue Maß für die Selbstausssetzung ist durch den Grad der gegenseitigen Freiheit und des gemeinsamen Wohlergehens vorgegeben, der zwischen den Mitgliedern der Gemeinschaft besteht. Hier gibt es einige mögliche Themen für den gemeinsamen Austausch und das gemeinsame Gebet.

- Wie berühren die **Sexskandale des Klerus in der Kirche** unsere Gemeinschaft und ihr missionarisches Wirken? Welche Maßnahmen ergreifen wir, um die Glaubwürdigkeit unseres Lebens sicherzustellen?
- Wie organisiert die Gemeinschaft ihre **Räume, Zeiten und Erholung**, so dass die Missbräuche der Medien oder die Süchte in angemessener Form behandelt werden können?

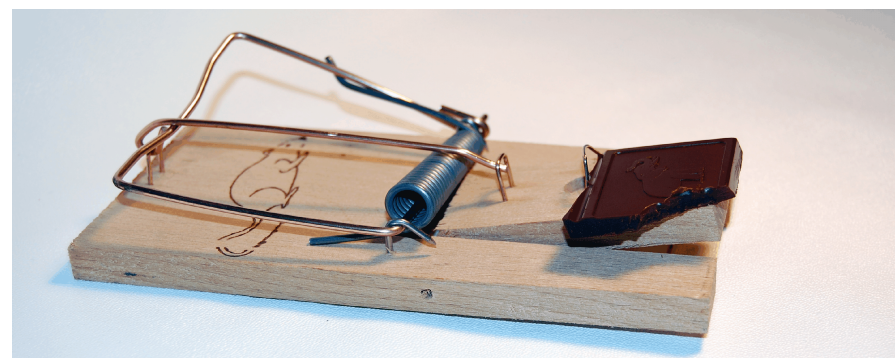
### Aktivitäten

**Gemeinschaftliche Ausflüge oder Exkursionen** organisieren oder **gemeinsam auswärts essen gehen**.

dem Willen Gottes überlässt. Im Gegenteil: Die Kraft der Gnade fließt beständig, wenn sich der menschliche Wille entscheidet, in Harmonie mit dem Willen Gottes zu handeln“ (Gerald G. May).

Wir alle haben die eine oder andere Sucht, die wir aufrecht erhalten zur sofortigen Belohnung, um Momenten der Frustration ins Auge zu sehen oder als stärkender Balsam auf unserem privaten Kreuzweg. Da manche von ihnen als nicht strafbar oder kleinere Verfehlung gelten, hast du vielleicht nicht bemerkt, wie sie dich umklammert halten. Häufig entspringen solche Süchte wie Krebsgeschwüre in den Herzen nicht weniger Ordensleute, in dunklen und unbeaufsichtigten Winkeln des „Privatlebens“, das mitten in einem angesehenen Dienst in der Öffentlichkeit gelebt wird. Den Süchten gelingt die schützende Abdeckung von geistigen Schutzschilden wie die Leugnung, die Rationalisierung, das auf die lange Bank Schieben, die Lüge oder das Übermaß an Vertrauen. Eine ehrenhafte Annahme und die gute Bereitschaft, deine Süchte mit Hilfe der Gnade und der Unterstützung der Gemeinschaft zurückzufahren, können dir die Tore zur Befreiung öffnen. In der Tat „beginnt der sündige Flug, der uns von Gott entfernt, mit dem Flug, der uns von uns selbst entfernt“ (Metz).

Hier hast du eine zweifache Liste von Süchten: Süchte der Anziehung und Süchte der Abneigung. Du kannst diejenigen anstreichen, die du für dich für bedeutsam hältst. Die beiden Arten der Sucht sind ähnlich in ihrer Dynamik; der Unterschied liegt in der Richtung der zwanghaften Bewegung des Herzens, das sich dem fraglichen Gegenstand annähert oder sich von ihm entfernt.



# Allgemeines Ziel

Das Projekt soll den Mitbrüdern, Gemeinschaften und Organismen helfen, sich der Zeit bewusst zu werden, in der wir leben, die Erfahrung des Feuers neu zu entfachen und im missionarischen Eifer zu wachsen, wobei die Methodik des Schmiedefeuers angewandt wird.

<b>Quid prodest</b>	<b>2011</b>
<b>Patris mei</b>	<b>2012</b>
<b>Caritas Christi</b>	<b>2013</b>
<b>Spiritus Domini</b>	<b>2014</b>

## Ziele des Abschnitts *Quid prodest*

- Eine Haltung der Echtheit und der Suche des Willens Gottes im eigenen Leben wecken unter Berücksichtigung der Zeit, in der man jeweils lebt
- Die eigene Geschichte neu sehen und sie im Licht des Willens Gottes beurteilen
- Die eigenen Verwundungen feststellen lernen, um einen Prozess der Heilung zu erleben
- Die Freude am Claretinersein wiedererlangen
- Konkret eine neue Antwort auf den Ruf Gottes suchen im Geist der Umkehr und im Licht des *Quid prodest* Clarets

1. Dringende Erwartung (Advent)
2. Und hat unter uns gewohnt (Weihnachten)
3. Zum Sohnsein gerufen (Jahreskreis I)
4. Unterwegs nach Ostern (Fastenzeit)
5. Neues Leben in Christus (Osterzeit)
6. Christus nachfolgen wie Claret (Jahreskreis II)
7. Zeugen mitten in der Welt (Jahreskreis III)
8. Zum Lieben geboren (Jahreskreis IV)
9. Den Weg gehen (Jahreskreis V)

Deutsche Übersetzung: P. Wolfgang Deiminger CMF

© für die deutsche Übersetzung: Deutsche Provinz der Claretiner  
Zürich 2010

## Inhalt

1. Einführung .....	359
2. Reflexion .....	361
Wie kann man Sexualität und Affektivität in einem herausfordernden Kontext leben? .....	361
Das Geheimnis des Leibes: ein Gelände für das <i>Quid prodest</i> .....	363
Deine Sexualität und das <i>Quid prodest</i> .....	368
Liebe in deinem Leben .....	369
Intimität im Alleinsein feiern .....	371
Deine Süchte als <i>Quid prodest</i> .....	376
3. Hinweise für die Begleitung .....	379
4. Hinweise für die Hausversammlung .....	380
Hausversammlung und Beteiligung .....	380
Aktivitäten .....	380
5. Anregungen für die <i>lectio divina</i> .....	381
6. Zur Vertiefung .....	390
Anhang 1: Aus „Vier Arten der Liebe“ (C. S. Lewis) .....	390
Anhang 2: Geistige Tricks von Süchtigen (Gerald G. May) .....	391
Anhang 3: Deine affektiven Prüfungen mit Claret sehen .....	393
Anhang 4: Arten von Blicken .....	395
Anhang 5: Gebet eines Priesters am Sonntagnachmittag (M. Quoist) .....	397

Im Kirchenjahr betrachten wir weiterhin im **Jahreskreis** das Leben Jesu in seinem öffentlichen Wirken. Gerade nach der intensiven Zeit der ewigen Gelübde und der Weihe tauchst du in der Anonymität des Alltags unter. Dann zeigt sich das wahre Gesicht deiner Affekte und der Grad deiner sexuellen Integration in Bezug auf die Ideale, auf die du Profess abgelegt hast. Im „Privatleben“, das du zwischen dem Leben in einer aktiven Gemeinschaft und der Ausübung deines Dienstes führst, können deine Leidenschaften und Wünsche eine Zone für ein wichtiges *Quid prodest* errichten: Was gewinnt man, wenn man die drängenden Impulse und Wünsche deines Körpers und deines Herzens annimmt oder ablehnt?

Die Liturgie des Monats wird dir helfen, die verschiedenen Kräfte zu identifizieren, die im Herzen des Menschen wirken, der den schöpferischen Initiativen Gottes Hindernisse in den Weg legt. Hinter vielen menschlichen Problemen steht die grundlegende Unausgeglichenheit, die im Herzen des Menschen Wurzeln schlägt (vgl. *Gaudium et spes*, 10). Die Lesungen dieses Monats kann man aus diesem Blickwinkel lesen. Die Gleichnisse Jesu (Sonntage der 27. und 28. Woche) und seine Konfrontation mit den einflussreichen Gruppen seiner Gesellschaft (Sonntage der 29. bis 31. Woche) lenken den Blick auf die selbstzerstörerischen Listen des menschlichen Herzens. An den meisten Tagen hören wir Lesungen aus dem Römerbrief, in dem Paulus die Dialektik des menschlichen Herzens darlegt. Als Höhepunkt lädt dich das Fest unseres Gründers ein, dir die Frage zu stellen: Was bringt am Ende all das, was ich für den Herrn tue, wenn mein Leib, mein Geist und mein Herz nach anderen Dingen brennen, die nicht die Liebe Gottes sind?



### Anhang 5: Gebet eines Priesters am Sonntagnachmittag (M. Quoist)

Heute Nachmittag, Herr, bin ich allein.

Nach und nach sind die Geräusche der Kirche verstummt,  
die Gläubigen sind gegangen, und ich bin allein nach Hause zurückgekehrt.  
Ich bin einem Paar über den Weg gelaufen, das vom Spaziergang kam,  
ich bin am Kino vorbeigegangen, an den Terrassen der Cafés entlang,  
wo die ermüdeten Spaziergänger  
das Glück des festlichen Sonntags zu dehnen versuchten;  
ich bin mit den Kleinen zusammengestoßen,  
die auf dem Gehweg spielten;  
die Kinder, Herr, die Kinder der anderen,  
die nie meine sein werden.

Und da bin ich nun, Herr, allein.

Die Stille ist bitter, die Einsamkeit erdrückt mich.

Herr, ich bin ... Jahre und habe einen Körper,  
die wie die übrigen Körper gemacht ist,  
junge Arme für die Arbeit,  
ein Herz, das zum Lieben bestimmt ist.

Aber ich habe dir alles gegeben,  
weil du es wahrhaft gebraucht hast.

Ich habe dir alles gegeben, Herr, aber es ist nicht leicht.

Es ist hart, den Körper zu geben:

Er möchte sich anderen hingeben.

Es ist hart, alle zu lieben, ohne etwas für sich zu behalten,

es ist hart, eine Hand auszustrecken, ohne sie festhalten zu wollen,

es ist hart, eine Zuneigung hervorzubringen, nur um sie dir zu geben,

es ist hart, nichts für sich selbst zu sein,

weil man alles für sie ist,

es ist hart, wie die anderen zu sein,

unter den anderen zu sein und anders zu sein,

es ist hart, immer zu geben, ohne etwas dafür zu erwarten,

es ist hart, den anderen voranzugehen,

ohne dass einem jemand vorangeht,

anzuzweifeln, und sind sogar der Ansicht, dass es sich um ein unerreichbares Ideal oder um ein „widernatürliches“ Leben handelt. Wie berührt dich das alles, wenn eine weit verbreitete permissive Ethik und eine hedonistische Weltanschauung, die von verschiedenen Massenmedien und von wirtschaftlichen Interessen propagiert werden, die Köpfe der Menschen in Bezug auf Sex und Sexualität verdirbt? Du kannst auf den Gedanken kommen, dass du nicht so sehr „widernatürlich“ lebst, als dass du deine Entscheidung für die Ehelosigkeit gegen die herrschende gesellschaftliche Strömung lebst.

Vielleicht lebst du im Gegenteil in einem Kontext, wo das Priestertum und das Ordensleben auf ein Podest gehoben werden und wo man denkt, dass Priester und Ordensleute makellos sind. In einer solchen Situation kannst du dich gezwungen sehen, die Rolle eines guten heiligen Lebens zu spielen und gar keine echte Anstrengung zur Verinnerlichung dieses Ideals in deinem tatsächlichen Leben zu unternehmen. Und es ist auch gut möglich, dass in manchen Kontexten die ehelose Lebensweise nicht durch kulturelle Botschaften gestützt ist, die Männlichkeit und persönliche Fülle mit Begriffen wie sexuelle Potenz, Vaterschaft und Ehestand umschreiben.

## Übung 1: Die kulturellen Botschaften

Du kannst die Antworten auf die folgenden Fragen in dein Heft schreiben:

Identifiziere die vorherrschenden **kulturellen Botschaften** bezüglich Sexualität, die du in deiner Kultur findest, und zwar sowohl für oder gegen eine Lebensform in Ehelosigkeit. Welche von ihnen berühren persönlich dein Leben? Wie reagierst du darauf?

Paradoxerweise bieten dir die Herausforderungen, die dir sowohl in dir selbst als auch von außen begegnen und denen du dich stellen musst, ein *Quid prodest*, mit dem du dein inneres Leben vertiefen und gesunde seelische Strukturen und Beziehungen entwickeln kannst, um deine Berufung im vollen Sinn zu leben.

Auf dem Weg dieses Monats wäre es sehr vorteilhaft, wenn du über die Erfahrungen mit deinem eigenen Körper, deiner Sexualität, deinen affektiven

## Anhang 4: Arten von Blicken

Man kann von verschiedenen Arten von Blicken sprechen, die die Menschen in ihrer Suche nach Liebe und Intimität auf andere werfen. Jeder schaut die anderen auf der Grundlage seines Bewusstseinsstandes an. Die Art, wie jemand einen anderen anschaut, zeigt an, zu welcher Art von zwischenmenschlichen Beziehungen er oder sie imstande sind. Die unglückliche Trennung von Liebe und Sex, die sich in die moderne Kultur eingeschlichen hat, offenbart eine eingeschränkte Sicht des Menschen und tut sich in der Art kund, wie die Menschen einander anschauen. Auf einer niedrigen Reifestufe kann man den anderen Menschen leicht als ein Objekt und eine Summe von Körperteilen sehen. Auf höheren Stufen wird der andere als Person geschätzt und seine Integrität geachtet. Der Leib wird als Ausdruck des Seins des anderen Menschen gesehen, ohne dass man die zeitbedingten Veränderungen berücksichtigt.

**1. Der erotische Blick:** Das ist ein eingeschränkter Blick, der nur die „interessanten Teile“ des anderen Menschen sieht, den man als Objekt eines vorgestellten Genusses nimmt. Man bewertet ihn nach seinem „Glamour“ oder seinem „Sex-Appeal“.

**2. Der oberflächliche Blick:** Man sieht nur das Äußere des anderen im Hinblick auf Farbe, Rasse, Kultur oder Alter. Folglich wird der andere Mensch beurteilt, verurteilt, abgelehnt oder geschätzt, ohne dass man dabei seine inneren personalen Werte berücksichtigt.

**3. Der Konsumentenblick:** Als ob er in einem Schaufenster stünde, wird der andere angeschaut, als ob er „Dinge“ hätte, die die eigene jugendliche Neugier befriedigen, oder um die eigene innere Leere zu füllen. Die Körperteile werden bewertet und verglichen, um die Menschen so bewerten.

**4. Der narzisstische Blick:** Man sieht nur das eigene Bild im anderen wiedergespiegelt, auch wenn es den Anschein von Liebe und Aufmerksamkeit geben kann. Man lässt keinen Raum für die Einzigartigkeit und Verschiedenheit des anderen. Das „Ich“ wird zu Anfang, Mitte und Ziel aller Beziehungen.

## Übung 2: Mein Körper

Denk einen Augenblick nach: Wie viel weißt du von deinem engsten Freund, deinem Körper? Fülle die folgende Tabelle aus.

<b>Körpergröße:</b>	<b>Blutgruppe:</b>
<b>Gewicht:</b>	<b>Blutdruck:</b>
<b>Zucker:</b>	<b>Cholesterin</b>
<b>Was tust du gewohnheitsmäßig, um deine Gesundheit zu pflegen?</b>	

Unsere Bemühungen, die sexuellen Triebe anzunehmen und zu integrieren, die unserer heterosexuellen oder homosexuellen Neigung entspringen, werden sehr schwierig, wenn das Umfeld entweder sehr permissiv oder sehr repressiv ist. Wenn der Mensch auf einem tiefen Bewusstseinsstand lebt, wird der Körper wie ein Götze behandelt, und das Vergnügen wird zum letzten Maß des Guten und des Schlechten, wobei sehr wenig Raum für höhere Werte bleibt. Selbst wenn du dem Lockvogel der körperlichen Vergnügungen außerhalb deiner Ordensverpflichtungen ins Netz gegangen bist, kann es Gelegenheiten geben, bei denen du dich fragst: Was nützt es mir, wenn ich nur lebe, um meinen Körper zu befriedigen?

Deine Begegnungen mit den Empfindungen deines Leibes, sowohl mit den angenehmen wie mit den schmerzlichen, sind Öffnungen auf ein viel größeres Geheimnis hin. Die somatische Umgestaltung bezieht sich zuerst auf das Wohlbefinden. Dieser Begriff ist sehr ähnlich wie „Gesundheit“, aber nicht gleichbedeutend damit, denn „das Wohlbefinden kann mit chronischen Schmerzen, mit der Krankheit und sogar mit der Krankheit im Endstadium koexistieren“ (Sperry). Ein Beispiel: Ein Claretiner, der einen Krebs im End-

## Anhang 3: Deine affektiven Prüfungen mit Claret sehen

Lies in der Autobiographie die folgenden Erzählungen von den Versuchungen Clarets. Die erste Stelle berichtet davon, wie er sich einer Versuchung entgegenstellte, die von einer anderen Person eingeleitet wurde, die in ihn vernarrt war; an der zweiten scheint er sich auf etwas zu beziehen, das mit seinen inneren Neigungen und Emotionen zu tun hat. Wähle einen Platz, der zum Beten und zum Nachdenken geeignet ist. Versetz dich in die Haut des jungen Claret, um die Szenen zu veranschaulichen und sein Werte- und Motivationssystem zu begreifen, das ihm die Art und Weise aufdrängte, wie er auf die Versuchungen reagierte. Ruf dir dann wenigstens zwei Momente der Prüfung in deinem Leben ins Gedächtnis: einen, als du einer Situation ins Auge schauen musstest, in der eine andere Person, die von dir fasziniert war, gern eine Beziehung begonnen hätte. Eine weitere, in der dich deine Wünsche oder instinktiven Eindrücke des Angezogeneins in eine Situation der Prüfung brachten. Analysiere die Werte und Motivationen, die deine Entscheidungen leiteten. Konfrontiere dich mit dir selbst, um dich in Werten zu bestärken, die mit deiner Berufung übereinstimmen.

### 1. Autobiographie, 72

Auch ein anderes Mal hat Maria mich gerettet; damals war ich in noch schlimmerer Gefahr, ähnlich wie der keusche Josef. Während meiner Zeit in Barcelona ging ich hin und wieder einen Landsmann besuchen. Mit keinem Menschen in dem Haus sprach ich, außer mit ihm. Wenn ich kam, führte er mich auf sein Zimmer, und ich unterhielt mich ausschließlich mit ihm. Aber man sah mich immer, wenn ich kam und ging. Damals war ich noch ziemlich jung. Das Geld für meine Kleidung verdiente ich zwar selbst, aber ehrlich gesagt, ich trug auch gern, ich will nicht gerade sagen luxuriöse, aber doch ziemlich elegante Kleidung, vielleicht etwas zu elegant. Wer weiß, ob Gott am Tag des Gerichts von mir Rechenschaft dafür verlangt. Eines Tages ging ich wieder in dieses Haus und fragte nach meinem Landsmann. Die Hausbesitzerin, eine junge Frau, sagte, er müsse jeden Augen-

letzte Gabe für seine Freunde zur Kreuzigung hingab (vgl. Joh 15,12). Bei seiner Auferstehung offenbarte sein Leib den Sieg der Liebe über die Sünde und den Egoismus. Unser Leib hat am Heilsplan Gottes für die Menschheit Anteil. Deshalb haben dein Leib, deine Sexualität, deine Sehnsüchte und deine Leidenschaften trotz ihrer Uneindeutigkeit eine neue Möglichkeit im Geheimnis Christi. Du kannst das Wort „Fleisch“ werden lassen an deinem „Fleisch“. In der Tat bist du eingeladen, dich auf ein solches Abenteuer einzulassen, wenn du den Lebensstil annimmst, den Jesus für sich genommen hat.

Jesus offenbarte die sakramentale Natur des Leibes, als er sich selbst im Brot darbot und sagte: „Das ist mein Leib“, ein Geheimnis, das er am Kreuz voll und ganz lebte. Auch wir werden zur Selbsthingabe für andere und kommen in der Liebe zu ihnen, wenn wir zulassen, dass unser Leib ein „Leib“ wird, der in Verbundenheit mit Christus für das Leben der anderen gesegnet und gebrochen wird.

Unsere Martyrer-Mitbrüder von Barbastro trafen auf ihrem Weg zum Kalvarienberg die Wahl, Brot zu werden, das gebrochen wird wie das Brot des Altares, das sie täglich gemeinsam empfangen. Unser Gründer kannte selbst das Geheimnis des Brotes, das als Nahrung für die Vielen gesegnet und gebrochen wird, gut. Als er sein ganzes Sein an Jesus und Maria übereignete, um sich brechen und unter die Menschen verteilen zu lassen, war sein kurzes Leben wie das Brot, das den Hunger der Vielen nach dem Wort Gottes stillte.



Und schließlich – und das ist ein großes Paradox – befähigt Gott den Menschen zu einer hingebenden Liebe zu ihm. Selbstverständlich kann in gewissem Sinn niemand Gott etwas geben, das ihm nicht schon gehört, und wenn es ihm schon gehört, was hat ihm der Mensch dann gegeben? Aber offensichtlich können wir uns nicht um Gott kümmern, können wir unseren Willen und unser Herz von ihm weg lenken. In diesem Sinn können wir sie ihm übergeben. Was von Rechts wegen ihm gehört und nicht einen Augenblick existieren könnte, wenn es ihm nicht mehr gehören würde (wie das Lied in dem, der es singt), das hat er doch uns zu eigen gegeben, und zwar so, dass wir es ihm erneut frei darbieten können. „Unser Wille ist unser, damit wir ihn zu deinem machen können.“ Außerdem gibt es, wie alle Christen wissen, eine andere Weise, Gott etwas zu geben: Jeder Unbekannte, dem wir Essen und Kleidung geben, ist Christus. Und das ist hingebende Liebe zu Gott, ob es uns bewusst ist oder nicht. Die Liebe an sich kann in denen wirken, die nichts von ihr wissen.

## Anhang 2: Geistige Tricks von Süchtigen (Gerald G. May)

Hier nun eine Beschreibung von einigen der geistigen Tricks, die Menschen mit Süchten anwenden, um die Anstrengung zu vermeiden, sie zu erkennen und ihnen eine andere Richtung zu geben.

**Leugnung:** Jedes Anzeichen einer schlechten Anpassung ignorieren oder leugnen, die sich aus dem Alkohol oder anderen Missbräuchen ergibt. Es kommt zu Anzeichen der Nichtanpassung. Zum Beispiel: Die Meditation wird schwierig. Die Konzentration lässt nach. Der Betreffende zeigt sich verärgert oder aggressiv, wenn jemand diese Probleme anspricht.

**Rationalisierung:** Man sucht Entschuldigungen, um das Verhalten zu rechtfertigen: „Ich brauche einen Schluck, weil ich schlecht in Form bin“ oder „ich verdiene einen Schluck, um das zu feiern“ oder „das Leben ist zu kurz, warum soll ich es nicht genießen?“

**Verstecken:** Die Wahrheit vor den anderen verstecken. Die Flaschen verstecken oder lügen und die anderen täuschen. Man kann Masken der Schläue, der Sorglosigkeit oder des Humors aufsetzen: „Nein, nein, es ist nichts. Ich habe nicht getrunken, mir ist nur ein wenig schwindlig.“

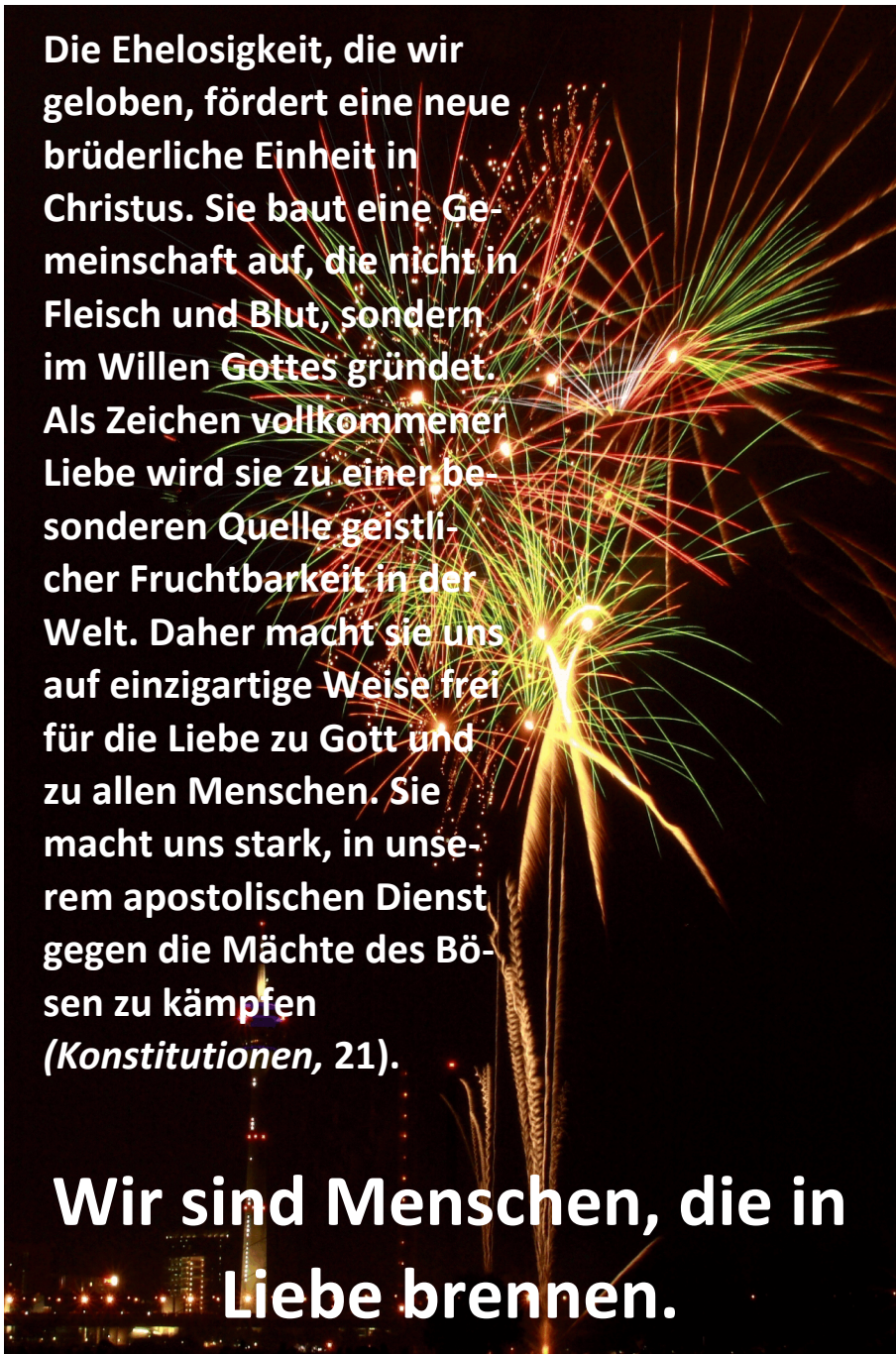


3. Jetzt konzentriere dich auf die **Schultern und die beiden Hände**, die Brust, den Magen, das Becken, die Beine, bis zu beim großen Zeh angelangt bist. Schreib deine Dialoge auf. Mach eine Pause und lass deinen ganzen Körper in dankbarer Gesinnung ausruhen.
4. **Lies nun den ganzen Text, den du geschrieben hast.** Merk auf die Erfahrungen, die das Lesen jeweils **in dir auslöst**.
5. **Beschreibe danach schriftlich deinen Anteil an den Dialogen.** Was sagst du zu deiner Beziehung zu deinem Leib? Beschreibe deine Einstellungen und Sinneswahrnehmungen bezüglich der Teile deines Körpers und bezüglich des Leibes insgesamt.
6. Im Licht dieses Dialogs mit deinem Leib, was möchtest du an deiner Beziehung zu ihm verändern? **Notiere deine Wahrnehmungen.** Und bevor du schließt, verwende ein wenig Zeit darauf, die Früchte deines Dialogs im Gebet vor den Herrn zu tragen.

Eine andere Form dieser Übung könnte es sein, **die Geschichte deines Leibes in erzählerischer Weise zu rekonstruieren.** Schreibe alle Ereignisse und Erfahrungen mit Bezug zu deinem Leib auf, an die du dich erinnern kannst: angenehme Sinneswahrnehmungen, Schmerzen, Krankheiten, Unfälle, Schwimmübungen, sexuelle Erfahrungen, Aufstehen und Einschlafen, Qualen usw. Denk an die verschiedenen Abschnitte deines Lebens: Kindheit, Jugend, junges Erwachsenenalter, reifes Alter usw. Denk an all das in der Reihenfolge, wie es dir in den Sinn kommt. Später kannst du versuchen, für alles Datum und Ort zu finden und alles chronologisch ordnen. Ruh dich dann aus... lies deine Erzählung... und notiere, was du erfährst und was das Lesen bei dir auslöst.

### Deine Sexualität und das *Quid prodest*

In der tiefsten Tiefe deines Seins weißt du, dass die Liebe deine grundlegende und angeborene Berufung ist (vgl. *Katechismus der katholischen Kirche*, 2392). Die Sexualität berührt alle Aspekte deiner Person in ihrer Einheit von Leib und Seele. In besonderer Weise berührt er die Affektivität, die Liebes- und Zeugungsfähigkeit und allgemeiner die Fähigkeit, Bindungen zu anderen zu schaffen (vgl. *Katechismus*, 2332). Natürlich nimmt die Hinordnung deines Geschlechtslebens auf die gewählte Lebensform deine Wünsche und Bedürfnisse auf körperlicher Ebene in Pflicht. Sie ist auch eng verbunden mit der Ordnung deiner sexuellen Triebe, deinen Emotionen, deinem Werte-



Die Ehelosigkeit, die wir geloben, fördert eine neue brüderliche Einheit in Christus. Sie baut eine Gemeinschaft auf, die nicht in Fleisch und Blut, sondern im Willen Gottes gründet. Als Zeichen vollkommener Liebe wird sie zu einer besonderen Quelle geistlicher Fruchtbarkeit in der Welt. Daher macht sie uns auf einzigartige Weise frei für die Liebe zu Gott und zu allen Menschen. Sie macht uns stark, in unserem apostolischen Dienst gegen die Mächte des Bösen zu kämpfen (*Konstitutionen*, 21).

**Wir sind Menschen, die in Liebe brennen.**

Geschichte vielen wunderbaren Menschen begegnen. Deine frühen Halsstarrigkeiten in der Jugend, deine Romanzen und Freundschaften, insbesondere mit dem anderen Geschlecht, haben vielleicht die Fähigkeit deines Herzens, zu lieben und zu helfen, trainiert. Dein Leben ist bereichert durch die Liebe zu Hunderten von Menschen, die in deine Lebensgeschichte durch die Tore vieler Arten von Liebe (Zuneigung, Freundschaft, Eros, Nächstenliebe) eingetreten sind und bei vielen von denen du es gar nicht erkannt hast (vgl. C. S. LEWIS, *Vier Arten der Liebe*). Diese natürlichen und notwendigen Formen der Liebe bereiten dein Herz in der Schule der Liebe zu einem Abschluss in

*Die Keuschheit folgt Gesetzen des Wachstums: sie durchläuft verschiedene Stufen, in denen sie noch unvollkommen und für die Sünde anfällig ist. Der tugendhafte und keusche Mensch ist „ein geschichtliches Wesen, das sich Tag für Tag durch seine zahlreichen freien Entscheidungen selbst formt; deswegen kennt, liebt und vollbringt er das sittlich Gute auch in einem stufenweisen Wachsen“*  
(Katechismus, 2343).

hingebender Liebe vor, wenn es von der Selbsthingabe Gottes berührt ist. Ohne diese Umgestaltung, sagt C. S. Lewis, „wird die Liebe in dem Augenblick zu einem Dämon, in dem sie zu einem Gott wird.“ Doch „wenn Gott eintritt, können die Halbgötter bleiben“, und auch „das Höchste gibt es nicht ohne das Niedrigste“. Möglicherweise hat dir das Leben die Wahrheit dieser Behauptungen bewiesen.

Du hast vielleicht entdeckt, dass dich manche von deinen Beziehungen sehr bereichert und gestärkt haben, während dich andere verletzt

und deine Freiheit, mit anderen Menschen frei in Beziehung zu treten, blockiert haben. Andere Menschen haben vielleicht das Gleiche erfahren durch die Art, wie du zu ihnen in Beziehung getreten bist. Manche von denen, die du geliebt hast, haben vielleicht den ersten Platz in deinem Leben eingenommen und dich sogar in deiner Verpflichtung auf deine Berufung in Frage gestellt. Möglich ist auch, dass jemand den Aspekt der Affektivität unter der Maske der Ablehnung oder Geringschätzung der Frauen versteckt. Vielleicht hast du auch Momente gehabt, in denen du es dir und den anderen gegen-

Di  
25.10.

Röm 8,18-25  
Lk 13,18-21

Seligspred-  
chung der  
Martyrer  
von Barba-  
stro (1992)

Paulus nimmt Bezug auf das Seufzen der Schöpfung nach der Freiheit der Kinder Gottes und der Freiheit von jeder Form der Verderbnis. Die Affektivität und die Sexualität verkörpern diese Sehnsucht. Wenn sich die Werte des Reiches Gottes um unsere menschliche Natur kümmern, wird diese zunehmend frei von Sünde und Verderbnis. Jesus bringt die Bilder vom Senfkorn und vom Sauerteig, um dieses Wachstum und diese Umgestaltung zum Ausdruck zu bringen.

Mi  
26.10.

Röm 8,26-30  
Lk 13,22-30

In Übereinstimmung mit dem Geist zu leben tut dem Christen neue Horizonte auf. Doch die Tür ist eng und steht im Widerspruch zu der Art dieser Welt. Treue und Beharrlichkeit sind erforderliche Tugenden. Dann werden die Letzten die Ersten sein.

Do  
27.10.

Röm 8,31b-39  
Lk 13,31-35

P. Domingo  
Fábregas  
(*Claretiner-  
Jahr*, S. 359)

In Übereinstimmung mit dem Geist zu leben löst Strapazen und Verfolgungen aller Art aus. Aber die innige Vertrautheit mit Christus wird durch sie gefestigt, denn nichts kann uns von der Liebe Gottes in Christus Jesus trennen. Die innige Vertrautheit Jesu mit seinem Vater hält seine Verbindung mit dem Auftrag bis ans Ende aufrecht, ohne dass es Herodes gelingt, ihn einzuschüchtern, damit er aufgibt.

Fr  
28.10.

Eph 2,19-22  
Lk 6,12-19

Hl. Simon  
und Judas  
(*Claretiner-  
Jahr*, S. 365)

Bei der Jüngerschaft geht es um den persönlichen Einklang mit dem Meister und die Teilnahme am Auftrag Jesu. Es geht nicht nur darum, das Gesetz zu lernen und es andere zu lehren. Das Gesetz des Geistes ist ins Herz geschrieben und gestaltet dein Leben und dein Schicksal. Jesus bildet seine Jünger ganz anders aus. Er verlangt viel, aber es lohnt sich.

## Übung 4: Bewusstsein meiner affektiven Geschichte

- Besorg dir einen ruhigen Ort und **mach dir die Gegenwart Gottes bewusst**, in dem du lebst, dich bewegst und bist (vgl. Apg 17,28). Achte auf deine Atmung, um zur Ruhe zu kommen. Du kannst die Augen schließen und deinen Körper vom Kopf bis zu den Füßen entspannen und dich dabei auf den Rhythmus deines Atems konzentrieren.
- **Stell dir einen schönen Ort vor**, nach deiner Wahl, wo du gern eine ruhige Zeit verbringen möchtest (einen Platz an der Küste, einen Berg, einen Park, einen See usw.). Stell dir den Ort im Einzelnen vor (Vögel, Blumen, Steine, Sträucher, Gras, Wellen usw.) und stell dich in deiner bevorzugten Haltung vor und entspanne dich.
- **Mach dir die Gegenwart des Herrn bewusst** in irgendeinem deiner bevorzugten Bilder von Jesus und stell dich vor ihn, so wie du es im Allgemeinen tust, wenn du im Gebet vertraute Zwiesprache mit ihm hältst.
- **Komm mit Jesus auf deine Geschichte zurück ... von deiner frühen Kindheit an.** Lass auf deinem geistigen Bildschirm die Freunde deiner Kindheit erscheinen, Buben und Mädchen, Männer und Frauen, und lass deine Beziehungen dankbar Revue passieren. Danke dem Herrn für dieses Geschenk der Liebe und der Freundschaft. Wenn du auf verletzende Momente in deinen Beziehungen stößt, sei dir deines Schmerzes und deiner Verletzung bewusst und stelle sie dem Herrn vor Augen, bleib mit deinem Schmerz vor seinem liebevollen Blick und bitte ihn um seine heilende Berührung. Wenn du dich des Leids und der Verletzung bewusst bist, die du bei einem anderen in deinem Beziehungsleben verursacht hast, stell diesen Menschen mit seiner Verletzung und seinem Leid vor den Herrn und bitte ihn um Heilung und Vergebung.
- Sorg dafür, dass du dir bei der Übung Zeit lässt. **Nimm dir Zeit, dich über deine Geschichte mit dem Herrn auszutauschen.** Wenn es für dich bequemer ist, deine Geschichte mit den Menschen, die du geliebt hast, aufzuschreiben, dann tu es.
- Am Ende deines Rückblicks verwende einige Zeit darauf, **in der Gegenwart des Herrn zu danken.**

Mo  
17.10.

Röm 4,20-25  
Lk 12,13-21

Hl. Ignatius  
von Antio-  
chien

Jesus alarmiert die Unbedachten, die dazu neigen, die Gaben Gottes für sich in Beschlag zu nehmen, und so mit leeren Händen und leerem Herzen ihrem Ende entgegenzugehen. Unser Leib ist eine der ersten Gaben, die wir von Gott empfangen haben. Paulus lädt uns ein, an den zu glauben, der Jesus von den Toten erweckt hat. In Jesus findet die menschliche Natur ihre wahre Bestimmung.

Di  
18.10.

2 Tim 4,10-17b  
Lk 19,1-9

Hl. Lukas

Interessant ist, wie Jesus die 72 ausgewählten Jünger trainiert, indem er sie zu zweit aussendet. Das ist angemessen, um Leib, Sinn und Geist vorzubereiten. Es ist nicht überraschend, dass einer von ihnen das Ergebnis bezeugt: Lukas. Jesus zieht immer noch Männer und Frauen für seinen Auftrag ein. Wie antworte ich?

Mi  
19.10.

Röm 6,12-18  
Lk 12,39-48

P. Jaime  
Girón u. Gef.  
(Claretiner-  
Jahr, S. 351)

Jesus verwendet das Bild vom Verwalter und vom Knecht, um die Notwendigkeit von Wachsamkeit und Bereitschaft im Dienst herauszustellen, damit man ihn empfangen kann. Wenn ein Knecht die Stelle des Herrn einnimmt, ist das Haus dem Verfall preisgegeben. Wenn du als treuer Verwalter deinen Leib Gott übergibst, erlangst du dich selbst wieder und bleibst frei von der Knechtschaft der Sünde.

Do  
20.10.

Röm 6,19-23  
Lk 12,49-53

„Ich bin gekommen, um Feuer auf die Erde zu werfen.“ Es ist ein Feuer, das verbrennt, ohne zu zerstören, ein Feuer, das läutert, erhellt und offenbart, was in den Menschen Gutes steckt. Der Konflikt ist zwischen dem Gesetz des Fleisches und dem Gesetz des Geistes. Jede menschliche Beziehung bringt eine Wahl mit sich: auf der Ebene des Fleisches handeln oder auf der des Geistes. Jesus lässt keinen Raum für Uneindeutigkeit, darum die Spaltung. Was bedeutet es, „ein Mensch zu sein, der brennt“?

Vielleicht ist es nützlich, zwischen **Einmaligkeit**, **Alleingelassensein** und **Alleinsein** zu unterscheiden, um die Wirklichkeiten deiner individuellen Existenz zu differenzieren.

**Einmaligkeit** („aloneness“) ist die Voraussetzung, die es gestattet, ein einmaliger individueller Mensch zu sein, der sich von den anderen unterscheidet. In diesem Sinn ist „das Getrenntsein Vorbedingung für das Verbundensein“. Wenn du in einer Beziehung wie in einer Falle gefangen bist, wirst du nicht den nötigen Raum haben, der dir und dem anderen gestattet, in eine echte Beziehung zu treten. Eine besitzergreifende Beziehung erleidet häufig einen vorzeitigen Tod oder zerbricht zu einer Selbstverteidigungsbeziehung, wenn sie sich nicht bessert und zu einer reifen und erwachsenen Beziehung wird, die in Freiheit und in echter Sorge für das Wohl eines jeden erblüht.

**Alleingelassensein** („loneliness“) ist die subjektive Erfahrung von Abwesenheit, und zwar sogar in Gegenwart von geliebten Menschen. Vielleicht – und das mag eine Nuance der Ursünde sein – neigen viele Menschen dazu, gelegentlich, insbesondere in den unreiferen Stadien des Lebens, ein nagendes Gefühl zu erfahren, sie seien nicht gewollt, nicht geliebt, und niemand kümmere sich um sie. Das Alleingelassensein ist auch ein enger Verbündeter der Niedergeschlagenheit. Ein alleingelassener Mensch ist unfähig, die liebende Gegenwart Gottes oder jener anderer Menschen zu erkennen, die sich in der Gemeinschaft oder in der Familie um ihn kümmern. Und er kann dann besitzergreifende Beziehungen suchen, um dieser gefühlten Last des Alleingelassenseins zu entfliehen. Häufig sind seine Beziehungen nur Versuche, die innere Leere zu füllen, und nehmen ein böses Ende.

Du wirst fähig zum **Alleinsein** („solitude“), wenn du eine solche innere Wahrnehmung der Gegenwart Gottes und der Menschen, die in deinem Leben bedeutsam sind, hast, die dir gestattet, dich ihrer körperlichen Abwesenheiten in schwierigen Zeiten zu stellen, ohne eine ungebührliche Frustration zu verspüren. Du erfährst die Gegenwart Gottes und die Unterstützung der Gemeinschaft, der Familie und der Kirche, selbst wenn du Prüfungen des Lebens, Antipathien von Kollegen oder Mitbrüdern ins Auge sehen musst oder wenn man dich mit der Erledigung eines Auftrags allein lässt. Wenn wir dieses Alleinsein, das einen tiefen Sinn für die Gegenwart Gottes in

So 9.10.	Jes 26,6-10a Phil 4,12-14.19-20 Mt 22,1-14	28. Sonntag im Jahres- kreis	Im Gleichnis vom Hochzeitsmahl erhellt Jesus die Zerstreuung der Herzen im Herzen der Menschen, die in Bezug auf ihre Prioritäten verwirrt sind. Sie graben Brunnen, wo es kein Wasser gibt. Wenn wir Ordnung in unsere Affekte bringen wollen, erfordert das, dass wir unsere Prioritäten ordnen. Verwendest du den größten Teil deiner affektiven Energie darauf, das zu sein, wozu du berufen bist: ein Claretiner, der mit einem missionarischen Auftrag ausgesandt ist?
Mo 10.10.	Röm 1,1-7 Lk 11,29-32		Jesus stellt sich den Pharisäern in Bezug auf die äußere Einhaltung von Vorschriften entgegen und besteht auf der inneren Reinheit. Auch wir können bequem leben, ohne das Gelübde der Keuschheit nach außen hin zu „brechen“, aber doch eine sehr verletzte Jungfräulichkeit haben, wenn die Liebe und Mitleid in unserem Gemeinschaftsleben und in unserem Dienst fehlen.
Di 11.10.	Röm 1,16-25 Lk 11,37-41		Jesus lädt die Pharisäer zu einem Leben in innerer Stimmigkeit ein, in dem sich die Werte Gerechtigkeit und Liebe zu Gott in der äußeren Einhaltung kundtun. Paulus lädt die Römer ein, die Schöpfung anzuschauen, um die Güte Gottes zu entdecken und ihm die Ehre zu geben. Wenn Gott nicht geehrt wird, entehren die Menschen ihren Leib mit beschämenden Handlungen.
Mi 12.10.	Röm 2,1-11 Lk 11,42-46		Jesus deckt die Heuchelei der Gesetzeslehrer auf, die etwas anderes lehren, das sie selbst nicht zu tun wagen. Die Ehelosigkeit wird ein „übertünchtes Grab“ sein, wenn unsere Sexualität nicht in der mitleidenden Liebe Gottes Fleisch annimmt.

## Deine Süchte als *Quid prodest*

Auf deinem Weg des Wachstums kannst du darauf stoßen, dass du deine Freiheit einer Reihe von Süchten unterwirfst, ohne dass du es überhaupt merkst. Diese Süchte können von der Abhängigkeit von Kaffee, Tee oder Mate bis zu viel zerstörerischen gehen, die in dein zwischenmenschliches Leben und in deinen priesterlichen Dienst eingreifen. Das moderne Leben hat dieser Liste neue Arten hinzugefügt wie das Internet, der Cybersex (virtueller Sex) und das Mobiltelefon, bei denen man entdeckt, dass Priester und Ordensleute leicht Opfer werden. Die Leichtigkeit des Erwerbs und des Zugangs macht zusammen mit der Anonymität schwache und frustrierte Ordensleute von ihnen abhängig. Neuere Untersuchungen enthüllen den Einfluss des Missbrauchs von Internet und Mobiltelefon im Kreis von Priestern und Ordensleuten.

Die **Sucht** ist ein Zwangszustand, eine Zwangsvorstellung oder eine fixe Idee, die den Willen und den Wunsch eines Menschen versklavt: Der Mensch fühlt sich innerlich gezwungen, seine Energie Dingen zuzuwenden, die nicht seine wahren Wünsche sind. Unterschiedliche Süchte der *Anziehung* (Spiele, Dinge, Ideologien, Trinken, Essen, Rauchen, Maskottchen, Fernsehen, Filme, Sport, Vorlieben, Sex usw.) oder auch Süchte der *Abneigung* (Tiere, Dinge, Reisen, Bücher, Essen, Glauben, Alleinsein, Rasse, Scheitern, Krankheit, Intimität, gewisse Gruppen von Menschen usw.) weisen auf einen irregeleiteten Wunsch des menschlichen Herzens, auf eine Verlagerung seines geistlichen Trachtens. Der Gegenstand jeder Sucht verspricht eine sofortige Erleichterung, nimmt aber das Herz gefangen. Die Ohnmacht und das Unglück, das von den Süchten verursacht ist, könnten nur in der Gnade, in der Gnade Gottes Befreiung finden. Die Gnade besiegt die zerstörerische Fähigkeit der Sucht und führt dich zur Fülle der Liebe und der Wahrheit, die dein Herz wahrhaft ersehnt.

Wenn du deine Süchte erkennst, kann das paradoxerweise ein echtes *Quid prodest* sein, das den Prozess einleitet, in dem du den Herrn des Lebens einlädst, dich von den falschen Göttern zu befreien. „Die Sucht kann nicht durch den Willen des Menschen besiegt werden, wenn er auf sich allein gestellt ist, auch nicht von einem menschlichen Willen, der sich nicht engagiert und alles

## 5. Anregungen für die *lectio divina*

Sa 1.10.	Bar 4,5-12.27-29 Lk 10.17-24	Hl. Theresia vom Kinde Jesus	Die Jünger Jesu freuen sich, weil ihnen die Kräfte der Natur unterworfen sind. Aber Jesus erinnert sie daran, dass ihre Freude daraus entspringen muss, dass sie im Besitz Jesu sind. Seine Liebe kann Ordnung in unsere Affekte und Süchte bringen.
So 2.10.	Jes 5,1-7 Phil 4,6-9 Mt 21,33-44	27. Sonntag im Jahreskreis	Wenn die Begierde ihr Herz erfüllt, missachten die Winzer den Eigentümer und verschwören sich, um seinen Boten und seinem Sohn ein Ende zu machen. Wir sind nur Hüter der Natur, in der wir leben: sowohl unseres Leibes als auch unserer Umwelt. Die Natur im Einklang mit den Plänen des Schöpfers pflegen, das ist der einzige Weg, sie fruchtbar zu machen. Die gottgeweihte Jungfräulichkeit ist eine in Freiheit empfangene Gabe. Denk an die Eigenschaften der Gabe und überdenke, wie du diese Gabe schätzt.
Mo 3.10.	Jona 1,1-2,1,11 Lk 10.25-37		Gegenstand der jungfräulichen Liebe ist es, Gott über alle Geschöpfe zu lieben und die anderen zu lieben wie sich selbst. Diese Liebe folgt der Regel der Ganzheit: mit ganzem Herzen, mit dem ganzen Verstand, mit dem ganzen Willen. Die Liebe zu Gott erzieht das menschliche Herz, die anderen mit der Großmut des Herzens Gottes zu lieben. Das Gleichnis vom barmherzigen Samariter ist eine Lektion in wahrer Liebe.

## Süchte der Anziehung

Alkohol  
Arbeit  
Autos  
Basketball  
Besitz  
Bestätigung  
Beziehungen  
Bücher  
Computer  
Cricket  
Cybersex  
Drogen  
Eiscreme  
Elektronik  
Eltern  
Essen  
Familie  
Fantasien  
Fernsehen  
Filme  
Fingernagelkauen  
Fischen  
Fitness  
Fotoapparat  
Freunde  
Fußball  
Gedränge  
Geld  
Geliebtwerden  
Geschätztwerden  
Geschicklichkeit  
Gewinn  
Gutsein  
Handy  
Humor  
Internet

Kaffee  
Kaugummi  
Kinder  
Kino  
Macht  
Maskottchen  
Möbel  
Musik  
Negativität  
Pommes frites  
Popcorn  
Pornografie  
Psychotherapie  
Pünktlichkeit  
Rache  
Rechthaben  
Reden  
Sauberkeit  
Schlafen  
Schokolade  
Selbstbefriedigung  
Selbstbild  
Selbstverbesserung  
Sex  
Snacks  
Sport  
Status  
Studien  
Süßigkeiten  
Sympathie  
Unordnung  
Verantwortlichkeit  
Wettbewerbe  
Wetten  
Wissen

## Süchte der Abneigung

Abhängigkeit  
Ablehnung  
Alleinsein  
Ärzte  
Betrogenwerden  
Blut  
Böse Geister  
Brücken  
dick/dürr sein  
Dunkelheit  
Engagement  
Erfolg  
Feuer  
Flugzeuge  
Höhe  
Katzen  
Konflikte  
Kontrollen  
Krankheiten  
Langeweile  
Mäuse  
Menschenmengen  
öffentlich reden  
Opposition  
Platzangst  
Qualen  
Schlangen  
Schmuck  
Schmutz  
Schreiben  
Schuld  
Sex  
Spinnen  
Tiere  
Tod  
Tunnels

Unabhängigkeit  
Unbekannte  
Verantwortlichkeit  
Verkehr  
Verletzlichkeit  
Versagen  
Vertrautheit  
Verurteiltwerden  
Vögel  
Wanzen  
Wasser  
Zorn

Du kannst weitere Punkte hinzufügen, die nicht in der Liste stehen.

Nachdem du deine Süchte und deine Abneigungen identifiziert hast, wäge ab, in welchem Maß sie deine Kräfte und deine Aufmerksamkeit in Anspruch nehmen und dich in deinem persönlichen Leben, in der Gemeinschaft und in deinem Apostolat behindern. Trage sie im Gebet vor den Herrn im Bemühen um Erleuchtung und Heilung. Du kannst auch mit deinem Begleiter darüber sprechen, um herauszufinden, wie du in Bezug auf sie vorgehen kannst.

### 3. Hinweise für die Begleitung

Die Integration der Verletzungen und der Ablehnung ist ein schwieriger Prozess und muss mit dem gebührenden Gespür in Bezug auf die Schwere der Verletzung oder der Verwundbarkeit erfolgen. Hier einige Empfehlungen.

- **Deine Erfahrungen aufschreiben**, sowohl die freudigen als auch die schmerzlichen, und mit ihnen beten sind zwei sehr wichtige Schritte zur Annahme und Integration. Trag deine Erfahrungen ins Gebet und sprich mit deinem Herrn in deinem Innern, bitte ihn um Licht und Heilung. Die Dankbarkeit ist eine sehr heilende Haltung.
- Das aufzuschreiben, was in deinem Innern vorgeht, **mehrt die Wahrnehmung und die Annahme**, ohne dass damit dein Selbstwertgefühl sabotiert wird.
- **Tausche dich mit einem Begleiter deines Vertrauens über dein inneres Suchen aus** und über die Fragen, die aus deinen Besorgnissen und sexuellen Beziehungen auftauchen im Hinblick darauf, was sie dir für deine tiefste Berufung nützen. Was hast du davon, wenn du dich verlierst trotz all deiner scheinbaren Erfolge (*Quid prodest*)?
- Im Fall von affektiven Schwächen oder Süchten, die das normale Funktionieren einer Person beeinträchtigen oder die Integrität anderer berühren, **ist es höchst empfehlenswert, professionelle Hilfe zu suchen**.