

# Eros und Sexualität im Spannungsfeld von Geist und Körper

Horst Obleser

opus magnum Stuttgart 2007

Alle Rechte vorbehalten

Diesen Vortrag widme ich Lorenz, Julia und Jonas.

"Sei freundlich zu Deinem Leib, damit die Seele Lust hat, darin zu wohnen." - *Theresia von Avila*

## **Erste Gedanken**

Zu Beginn ist es mir ein Anliegen, unserem Thema, das sicher eines der bedeutendsten, schönsten aber auch schwierigsten ist, mit der notwendigen Achtung und Demut gegenüber zu treten. Dies umso mehr, weil wir trotz hochentwickelter Wissenschaft und Forschung immer noch erstaunlich wenig über die Sexualität wissen. Es ist ein Thema, auf das jeder von uns in seinem Leben eine Antwort finden muss, ob uns das passt oder nicht.

An diesem Abend will ich beizutragen versuchen, dass sich unsere Seelen vielleicht etwas erheben können, wie das Thomas von Kempis und die alten jüdischen Rabbis ausgedrückt hätten. Dabei hoffe ich sehr, aufzeigen zu können, dass dies keinen Widerspruch zwischen Körper und Geist bedeutet. Beide wollen zum Wohlergehen "erhoben" werden, der eine mit Nahrung für die Sinne, der Geist mit wertvollen und erbauenden Gedanken. Dabei werde ich den einen oder anderen Philosophen zitieren, um das zeitübergreifende Phänomen des Leib-Seele-Problems besser andeuten zu können. Die Position des Psychoanalytikers werde ich nur hintergründig einnehmen und mich mehr aus meiner Lebenserfahrung dem heutigen Thema zuwenden. Dabei bin ich mir bewusst, dass ich damit mindesten fünf Themen auf einmal aufmache: Bei den Themen Eros, Sexualität, Körper, Geist, Spannungsfeld wäre jedes für sich ausreichend für eine ganze Vortragsreihe. Wir werden also in Bescheidenheit versuchen, sie etwas vereinfacht miteinander zu verbinden.

Während der Zeitgeist in bestimmten Epochen die Erotik gesellschaftlich mehr oder weniger zu unterdrücken suchte (z.B. im Viktorianischen Zeitalter), hatte die Erotik zu anderen Zeiten Hochkonjunktur, etwa in der Epoche des Rokoko. Heute haben sich, wohl unter den herrschenden kommerziellen Bedingungen, die Begriffe leider verflacht und

es wird von Erotik gesprochen, wo eigentlich nur der blanke Sex gemeint ist.

Doch lassen Sie uns zunächst die Begriffe kurz umreißen, bevor wir uns mit den Themen beschäftigen.

Mit **Sexualität** (sinngemäß „Geschlechtlichkeit“, von spätlat. *sexualis*; aus lat. *sexus* „Geschlecht“; vgl. Sex) bezeichnen wir im weiteren biologischen Sinne die Gesamtheit der Lebensäußerungen, Verhaltensweisen, Empfindungen und Interaktionen von Lebewesen in Bezug auf ihr Geschlecht. Im engeren Sinne bezeichnet der Begriff die Formen dezidiert geschlechtlichen Verhaltens zwischen Geschlechtspartnern. Zwischenmenschliche Sexualität wird in allen Kulturen insbesondere auch als ein möglicher Ausdruck der Liebe zwischen zwei Personen verstanden.

Unter **Erotik** (griech. ἔρως, *eros* „Liebe“) wird ursprünglich die sinnlich-geistige Zuneigung verstanden, die man einem anderen Menschen entgegenbringt. Sie wird von Sex und Liebe insofern unterschieden, dass Sex die trieb- und körpergesteuerte, Liebe die emotional-seelische und die Erotik die psychologisch-geistige Anziehung zu einer anderen Person verkörpern.

Leider wird das Wort „Erotik“ wir heutzutage in der Umgangssprache meist gleichwertig mit den Begriffen „Sex“ und „Liebe“ verwendet, es wird oftmals als Synonym zu „Geschlechtsverkehr“ und „pornografischer Darstellung“ gebraucht (vgl. die Bezeichnung „Eros-Center“). Von der Erotik im engeren Sinne wird die **Pornografie** unterschieden. Anders als die Erotik zielt sie nicht auf die fantasievolle sexuelle Erregung und damit auf die potenzielle und langfristige Umwerbung und Eroberung des Partners als ganzheitliche Person, sondern direkt auf sofortige schnörkellose Befriedigung

des puren Triebs. Die Erotik hingegen betont hauptsächlich einerseits zwischenmenschliche Aspekte (Balzverhalten, Verführung, Sinnlichkeit), andererseits Körperästhetik, wobei die körperliche Triebbefriedigung sich in das Gesamtbild integriert, teilweise auch in den Hintergrund rückt, bis hin zum völligen Verschwinden. Eine rein erotische Zuneigung („platonische Liebe“) spielt sich hauptsächlich im Kopf ab, d.h. hier fehlt die Sexualität völlig.

Die Intensität der „erotischen Ausstrahlung“ bzw. der „erotischen Signale“, die andere Menschen „senden“, wird keineswegs nur durch den bloßen Anblick eines möglichst hohen Grads von Nacktheit eines menschlichen Körpers bestimmt. Auch bestimmte Kleidungsstücke und Gegenstände (s. Fetisch), die Mimik und Gestik einer Person, Sprachmelodie und -färbung, Körperhaltungen und Handlungen von Menschen oder deren Abbilder können Erotik erzeugen.

Der Versuch, Liebe zu definieren, könnte vielleicht so aussehen:

**Liebe** (von mhd. *liebe* „Gutes, Angenehmes, Wertes“) ist im engeren Sinne die Bezeichnung für die stärkste Zuneigung, die ein Mensch für einen anderen Menschen zu empfinden fähig ist. Im weiteren Sinne bezeichnet Liebe eine ethische Grundhaltung („Nächstenliebe“). Im ersteren Sinne ist Liebe ein Gefühl oder mehr noch eine innere Haltung positiver, inniger und tiefer Verbundenheit zu einer Person, die den reinen Zweck oder Nutzwert einer zwischenmenschlichen Beziehung übersteigt und sich in der Regel durch eine tätige Zuwendung zum anderen ausdrückt.<sup>1</sup>

### ***Nun noch einige Bemerkungen zu Körper und Geist.***

Der Begriff **Körper** (v. lat.: *corpus* = Leib, Leiche, Körper) wird hier vornehmlich mit der Bedeutungen des biologischen Leibes, des menschlichen Körpers verwendet.

Dann müssen wir jedoch noch zwischen Geist und Seele unterscheiden.

Der Begriff **Seele**, nach der altgriechischen Sprache *psyche* oder auch *pneuma*, lateinisch *anima*, wird abhängig vom Kontext in verschiedenen Bedeutungen verwendet.

- religiösen Auffassungen der Seele, einer von Gott geschenkten und nach dem Tod weiterlebenden Seele, mit der persönliche Charaktermerkmale des Menschen verbunden;
- und naturwissenschaftliche Auffassungen der Seele, wie sie u.a. in der Psychologie verwendet werden, um angeborene Bedürfnisse, Bewusstsein und Prägung in ihr zu verankern (Seele als Keim oder Ideal der synthetischen Einheit von Geist *und* Körper). (Also

ein Modell mit dem sich Krankheitszustände zwecks deren Heilung erörtern lassen, für die keine körperlichen Ursachen vorzuliegen *scheinen*.)

Im Deutschen hat der Begriff Seele zwar ebenfalls einen religiösen Hintergrund, wird jedoch häufig auch durch den Begriff Psyche oder Geist ersetzt.

Sowohl zwischen als auch innerhalb der Wissenschaftsdisziplinen wird der Begriff **Geist** (griech. *pneuma*, nous; lat. *spiritus*, *mens*, *animus*, *anima*; hebr. *ruach*; arab. *ruh*; engl. *mind*; franz. *esprit*) sehr unterschiedlich verstanden und definiert. Philosophen und Theologen, Psychologen und Hirnforscher haben jeweils andere Auffassungen und Vorstellungen darüber. Bei der Verwendung als deutsches Wort besteht die Besonderheit, dass mit Geist nicht nur allgemein das Mentale, sondern auch Gespenst und Heiliger Geist im Sinne einer Person gemeint sein kann. Einigen wir uns vielleicht darauf, unter Geist die kognitive Existenz zu verstehen. Damit umfasst der Begriff Geist alle mentalen (lateinisch *mens* = Geist) Fähigkeiten (des Menschen): Verstand, Intellekt, Intelligenz, Urteilskraft, Erfahrung sowie die Fähigkeit, Zusammenhänge aufzudecken.

Für K. Popper (1902 – 1994) und den Nobelpreisträger J. Eccles (1903 – 1997) (1985) bieten die Phänomene der Wechselwirkung von Gehirn und Denken hinreichende Indizien dafür, dass es ein von der physischen Welt getrennt vorhandenes Bewusstsein gibt.

### ***Vorformen der Erotik***

Als Vorformen können die im Tierreich verbreiteten Methoden der Werbung (Balz) interpretiert werden. Denken wir etwa an das Präsentieren des bunten Federschmucks bei Vögeln (z.B. beim Pfau), Balztänze, das Bauen und Schmücken eines prächtigen Nestes oder Baus. Die ursprünglichen Schemata der Erotik könnten auf den evolutionären Vorgaben beruhen, welche uns einen potentiellen Partner möglichst attraktiv erscheinen lassen (sollen): Bei der Frau sind dies Eigenschaften, die sie als potentielle Gebälerin von Nachwuchs besonders geeignet erscheinen lässt (breites Becken, große Brüste, ausreichend Körperfett usw.), den Mann als Schützer und Ernährer des Nachwuchses zeichnen besonders körperliche Größe und Kraft (ausgeprägte Muskeln).

Als allgemeines Ideal galt und gilt in der Regel die harmonische Verbindung von Liebe, Erotik und Sexualität, also die Vereinigung von emotionaler, geistiger und körperlicher Liebe. Schon die Philosophie im alten Griechenland postulierte die Notwendigkeit einer Einheit von Körper, Geist und Seele, damit der Mensch mit sich selbst im Einklang sei.

Doch wie sieht die derzeitige Wirklichkeit aus?

### ***Zeitphänomene***

Augenblicklich bewegen wir uns in einem unglaublich großen gesellschaftlichen Spannungsfeld: Einerseits mehren sich zur Zeit die jungen, vornehmlich christlich ausgerichteten Menschen, die Sexualität vor der Ehe

<sup>1</sup> Rest dieser Definition: „Hierbei wird nicht unterschieden, ob es sich um eine tiefe Zuneigung innerhalb eines Familienverbundes („Elternliebe“) handelt, um eine enge Geistesverwandtschaft („Freundesliebe“) oder ein körperliches Begehren („geschlechtliche Liebe“). Auch wenn letzteres eng mit Sexualität verbunden ist, bedingt sich auch in letzterem Falle beides nicht zwingend (z.B. sog. „platonische Liebe“).“

ablehnen und andererseits gehen viele miteinander für eine Nacht ins Bett, ohne auch nur ihre Namen zu kennen.

Sexualität findet weitgehend ohne Eingangsrituale statt. Küssen beginnt mit dem beinahe zum Ersticken führenden Zungenkuss. Lustbefriedigung ist gefragt, nicht Beziehung. Sinnlichkeit beschränkt sich auf Zungenkuss und sportives Kopulieren. (Wir sehen im TV tägliche Liebesszenen bzw. wie heftigste Zungenküsse getauscht werden oder dass ein Paar wie besessen ohne Vorspiel übereinander herfällt.) Alle übrigen Sinne wie Schauen, Fühlen, Riechen, Tasten etc sind dabei weitgehend bedeutungslos. Der Körper darf keine eigenen Gerüche mehr haben, Sprays und Parfüm müssen alles überdecken, was intim-persönlich ist. Das Rasieren der Achselhaare ist ja schon eine Weile üblich, aber jetzt setzt sich mehr und mehr die Körperrasur durch, und heute ist es für die jungen Frauen schick, sich die Schamhaare zu rasieren, was aber wohl schon im Alten China genau so praktiziert wurde wie im Orient. Der Körper wird zum sterilen Objekt, der nur noch Wert besitzt, wenn er einem gewissen Body-Index entspricht und mindestens zweimal die Woche durch den Fitness-Parcours gejagt wird. Gleichzeitig nehmen die Übergewichtigen zu, weil sie vermutlich den Anschluss an diesen Zug verpasst haben oder auch aus vielerlei Gründen bei diesem Todes-Run ausscheiden, weil sie genetisch die falschen Karten gezogen haben.<sup>2</sup> Die Menschheit auf dem Weg zum Fast-Slim-Body: schlank, fit, geruchlos, nur schön. (Die Kinder wissen heute gar nicht mehr, wie eine Gurke tatsächlich aussieht und wie natürliches Essen schmeckt!)

Interessant ist in diesem Zusammenhang die immer wieder erwähnte Sorglosigkeit der jungen Menschen in ihrem Umgang mit Safer-Sex. Hier wird aus Konsumlust und Erlebnishunger die Angst vor Infektion oder Krankheit und Tod konsequent verdrängt oder verleugnet (leicht gemacht wird die Illusion durch Heilung vorgaukelnde Medikamente).

Vielleicht gehört hierzu auch das Bedürfnis, sich sexuell via Telefonsex oder Internet zu stimulieren. Man kann dabei unter dem Schutz der Anonymität mehr Offenheit wagen und anschließend zum Alltagsgeschäft überzugehen. Doch leider bleibt so eine sexuelle Aktivität im Voyeurismus und der Masturbation stecken. Die wesentlichen Funktionen der Erotik und der Sexualität, nämlich Menschen auf der Beziehungsebene zusammenzuführen und sich gegenseitig dabei in der persönlichen Entwicklung hilfreich zu sein, werden missbraucht.

Auch gibt es bereits erste, ernstzunehmende Versuche mit Hilfe elektronisch überwachten und gesteuerten Sensoren das Gefühl zu simulieren, als wäre man mit einem anderen Menschen sexuell zusammen. Da man sich auf diese Weise sogar bis zum Orgasmus stimulieren lassen kann, lässt sich absehen, wohin das führen kann.

Schon Theresia von Avila schreibt in ihrem „Weg der Vollkommenheit“ :

2

Dies wird auf Dauer Konsequenzen für unsere Sicht von derartigen Krankheiten haben: Wir werden solche vermutlich eher als Strafe für Fehlverhalten oder gar schuldhaftes Verhalten interpretieren und aufhören, nach dem Verstehen solcher Prozesse zu suchen.

"Denn unser Leib hat einmal den Fehler, dass er umso mehr Bedürfnisse entdeckt, je mehr er gepflegt wird."<sup>3</sup>

Zweifellos mag es für manche Menschen ein verführerischer Gedanke sein, sich nach Lust und Laune, ohne auf ein zwischenmenschliches Spannungsfeld Rücksicht nehmen zu müssen, sich in seine Sexkabine zurückzuziehen und sich dort visuell, auditiv und sensorisch mit einem virtuellen Wunschpartner zu vergnügen. Da dieser virtuelle Partner sich ganz der programmierten Wunschwelt unterordnet und keine eigenen Konflikte mit einbringt, bleibt ein solches Unterfangen in der Phase der Masturbation stecken, auch wenn man keine „Hand mehr an sich selbst anlegen“ muss.

Safranski in „Der erkaltete Eros“:

Was einmal ein spannungsreicher, bisweilen tragischen verwickelter Zusammenhang war: die Einheit von Sexualität, Fortpflanzung und Liebe ist inzwischen entflochten. Sexualität wird als Breitensport betrieben, bei der Fortpflanzung bedient man sich zwar noch der Sexualität, aber es ist absehbar, dass dies nicht mehr lange so bleiben wird. Die Reproduktionsmedizin ist auf dem Vormarsch. Der aus Sexualität, Fortpflanzung und Liebe geschürzte Schicksalsknoten des Eros ist aufgelöst; die einst verflochtenen Komponenten sind einzeln offenbar leichter zu handhaben.<sup>4</sup>

Auf diesem Hintergrund möchte ich unsere Aufmerksamkeit auf den Eros zurücklenken.

### ***Gott Eros in der Mythologie***

In den Mythen ist das psychologische Wissen der jeweiligen Zeit bewahrt, deshalb möchte ich einen kleinen Ausflug zu den Mythen des Eros machen.

Eros<sup>5</sup> ist der griechische Gott der Liebe<sup>6</sup>, den die Römer Amor oder Cupidos nannten.<sup>7</sup> Nach Hesiod (um 700 v. Chr., Theogonie 120-1222, 201) war zuerst das Chaos, dann die Erde, dann der Tartarus und dann kam schon Eros, der schönste unter den Göttern. Nach Aristophanes ist er aus der Vereinigung von der Nacht und dem befruchtenden Wind aus einem Ei hervorgegangen. Im Laufe der Zeit wandelte sich der Schöpfergott Eros und wurde der griechische Gott der Liebe, Sohn und

3

Theresia von Avila, Weg der Vollkommenheit

4

Safranski, Der erkaltete Eros

5

Eros ist auch als Wandelstern (Planetoid) bekannt, der 1898 zwischen Erde und Mars entdeckt wurde.

6

Reclam „Lexikon der antiken Mythologie, Stuttgart 1975, S. 183

7

Eros existierte seit Beginn der Zeit. Er wurde zusammen mit Ge (Gaia, Erde) und Tartaros (dunkles Gebiet unter der Erde) aus dem Chaos zur gleichen Zeit wie diese geboren (Hesiods römischer Amor hat wenig mit dem griechischen Eros gemeinsam, denn er ist eigentlich nur ein Unheil anrichtender Knabe, ähnlich dem kleinen Sohn der griech. Aphrodite.

Begleiter der Aphrodite, in der griechischen Philosophie das Sinnbild männlicher Freundschaft und begeisternden Strebens nach dem Wahren, Guten, Schönen. in einen schalkhaften Götterknaben, ausgestattet mit Pfeil und Bogen. Der silberne Pfeil erzeugt Freude und Lust, der bleierne aber Schmerz. Und wie Aphrodite (oder Venus) zu seiner Mutter wurde und die man als die höhere, sittlichere (Venus Urania), bald als die niedere, die Göttin der sinnlichen Lust ansah, so bekam auch Eros (Amor) eine doppelte Bedeutung. Es wird berichtet, dass er als Kleinkind nicht eher wuchs, bevor seine Mutter den Anteros gebar und ihm zum Spielgesellen gab. Die Dichter ließen ihn später begleiten von Liebe und Sehnsucht (Himeros) und Liebe und Verlangen (Pothos). Auch der Freudenspendende (Bacchus), der Scherz (Jocus), der Ehestifter (Hymen) und die Glücksgöttin (Fortune) begleiteten ihn neben der Anmut (den Grazien) und der Poesie und der Musik (Musen) war auch der Unterredung (Peitho).

In der bildenden Kunst wurde er seit dem 6. Jh. v. Chr. häufig als nackter halbwüchsiger Knabe, meist geflügelt und mit einer Leier oder Blume dargestellt. Später wurde mit einer Reihe gleichaltriger Wesen in Kindergestalt, Eroten, umgeben.

Eros ist in seiner eigentlichen Bedeutung und Funktion eine wichtige, verbindungsschaffende und vielleicht stärkste Kraft. Er bringt uns mit seinem plötzlichen, überfallsartigen Auftreten oder Aufbrechen ganz nahe an Gefühle heran, die wir sonst als Liebe bezeichnen könnten. Sein eigentlicher Sinn scheint mir in der Suche begründet zu sein. So hebt Eros das zwischenmenschliche Abgetrenntsein auf und stellt Verbindung her und sei es nur für kurze Zeit. Dafür schafft die erotische Situation einen kurzen Ausblick oder Vorgeschmack auf die mögliche Einheit. Selbst sehr auf sich bezogene Menschen sind in der Phase der erotischen Verbindung zu ungewöhnlichen Opfern für den anderen bereit (was dann für den Partner später zu einem umso böserem Erwachen führen kann). Das Problem besteht jedoch in der Kurzlebigkeit des Eros. Das veranschaulicht uns die Mythe, die uns der Römer Apulejus (ca. 130 n. Chr.) berichtet:

### ***Mythe von Amor und Psyche***

Da war Psyche, ein wunderschönes Mädchen, das man wegen seiner Schönheit die zweite Venus nannte. Es darf also nicht wundern, dass dies Venus nicht gefiel und sie ihren Sohn damit beauftragte, diese mit dem Pfeil des Schmerzes zu treffen. Doch als Amor die schlafende Psyche sah, verliebte er sich in sie und machte sie zu seiner Geliebten. Er verbarg sie vor seiner Mutter in einem entfernten Ort und besuchte sie nur während dem Dunkel der Nacht. Sie durfte nicht nach ihm forschen und ihn nicht sehen. Dieser Zustand war natürlich auf Dauer für unsere Schöne unbefriedigend, da sie ja den Tag über immer alleine verbringen musste. Also bat sie ihren nächtlichen Geliebten, doch ihre Schwestern zu ihr zu bringen, was dieser alsbald tat. Man ahnt's, hier beginnt ein weiteres Drama: Der Neid der Schwestern führte zu üblen Verdächtigungen, z.B. der Geliebte wäre sicher ein Ungeheuer, das sie bald umbringen würde. Um sich selbst zu schützen, müsse sie ihn im Schlafe erstechen. Doch als sie den

schlafenden Amor im Lichte der Lampe in seiner Schönheit und Anmut sah, musste sie ihn unentwegt anschauen. Dabei trafen einige Tropfen der Öllampe auf die Schulter des Gottes, der zornentbrannt erwachte und sie strafend verließ.

Unglücklich über den verlorenen Geliebten begann sie nach ihm zu suchen und gelangte schließlich zuletzt zum Palast der Venus, wo sie als deren Dienerin von dieser aufs Härteste schikaniert wurde und mit schwersten Aufgaben betraut wurde. Nur das heimliche Eingreifen des immer noch verliebten Amor schützte und rettete sie aus jeder Gefahr. Amor erbat von Jupiter ihre Erlösung, was ihm gewährt wurde. Psyche kam zu den Unsterblichen in den Olymp und lebte mit Amor zusammen, der sich von da an von den Menschen zurückzog und diese seinem Bruder Pothos, das Verlangen, überließ.

### ***Gedanken zur Bedeutung***

Diese Mythe, die uns in neueren Varianten von „Die Schöne und das Biest“ bekannt ist, zeigt uns deutlich den flüchtigen Charakter des Eros. Zuerst verzaubert er, erträgt es jedoch nicht, wenn gesehen wird. Das hält er nicht aus. Das Lieben überlässt er seiner Geliebten, die unendliche Mühen auf sich nehmen muss, um ihn zu finden und aus der erotisch-sexuellen Beziehung Liebe werden zu lassen. Sie kommt und geht nicht einfach, sondern bleibt beständig am Du.

Ohne den Impuls des Eros, würden viele Menschen nicht den Versuch wagen, sich Neuem, Anderen, Fremden zu öffnen. Doch der silberne Pfeil des Eros setzt den Keim in die Seele und gibt den Antrieb zur Suche nach der größeren Einheit, die sich nur im Du und letztlich im Großen Einen verwirklichen lässt. Die erotische Erfahrung befähigt den Menschen, sich wenigsten nach der Vereinigung mit einem anderen Menschen zu sehnen. Doch wir dürfen nicht glauben, dass der erotische Impuls nur Lust und Freude bedeutet. Nein, er kann auch ungewöhnlich große Angst erzeugen. Manche versuchen sich dagegen zu schützen, weil sie in ihrer Kindheit bereits zuviel Verletzung und Enttäuschung erfahren mussten. Umgeben von einer Mauer aus Lässigkeit und Stolz versuchen sie ihre Angst vor dem Berührt- und Getroffenwerden zu verhindern. Da es aber keine Unverletzlichkeit gibt, wie wir aus der Siegfriedsage wissen, ist das Problem dieser Menschen, dass sie prompt dann vom Pfeil erwischt werden, wenn sie es am wenigsten wollen.

Ist Eros die Kraft, die antreibt und sucht, ist die Sexualität die schöpferische Kraft. Sie erzeugt nicht nur biologisches, sondern auch geistiges Leben, geistige Vorstellungen, Ideen und Prinzipien. Sexualität ist primär „selbstsüchtig“, d.h. sie will fortpflanzen, egal auf welcher Ebene, aber am besten natürlich auf genitaler Ebene.

### ***Blick in die Genesis***

In der Genesis wird von zwei Bäumen in der Mitte des Paradieses berichtet. Dort stehen der Baum des Lebens und der Baum der Erkenntnis. Und Adam und Eva tun

genau das Richtige: Sie übertreten das ihnen erteilte Verbot und treten in die Spannung von Geist und Körper ein. Sie beginnen zwar betroffen und verängstigt und verlieren den paradisiatischen Zustand, aber sie stehen ab sofort im sich entwickelnden Prozess der Bewusstseinswerdung. Sie erkennen sich gegenseitig in ihrer Unterschiedlichkeit und Gemeinsamkeit.

Die griechische Mythologie kennt eine ähnliche Variante. Die Menschen werden als kugelartige Wesen, die in dreierlei Geschlechtes erschaffen: männliche, weibliche und bisexuelle. Sie besaßen zwei Gesichter, vier Arme, vier Beine, zwei Geschlechtsorgane und konnten nach Belieben vorwärts und rückwärts gehen. Durch diese vielfältige Gestalt wurden sie den Göttern jedoch zu bedrohlich, ja sie wollte sich sogar Zugang zum Himmel verschaffen. Zeus schnitt sie darum zur Strafe in jeweils zwei Hälften auseinander. So entstanden die Menschen von heute als heterosexuelle, schwule oder lesbische Paare. Und der Dichter Aristophanes schreibt:

„Als nun ihre ursprüngliche Gestalt in zwei Teile gespalten war, ward jede Hälfte von Sehnsucht zur Vereinigung mit der anderen getrieben: Sie schlangen die Arme umeinander und schmiegteten sich zusammen, voll Begierde zusammenzuwachsen.... und dies Verlangen eben und das *Trachten nach dem Ganzen* heißt Liebe“

Diese Mythe zeigt, wie schon früh in der Geschichte der Menschheit die Erkenntnis um die Wichtigkeit und Notwendigkeit der Suche nach Verbindung, Komplettierung und Ganzheit ihren Ausdruck gefunden hat. Vor allem drückt sich darin ein tiefes Verständnis um diese Sehnsucht nach Ganzheit aus.

Etwa 1000 Jahre später zeigt sich die Sexualität in einem anderen Licht. Nicht nur, dass Paulus die keusche Ehelosigkeit verherrlicht, nein, Augustinus (354 – 430 n. Chr.) bestärkt den Kampf des Menschen mit seiner Sexualität. Augustinus, der – wie bekannt, in seiner Jugend kein Freund von Traurigkeit war, schreibt in seinem „Gottesstaat“ (als er schon gewandelt war), dass die Paradiesmenschen vor dem Sündenfall ihre Genitalien vollständig durch den Willen beherrschen konnten und selbst eine unwillkürliche Erektion des männlichen Gliedes nicht vorgekommen sei. Die Zeugungsglieder bewegten sie ohne „krankhafte“ Lust“, so wie „einige ihre Ohren bewegen können“, „ohne den Stachel brünstigen Begehrens, in voller Ruhe des Geistes und Körpers.“ Da die Seele ihr ursprünglich ruhevolleres Wollen verloren hat, kann sie ihre „sündige Lust“ kennzeichnen die Dynamik der Seele bestenfalls Zwiespalt, Widerstand, Streit, Unterdrückung. Sie wird hin und her gerissen zwischen selbstsüchtiger Liebe zu den Dingen und der selbstlosen Liebe zu Gott.<sup>9</sup>

Soweit Augustinus. Und nun sind wir bereits beim Leib-Seele-Problem angelangt.

### **Leib-Seele Problem**

Der Kern der Philosophie des Geistes ist das Leib-Seele-Problem, das manchmal auch „Körper-Geist-Problem“ genannt wird. Es entsteht durch die Frage, wie sich die

mentalene Zustände (oder der Geist, das Bewusstsein, das Psychische, die Seele) zu den physischen Zuständen (oder dem Körper, dem Gehirn, dem Materiellen, dem Leib) verhalten. Sind es zwei verschiedene Dinge oder sind das Mentale und das Physische letztlich eins? Da jede Antwort sogleich zahlreiche neue Fragen aufwirft, sind dies zentrale Fragen der Philosophie des Geistes. Sind wir in unserem Denken und Wollen frei? Könnten Computer auch einen Geist haben? Kann der Geist auch ohne den Körper existieren? So die Philosophie des Geistes mittlerweile ein enorm differenziertes Projekt.

### **Philosophische Positionen**

Die erste klassische Formulierung des Leib-Seele-Problems stammt von René Descartes (1596 - 1650). Doch das Nachdenken über den Zusammenhang zwischen Körper und Geist geht bis in die Antike zurück. Platon (427 – 367 v. Chr.) etwa vertritt einen expliziten Dualismus, was sich in seiner Argumentation für die Seelenwanderung zeigt: Kann die Seele den Tod des Körpers überleben, so muss sie etwas anderes als der Körper sein. Aristoteles (384 – 322 v. Chr.) postuliert dann zwar ein „Pneuma“, das als Prinzip des Lebens allen Lebewesen eigen ist, doch das Pneuma wird der materiellen und körperlichen Welt nicht entgegen gesetzt. Plotin (230 – 295 n. Chr.), als Hauptvertreter des Neuplatonismus, geht von der Existenz des Einen aus, aus dem das Viele und auch die menschlichen Seelen und alles andere entstehen. Auch die Körper sind bei ihm Ausfluss der Seelen, untergeordnet und von diesen weitgehend getrennt. Nach dem Tod trennt sich die Seele vollends vom Körper, und durch die moralische Wahlfreiheit vereinigt sie sich mit dem Göttlichen oder entfernt sich davon.<sup>10</sup>

Vom römischen Philosophen Epikur (342 – 271 v. Chr.) stammt der Satz:

„Die Lust ist Anfang und Ende des glücklichen Lebens.“

Dabei muss man wissen, dass Epikur ein äußerst bescheidenes und selbstgenügsames Leben geführt hat und dabei immer im Auge hatte, sich nicht von Lustgefühlen hinreißen zu lassen, sondern die realen, leiblich-seelischen Folgen bedenkt, um eine spätere höhere Lust zu erlangen.

Hegel (1770 – 1831) beschreibt das Heraustreten des Geistes aus der Natur, der sich in der Subjektivität des Individuums zum Bewusstsein seiner Freiheit hin arbeitet. Für ihn entsteht Höheres nur dadurch, dass die

<sup>9</sup>

Augustinus, zit nach Spierling, S. 106

<sup>10</sup>

Der platonische Eros nach Wikipedia: „Der platonische Eros ist der stufenweise Weg zur Erkenntnis des Schönen und Guten an sich. Platon legt ihn im Symposium dar, bzw. er lässt ihn Sokrates in einer Art Mythos verkünden, den dieser von der Priesterin Diotima empfangen haben will. Der echte Philosoph geht demnach von der Liebe zu einem schönen Menschen hinauf zur Liebe zu allem Schönen und schließlich zur Liebe zum Schönen selbst, zur Idee des Schönen an sich. Jedoch ist dieses "Stufenverfahren" kein Weg zur systematischen Erkenntnis aller anderen Ideen.“

niederen Entwicklungsstufen mit seinen eigenen Ansprüchen in Widerspruch geraten. Psychoanalytisch gesehen ist dies der Punkt, an dem wir zunächst mit unserem Ich diesen Widerspruch „containen“ müssen. Erst in einem weiteren Entwicklungsschritt ist dann das Transzendieren möglich, d.h. dass sich erst ein wirklich reifes verarbeitungsfähiges Ich gebildet haben muss (das natürlich nicht mit Bewältigung des Ödipuskomplexes abgeschlossen ist), damit die Erfahrungen einer früheren, „unreiferen“ Stufe hinübergehoben werden können in eine Phase mit größerer Weite und Tiefe. Vielleicht lohnt sich jedoch ein Blick auf die psychosexuelle Entwicklung des Menschen.

### ***Kleine Entwicklungsskizze***

Auch wenn wir letztlich noch sehr wenig von der psychosexuellen Entwicklung des Kindes und ebenso wenig von der des Erwachsenen wissen, sollten wir den Versuch erlauben, sie in knappen Linien nachzuzeichnen.

Während der Säugling ausschließlich von den Prinzipien Lust-Unlust bestimmt ist – von seinem Bewusstseinszustand wissen wir sehr wenig -, gelingt dem Kleinkind der Triebaufschub schon etwas besser. Da alle Sinne Freude und Lust bereiten können (Essen-Trinken ebenso wie Ausscheiden, Zärtlichkeit und Wärme, Hören und Anschauen. Hierzu gehört natürlich auch die frühe Lust an sexuellen Empfindungen. Manche dieser Lüste lassen sich sogleich und unmittelbar befriedigen, andere bereiten Probleme, wenn im Außen etwas dagegen steht. So ist der Triebaufschub um so leichter, je besser die Eltern dem Kind dabei Beistand leisten. Diese Unterstützung kann es durch Identifikation in sein Ich übernehmen und wird allmählich von dieser Kraft im Außen unabhängig. Mit zunehmender Reife gelingt ihm das immer besser, bis in der Pubertät dann die in ihrer ganzen Kraft aufbrechende Sexualität neue Unruhe mit sich bringt und die bis dahin erreichte Stabilität massiv stört. Konflikte mit sich und anderen sind so vorprogrammiert. Es vergeht einige Zeit, bis der junge Mensch seine Sexualität kennen lernt, was sie körperlich bedeutet, welche Spannungen sie mit sich bringt, ohne dass darauf immer auch eine gute Antwort gefunden werden könnte. Sexualität in der Selbsterkundung und dann mit anderen, dem anderen Geschlecht, sind zwei Paar Stiefel, wie der Volksmund sagen würde. Nur die Kirche will uns glauben machen, dass das zweite ohne das erste geht.

Schon bei den ganz kleinen Kindern lassen sich schon früheste Formen von erotischen Gehversuchen beobachten. Die Art und Weise wie schon Kleinstkinder mit Fremden Kontakt aufnehmen (oft nur mit Blickkontakt aus dem Kinderwagen heraus) und in höchst vorsichtiger, aber ebenso interessierter Weise die Beziehung suchen, kann durchaus unter der Kategorie „Eros“ betrachtet werden. Beobachten Sie einmal, wie gut Kindergartenkinder flirten können! Welche lustvolle Freude entsteht dann um sie herum, wenn auch die betroffenen Erwachsenen sich davon anstecken lassen und dieses wunderschöne Spiel mitmachen.

Im Grundschulalter geht dieses naive Spielen dann ein wenig zurück, weil sich im Hintergrund die Triebentwicklung fortsetzt und allmählich der naive, unschuldige Zustand verloren geht. Erinnern wir uns, wie verklemmt sich junge Menschen in Gegenwart einer verehrten Freundin oder Freund

verhalten können. Erst wenn wir gelernt haben, in diesen neuen „Triebgewässern“ ein wenig schwimmen zu können, finden wir zu der angstfreien Leichtigkeit zurück, die das erotische Verhalten so lustvoll werden lässt.

Aber lustvolles Empfinden und Erleben kann sich auf verschiedene Weise zeigen. Es gibt lustvolle Gefühle, die sich z. B. während wissenschaftlicher und mathematischer Arbeit einstellen kann. Oder es ist sinnlich, wie z.B. das Anschauen schöner Dinge (Natur, Körper etc.), das Empfinden von Gaumenfreuden, erotischer Lustaustausch oder vielleicht auch im Wohlgefühl der Entspannung nach schwerer Arbeit. Lust ist nicht an einen orgiastischen Höhepunkt gebunden.

Nun bildet sich in der Entwicklung noch eine andere Linie aus, die etwas mit unserem Bewusstsein zu tun hat. Vereinfacht ausgedrückt, wir werden – hoffentlich, denn das gilt nicht für alle in gleicher Weise – in zunehmendem Maße wacher und fähig zu Selbstreflexion und Selbstkritik. Dies beginnt schon früh und lässt sich nicht ganz von der Über-Ich-Bildung abkoppeln, da sich Ich und Über-Ich parallel aus dem ES herausentwickeln. Das Über-Ich als verinnerlichte Repräsentanz für elterliche Gebote, Verbote, Moral und Ordnung wird bei einer gesunden Entwicklung aufgebaut. Ihm entgeht nichts, was wir tun! An ihm kann man sich nicht ungestraft vorbeimogeln. Es ist immer dabei, bei allem was wir tun. Das mag sich schlimm anfühlen, was es allerdings für manche mit besonders strenger und unduldsamer Moral erzogene Menschen auch ist, aber in diesem Entwicklungsprozess mit seiner wachsenden Selbstreflexion erwächst uns ein erstaunlicher Horizont für ganzheitliche Sicht, ja Freiheit, wenn wir sie würdig und respektvoll zu nützen verstehen.

Ich will versuchen, es ein wenig klarer zu machen. Wenn das Bewusstsein erwacht ist und ich fähig bin, mich zu reflektieren, dann bin ich ein zweifaches Ich: Ich (das Subjekt), das sich betrachtend selbst ansieht (das Objekt). Dabei ist sich das vernünftige Ich ohne Zweifel selbst bewusst: hier könne wir von Geist sprechen! Das „sich“, der Körper, kann dabei ein räumlich verschiedener Teil oder auch ein zeitlich vergangener Teil sein. Indem ich mich reflektierend betrachten kann (nicht nur meinen Körper!), entsteht auch ein Problembewusstsein meiner Situation, meiner Identität. Dabei ist das Selbstbewusstsein die Fähigkeit, mich selbst als Objekt zu betrachten.

Später müssen wir darauf noch einmal darauf zurückkommen.

Wen also sehe ich bei meiner Reflexion, wenn ich mich als erotisches Wesen verstehe und in die Welt hinein lebe? Wen, wenn ich mich in meiner Sexualität sehe und erlebe?! Was begegnet mir dabei an Schönerem, Begeisterndem? Was aber auch an Schwierigkeiten, Hemmnissen und Widerständen? Welche davon kommen aus dem Außen und welche sind in meinen eigenen moralischen Kategorien oder Ängsten begründet?! Wo

bin ich mir dabei vielleicht sogar selbst bei einer befriedigenden und erfüllten Sexualität im Wege?

Vermutlich könnte ich solche Fragen noch in einer Vielzahl aneinander reihen.

## Sexualität

Vergessen wir nicht, dass noch vor 200 Jahren die Hälfte der Menschen nicht verheiratet waren, weil sie sich einen eigenen Hausstand nicht leisten konnten. Unter welchen schwierigen Umständen konnten und mussten bei sie den damaligen moralischen Bedingungen ihre Sexualität leben? Inzwischen ist die **Sexualität** aus der tabuisierten Zone in den Kulturbereich eingetreten. Heute erfahren wir – so wir dies zulassen – eine mit Lust, Sinnlichkeit und Liebe angereicherte Sexualität. Jetzt erst kann sie eine Entwicklung nehmen, die bisher nur in Einzelfällen möglich war. Jetzt geht es um ihre Ausdifferenzierung, wie wir es im Bereich der Nahrungsaufnahme (Kochen und Essen) Sprache, Bewegung (Sport) und Musik bereits kennen. Nur wie erkennt man ausdifferenzierte, kultivierte Sexualität.

Je mehr es in der Menschheitsentwicklung die Sexualität von der Fortpflanzung abgekoppelt ist (Vorformen finden sich bereits bei den Bonobo-Affen<sup>11</sup> und zum Delphinen, die sich ebenfalls ohne Fortpflanzungsabsicht paaren!), desto mehr wird Sexualität ausdifferenziert und kultiviert. Etwas deutlicher ausformuliert bedeutet das, erst wenn Sexualität als etwas Selbstverständliches betrachtet werden kann und nicht mehr ausschließlich aus dem klerikalen „ein Leib sollt ihr sein“ und dessen Schattenseite, der Schmutzlecke, befreit wird, ist ihre kulturelle Ausdifferenzierung möglich. Diese hätte viele Facetten: differenziertes Körperwahrnehmen und – erleben, verfeinertes soziales Zusammenleben unter Anerkennung der Intimität u. v. a. m..

Wenigstens haben wir die Jodel-Juck-Stufe der 60er Jahre überwunden (damals strömte man in die Kinos um die dusseligen „Sexfilme“ zu sehen, die heute nur noch gähnende Langweile erzeugen können).

Sexualität hat ein wichtiges Ziel, in dem sie mithilft, uns zu verwirklichen. Zunächst ist es einfach die Verwirklichung des "Triebapparates", dann der Fortpflanzung (generativer Aspekt), später die Verwirklichung von Kontakt und Beziehung.

Sexualität ist nicht nur miteinander ins Bett gehen oder „es sich selbst machen“. Sexualität ist ein Vielfaches, wenigstens jedoch ein Zweifaches: Aktivität und Passivität. Sie kann nur aus einem Geben und Nehmen bestehen. So beinhaltet sie eine

<sup>11</sup> Bei den Bonobos dienen „sexuelle Kontakte nicht nur der Fortpflanzung; sie werden regelmäßig auch zur Begrüßung und zur Konfliktbewältigung eingesetzt. Das Gewähren sexueller Kontakte zum Nahrungsaustausch ist ebenfalls verbreitet. Bonobos sind neben dem Menschen die einzigen Primaten, die den Zungenkuss ausführen und sich mit zugewandten Gesichtern paaren (Missionarsstellung). Oralsex ist den Bonobos und den Orang Utans ebenfalls bekannt. Auch gleichgeschlechtliche Sexualität ist häufig: Zwei Weibchen reiben oft ihre Genitalien aneinander; Männchen betätigen sich im Penis-Fechten oder reiben ihre Hodensäcke aneinander. Auch Selbstbefriedigung und Inzest sind keine Seltenheit.“ (Wikipedia)

aktive Komponente „ich will Lust und will etwas dazutun, dass ich sie bekomme“ und eine passive Komponente „ich will mich auf dich einlassen und mich dir hingeben, dich an- und aufnehmen mit deiner Lust, um so selbst Lust zu erleben“. Es folgt daraus, dass gemeinsames sexuelles Erleben ein äußerst taugliches Instrument ist, Zwischenmenschlichkeit zu entwickeln und zu verfeinern. Selbstverständlich ist auch, dass eine solche Fähigkeit viele Vorstufen und Vorformen benötigt, bis diese voll entwickelt ist.

Was wir brauchen, ist ein vertieftes und verfeinertes Verständnis von Sexualität durch alle Entwicklungsstufen hindurch. Dies wiederum kann nur in Verbindung mit Eros geschehen. Aber es wird nicht möglich sein, wenn die Sexualität weiterhin wie bisher mit partnerschaftlichen Besitzansprüchen verbunden ist, d.h. die Aussage „deine Sexualität gehört mir“ wird die Beziehung und die Verwirklichung der Sexualität rasch in eine Sackgasse führen. Allerdings kam schon 1921 Wilhelm Reich<sup>12</sup> (1897 – 1957) zu der Überzeugung, dass trotz aller sexuellen Befreiung, zu der er wesentlich beigetragen hat (auch wenn er hier sehr missverstanden wurde), nur monogame Sexualität wirkliche Befriedigung bringen kann.

Zweifellos wird es hier viele Ausnahmen geben müssen und das Phänomen „**Life-Changing Sexualität**“ bestätigt dies. Damit ist ein sexuelles Erlebnis gemeint, das durch seine Tiefe und Heftigkeit entscheidende Folgen für das weitere Erleben und Leben hat. Dieses Ereignis kann durchaus die Qualität und Intensität einer mystischen Vision besitzen, ähnlich dem Damaskus-Erlebnis des Apostel Paulus. Das Leben nach einem solchen Erlebnis ist anders, besonders da dies in der Regel außerhalb der bestehenden Partnerschaft stattfindet, also außerhalb der gewohnten und oft festgefahrenen Bahnen. Je älter die Menschen werden, umso wahrscheinlicher werden solche Vorkommnisse, auch weil die Treugelöbnisse bei langer Lebensdauer immer schwieriger werden.

## Triebaufschub

In unserer Entwicklung müssen wir mit viel Entsaugung lernen, spontan auftretende Bedürfnisse nicht sofort zu befriedigen. Für ein erträgliches Sozialleben ist es z.B. erforderlich, das Bedürfnis nach Sex so aufnehmen und halten kann (also zurückstellen), bis es uns möglich ist, dies unter den gegebenen und angemessenen Umständen befriedigen zu können (→ Realitätsprinzip). Da es aber auch Umstände gibt, in denen eine Triebbefriedigung, also auch kein Triebaufschub möglich ist, bleibt unter bestimmten Bedingungen als Ausweg nur die Sublimierung. Darunter verstehen wir in der Psychoanalyse die Umsetzung einer Abwehrreaktion nicht zugelassener Wünsche und Bedürfnisse, in Leistungen, die sozial erwünscht sind oder sogar hoch bewertet werden.

<sup>12</sup>

Reich, Wilhelm, Charakteranalyse

... *Sublimierung heißt: dass man das, worauf man verzichten muss, gänzlich vergisst und es daraufhin aufgewertet zurückhält.*<sup>13</sup>

Was passiert mit meiner Kontrolle oder meinem Kontrollbedürfnis, wenn meine Triebseite an Heftigkeit zunimmt? Was ereignet sich dabei in mir? Bin ich damit einig?! Kann „Ich“ mitmachen oder trete ich auf die Seite meines Über-Ichs und stelle ein Stoppsignal auf? Oder versuche ich mein Über-Ich zum Schlafengehen zu überreden? Oder, besser, mein Ich ist in der Lage eine klare, friedvolle Entscheidung zu treffen!

Nicht immer ist die Sublimierung ein ausreichender Ausweg bei mangelnder Möglichkeit zur Triebbefriedigung. Stellen Sie sich einmal einen Künstler wie Picasso vor und nehmen so einem vitalen und triebstarken Menschen die Sexualität. Was bleibt ist eine Depression mit düstersten Ausmaßen und vermutlich gelegentlichen Gewaltdurchbrüchen. Malen, Arbeiten, soziales Engagement oder/und Beten reichen in solchen Fällen nicht aus.

Wir können nicht mehr in einen Bewusstseinszustand vor S. Freud zurück. Wir wissen inzwischen um die Bedeutung und Wichtigkeit der Sexualität. Aus diesem Grund müssen wir eine zeitgemäße Antwort finden.

Wir sollten uns bewusst sein, dass wir ein äußerst komplexes System in uns tragen: Einerseits haben wir einen Körper, der in feinsten Harmonie funktioniert. Andererseits besitzen wir einen ebenso wundervoll arbeitende Psyche, die uns immer wieder nicht nur unsere Bedürfnisse meldet, sondern auch auf die entstehenden Disharmonien aufmerksam macht. Aber erst Körper und Seele lassen uns das unglaublich eindrucksvolle Zusammenspiel spüren.

Safranski spielt wortgewandt mit diesem Hintergrund:

„Wonach verlangt das Begehren? Nach Erfüllung. Was aber ist Erfüllung? Aufhören des Begehrens. Wonach also verlangte das Begehren? Nach Aufhören des Begehrens.“<sup>14</sup>

Das fühlt sich nach einem nicht endend wollenden Teufelskreis an, zu dem es sich durch aus auch entwickeln kann. Doch es gibt Auswege, die allerdings, wie so oft, erst über eine Metaebene erreichbar sind. So schreibt der Taoist Fischer:

„Ein Mensch, der aus seiner Mitte lebt, kann von hoher Spiritualität erfüllt sein und sich dennoch froh und heiter jeder Art sinnlicher Genüsse hingeben. Wenn er damit fertig ist, kehrt er zurück, ohne dass eine Spur des Geschehens seinen Geist gefangen hält. Dies ist der Ausdruck wirklicher Freiheit.“<sup>15</sup>

Entscheidend bei dieser Art, das Leben und sinnliche Genüsse zu betrachten, ist die dahinter liegende Freiheit und Unabhängigkeit von Verhaftungen an den Funktionskreis „Körper“. Erreichen oder erwirken lässt diese sich durch Betrachtung, Reflexion und Distanzierung an den richtigen Stellen. Das würde allerdings auch eine Übungspraxis im Alltag erfordern, damit der „innere Beobachter“ entwickelt und gestärkt werden kann. Seinen Ausgangspunkt jedoch hat

er im Dialog von Körper und Geist. Die Wichtigkeit dieses Spannungsfeldes besteht darin, dass wir nur im Dialog mit uns selbst sind. Die Reflexion (Was will der Körper? Was braucht die Psyche?) bringt uns in lebendigen Kontakt mit unseren Wünschen, Bedürfnissen, Sehnsüchten, Ängsten Hoffnungen, Widerständen und den Spannungen, die sich aus diesem Mischmasch ergeben. Im Kontakt mit uns sein, heißt achten auf das, was wir sehen, hören, riechen, schmecken, spüren, fühlen und denken (Körperwahrnehmung). Reflexion ist nur möglich, wenn sich unsere Triebe wenigsten vorübergehend aufschieben lassen und wir uns selbst einen kleinen Freiraum zum Hinspüren und Hinhören gewähren. Dann lockert sich der Zustand, den Platon im Phaidon beschreibt:

„Die Seele ist an ihren Körper gefesselt und mit ihm verwachsen, gezwungen die Wirklichkeit durch den Körper zu sehen wie durch Gitterstäbe, anstatt durch ihre eigene ungehinderte Sicht.“<sup>16</sup>

Ob das wirklich so sein muss, wage ich nachhaltig zu bezweifeln und hoffe hier noch erste Hinweise für eine andere Sicht geben zu können. Doch bringt uns das Zitat zu einem weiteren Bereich, der untrennbar mit Eros und Sexualität verbunden ist: der Tod.

### **Sexualität und Tod**

Für unser Ich sind Sexualität und Tod sehr viel näher zusammen, als es vielleicht dem einen oder anderen Recht ist. Nicht nur, dass die Sexualität in ihrer Zeugungsfunktion zur Geburt führt, nein, indirekt führt sie so auch zum Tode. Bei beiden kommt es zu einem Auflösen des Ichs, weshalb man Schlaf und Sexualität als die kleinen Brüder des Todes bezeichnet. Das ist auch der Grund, warum viele Menschen – bei stärkstem sexuellen Verlangen – Angst vor dem Orgasmus haben. Das ist der Ort bzw. Punkt, an dem das Ich, sobald es sich diesem Rausch überlassen hat, keine Möglichkeit zur Kontrolle besitzt. Michael Lukas Möller zitiert den Schriftsteller Bataille:

Die Gewalt der konvulsivischen Lust lebt tief in meinem Herzen. Diese Gewalt ist zugleich - ich sage es voll Angst - das Herz des Todes: Es öffnet sich in mir.<sup>17</sup>

So bedroht diese Kraft in besonderer Weise Menschen mit Frühstörungen, die in ihren Ich-Grenzen nicht sicher und gefestigt sind. Möller meint, dass die durch die immer stärker werdende Kontrolliertheit der Emotionen aus der Liebe ein handzahmer Tiger werden könnte.<sup>18</sup> Diese Gefahr ist so sicher nicht gegeben, denn dazu wissen wir zu gut, was mit unterdrückten Kräften geschieht: sie brechen dann aus, wenn man es am wenigsten erwartet und richten dann auch den

<sup>13</sup> Niklas Luhmann, Soziale Systeme  
<sup>14</sup> Safranski, Der erkaltete Eros  
<sup>15</sup> Fischer, Theo: "Wu Wei"

<sup>16</sup> Plato, Phaidon Über Philosophie und Tod, sowie die Unsterblichkeit der Seele; Schilderung von Sokrates', Tod. 82e,  
<sup>17</sup> Möller, 2002  
<sup>18</sup> Möller, s.d.



entsprechenden Schaden an. Guggenbühl-Craig weist sicher mit einer gewissen Berechtigung, darauf hin, dass sich

„die widerspenstige Dämonie des Sexuellen zu keiner Zeit und an keinem Ort ganz sozialisieren, domestizieren, harmonisieren oder symbolisieren lässt“<sup>19</sup>.

Ich bin mir deshalb sehr sicher, dass die bürgerliche Idylle von Liebe und Harmonie die Jahrhunderte so nicht überstehen wird. Augenblicklich scheint mir, dass die Menschen ein Leben führen, das man am besten mit „Spalierobst“ vergleichen könnte. D.h. eigentlich könnten wir herrliche, große Bäume sein oder vielleicht auch wie kräftige wilde Büsche leben. Tatsächlich jedoch sind wir das nicht, weil wir während unserer Sozialisation vielfach bestutzt und beschnitten wurden und unser Wachstum an den eventuellen Freiräumen ausgerichtet haben. Noch extremer: eigentlich sind wir - gemessen an unseren Möglichkeiten - sexuell gesehen Bonsaibäumchen, lieb, artig, an- und eingepasst, vielleicht zweimal die Woche, tun niemandem weh und tümpeln vor uns hin. Sind wir so noch unseren Wurzeln nahe oder haben wir so meisterhaft unsere Triebe beschnitten, dass aber auch gar keine Gefahr mehr besteht?

### Weiteres zur Sexualität

Zur wirklichen Liebe gehört nach Kernberg erotische Begehren, das auf einen anderen Menschen gerichtet ist, Zärtlichkeit, die die Ambivalenz zwischen Aggression und Sinnlichkeit toleriert, Identifikation mit dem anderen, eine reife Idealisierung des anderen, Leidenschaftlichkeit.<sup>20</sup>

Wir können über Eros und Sexualität bis zur Liebe gelangen, wenn wir nach einer sublimatorischen kreativen Phase die Verzauberung der Verliebtheit bearbeitet haben. Dann kann diese Liebe gelingen, wir werden uns selbst bewusster, gerade weil wir als Partner unsere Begrenzungen gegenseitig klarer erkennen.

Stand vor einigen Jahrzehnten mehr die Unterdrückung und Verzerrung der Sexualität im Mittelpunkt, so ist es heute eher die beeinträchtigte Beziehungsfähigkeit in der Liebe. Es herrscht gleichzeitig eine große Angst unter den 20-35 Jährigen, in ihrer Selbstverwirklichung durch eine Bindung eingeengt zu werden. (Hoffen wir, dass sich das bald auch wieder ändert, da nur unter stabilen Bindungen die nächste Generation heranwachsen kann.)

Wir haben in unserem Wissen um Sexualität ein großes kulturelles Defizit. Indem das Christentum aufs Intensivste vom paulinischen Gedanken der Jungfräulichkeit, Ehelosigkeit und Keuschheit durchdrungen ist, musste ein Großteil der Sinnenlust in den nächtlichen Dunkelbereich abgedrängt werden. So erfahren wir zwar täglich Neues aus der medizinischen, gelegentlich auch aus der psychologischen und aktuell besonders aus der neurobiologischen Forschung. Doch leider beschränkt sich dies auf Faktenwissen, ohne sich auf das Ganze des Menschen zu beziehen. Wenigstens ist uns inzwischen der funktionelle und hormonelle Teil in einem

großen Detailwissen bekannt, doch was sich feinstofflich und spirituell bei der Sexualität in uns ereignet, wissen wir kaum. Hier weiß z.B. der Taoismus deutlich mehr, auch wenn uns dessen Erfahrungen und Wissen nur begrenzt zugänglich sind. Aber ich kann Ihnen versichern, dass hier noch viele wertvolle Erkenntnisse auf uns warten.

Ich sehe einen wichtigen Bedeutung von Eros darin, dass er geradezu einen Geburtsaspekt für Beziehung in einem spirituellen Sinne darstellt. Er initiiert und zeugt den Augenblick der Begegnung, aber in einem finalen Sinne, da diese Begegnung eine wichtige Funktion besitzt. In ihr ist die Frage enthalten „Was und wer bist du für mich? Was bedeutet das für uns beide?“ Und in Bruchteilen von Sekunden scannen wir unser Gegenüber unter diesen Gesichtspunkten und entscheiden über den weiteren Verlauf dieser Begegnung. Wenn dann aus der Begegnung eine Beziehung wird -, was nur geschehen kann, wenn Eros in dieser Begegnung am Leben bleibt, also eine Chance für die Zukunft wittert -, geht es um das Transzendieren des anfänglichen Zaubers der Verliebtheit in eine Form des Suchens und Entwickelns. Der Eros darf dabei nicht verloren werden und die Mythe von „Eros und Amor“ erzählt vom Weiterleben von Eros und Psyche im Olymp!

Über Safranski bin ich auf einen sehr interessanten und wichtigen Aspekt gestoßen, der gerne vergessen wird. Da Eros sich gerne am Schönen orientiert, geraten all die Menschen bei ihm ins Abseits, die hier aufgrund, Krankheit, Behinderung und anderer schwächerer Zustände nicht mithalten können.

**Der Eros ist nicht gerecht.** Manche gehen leer aus und die werden dann mit ihrem Schicksal hadern. Sie werden den Eros verfluchen, weil er nicht nach dem Prinzip der Gleichbehandlung verfährt. Warum nicht auch ich", fragt sich der Vernachlässigte, der Nicht-Geliebte.<sup>21</sup>

Hier hat der christliche Glaube den Trost gebracht.

Damit kam ein universelles Liebesangebot in die Welt, dessen Tragweite ungeheuer war. Die ganze abendländische Kultur ist davon durchdrungen. Es hat sich die Aufmerksamkeit vom Enthusiasmus der Liebenden auf die Liebesbedürftigkeit verlagert.<sup>22</sup>

Man muss uneingeschränkt feststellen, dass **Geliebtwerden eine Voraussetzung des Seinkönnens ist.**

Für Platon ist Eros ein Mehrfaches: die am leibhaftig Schönen sich entfachende Zuneigung; der rauschhaft gottgesandte Wahnsinn (*theia mania*); der Impuls der philosophierenden „Bedenkung“ der Welt und Existenz; die Kraft des Aufstiegs zur Schau des Göttlich-Schönen. Und für Sophokles ist der Eros „leidenschaftliche Freude“.

Bevor ich zum Resümee komme, soll Ihnen die kleine Stelle aus dem „Hohelied der Liebe“ (7.2 – 14) zeigen,

<sup>19</sup> Müller u. Müller, Wörterbuch der Analyt. Psychologie, S. 386

<sup>20</sup> Kernberg 1998

<sup>21</sup>

<sup>22</sup>

Safranski, Der erkaltete Eros

was Eros an wunderschöner Dichtung erschaffen kann.  
Zunächst der Bräutigam:

Dein Schoß ist wie ein runder Becher, dem nimmer  
Getränk mangelt. Dein Leib ist wie ein  
Weizenhaufen, umsteckt mit Lilien. Deine beiden  
Brüste sind wie junge Zwillinge von Gazellen. Dein  
Hals ist wie ein Turm von Elfenbein. Deine Augen  
sind wie die Teiche von Heschbon am Tor Bat-  
Rabbim. Deine Nase ist wie der Turm auf dem  
Libanon, der nach Damaskus sieht. Dein Haupt auf  
dir ist wie der Karmel. Das Haar auf deinem Haupt ist  
wie Purpur; ein König liegt in deinen Locken  
gefangen. - Wie schön und wie lieblich bist du, du  
Liebe voller Wonne! Dein Wuchs ist hoch wie ein  
Palmbaum, deine Brüste gleichen den Weintrauben.  
Ich sprach: Ich will auf den Palmbaum steigen und  
seine Zweige ergreifen. Lass deine Brüste sein wie  
Trauben am Weinstock und den Duft deines Atems  
wie Äpfel; lass deinen Mund sein wie guten Wein,  
der meinem Gaumen glatt eingeht und Lippen und  
Zähne mir netzt.

Und nun die Braut:

Meinem Freund gehöre ich, und nach mir steht sein  
Verlangen. Komm, mein Freund, lass uns aufs Feld  
hinausgehen und unter Zyperblumen die Nacht  
verbringen, dass wir früh aufbrechen zu den  
Weinbergen und sehen, ob der Weinstock sprosst und  
seine Blüten aufgehen, ob die Granatbäume blühen.  
Da will ich dir meine Liebe schenken.

Die Liebesäpfel geben den Duft, und an unsrer Tür  
sind lauter edle Früchte, heurige und auch vorjährige:  
mein Freund, für dich hab ich sie aufbewahrt.

Da Sie aus den obigen Ausführungen wissen, kommt jetzt  
nach dem erotischen Liebeszauber auch auf dieses Liebespaar  
der das weitere Leben andauernde Prozess zu, nach der  
Entzauberung sich immer wieder diese wundervolle Liebe  
zurückzuerobern.

### ***Eros, Sexualität und Liebe***

Eros, Sexualität und Liebe können folgenden Kombinationen  
miteinander eingehen:

1. *Eros mit Sex* ohne Liebe  
Das ist der Zustand voller Feuer und Abenteuer. Da  
aber Eros ein unsteter Geselle ist, wird die Beziehung  
nicht sehr lange anhalten. Das psychologische  
Problem dabei ist, dass die Suche nach dem anderen,  
nach dem Du beendet wird, wenn die erste  
Erkundungsstufe des „Wer bist du?“ erfolgreich  
abgeschlossen scheint und Eros nichts Bedeutendes  
zu entdecken vermag, wird die Energie auf die  
nächste Beziehung umlenkt, die ebenfalls wieder mit  
viel Neugier begonnen wird. Letztlich ist es aber eine  
„lieblose“ Sexualität.
2. *Sex mit Liebe* ohne Eros  
ist das Problem vieler langandauernden Beziehungen.  
Hier finden sich Zuneigung, Gemeinschaft,  
Zärtlichkeit und gegenseitiger Respekt, doch fehlt der  
Eros als Garant für die Suche nach dem anderen in  
seinen unbekanntem Seiten. Wenn diese Suche

aufhört, beginnt Stagnation und Langweile und  
auch die Sexualität wird früher oder später  
Schaden leiden.

3. *Liebe mit Eros* ohne Sex  
ist die platonische Liebe. Doch ist diese  
Qualität auch für Beziehungen kennzeichnend,  
die z.B. mit großer Nähe arbeiten, sich  
zueinander hingezogen fühlen, sich aber aus  
irgend welchen (meist äußeren) Gründen  
sexuell nicht aufeinander einlassen (z.B.  
professionelle Beziehung wie in der  
Psychotherapie). Dies kann, wie wir von der  
Sublimierung wissen, durchaus eine sehr  
fruchtbare Beziehung sein, auch wenn ihr  
immer etwas von der Trauer des Unerfüllten  
anhaftet.
4. *Eros und Sex und Liebe*  
stellen in ihrer gemeinsamen Kombination die  
ideale Beziehung dar. Hier haben entwickelte  
Seelen zueinander gefunden. Es wird diskutiert,  
geflirtet, geliebt und gevögelt! Gibt es etwas  
Schöneres?

Wenn eine Beziehung aus Liebenden besteht, die sich  
nicht mehr erotisch zueinander hingezogen fühlen,  
drohen natürlich allerlei Gefahren. Mit ziemlicher  
Wahrscheinlichkeit wird dann in einer außerehelichen  
(außerpartnerschaftlichen) Beziehung die erotische  
Sehnsucht befriedigt. Das kann eventuell vorübergehend  
Sinn machen, wird aber meist nicht aufgearbeitet und  
führt meist bald zu Wiederholungen.

Erst wenn wir Eros, Sexualität und Liebe miteinander in  
Einklang bringen können, finden wir wirklich Erfüllung.  
Das Geheimnis einer erfüllten Beziehung ist die  
Anwesenheit und Verwirklichung aller drei Kräfte. Und  
da in der Regel die meisten Menschen nur über ein  
bescheidenes Maß an Liebesfähigkeit besitzen, muss sich  
die Verwirklichung auf **einen** geliebten Menschen  
beschränken.

Vielleicht haben wir jedoch bisher noch nicht genügend  
berücksichtigte, dass es noch eine weitere  
Differenzierung vom Eros zur Liebe bedarf. Hierher  
gehört noch **Philia**, die Freundesliebe, die gegenseitige  
Anerkennung und das gegenseitige Verstehen (Gefühl  
der Solidarität gegenüber nahestehenden Personen), und  
die bereits erwähnte **Agape**, die selbstlose und  
Nächstenliebe, die das Wohl des Anderen im Blick hat  
(allerdings fand dieser Begriff erst über das biblische  
Griechisch Eingang in die Sprache). Doch dazu bedarf  
als der wichtigen Voraussetzung, dass wir uns selbst  
lieben. Ein Sprichwort fernöstlicher Mönche drückt das  
sehr schön aus:

"Wenn du begonnen hast, dich zu lieben, lehre  
andere, sich selbst zu lieben, und sie werden  
beginnen, dich zu lieben."<sup>23</sup>

Interessant ist, dass *amor* und *amare* dasselbe Wurzelwort „Gleichheit“ haben.<sup>24</sup> Vorsichtig folgernd schreibt Pieper:

[...] dass nämlich „Liebe“ eine immer schon gefügte Zuordnung von Liebenden und Geliebtem einschließt und auf ihr beruht; dass, anders ausgedrückt, niemand in irgend etwas oder irgendwen lieben könnte, wenn nicht die Welt, in einem bestimmten, schwer ins Wort zu fassendem Sinn, *Eine* Wirklichkeit wäre und auch als etwas fundamental Einheitliches erfahren werden könnte – als eine Welt, in welcher alle Wesen von Grund auf miteinander verwandt sind und sich schon von ihrem Ursprung her und vorweg in einem Entsprechungsverhältnis zueinander befinden. Wir werden hier, kurz gesagt, in der Gewissheit bestätigt, dass Liebe nicht nur Einheit zur Frucht hat und schafft, sondern sie auch bereits voraussetzt.<sup>25</sup>

Für Paul Tillich (1886 – 1965) ist Liebe nicht so sehr Vereinigung von einander Fremden, als vielmehr *Wiedervereinigung* von einander Entfremdeten. Entfremdung wiederum könne es nur aufgrund einer voraus liegend ursprünglichen Einsseins geben.<sup>26</sup> Tillichs Definition erinnert an die griechische Mythe des Aristophanes, bei der jede Hälfte von Sehnsucht zur Vereinigung mit der anderen getrieben wird.

### **Spannungsfeld, Auf- und Abstieg**

Das Spannungsfeld, in dem sich Eros und Sexualität befinden, ergibt sich auch aus den Prinzipien Auf- und Abstieg, wie sie von Plotin beschrieben wurden. Von der Existenz des Einen geht das Viele aus. Das bedeutet: Das Eine will hinaus bzw. hinab zum Vielen und das Viele will wieder hinein bzw. hinauf zum Einen. Aufstieg, das Prinzip, das den christlichen Religionen entspricht, bedeutet aber die Verstärkung des Geist-Logos-Prinzips. Dadurch kommt es zu einer Entwertung des Sexus und mit der Gefahr seiner Unterdrückung! Abstieg ist das Prinzip, in die materielle Welt hineinzugehen, also den Körper zu bejahen, und würde der Agape entsprechen. Hier wird kann auch die Sexualität aufblühen.

Weder Aufstieg noch Abstieg lassen sich ungestört über längere Zeit allein für sich leben. Die Ausschließlichkeit „Aufstieg“ (= Geist) hätte das Verkümmern der Sexualität zur Folge, die sich jedoch im Unbewussten massiv und undifferenziert verdichten würde, um dann bei passender Gelegenheit inflationär durchzubrechen (ähnlich wie es bei Triebverbrechen geschehen kann). Gleichzeitig wäre damit auch das Verkümmern der Liebesfähigkeit verbunden. Andererseits würde der ausschließliche „Abstieg“ zu Kulturlosigkeit und überwertiger Sexualität führen.<sup>27</sup>

<sup>24</sup> Eine Verbindung besteht auch zu zum griechischen „*hāma*“ („zugleich“) mit dem lat. *similis* und dem englischen *same*.

<sup>25</sup> Pieper, S. 33

<sup>26</sup> Pieper, S. 33 ff, Paul Johannes Tillich (1886 – 1965)

<sup>27</sup> Interessant wäre in diesem Zusammenhang die Frage, inwieweit sich solche Unausgewogenheiten dieser Prinzipien auch auf die körperliche Gesundheit auswirken würde. Zuviel sexuelle Betätigung scheint die Autoimmunvorgänge ebenso zu beeinflussen wie zuwenig davon. (Eidgenöss. Universität Zürich 2006)

Um es noch einmal deutlich zu sagen: Das aufsteigende Prinzip lässt sich am besten mit dem Wort „Mein Reich ist nicht von dieser Welt!“, also monastisch und asketisch ausgerichtet kennzeichnen. Für diese Haltung ist Sex gleich ist Sünde, Erde ist Sünde, Körper ist Sünde (also ist auch Eva gleichbedeutend mit Sünde) gleich wie die Schöpfung gepriesen wurde. Demgegenüber ist das absteigende Prinzip eine schöpfungszentrierte Spiritualität, die sinnesorientiert den Körper und die Sexualität anerkennt, um nicht zu sagen verherrlicht. (Zur Darstellung eignet sich hierfür auch das Symbol des

David- oder Venussterns oder Hexagramm:  $\triangle + \nabla = \star$ )

Interessant ist die Aussage des Mystikers Meister Eckhart<sup>28</sup> (ca. 1260 – ca. 1327), der von zweierlei Geburten beim Menschen spricht: „eine in die Welt hinein und eine aus der Welt hinaus und in Gott hinein“. Dies entspricht mit religiösen Begriffen der Aussage Plotins (230 – 295 n. Chr.).

Martin Buber (1878 – 1965) beschreibt mit der ihm eigenen Sprache das Verhältnis von Leib und Seele:

"Die Seele darf sich nicht großtun, dass sie heiliger sei als der Leib: sie kann ja nur dadurch, dass sie in ihn niedergestiegen ist und mit seinen Gliedern wirkt, zu ihrer Vorstellung gelangen; freilich darf auch der Leib sich nicht großtun, dass er die Seele erhalte: verlässt sie ihn, muss er verwesen."<sup>29</sup>

All diese Aussagen und Überlegungen mit den verschiedenen Anlagen und Richtungen lassen sich jedoch miteinander in Einklang zu bringen und integrieren. Wenn es uns gelingt, Eros (↑ = Aufstieg) und Agape (↓ = Abstieg) zu vereinen, befinden wir uns an zentraler Stelle unserer Entwicklung, da Ziel und Grund aller Spiritualität die Vereinigung der Gegensätze ist. Yin und Yang können nicht ohneeinander existieren!

Ich will versuchen, das mit anderen Bildern zu unterlegen. Wie schon erwähnt, erzählt Aristophanes den berühmten Mythos von der zerschnittenen runden Vollmensch, deren beide Hälften sich nun in tiefer Sehnsucht nach Wiedervereinigung suchen.

Und Wolfram von Eschenbach lässt den weisen Gurnemanz zu Parzival sagen:

"Noch eins sei über das **Wesen der Frau** gesagt: Mann und Frau sind untrennbar eins wie Sonne und Tag. Aus einem Samenkorn erblühen sie und sind nicht voneinander zu trennen."<sup>30</sup>

Nun ist es nahe liegend, dass so viel Schönes und Liebes auch seine Schattenseite haben muss. Sie liegt in der Bindung an einen bestimmten Menschen begründet, da hierdurch auch eine bestimmte Möglichkeit zur

<sup>28</sup> Deutscher Mystiker, ca. 1260 – ca. 1327, in der Predigt „Geburt des Menschen, Menschentum“, Eckhart von Hochheim, besser bekannt als Meister Eckhart

<sup>29</sup> Buber, Martin: »Die Erzählungen der Chassidim«, Zürich 1992, S. 23

<sup>30</sup> Parzival, P. I,3; 172,30, Reclam S. 295

Selbstverwirklichung festgelegt wird. D.h. im Zusammenleben mit diesem Partner kann ich nur einen Teil meiner Möglichkeiten verwirklichen. So betrachtet, legen wir mit unserem Liebespartner auch unsere Identität fest bzw. geben ihr eine bestimmte Richtung. Manchmal kann dies zu einem völligen Stocken in der Entwicklung führen. Mir sind in meiner Arbeit viele Beziehungen bekannt geworden, in denen es nur durch vorübergehende Außenbeziehungen möglich war, einerseits die bestehende Beziehung zu stabilisieren, andererseits durch den Kuss einer „Muse“ (gleichgültig ob Mann oder Frau) die Blockade aufzuheben und wieder Bewegung und Fließen in die Entwicklung zu bringen.

Aufstieg und Abstieg zeigen sich auch in der Geburt des Geistes aus dem Körper (das soll nicht heißen, dass er dort auch gezeugt worden ist!), d.h. allmählich erwacht in unserer Entwicklung das Ich und beginnt, über sich und seine Existenz zu reflektieren. Descartes „Ich denke, also bin ich!“ symbolisiert eine solche Entwicklungsmarke. Wenn ich aber reflektiere, verliere ich – wenigstens vorübergehend – meine Naivität (oder Unschuld; siehe Genesis). Umgekehrt scheint aber auch der Geist in den Körper hineingeboren zu sein und bringt mit zunehmender Bewusstwerdung die Konflikte.

Das Spannungsfeld lässt sich letztlich nur in der Einsicht überwinden, dass jede Manifestation in jeder je möglichen Welt eine Auswirkung des Geistes ist (der unmanifestiert ist). So ähnlich folgert Ken Wilber in seinem Buch „Eros, Kosmos, Logos“ die Gedanken Platons. Dabei ist es wichtig, den Geist möglichst umfassend zu definieren, da sonst die Entwicklung blockiert wird. Es ist ein immer wieder kehrendes Problem der Menschen und der Menschheit, sich aus dem Bedürfnis nach einer raschen Erklärung des Mysteriums dieser Welt vorschnell Theorien und Gedankengebäuden zu unterstellen, ohne dass diese genügend umfassend formuliert sind. Wenn Hegel formuliert: „Alle endlichen Dinge sind widersprüchlich.“, so ist er damit in bester Gesellschaft mit den Weisen dieser Welt. Der Wunsch nach Endlichkeit (endlicher Formulierung) stellt nicht nur eine massive Selbstbeschränkung dar, sondern verneint letztlich sich selbst und die Unendlichkeit.

Ziel kann es sein, unserer sexuelle Energie so zu steuern und dann lustvoll explodieren lassen können, wie es ein Zen-Mönch in der Kunst des Bogenschießens mit seinem Pfeil macht, der aus der Vereinigung von Wollen und Nichtwollen, Handeln und Nichthandeln ins Ziel trifft und sich so verwirklicht. Aber zur Ruhe kann, so schreibt Ken Wilber,

„Eros nur im Unendlichen kommen, das keinerlei inneren Widerspruch hat und daher zeitlos und unwandelbar ist.“<sup>31</sup>

Auch wenn dieser Zustand für die meisten von uns in unendlicher Ferne ist, könnte ein Bewältigungsmodell darin bestehen, sich nicht von verschiedenen Optionen verwirren zu lassen. Dabei sich weder dem einen noch dem anderen zu unterwerfen, und sich der eigenen Autonomie und Heteronomie als Handelnder bewusst zu sein, um selbstreflexiv die eigenen Ziele verfolgen zu können. Erst, wenn uns das gelingt, kommen wir aus der Falle unserer Vorstellung heraus, dass der Körper-Geist-Dualismus etwas endgültig vorgegebenes sein soll.

Eine neue Sicht scheint mir auch die „Leibphilosophie“ von Annegret Stopczyk-Pfundstein zu sein. Leider konnte ich erst vor wenigen Tagen mit ihrem Werk Bekanntschaft machen, so dass ich etwas vorsichtig formulieren und mit eigenen Gedanken ergänzen muss. Sie geht davon aus, dass wir durch die lange am Logos ausgerichtete Philosophie unsere Leiblichkeit als Erkenntnisweg vernachlässigt haben. Leib ist bei ihr aber nicht gleichbedeutend mit Körper. Vielmehr umfasst „Leib“ eher eine mittige Vorstellung von dem komplexen Zustand unseres existentiellen Erlebens, soweit wir uns diesen verdeutlichen können (Körper, Leben, Seele, Materie/Natur, Sophia/Weisheit, Liebe, Pneuma, Geist, Bewusstsein, Vernunft/Logos, Ich...). Man hat sich sie Unterwertung der Leiblichkeit zu leicht gemacht und zu ausschließlich den Weg im Logos gesehen.

Wie aber finden wir wieder zu mehr Harmonie von Geist und Körper? Es steht fest, dass der Weg nur in einer konsequenten Ausrichtung an den eigenen Empfindungen funktionieren kann. Die Wahrnehmung der Sensationen meines Körpers und den Stimmungen und Gefühlen, die sich in mir, meinem Gemüt, meiner Seele, meines Geistes stattfinden, sind die Basis meiner Welt. Nur aus Ihnen kann ich verantwortbare Konsequenzen ableiten. Nur sie können die Grundlage für meine Liebe zu Personen, zur Welt und damit zum Entwickeln von Weisheit sein. Diese wiederum, so sie endlich erworben ist, wird meine Haltung und meinen Umgang mit Körper und Geist nachhaltig erneut verändern. Ein neuer Erfahrungs- und Entwicklungszyklus kann beginnen und dieses Mal Auf- und Abstiegsprinzip umfassen.

### Ausklang

Schließen möchte ich mit einem Gedicht von Heinrich Heine (1797 – 1856) (Seraphine, VII<sup>32</sup>), in dem er den Spannungsbogen von Körper und Geist sehr fein einfängt:

[...] Vernichtet ist das Zweierlei,  
Das uns so lang betört;  
Die dumme Leiberquälerei  
Hat endlich aufgehört.

Hörst du den Gott im finstern Meer?  
Mit tausend Stimmen spricht er.  
Und siehst du über unserm Haupt  
Die tausend Gotteslichter?

Der heilige Gott der ist im Licht  
Wie in den Finsternissen;  
Und Gott ist alles was da ist;  
Er ist in unsern Küssen.

\* \* \*

<sup>31</sup>

Wilber, Eros..., S. 581

<sup>32</sup>

Heine, Heinrich ( 2005): Gedichte, Reclam Stuttgart, S. 53-54

### *Literatur*

- Britton, Ronald (2006): Sexualität, Tod und Über-Ich. Stuttgart
- Eschenbach, Wolfram von (1981): Parzival, P. I, Reclam. Stuttgart
- Fonagy, Peter und Target, Mary (2006): Psychoanalyse und die Pathologie der Entwicklung. Stuttgart
- Franz von, Marie-Louise (1986): Psychologische Märcheninterpretation. München
- Freud, S.: Das Unbehagen in der Kultur, GW Bd. 14
- Guggenbühl-Craig, A. (1990): Anarchische Sexualität. In: Guggenbühl-Craig, A., Kunz, M., (1992) Das Schreckliche. Mythologische Betrachtungen zum Abgrund des Menschen. Zürich
- Heitmann, Thomas (1997): Das Körper-Geist-Problem und seine soziologische Auflösung. Düsseldorf
- Jacobi, Jolande (1989): Die Psychologie von C.G. Jung. Zürich 1940
- Jaeggi, Eva (2004): Liebe und Heilung. Düsseldorf
- Jaffé, Aniela [Hrsg.] (1962): C.G. Jung - Erinnerungen, Träume, Gedanken. Olten
- Kernberg, o.F. (1998): Liebesbeziehungen, Normalität und Pathologie. Stuttgart
- Möller, Michael Lukas (2002): Über die Liebe. in „Auf dem Weg zu einer Wissenschaft von der Liebe. München
- Müller, Lutz und Anette (2003): Wörterbuch der Analytischen Psychologie. Düsseldorf
- Neumann, Erich (1971): Amor und Psyche. Olten
- Neumann, Erich (1968): Ursprungsgeschichte des Bewusstseins. München
- Pieper, Josef (1987): Über die Liebe, München
- Rohr, von Wulfing u Weltzien von, Diane [Hrsg.] (1993): Das große Lesebuch der Mystiker. München
- Safranski, Rüdiger (2001): Der erkaltete Eros – Liebesverhältnisse im Zeitalter der Aufklärung, Rundfunkmanuskript, SWR2
- Samuels, Andrew; Shorter, Bani u. Flaut, Fred (1991): Wörterbuch Jungscher Psychologie. München
- Schulze, Gerhard (2006): Die Sünde
- Spierling, Volker (2006): Kleine Geschichte der Philosophie. München
- Stopczyk-Pfundstein, Annegret (1998): Sophias Leib. Der Körper als Quelle der Weisheit. Stuttgart
- Tömmel, Sieglinde Eva (2006): Wer hat Angst vor Sigmund Freud?. Frankfurt a.M.
- Tripp, Edward (1975): Reclam Lexikon der antiken Mythologie. Stuttgart
- Wilber, Ken (1984): Halbzeit der Evolution. München
- Wilber, Ken (1997): Eine kurze Geschichte des Kosmos. Frankfurt a.M.
- Wilber, Ken (1997): Vom Tier zu den Göttern. Freiburg i.Br.
- Wilber, Ken (2001): Eros, Kosmos, Logos, Eine Jahrtausend-Vision. Frankfurt
- [www.wikipedia.de](http://www.wikipedia.de) (2006), Internetlexikon

#### **Horst Obleser**

Diplompsychologe, Psychologischer Psychotherapeut  
Psychoanalytiker DGPT

E-Mail: [ho@obleser.de](mailto:ho@obleser.de)

Internet: [www.obleserpraxis.de](http://www.obleserpraxis.de)