

Abtötung des Leibes und der äußeren Sinne

Tanqueray

(Auszüge aus: *Grundriss der asketischen und mystischen Theologie*)

Warum diese Abtötung?

a) **Jesus riet seinen Jüngern** maßvolle Übung des Fastens und der Enthaltung von Speisen. Auch Abtötung der Augen und des Tastsinnes. Der **hl. Paulus** war von der Notwendigkeit, den Leib zu unterjochen, so fest überzeugt, dass er ihn in strenger Zucht hielt, um der Sünde und der Verdammnis zu entgehen. "*vielmehr züchtige und unterwerfe ich meinen Leib, damit ich nicht anderen predige und selbst verworfen werde.*" (1 Kor 9,27). Auch die **Kirche** selbst tat Schritte, um den Gläubigen gewisse Fast- und Abstinenztage vorzuschreiben.

b) **Aus welchem Grunde?** Ist der Leib wohl gezügelt, so ist er, ohne Zweifel, ein nützlicher, ja, notwendiger Knecht, dessen Kräfte geschont werden müssen, um sie in den Dienst der Seele zu stellen. Jedoch **im Zustande der gefallenen Natur sucht der Leib sinnliche Genüsse, ohne sich dabei um Erlaubtes oder Verbotenes zu kümmern.** Er neigt sogar in besonderer Weise zu den unerlaubten Lüsten und empört sich zuweilen gegen die höheren Fähigkeiten, die ihm solche versagen wollen. Er ist ein um so gefährlicherer Feind, weil er uns überallhin begleitet, zu Tisch, ins Bett, auf allen unseren Wegen. Auch um so gefährlicher, weil er oft Mitverschworene findet, die bereit sind, seiner Sinnlichkeit und Wollust Vorschub zu leisten. Seine Sinne sind ebensoviel offene Türen, durch die das feine Gift der verbotenen Lust schnell eindringt und sich einschmeichelt. **Es ist demnach unbedingt notwendig, ihn zu überwachen, zu meistern, in Dienstbarkeit zu bringen.** Bleibt das aus, so wird er zum Verräter an uns.

Sittsamkeit des Leibes

Um unsern Leib in Zucht zu halten, beginnen wir mit der Beobachtung der Regeln der Sittsamkeit und guten Haltung. Zur Abtötung bietet sich dabei reichlich Anlass. Der Grundsatz, der uns diesbezüglich leiten soll, ist der des hl. Paulus: "*Wisst ihr nicht, dass eure Leiber Glieder Christi sind? Darf ich nun die Glieder Christi nehmen und zu Gliedern einer Dirne machen? Auf keinen Fall! – Oder wisst ihr nicht, dass euer Leib ein Tempel des Heiligen Geistes ist, der in euch wohnt und den ihr von Gott habt? Ihr gehört nicht euch selbst,*" (1 Kor 9,15.19)

Man soll darum den Leib als heiligen Tempel, als Glied Christi achten. Hinweg also mit den mehr oder weniger ungeziemenden Kleidern, die nur zur Erregung der Neugier und der Sinnenlust dienen. Jeder kleide sich standesgemäß, einfach und bescheiden, stets reinlich und anständig.

Welche kluge Weisungen gab in dieser Hinsicht der hl. Franz v. Sales:

"Seien Sie reinlich, Philothea, es sei an Ihnen nichts Nachlässiges oder schlecht Sitzendes ... Hüten Sie sich jedoch vor Eitelkeit und Gesuchtheit, vor Sonderlichkeiten und Torheiten. Bleiben Sie soviel wie möglich auf Seiten der Einfachheit und Bescheidenheit, die gewiss der größte Schmuck der Schönheit und das beste Mittel ist, Hässlichkeit auszugleichen ... Eitle Frauen geben leicht Anlass, an ihrer Sittsamkeit zu zweifeln."¹

¹ 3. Buch, 25. Kap.

Ordensleute aber, wie auch die Priester, haben in Bezug auf Form und Stoff ihrer Kleidung gewisse Vorschriften, an die sie sich halten sollen. Es erübrigt sich wohl zu bemerken, dass Weltlichkeit und Gefallsucht bei ihnen durchaus unpassend wären und dass sie dadurch den Weltleuten selbst nur Ärgernis geben würden.

Sittsamkeit der Augen

Es gibt schwer sündhafte Blicke, die nicht nur die Scham sondern die Keuschheit selbst verletzen. Es versteht sich von selbst, dass man sich solcher Blicke enthalten muss. Andere wieder sind gefährlich, heftet man z.B. den Blick auf Personen oder Gegenstände, welche Versuchungen hervorrufen können. So warnt die Hl. Schrift davor, unsern Blick auf jungen Mädchen ruhen zu lassen damit deren Schönheit uns nicht zum Ärgernis werde: "*Richte deinen Blick nicht auf das junge Mädchen, damit du nicht seinetwegen der Strafe verfallst.*" – "*Verhüll dein Auge vor einer reizvollen Frau, blick nicht auf eine Schönheit, die dir nicht gehört. Wegen einer Frau kamen schon viele ins Verderben.*" (Sir 9,5.8). Und gegenwärtig, wo die Zügellosigkeit in den Auslagen, der Mangel an Anstand in der Kleidung, die ungesunden Darbietungen auf der Bühne und in manchen Sälen wirkliche Gefahren bieten muss man da nicht ganz besonders auf der Hut sein, um nicht Anlass zu Sünden zu nehmen?

Daher wird der aufrichtige Christ, der um jeden Preis seine Seele retten will, weiter gehen und **zur Sicherung vor Niederlagen im Kampfe gegen die Sinnlichkeit die Neugier der Augen abtöten**; z.B. wird er vermeiden, vom Fenster aus die Vorübergehenden zu beobachten. Auf Geschäftsgängen und auf dem Spazierwege wird er ohne gekünsteltes Wesen die Augen bescheiden gesenkt halten. Hingegen lässt er sie gern auf einem Gegenstand ruhen, der wie z.B. ein frommes Bild, einen Kirchturm, ein Kreuz, eine Statue, ihm Liebe zu Gott und den Heiligen einflößen kann.

Abtötung im Hören und Sprechen

Sie verlangt, dass man **nichts sage oder höre, was gegen Nächstenliebe, Reinheit, Demut und die anderen christlichen Tugenden verstößt**. "Denn", sagt der hl. Paulus, "schlechte Reden [schlechter Umgang] verderben gute Sitten." (1 Kor 15,33). Wie viele Seelen sind verdorben worden, weil sie ungeziemende oder lieblose Reden anhörten! Geile Worte erregen krankhafte Neugierde, wecken die Leidenschaften, entzünden Begierden und reizen zur Sünde. Lieblose Worte stiften Zwist, sogar unter Verwandten, ferner, Misstrauen, Feindschaft und Groll. **Um solchen Ärgernissen aus dem Wege zu gehen, wache man über die geringsten Worte und verschließe das Ohr allem, was Reinheit, Liebe und Frieden beeinträchtigen könnte.**

Damit dieses jedoch besser gelinge, töte man die Wissbegier zuweilen ab. Man erkundige sich nicht nach dem, was ihr schmeichelt, man unterdrücke die *Schwatzhaftigkeit*, die uns zu nicht nur unnützen, sondern auch *gefährlichen Klatschereien* hinreißen kann. "*Bei vielem Reden bleibt die Sünde nicht aus, wer seine Lippen zügelt, ist klug.*" (Spr. 10,19).

Und, da negative Mittel nicht genügen, so leite man das Gespräch nicht nur auf harmlose sondern gute, ehrsame und zuweilen erbauliche Gegenstände. Das aber geschehe, ohne durch zu ernste Bemerkungen, zu denen kein Anlass vorliegt, anderen lästig zu fallen.

Was wir vom Sehen, Hören und Sprechen sagten, bezieht sich auch auf die anderen Sinne.