

Der Kampf gegen die Hauptsünden - Unkeuschheit -

Tanquerey

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

Wesen

Ebenso wie Gott zur Unterstützung des Selbsterhaltungstriebes die Nahrungsaufnahme mit sinnlicher Lust verband, ebenso knüpft er sinnliche Lust an Handlungen, durch die das Menschengeschlecht sich fortpflanzt.

Diese **Lust ist daher Ehegatten erlaubt**, sobald sie dieselbe für den überaus edlen Zweck benutzen, welcher der Einsetzung der Ehe zugrunde lag, nämlich die **Fortpflanzung des Lebens**. Abgesehen davon, ist sie strengstens untersagt. Trotz dieses Verbotes ist leider, besonders vom Entwicklungsalter an, eine mehr oder weniger heftige Neigung in uns, die Lust auch außerhalb der rechtmäßigen Ehe zu genießen. Diese ungeordnete Neigung heißt Unkeuschheit (Wollust). Sie ist durch die zwei Gebote des Dekalogs verboten:

*"Du sollst nicht Unkeuschheit treiben."
"Du sollst nicht begehren deines Nächsten Weib."*

Also nicht bloß äußere Handlungen sind verboten, sondern auch die freiwilligen inneren Akte, Vorstellungen, Gedanken und Wünsche. Und mit Recht. Denn hält man sich vorsätzlich bei unzüchtigen Gedanken, Vorstellungen oder bösen Begierden auf, so geraten die Sinne in Unruhe. und organische Regungen machen sich bemerkbar, die nur allzu oft das Vorspiel unreiner Handlungen sind. Will man daher diese vermeiden, so kommt es vor allem darauf an, die gefährlichen Gedanken und Vorstellungen zu bekämpfen.

Schwere dieser Sünden

Das **unmittelbare Anstreben und Wollen** der bösen Lust ist Todsünde. Es ist tatsächlich eine sehr schwere Ausschreitung, die Erhaltung und Fortpflanzung des Menschengeschlechtes aufs Spiel zu setzen. Wäre es aber grundsätzlich erlaubt, der Wollust in Gedanken, Worten und Handlungen außerhalb des rechtmäßigen Gebrauchs in der Ehe zu frönen, so wäre es **unmöglich, die Wut dieser Leidenschaft zu zügeln, denn ihre Forderungen steigern sich mit der gewährten Befriedigung**, und bald wäre die Absicht des Schöpfers zunichte gemacht. Übrigens beweist das auch die Erfahrung. Nur zu viele junge Leute machen sich unfähig, das Leben fortzupflanzen, weil sie ihren Leib missbraucht haben. Daher gibt es in der unmittelbar gewollten Lust keine leichten Vergehen.

Fälle gibt es jedoch, in denen, infolge gewisser, an und für sich guter oder wenigstens gleichgültiger Handlungen, diese Lust erwacht, ohne dass man sie unmittelbar anstrebt. Willigt man in sie nicht ein und hat man im übrigen zu der diese Lust veranlassenden Handlung einen hinreichenden Grund, so ist man nicht schuldig und braucht sich nicht zu ängstigen. Sind aber die Wollust erregenden Handlungen weder notwendig noch nützlich, wie z.B. *gefährliche Lektüre, gewisse Bühnenstücke, leichtfertige Unterhaltungen, unzüchtige Tänze* usw., so ist es augen-

scheinlich eine mehr oder weniger große Sünde der Unvorsichtigkeit, sich dieselben zu gestatten, je nach der daraus entstehenden Ausschreitung oder entsprechenden Gefahr dazu bezüglich der Einwilligung.

Vom Gesichtspunkte der Vollkommenheit aus gibt es **nach dem Hochmut kein größeres Hindernis für den inneren Fortschritt als das Laster der Unkeuschheit.**

- a. Möge es sich um Sünden, die man allein beging, oder um solche handeln, die man mit anderen Menschen begangen hat, bald werden **tyrannische Gewohnheiten entstehen, die jeden Aufschwung zur Vollkommenheit lähmen und den Willen sinnlichen Freuden zuneigen.** Man findet weder am Gebet noch an strenger Tugendübung Geschmack wie früher. Es gibt **kein hochherziges Streben mehr.**
- b. Die Seele wird von **Selbstsucht** befallen. Die Liebe zu Verwandten und Freunden nimmt ab und verschwindet fast gänzlich. Es bleibt nur der Wunsch, um jeden Preis die böse Lust zu genießen. *Sinnenlust genießen wird zum beständigen Gedanken.*
- c. Dann **geht den Fähigkeiten das Gleichgewicht verloren.** Der Leib, die Wollust gebieten. Der **Wille wird zum Sklaven dieser schändlichen Leidenschaft und empört sich bald gegen Gott, der die böse Lust verbietet und bestraft.**
- d. Bald machen sich die **traurigen Wirkungen des Versagens der Willenskraft** fühlbar: Der **Verstand stumpft ab und wird schwächer,** weil das Leben vom Haupte in die Sinne übergang. An ernstem *Studium* findet man keinen Geschmack mehr. Die *Phantasie* ist nur noch auf Niedriges gerichtet. Das *Gemüt* siecht nach und nach dahin, trocknet ein und verhärtet schließlich, denn nur an sinnlichen Vergnügen findet es noch Reiz.
- e. Oft wird selbst der **Leib stark in Mitleidenschaft gezogen.** Das Nervensystem, durch derartige Missbräuche überreizt, verliert seine Kraft und wird für seine ausgleichende und abwehrende Aufgabe unfähig. Die verschiedenen Organe üben ihre Tätigkeit nur mehr in unvollkommener Weise aus. Der Ernährungsvorgang geschieht schlecht. Die Kräfte nehmen ab.

Eine auf diese Weise aus dem Gleichgewicht gebrachte, einen kraftlosen Körper belebende Seele denkt natürlich nicht mehr an Vollkommenheit. Von Tag zu Tag entfernt sie sich mehr davon. Sie kann von Glück reden, rafft sie sich noch rechtzeitig auf und sichert sie wenigstens ihr ewiges Heil! Gegen dieses rohe Laster einige Mittel anzugeben, ist daher von Bedeutung.

Gegenmittel

Um einer so gefährlichen Leidenschaft zu widerstehen, sind **tiefe Überzeugungen, Flucht vor gefährlichen Gelegenheiten, Abtötung und Gebet** notwendig.

A) Die **tiefen Überzeugungen** müssen sich **gleichzeitig auf die Notwendigkeit des Kampfes gegen dieses Laster und auf die Möglichkeit des Sieges richten.**

Was wir über die Schwere der Sünde der Unkeuschheit sagten, zeigt die dringende Notwendigkeit, sie zu vermeiden, um nicht den ewigen Strafen anheim zu fallen. Dazu können zwei Beweggründe aus den Schriften des hl. Paulus angeführt werden.

1) Wir sind **lebendige Tempel der hl. Dreifaltigkeit**, geheiligt durch die Gegenwart des Gottes aller Heiligkeit und durch Teilnahme am göttlichen Leben. Nichts aber verunehrt diesen Tempel mehr als das unreine Laster, das Leib und Seele des Getauften zugleich entweicht.

2) Wir sind **Glieder Jesu Christi**, dem wir durch die Taufe einverleibt wurden. Folglich müssen wir unsern Leib wie den Leib Christi selbst hoch achten. Und durch Akte, die der Reinheit widerstreben, sollten wir ihn entweihen? Wäre das nicht eine Art niederträchtiger Gottesraub, nur um sich eine gemeine Lust zu verschaffen, die uns zum Tier erniedrigt?

Sehr viele sagen, Enthaltbarkeit zu üben, sei unmöglich. So dachte auch der hl. Augustinus vor seiner Bekehrung. Aber nachdem er sich Gott wieder zugewendet hatte und er auch **aus den Beispielen der Heiligen und durch die Gnade der Sakramente Kraft gefunden, verstand er, dass es nichts Unmögliches gebe, wenn man zu beten und zu kämpfen verstehe.** Das ist sehr wahr. Aus uns sind wir so schwach, und die böse Lust ist zuweilen so verführerisch, dass wir schließlich unterliegen können. **Stützen wir uns aber auf die göttliche Gnade und machen wir ernste Anstrengungen, so gehen wir aus den härtesten Versuchungen siegreich hervor.**

Man sage auch nicht, Enthaltbarkeit bei jungen Leuten beeinträchtigt die Gesundheit. Jeder ehrenwerte Arzt antwortet darauf mit der Erklärung des Internationalen Brüsseler Ärzte-Kongresses (1902): "Man muss vor allem der männlichen Jugend beibringen, Keuschheit und Enthaltbarkeit schaden nicht nur nicht der Gesundheit, sondern diese Tugenden seien selbst vom rein medizinischen und hygienischen Standpunkte aus zu empfehlen." Und in der Tat. Man kennt keine Krankheit, die auf Enthaltbarkeit zurückzuführen sei, wohl aber viele, die ihre Ursache in der Unkeuschheit haben.

B) **Flucht vor den Gelegenheiten.** Nach einem geistlichen Grundsatz wird die **Keuschheit hauptsächlich durch Flucht vor gefährlichen Gelegenheiten bewahrt. Ist man von seiner Schwäche überzeugt, begibt man sich nicht unnötigerweise in Gefahr. Sind die Gelegenheiten nicht notwendig, so meide man sie sorgfältig, um nicht zu erliegen.** Wer sich der Gefahr aussetzt, wird in ihr umkommen. Es gilt also kein Zaudern, handelt es sich um Lektüre, Besuche, Begegnungen oder gefährliche Theaterstücke, von denen man ohne größere Unannehmlichkeiten fernbleiben kann. Anstatt sie aufzusuchen, meide man sie, wie man vor einer Schlange flieht. Kann man sich diesen Gelegenheiten nicht entziehen, so heißt es, **durch innere Gesinnungen den Willen stärken, damit der Angriff weniger nahe erfolge.** So erklärt der hl. Franz v. Sales z.B.,¹ die nicht zu vermeidenden Tänze sollten wenigstens bescheiden, würdevoll und in guter Absicht ausgeführt werden, und damit diese gefährlichen Belustigungen keine bösen Neigungen in uns wachrufen, tut man gut, daran zu denken, wie manche Seelen in der Hölle leiden, und zwar wegen solcher Sünden.

C) Es gibt aber auch Gelegenheiten, denen man sieh nicht entziehen kann. Tag für Tag begegnet man ihnen in sich und um sich. **Diese lassen sich nur durch Abtötung besiegen.** Von dieser Tugend wurde bereits gesprochen.² Es bleibt uns nur noch übrig, an einige Vorschriften zu erinnern, die sich unmittelbar auf die Keuschheit beziehen.

- a. Ganz besonders müssen die **Augen überwacht** werden, weil **unvorsichtige Blicke Begierden entflammen**, diese aber dann den Willen mitreißen. Daher erklärte der Heiland, dass, wer ein Weib mit Verlangen betrachte, im Herzen schon die Ehe gebrochen habe. (Mt 5,28). Und er fügt hinzu "*Wenn dich dein rechtes Auge zum Bösen verführt, dann reiße es aus und wirf es weg!*" (Mt 5,29). **Mit anderen Worten, wir müssen unsern Blick mit Gewalt von einem Ärgernis erregenden Gegenstände losreißen.** Diese Sittsamkeit der Augen ist heute um so mehr geboten, als man überall Gefahr läuft, Personen und Dingen zu begegnen, die Versuchungen verursachen können.
- b. Der **Gefühlssinn** ist noch gefährlicher, weil er sinnliche Eindrücke hervorruft, die leicht zur bösen Lust führen. **Man enthalte sich darum von Berührungen und Zärtlichkeiten**, die lediglich die Leidenschaften erregen.
- c. Bezüglich der **Phantasie** und des **Gedächtnisses** erinnere man sich der gegebenen Anweisungen.³ Auch der **Wille** muss nach den angeführten Grundsätzen durch mannhafte Erziehung gestärkt werden.⁴

¹ Vgl.: Philothea, 3. Buch, 33. Kap.

² Siehe Dateien über die Abtötung.

³ Siehe Datei: *Tanquerey - Abtötung 5 - Die Abtötung der inneren Sinne.*

⁴ Siehe Datei: *Tanquerey - Abtötung 10 - Die Abtötung des Willens.*

- d. Auch das **Herz** muss durch den Kampf gegen sinnliche und gefährliche Freundschaften abgetötet werden. Gewiss kommt eine Zeit, in der die zur Ehe Entschlossenen sich in rechtmäßiger Liebe verbinden, aber diese Liebe muss keusch und übernatürlich bleiben. Sie sollen daher die den Schicklichkeitsgesetzen widerstrebenden Liebesbeweise vermeiden und sich erinnern, dass ihre Verbindung rein sein muss, soll Gott sie segnen. Die aber noch zu jung sind, um ans Heiraten zu denken, mögen sich vor den allzu fühlbaren und sinnlichen Neigungen hüten, denn diese verweichlichen das Herz und bereiten es auf gefährliche Nachgiebigkeit vor. Man spielt nicht ungestraft mit dem Feuer. Verlangt man von der Auserwählten ein reines Herz, muss das ihr angebotene nicht auch so beschaffen sein?
- e. Endlich ist **eine der nützlichsten Abtötungen die energische und beharrliche Hingabe an die Standespflichten**. Der **Müßiggang** (Langeweile, Faulenzerei) ist ein schlechter Ratgeber. Die Arbeit hingegen nimmt unsere ganze Tätigkeit in Anspruch und hält Phantasie, Geist und Herz von gefährlichen Dingen fern.⁵

D) **Das Gebet**. Das Konzil von Trient macht uns aufmerksam, Gott gebiete nichts Unmögliches, sondern verlange von uns, zu tun, was wir können, und um die Gnade für das zu bitten, was wir aus uns selbst zu tun unfähig sind.⁶ Diese Vorschrift bezieht sich besonders auf die Keuschheit, denn den meisten Christen, selbst jenen, die im hl. Ehestande leben, verursacht sie eigene Schwierigkeiten. **Um diese zu überwinden, muss man beten, oft beten und die großen Wahrheiten betrachten. Solch häufige Erhebungen der Seele zu Gott lösen uns nach und nach von den sinnlichen Freuden los und ziehen uns zu heiligen, reinen Freuden empor.**

Dem Gebet **muss häufiger Empfang der hl. Sakramente sich anschließen**. Beichtet man oft, **klagt man sich aufrichtig der gegen die Reinheit begangenen Fehler und Unvorsichtigkeiten an, wird die Gnade der Lossprechung samt den erhaltenen Ratschlägen den Willen gegen die Versuchungen außerordentlich stärken**. Durch die **öftere hl. Kommunion wird diese Gnade noch vermehrt**. Innige Vereinigung mit dem Gott aller Heiligkeit ertötet die Begierlichkeit, macht die Seele empfänglicher für die geistlichen Güter und löst sie so von den roh-sinnlichen Freuden los. **Durch Beicht und Kommunion heilte der hl. Philipp Neri die dem unreinen Laster ergebenden, jungen Leute. Auch heute gibt es kein wirksameres Mittel, um die Tugend zu wahren oder zu stärken**. So viele junge Männer und junge Mädchen verfallen nicht der Ansteckung des Lasters nur deshalb, weil sie in der Übung ihrer Religionspflichten eine Waffe gegen die sie belagernden Versuchungen finden. Diese Waffe verlangt zwar Mut, Kraft und immer wieder erneute Anstrengung, aber mit Gebet, Sakramenten und festem Willen siegt man über alle Hindernisse.

Datei: *Tanqueray - Kampf gegen die Hauptsünden - 5 - Unkeuschheit*

⁵ Siehe Datei: *Tanqueray - Kampf gegen die Hauptsünden - 6 - Trägheit*.

⁶ DH 1536: "... Denn Gott befiehlt nichts Unmögliches, sondern wenn er befiehlt, dann mahnt er, zu tun, was man kann, und zu erbitten, was man nicht kann." [Augustinus, *De natura et gratia* 43, n. 50], und er hilft, dass man kann; 'seine Gebote sind nicht schwer' (1 Joh 5,3), sein 'Joch ist sanft und (seine) Last leicht' (Mt 11,30)..."