

# Menschliche Reife und Sexualität

nach Viktor E. Frankl (1905 - 1997)

Der 1905 in Wien geborene, berühmte Psychologe Viktor Frankl, Überlebender von Auschwitz, lehrte in Europa und den USA und beschäftigte sich in seinem langen Leben intensiv mit der Frage, warum so viele Menschen daran leiden, dass sie in ihrem Dasein keinen Sinn finden. In dem Buch "Der Wille zum Sinn" erklärt er dieses Leiden so: "Im Gegensatz zum Tier sagen dem Menschen keine Instinkte, was er muss; und dem Menschen von heute sagen keine Traditionen<sup>1</sup> mehr, was er soll; und oft scheint er nicht mehr zu wissen, was er eigentlich will."

Frankl: "Die Sexualität kann selbstverständlich nicht von vornherein menschlich sein. Ist sie doch etwas, das der Mensch mit anderen Lebewesen teilt. Eher ließe sich sagen, menschliche Sexualität sei jeweils mehr oder weniger menschlich geworden."

15 Viktor Frankl teilt die sexuelle Reifung in **drei Stadien** ein:

⇒ "Auf der **unreifen Stufe** menschlicher Sexualität wird nun vom Trieb eigentlich nur das Ziel verfolgt, und das ist die Entladung von Erregung und Spannung, ungeachtet des Weges, auf dem er sie erreicht. Masturbation<sup>2</sup> tut es auch."

20

⇒ Das **zweite Stadium** ist erreicht, wenn der Geschlechtsverkehr zum Triebziel wird, womit auch schon das Triebobjekt miteinbezogen ist. Der Reifungsschritt besteht darin, dass die Sexualität sich nun schon auf einen Partner bezieht, wie es ja auch von der Natur vorgesehen ist. Unreif daran ist aber, "dass der Mensch, der einen Mitmenschen wirklich nur zum Zwecke der Abfuhr von Erregung und Spannung braucht, den Geschlechtsverkehr in Wirklichkeit in einen masturbatorischen Akt umfunktioniert." Frankl sagt, ein solcher Geschlechtsverkehr sei Onanie an der Frau bzw. am Manne.

25

⇒ Das **dritte und reife Stadium** ist erst erreicht, "wenn sich der eine auf den anderen nicht mehr wie auf ein Mittel zum Zweck bezieht, nicht mehr wie auf ein Objekt, vielmehr wie auf ein Subjekt."

30

(Erklärung: Ein Objekt ist ein austauschbarer Gegenstand, ein Subjekt ist demgegenüber ein wahrnehmendes, fühlendes, unverwechselbares Wesen.)

"In dieser **reifen Stufe** ist die Beziehung auf die menschliche Ebene angehoben, wird aus der Beziehung eine Begegnung, in deren Rahmen der eine Partner vom anderen in seiner **Menschlichkeit** erfasst wird. Wird er aber von ihm nicht nur in seiner Menschlichkeit, sondern in seiner **Einmaligkeit** und **Einzigartigkeit** erfahren, so schlägt die Begegnung in eine **Liebesbeziehung** um."

35

40 "Wer nicht an die reife Stufe menschlicher Sexualität herankommt, sondern an die unreife Stufe fixiert ist, ist außerstande, im Partner ein einmaliges und einzigartiges Subjekt zu sehen, mit einem Wort, eine Person. Vielmehr handelt es sich jeweils um eine Objektwahl 'ohne Ansehen der Person'. Der Geschlechtsverkehr ist insofern wahllos, als das jeweilige Objekt nicht einmalig und einzigartig sein muss, sondern austauschbar und auswechselbar sein kann. Es muss zum Geschlechtsverkehr taugen."

45

Frankl bezeichnet deswegen die Promiskuität, d.h. Geschlechtsverkehr mit häufig wechselnden Partnern, als das Ergebnis einer Regression: Der Mensch ist auf einer unreifen Stufe stehen geblieben oder wieder auf sie zurückgefallen. Wer auf der ersten Stufe stehen bleibt, gehört meist zu den typischen Konsumenten der Pornographie. Frankl: Auf ihn "warten die Produzenten der Pornographie, und der Tanz ums goldene Schwein setzt ein." Die, welche auf der zweiten Stufe stehen bleiben, sind die typischen Konsumenten der Prostitution, d.h. sie bezahlen Geld für unverbindlichen Sex.

50

Frankl kritisiert, dass die unreifen Formen der Sexualität, wie Promiskuität und Pornographie, heute in den Medien oft verharmlost werden. Und wenn jemand dieses regressive, unreife Verhalten verherrlicht, stellt er "noch lange nicht unter Beweis, dass er selbst progressiv (= fortschrittlich) ist."

55

(Der Wille zum Sinn, Seite 22/23)

60

## Viktor Frankl: Leistungsdenken - ein Feind der Sexualität

65 "Je mehr es dem Menschen um die Lust geht, um so mehr vergeht sie ihm auch schon. .. In dem Maße, in dem er das Glücksgefühl direkt anpeilt, verliert er den Grund, den er dazu haben mag, aus den Augen, und das Glücksgefühl sackt in sich selbst zusammen.

Die meisten Fälle von Potenzstörung<sup>3</sup> und Frigidität<sup>4</sup> sind gerade darauf zurückzuführen, dass der Patient sich zur sexuellen Leistungsfähigkeit verpflichtet fühlt. Der Versuch aber, bei einer technischen Vervollkommnung des Sexualakts seine Zuflucht zu suchen, verschlimmert  
70 nur die Situation, indem sie einem den Rest von Unmittelbarkeit und Unbefangenheit raubt, die eine Bedingung normaler Sexualität sind.

In das existentielle Vakuum, in diese Sinnleere (vieler heutiger Menschen) wuchert die sexuelle Libido<sup>5</sup> hinein. Dies lässt auch die sexuelle Inflation verstehen. Wie die Inflation auf dem  
75 Geldmarkt, so geht auch die sexuelle Inflation mit einer Entwertung einher. Und zwar beruht diese Entwertung auf einer Entmenschlichung. Denn wirklich menschliche Sexualität ist immer auch schon mehr als bloße Sexualität, und zwar insofern als sie Ausdruck des Liebesstrebens ist. Ist sie es aber nicht, dann kommt es auch gar nicht zu einem vollen Sexualgenuss."  
(Der Wille zum Sinn S.21)

80

### Leben heißt, sich entwickeln

85 Natürlich gibt es zwischen den drei großen Stadien der sexuellen Reifung, die Viktor Frankl nennt, viele Zwischenstufen. Das ganze Leben ist von der Kindheit bis ins Alter ein Reifungsprozess. Das Kind und der pubertierende Jugendliche haben ein Recht darauf, noch unreif zu sein: Jede Entwicklungsphase hat den Reiz des Neuen und ist eine Herausforderung. Kein Apfel lacht gleich vollreif vom Baum: Den Anfang machen Knospe und Blüte, dann folgt die Reifung. Der Mensch ist keine Pflanze und kein Tier: Er muss an sich arbeiten, damit er nicht auf einer unreifen Stufe stehenbleibt. Das Ziel der Sexualität ist nämlich nicht das  
90 "Ich", sondern das "Du" und das "Wir". Man muss allerdings erst sich selbst kennen und annehmen lernen, bevor man einen anderen Menschen lieben kann. Andererseits wird es die vollkommene Liebe unter uns unvollkommenen Menschen wohl nie geben. - Und es ist für eine Partnerschaft sogar sehr gefährlich, wenn man zu hohe Erwartungen hat. - Auch wer in  
95 einer guten, dynamischen Ehe lebt, ist nicht sicher vor Rückfällen in das zweite oder erste Stadium. Manchmal verursachen solche Rückschläge viel Enttäuschung und Leid. Wichtig ist also, dass die Partner diese Zusammenhänge erkennen und (auch gemeinsam) daran arbeiten, reifer zu werden. Denn es ist, wie gesagt, ein großer Irrtum, wenn man meint, die in den Medien oft verherrlichten Formen der unreifen Sexualität wie Pornographie oder Promiskuität  
100 seien befriedigend: Zum vollen Sexualgenuss kommt es erst, wenn die Sexualität in eine echte Liebesbeziehung eingebettet ist. - Und gehört zur erfüllten Sexualität nicht auch die Weitergabe des Lebens?

105

### Hauptgebot für Christen: Gottes- und Nächstenliebe

Der berühmte Theologe Thomas von Aquin (1225-1274) hat Sünde so definiert: "Gott wird durch nichts beleidigt, als durch das, was wir gegen unser eigenes Wohl tun." Gott hat unseren Gehorsam nicht nötig. Er will, dass unser Leben gelingt. Das geht aber nur, wenn wir bereit sind zu reifen. Auch wenn das nicht der bequemste Weg ist, es ist der einzige Weg zu einem glückenden Leben. Bezogen auf die Sexualität heißt das, dass sich die Partner nicht wie gefühllose, austauschbare Gegenstände benutzen dürfen, sondern dass die menschliche Geschlechtlichkeit erst in einer echten Liebesbeziehung, in Treue, Einfühlung und gemeinsamer Reifung, ihren eigentlichen Sinn erreicht. Dieses Ideal ist Grundlage einer christlichen  
115 Ehe und steht ganz im Einklang mit dem, was Jesus gesagt und vorgelebt hat: "Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst.

**Wörterklärungen:** <sup>1</sup>Tradition = Überlieferung; <sup>2</sup>Masturbation = Onanie = Selbstbefriedigung; <sup>3</sup>Potenz = Fähigkeit des Mannes, Geschlechtsverkehr auszuüben; <sup>4</sup>Frigidität =  
120 sexuelle Gefühlskälte der Frau; <sup>5</sup>Libido = Begierde, Trieb