 Lesezeit: 14 min.

Eine gute Anzahl antiker christlicher Asketen betrachtete den Körper oft als Feind, dessen Verderbnis bekämpft werden musste, ja sogar als ein Objekt des Verachtens, das keinerlei Beachtung finden sollte. Zahlreiche geistliche Männer des Mittelalters kümmerten sich um den Körper nur, um ihm Bußen aufzuerlegen. In den meisten Schulen der damaligen Zeit war nichts vorgesehen, um „Bruder Esel“ Ruhe zu gönnen.
Für Calvino konnte die durch die Erbsünde völlig korrupte menschliche Natur nicht anders sein als ein „Müllhaufen“. Auf der anderen Seite lobten zahlreiche Schriftsteller und Künstler der Renaissance den Körper bis zu dem Punkt, ihm einen Kult zu widmen, in dem die Sinnlichkeit eine große Rolle spielte. Rabelais hingegen pries den Körper seiner Riesen und erfreute sich daran, auch die weniger edlen organischen Funktionen zur Schau zu stellen.

Der realistische Ansatz von Sales

Zwischen der Vergötterung des Körpers und seiner Verachtung bietet Franz von Sales eine realistische Sicht auf die menschliche Natur. Am Ende der ersten Meditation über das Thema der Schöpfung des Menschen, „des ersten Wesens der sichtbaren Welt“, lässt der Autor der *Anleitung zum frommen Leben* Philothea diesen Vorsatz aussprechen, der sein Denken zusammenzufassen scheint: „Ich möchte mich für das Wesen geehrt fühlen, das er mir gegeben hat“. Sicher, der Körper ist dem Tod geweiht. Mit rohem Realismus beschreibt der Autor den Abschied der Seele vom Körper, den sie „blass, leichenblass, zerfallen, abscheulich und stinkend“ zurücklassen wird, aber das ist kein Grund, ihn zu vernachlässigen und ungerecht zu verunglimpfen, während er lebt. Der heilige Bernhard hatte Unrecht, als er denen, die ihm folgen wollten, verkündete, „dass sie ihren Körper verlassen und nur im Geist zu ihm kommen sollten“. Physische Übel sollten nicht dazu führen, den Körper zu hassen: Das moralische Übel ist weitaus schlimmer.

Wir finden bei Franz von Sales überhaupt nicht das Vergessen oder die Überschattung der körperlichen Phänomene, wie wenn er von verschiedenen Formen von Krankheiten spricht oder wenn er die Manifestationen der menschlichen Liebe heraufbeschwört. In einem Kapitel der *Abhandlung von der Liebe Gottes* mit dem Titel: „Die Liebe strebt nach Vereinigung“ schreibt er zum Beispiel, dass „man einen Mund auf den anderen legt, wenn man sich küsst, um zu bezeugen, dass man eine Seele in die andere gießen möchte, um sie mit einer perfekten Vereinigung zu verbinden“. Diese Haltung von Franz von Sales gegenüber dem Körper hat bereits zu seiner Zeit empörte Reaktionen hervorgerufen. Als Philothea erschien, kritisierte

ein Ordensmann aus Avignon dieses „Büchlein“ öffentlich, zerfetzte es und beschuldigte seinen Autor, ein „verdorbener und verderbender Kirchenlehrer“ zu sein. Als Feind übertriebener Scham kannte Franz von Sales noch nicht die Zurückhaltung und Ängste, die in späteren Zeiten aufkommen werden. Überleben in ihm mittelalterliche Bräuche oder ist es einfach eine Manifestation seines „biblischen“ Geschmacks? Jedenfalls findet sich in ihm nichts, was mit den Trivialitäten des „berüchtigten“ Rabelais vergleichbar wäre.

Die am meisten geschätzten natürlichen Gaben sind Schönheit, Kraft und Gesundheit. In Bezug auf die Schönheit äußerte sich Franz von Sales so, als er von der heiligen Brigida sprach: „Sie wurde in Schottland geboren; sie war ein sehr schönes Mädchen, da die Schotten von Natur aus schön sind, und in diesem Land trifft man die schönsten Geschöpfe an“. Denken wir auch an das Repertoire an Bildern, die die körperliche Vollkommenheit des Bräutigams und der Braut betreffen und aus dem *Hohelied Salomos* stammen. Obwohl die Darstellungen sublimiert und auf eine spirituelle Ebene übertragen sind, bleiben sie dennoch bedeutend für eine Atmosphäre, in der die natürliche Schönheit des Mannes und der Frau gepriesen wird. Es wurde versucht, ihn dazu zu bringen, das Kapitel über den Kuss im *Theotimus* zu streichen, in dem er zeigt, dass „die Liebe nach Vereinigung strebt“, aber er hat sich immer geweigert, dies zu tun. In jedem Fall ist die äußere Schönheit nicht die wichtigste: Die Schönheit der Tochter Zions ist innerlich.

Enge Verbindung zwischen Körper und Seele

Zunächst einmal behauptet Franz von Sales, dass der Körper „ein Teil unserer Person“ ist. Die personifizierte Seele kann auch mit einem Ton der Zärtlichkeit sagen: „Dieses Fleisch ist meine liebe Hälfte, es ist meine Schwester, es ist meine Gefährtin, die mit mir geboren wurde, die mit mir genährt wurde“.

Der Bischof war sehr aufmerksam auf die Verbindung zwischen Körper und Seele, zwischen der Gesundheit des Körpers und der der Seele. So schreibt er über eine Person, die er betreute und die gesundheitlich angeschlagen war, dass die Gesundheit ihres Körpers „sehr von der der Seele abhängt, und die der Seele von den geistlichen Trostspenden“. „Ihr Herz ist nicht geschwächt – schrieb er an eine Kranke –, sondern Ihr Körper, und angesichts der engsten Bindungen, die sie verbinden, hat Ihr Herz den Eindruck, das Übel Ihres Körpers zu empfinden“. Jeder kann feststellen, dass körperliche Gebrechen „letztendlich auch dem Geist Unbehagen bereiten, aufgrund der engen Bindungen zwischen dem einen und dem anderen“. Umgekehrt wirkt der Geist auf den Körper bis zu dem Punkt, dass „der Körper die Affekte wahrnimmt, die im Herzen aufgewühlt sind“, wie es bei Jesus der Fall war, der am Jakobsbrunnen saß, müde von seinem schweren Dienst im Reich

Gottes.

Da jedoch „der Körper und der Geist oft in entgegengesetzte Richtungen gehen, und je mehr der eine schwächer wird, desto stärker wird der andere“, und da „der Geist herrschen muss“, „müssen wir ihn so unterstützen und festigen, dass er immer der stärkste bleibt“. Wenn ich mich dann um den Körper kümmere, geschieht dies „damit er dem Geist dient“.

Vorerst sind wir dem Körper gegenüber gerecht. Im Falle von Unwohlsein oder Fehlern kommt es oft vor, dass die Seele den Körper anklagt und schlecht behandelt, wie Bileam es mit seiner Eselin tat: „O arme Seele! Wenn dein Fleisch sprechen könnte, würde es dir sagen, wie die Eselin von Bileam: Warum schlägst du mich, Elende? Es ist gegen dich, meine Seele, dass Gott seine Rache wappnet, du bist die Verbrecherin“. Wenn eine Person ihr Inneres reformiert, wird sich die Bekehrung auch äußerlich manifestieren: in allen Haltungen, im Mund, in den Händen und „sogar in den Haaren“. Die Praxis der Tugend macht den Menschen innerlich und auch äußerlich schön. Umgekehrt kann eine äußere Veränderung, ein Verhalten des Körpers einen inneren Wandel begünstigen. Ein äußerer Akt der Andacht während der Meditation kann die innere Andacht wecken. Was hier über das geistliche Leben gesagt wird, kann leicht auf die Erziehung im Allgemeinen angewendet werden.

Liebe und Beherrschung des Körpers

Wenn man über die Haltung spricht, die man gegenüber dem Körper und den körperlichen Realitäten haben sollte, ist es nicht verwunderlich, dass Franz von Sales Philothea als Erstes die Dankbarkeit für die körperlichen Gnaden empfiehlt, die Gott ihr gegeben hat.

Wir müssen unseren Körper aus verschiedenen Gründen lieben: Weil er notwendig ist, um gute Werke zu vollbringen, weil er ein Teil unserer Person ist und weil er dazu bestimmt ist, an der ewigen Glückseligkeit teilzuhaben. Der Christ muss seinen eigenen Körper lieben wie ein lebendiges Abbild des Körpers des menschgewordenen Erlösers, da er von ihm durch Verwandtschaft und Blutsverwandtschaft stammt. Vor allem nachdem wir den Bund erneuert haben, indem wir tatsächlich den Körper des Erlösers im bewunderten Sakrament der Eucharistie empfangen haben, und durch die Taufe, die Firmung und die anderen Sakramente uns der höchsten Güte gewidmet und geweiht haben.

Die Liebe zum eigenen Körper gehört zur Liebe, die man sich selbst schuldet. In der Tat liegt der überzeugendste Grund, den Körper zu ehren und weise

zu nutzen, in einer Sicht des Glaubens, die der Bischof von Genf der Mutter von Chantal so erklärte, als sie aus einer Krankheit kam: „Kümmern Sie sich weiterhin um diesen Körper, denn er ist von Gott, meine liebste Mutter“. Die Jungfrau Maria wird an dieser Stelle als Vorbild präsentiert: „Mit welcher Hingabe musste sie ihren jungfräulichen Körper lieben! Nicht nur, weil es ein süßer, demütiger, reiner Körper war, der der heiligen Liebe gehorchte und völlig durch tausend heilige Düfte durchdrungen war, sondern auch, weil er die lebendige Quelle des Körpers des Erlösers war und ihm sehr eng gehörte, mit einem Band, das keinen Vergleich hat“.

Die Liebe zum Körper wird zwar empfohlen, der Körper muss aber dem Geist untergeordnet bleiben, wie der Diener seinem Meister. Um den Appetit zu kontrollieren, muss ich „meinen Händen befehlen, meinem Mund keine Speisen und Getränke zuzuführen, außer in der richtigen Menge“. Um die Sexualität zu beherrschen, „muss man den Subjekten, Objekten und Nahrungsmitteln, die sie erregen, die Fortpflanzungsfähigkeit nehmen oder geben, gemäß den Geboten der Vernunft“. Dem jungen Mann, der sich darauf vorbereitet, „in das weite Meer hinauszusegeln“, empfiehlt der Bischof: „Ich wünsche Ihnen auch ein kräftiges Herz, das Sie daran hindert, Ihren Körper mit übermäßigen Raffinessen beim Essen, Schlafen oder in anderen Dingen zu verwöhnen. Man weiß ja, dass ein großzügiges Herz immer ein wenig Verachtung für die körperlichen Zartheiten und Freuden empfindet“.

Damit der Körper dem Gesetz des Geistes untergeordnet bleibt, ist es ratsam, Exzesse zu vermeiden: ihn weder zu misshandeln noch zu verwöhnen. In allem ist Maß erforderlich. Der Grund der Nächstenliebe muss in allen Dingen Vorrang haben; das lässt ihn schreiben: „Wenn die Arbeit, die ihr tut, notwendig oder sehr nützlich für die Ehre Gottes ist, würde ich es vorziehen, dass ihr die Mühen der Arbeit ertragt, anstatt die des Fastens“. Daraus folgt die Schlussfolgerung: „Im Allgemeinen ist es besser, im Körper mehr Kräfte zu haben, als nötig sind, als sie über das Notwendige hinaus zu ruinieren; denn man kann sie immer ruinieren, sobald man will, aber um sie wiederzuerlangen, reicht es nicht immer, es nur zu wollen“.

Was unbedingt zu vermeiden ist, ist diese „Zärtlichkeit, die man für sich selbst empfindet“. Er empört sich mit feiner Ironie, aber gnadenlos, über eine Unvollkommenheit, die nicht nur „eigen für Kinder ist, und, wenn ich es wagen darf zu sagen, für Frauen“, sondern auch für wenig mutige Männer, von denen er dieses interessante charakteristische Bild gibt: „Andere sind die, die zärtlich zu sich selbst sind und nichts anderes tun, als sich zu beklagen, zu verwöhnen, zu schmusen und sich zu betrachten“.

Jedenfalls kümmerte sich der Bischof von Genf um seinen Körper, wie es

seine Pflicht war, gehorchte seinem Arzt und den „Krankenschwestern“. Er kümmerte sich auch um die Gesundheit anderer, indem er angemessene Maßnahmen empfahl. Er wird zum Beispiel an die Mutter eines jungen Schülers des Kollegs von Annecy schreiben: „Es ist notwendig, dass Charles von den Ärzten untersucht wird, damit sich seine Bauchschwellung nicht verschlimmert“.

Im Dienste der Gesundheit steht die Hygiene. Franz von Sales wünschte, dass sowohl das Herz als auch der Körper sauber seien. Er empfahl Anstand, der sich sehr von Aussagen wie der des heiligen Hilarius unterscheidet, wonach „man die Sauberkeit in unseren Körpern nicht suchen sollte, die nichts anderes sind als pestartige Kadaver und nur voller Infektionen“. Er war vielmehr der Meinung des heiligen Augustinus und der Alten, die badeten „um ihre Körper sowohl von dem Schmutz, der durch die Hitze und den Schweiß entsteht, als auch für die Gesundheit, die durch Sauberkeit sicherlich überaus gefördert wird, rein zu halten“.

Um arbeiten zu können und die Pflichten seines Amtes zu erfüllen, sollte jeder auf seinen Körper achten, was Ernährung und Ruhe betrifft: „Wenig essen, viel arbeiten und mit viel Aufregung und dem Körper die notwendige Ruhe verweigern, ist wie von einem erschöpften Pferd viel zu verlangen, ohne ihm die Zeit zu geben, ein wenig Hafer zu kauen“. Der Körper braucht Ruhe, das ist ganz offensichtlich. Lange nächtliche Wachen sind „schädlich für den Kopf und den Magen“, während es hingegen „nützlich für die Gesundheit und die Heiligkeit“ ist, früh am Morgen aufzustehen.

Die Erziehung unserer Sinne, insbesondere der Augen und Ohren

Unsere Sinne sind wunderbare Geschenke des Schöpfers. Sie bringen uns mit der Welt in Kontakt und öffnen uns für alle empfindlichen Realitäten, die Natur, das Universum. Die Sinne sind das Tor zum Geist, das ihnen, sozusagen, das Rohmaterial liefert; denn, wie die scholastische Tradition sagt: „Nichts ist im Verstand, was nicht zuvor in den Sinnen gewesen ist“.

Wenn Franz von Sales von den Sinnen spricht, richtet sich sein Interesse besonders auf die erzieherische und moralische Ebene, und seine Lehre dazu steht im Zusammenhang mit dem, was er über den Körper im Allgemeinen dargelegt hat: Bewunderung und Wachsamkeit. Einerseits sagt er, dass Gott uns „die Augen gibt, um die Wunder seiner Werke zu sehen, die Zunge, um ihn zu loben, und so für alle anderen Fähigkeiten“, ohne andererseits die Empfehlung zu vergessen, „Wachposten für die Augen, den Mund, die Ohren, die Hände und den Geruchssinn aufzustellen“.

Es ist notwendig, mit dem Sehen zu beginnen, denn „unter all den äußeren Teilen des menschlichen Körpers gibt es keinen, der in seiner Beschaffenheit und

Aktivität edler ist als das Auge“. Das Auge ist für das Licht gemacht: Das zeigt sich darin, dass je schöner die Dinge sind, angenehm für das Auge und angemessen beleuchtet, desto gieriger und lebhafter schaut das Auge darauf. „An den Augen und den Worten erkennt man, was die Seele und der Geist des Menschen sind, denn die Augen dienen der Seele wie das Zifferblatt der Uhr“. Es ist bekannt, dass unter den Liebenden die Augen mehr sprechen als die Zunge.

Man muss auf die Augen achten, denn durch sie können Versuchung und Sünde eindringen, wie es Eva erging, die verzaubert war, als sie die Schönheit der verbotenen Frucht sah, oder David, der seinen Blick auf die Frau Urija richtete. In bestimmten Fällen muss man wie bei einem Raubvogel vorgehen: Um ihn zurückzubringen, muss man ihm das Abgedroschene zeigen; um ihn zu beruhigen, muss man ihn mit einer Haube bedecken; ebenso „muss man“, um böse Blicke zu vermeiden, „die Augen abwenden, sie mit der natürlichen Haube bedecken und sie schließen“.

Obwohl die visuellen Bilder in den Werken von Franz von Sales überwiegend sind, muss man anerkennen, dass die akustischen Bilder ebenfalls sehr bemerkenswert sind. Dies hebt die Bedeutung hervor, die er dem Gehör aus sowohl ästhetischen als auch moralischen Gründen beimisst. „Eine erhabene Melodie, die mit viel Andacht gehört wird“, erzeugt einen so magischen Effekt, dass sie „die Ohren verzaubert“. Aber Vorsicht, die Hörfähigkeiten nicht zu überschreiten: Eine Musik, so schön sie auch sein mag, wenn sie laut und zu nah ist, stört uns und beleidigt das Ohr.

Andererseits muss man wissen, dass „das Herz und die Ohren miteinander sprechen“, denn es ist durch das Ohr, dass das Herz „die Gedanken der anderen hört“. Es sind auch durch das Ohr, dass verdächtige, beleidigende, lügenhafte oder böswillige Worte in die tiefsten Tiefen der Seele eindringen, vor denen man sich gut hüten muss; denn die Seelen vergiften sich durch das Ohr, wie der Körper durch den Mund. Die ehrliche Frau wird sich die Ohren zuhalten, um die Stimme des Verführers, der sie heimlich erobern will, nicht zu hören. Im symbolischen Bereich erklärt Franz von Sales, dass das rechte Ohr das Organ ist, durch das wir die geistlichen Botschaften, die guten Inspirationen und Bewegungen hören, während das linke dazu dient, weltliche und eitle Reden zu hören. Um das Herz zu bewahren, schützen wir daher mit großer Sorgfalt die Ohren.

Der beste Dienst, den wir von den Ohren verlangen können, ist, die Worte Gottes zu hören, das Objekt der Predigt, das auf aufmerksame Zuhörer angewiesen ist, die es in ihre Herzen eindringen lassen, damit es Frucht bringt. Philothea wird eingeladen, es in das Ohr des einen und des anderen „tropfen zu lassen“ und Gott im Inneren ihrer Seele zu bitten, dass es ihm gefällt, diesen heiligen Tau in das Herz

derer eindringen zu lassen, die ihm zuhören.

Die anderen Sinne

Auch in Bezug auf den Geruchssinn wurde die Fülle der olfaktorischen Bilder festgestellt. Die Düfte sind so unterschiedlich wie die duftenden Substanzen, wie Milch, Wein, Balsam, Öl, Myrrhe, Weihrauch, aromatisches Holz, Narde, Salbe, Rose, Zwiebel, Lilie, Veilchen, Wildes Stiefmütterchen, Alraune, Zimt… Es ist noch erstaunlicher, die Ergebnisse zu sehen, die durch die Herstellung von duftendem Wasser erzielt werden:

Basilikum, Rosmarin, Majoran, Ysop, Nelken, Zimt, Muskatnuss, Zitronen und Moschus, die zusammen gemischt und zerkleinert werden, ergeben tatsächlich einen sehr angenehmen Duft durch die Mischung ihrer Gerüche; aber er ist nicht einmal vergleichbar mit dem des Wassers, das daraus destilliert wird, in dem die Aromen all dieser Zutaten, die von ihren Körpern isoliert sind, perfekter verschmelzen und einen exquisiten Duft erzeugen, der das Geruchsempfinden viel mehr durchdringt, als es der Fall wäre, wenn die materiellen Teile zusammen mit dem Wasser wären.

Zahlreiche olfaktorische Bilder stammen aus dem *Hohelied Salomos*, einem orientalischen Gedicht, in dem die Düfte einen wichtigen Platz einnehmen und wo einer der biblischen Verse, die von Franz von Sales am meisten kommentiert werden, der verzweifelte Ruf der Braut ist: „Zieh mich zu dir, wir werden zusammen gehen und laufen in der Spur deiner Düfte“. Und wie raffiniert ist diese Anmerkung: „Der süße Duft der Rose wird durch die Nähe des Knoblauchs, der in der Nähe der Rosenstöcke gepflanzt ist, verfeinert!“.

Verwechseln wir jedoch nicht den heiligen Balsam mit den Düften dieser Welt. Es gibt tatsächlich einen geistlichen Geruchssinn, den wir in unserem Interesse pflegen sollten. Er ermöglicht es uns, die geistliche Präsenz des geliebten Subjekts wahrzunehmen, und sorgt außerdem dafür, dass wir uns nicht von den schlechten Gerüchen des Nächsten ablenken lassen. Das Vorbild ist der Vater, der den verlorenen Sohn mit offenen Armen empfängt, der zu ihm zurückkehrt „halb nackt, schmutzig, dreckig und stinkend von Unrat durch die lange Gewohnheit mit den Schweinen“. Ein weiteres realistische Bild erscheint in Bezug auf bestimmte weltliche Kritiken: Lassen wir uns nicht überraschen, empfiehlt Franz von Sales an Johanna von Chantal, es ist notwendig, „dass die spärliche Salbe, die uns zur Verfügung steht, den Nasen der Welt stinkt“.

In Bezug auf den Geschmack könnten bestimmte Beobachtungen des

Bischofs von Genf uns denken lassen, dass er ein geborener Feinschmecker war, ja ein Erzieher des Geschmacks: „Wer weiß nicht, dass die Süße des Honigs immer mehr mit unserem Geschmackssinn verbunden ist, wenn wir ihn lange im Mund behalten, anstatt ihn sofort zu schlucken, und sein Geschmack tiefer in unseren Geschmackssinn eindringt?“. Angesichts der Süße des Honigs ist es jedoch notwendig, das Salz mehr zu schätzen, weil es gebräuchlicher ist. Im Namen der Mäßigung und der Enthaltsamkeit empfahl Franz von Sales, den persönlichen Geschmack aufzugeben und das zu essen, was uns „vorgelegt wird“.

Schließlich spricht Franz von Sales in Bezug auf den Tastsinn vor allem in einem spirituellen und mystischen Sinne. So empfiehlt er, unseren gekreuzigten Herrn zu berühren: den Kopf, die heiligen Hände, den kostbaren Körper, das Herz. Den jungen Mann, der im weiten Meer der Welt aufbrechen will, fordert er auf, sich energisch zu steuern und die Weichheit, die körperlichen Freuden und die Geziere zu verachten: „Ich möchte, dass Sie manchmal Ihren Körper hart behandeln, damit er etwas Härte und Strenge spürt, indem Sie Zärtlichkeiten und angenehme Dinge für die Sinne verachten; denn es ist notwendig, dass die Vernunft manchmal ihre Überlegenheit und die Autorität, die sie hat, um die sinnlichen Begierden zu regeln, ausübt“.

Der Körper und das geistliche Leben

Auch der Körper ist aufgerufen, am geistlichen Leben teilzunehmen, das sich in erster Linie im Gebet ausdrückt: „Es ist wahr, dass das Wesen des Gebets in der Seele ist, aber die Stimme, die Gesten und die anderen äußeren Zeichen, durch die das Innere der Herzen offenbart wird, sind edle Begleiterscheinungen und äußerst nützliche Eigenschaften des Gebets; sie sind dessen Wirkungen und Handlungen. Die Seele gibt sich nicht mit dem Gebet zufrieden, wenn der Mensch in seiner Gesamtheit nicht betet; sie betet zusammen mit den Augen, den Händen, den Knien“.

Er fügt hinzu, dass „die Seele, die sich vor Gott niederwirft, den ganzen Körper leicht zu sich neigen lässt; sie hebt die Augen, wo sie das Herz erhebt, und hebt die Hände dorthin, wo sie Hilfe erwartet“. Franz von Sales erklärt auch, dass „in Geist und Wahrheit zu beten bedeutet, bereitwillig und liebevoll zu beten, ohne Heuchelei oder Schein, und darüber hinaus den ganzen Menschen, Seele und Körper, zu engagieren, damit das, was Gott verbunden hat, nicht getrennt wird“. „Der ganze Mensch muss beten“, wiederholt er den Visitantinnen. Aber das beste Gebet ist das von Philothea, wenn sie beschließt, Gott nicht nur ihre Seele, ihren Geist und ihr Herz zu weihen, sondern auch ihren „Körper mit all seinen Sinnen“; so wird sie ihn wirklich mit ihrem ganzen Wesen lieben und ihm dienen.