



Adam & Eva, Michelangelo

Natürlich!  
Ein Weib brachte  
die Sünde in die Welt

# Heilt die Heiligen!

*Wie die Jungfrau Maria und andere christliche Promi-Frauen in einer Selbsthilfegruppe endlich ihre sexuellen Traumata auflösen konnten*

von Antje Uffmann

Nach C.G. Jung wirken in unserer Psyche Archetypen, dynamische Faktoren, die sich in Bilder und Mythen kleiden und bei der Selbstentfaltung helfen. In Frauenkursen sind solche archetypischen Symbole in Gestalt der alten Göttinnen – Shakti, Venus, Kali u.a. – heute wieder sehr populär. Bei weitem nicht so große Beachtung finden dagegen die historischen und mythischen Frauengestalten des christlichen Kulturkreises. Es scheint, als ob wir unsere christliche Geschichte und Prägung am liebsten weit von uns weg schieben wollten und uns lieber die fremden Göttinnen einverleiben. Und doch gibt es kein Entrinnen: Eva im Paradies, Maria Magdalena, Theresa von Avila ..., sie alle sind Teil unseres psychischen Erbes. Wenn wir genau hinschauen sind diese christlichen Ahninnen noch sehr lebendig. Wir finden sie überall – vor allem in uns selbst

Als Kursleiterin lerne ich viele interessante Menschen kennen und halte mittlerweile vieles für möglich. Dennoch war ich erstaunt, als ich die Anmeldeformulare für die Schnuppergruppe »Sexual healing für Frauen« durchlas. Neben anderen, mir unbekanntem Frauen hatten sich dort eingetragen: Eva (aus dem Paradies vertrieben), Maria (Mutter von Jesus), Maria Magdalena (die Sünderin des Neuen Testaments), Angela von Foligno (Heilige Asketin; 1248-1309), Theresa von Avila (Reformatorin des Karmeliterordens, Mystikerin, Heilige, 1515-1582), Mary Spencer (1634 als Hexe angeklagt) und Agnes Blannbekin (Nonne, gest. 1715 in Wien).

Alle diese Frauen suchten tatsächlich Heilung für ihre Sexualität! Verständlicherweise war ich sehr gespannt, wie das werden würde und auch – das gebe ich zu – etwas nervös. Als der zweitägige Kurz-Workshop begann, konnte ich besagte Damen recht gut an ihrem Outfit erkennen. Doch dann tauchte auch schon das erste Problem auf – beim Bezahlen. Sie hatten alle kein Geld. Die drei aus der Bibel waren enteignet worden – sie mussten die Tantiemen und Spenden den Priestern und der Kirche lassen. Die anderen hatten – wie damals alle Frauen – durch Kirchengesetze seit dem 11. Jahrhundert teilweise bis ins 20. Jahrhundert kein Eigentumsrecht. Sie erben nicht und durften ohne die Erlaubnis des Ehegatten oder Vaters auch nichts kaufen oder verwalten. Aha, so schwach ist also seit fast tausend Jahren das erste Chakra der Frauen! Kein Geld und also keine Übung darin, es zu verdienen und zu verwalten. Dieses Problem kenne ich selbst sehr gut.

## In love with Jesus

Einzig Theresa knallte dann ein paar Kupfertaler auf den Tisch, und wollte eine Quittung, auf der »Gebetskurs« draufsteht, da sie sich vor ihrem Orden zu verantworten habe. »Schon wieder«, stöhnte ich, »Warum arbeite ich wieder für Gotteslohn?!« Aber dann hab ich es natürlich gemacht – für die gute Sache. Ich gebe unten meine Kontonummer an, für alle, die dieses Projekt im Nachhinein noch sponsorn wollen.

Ich habe den Kurs dann so angefangen, wie ich es immer tue. Ich gab in der Kennenlernrunde meine »Olga«, eine pral-

le, nackte Urmutter, als Redestein herum. Drei Fragen sollten beantwortet werden: Warum bin ich hier und nicht auf einer Wochenend-Wallfahrt nach Lourdes? (So eine kleine Spitze konnte ich mir doch nicht verkneifen.) Was ist meine größte Sehnsucht? Was ist mein heißes Thema?

Eigenartig vertraut klang für mich der Beitrag von Maria Magdalena, den ich hier wörtlich zitiere: »Naja, in Lourdes brauche ich mich sowieso nicht blicken lassen (kichert). Ich habe schon sehr viel über Sexualität gelesen und nachgedacht, das ist wohl irgendwie meine Spezialität. Ich würde sogar selbst gern mal einen Vortrag darüber halten. Aber Sex ist nicht mein Problem. Das Problem ist Liebe. Ich wünsche mir einen Mann für's Herz, aber das ist ja wohl für mich nicht möglich. (Sie weint ein wenig.) Alle Männer wollen von mir eben das eine. Ich fühle mich dann so missachtet, in meinem Herzen abgewiesen, ungeliebt. Mit Jesus damals war das anders, aber auch nicht gerade besser. Er hat mich wirklich geliebt. Aber nur mein Herz. Da fühlte ich mich als Frau nicht gesehen, da ging meine Leidenschaft, mein Feuer ins Leere, grausam war das. Tja, mein heißes Thema ist ja wohl, dass ich beides will, Sex und Liebe, und nicht weiß, wie das gehen soll.«

## Albernheit als Todsünde

Besonders tief berührt hat mich Mary Spencer. »Ich bin hier, weil ich 1634 als Hexe angeklagt wurde. Damals war jede Frau in Gefahr. Bei der einen war es die Augenfarbe, bei der anderen ein Muttermal. Es wurde derart denunziert, dass man in manchen Dörfern fast alle Frauen ermordet hat. Ich habe mich seitdem mit vielen getroffen, die damals – legal – gefoltert und getötet wurden. Das war ein ganz tiefer Schock für uns alle, weil wir es nicht verstehen konnten. Wir wurden gequält und ausgelöscht, nur weil wir Frauen waren, weil wir lebendig waren.«

»Was war der Anlass deiner Verhaftung, Mary?«

»Ich ließ vergnügt meinen Wassereimer einen Hügel herunterrollen, lief ihm voraus und rief ihm zu, dass er mir folgen soll.« (Vgl. Barbara G. Walker: *Das geheime Wissen der Frauen. Ein Lexikon*, 1999, S. 385)

Mir traten die Tränen in die Augen; den anderen auch. Das reichte also aus, um getötet zu werden: ein bisschen lebenswerte Albernheit. Auffällig in der Runde war, dass sie alle kaum atmeten.

Agnes, eine zarte Frau im Nonnenhabit, hatte die Olga sofort wieder aus der Hand gelegt. Sie sei hier, weil sie keine Wallfahrt mehr brauche. Sie habe schon in frühen Jahren Erleuchtung erfahren. Das sei so gewesen: Sie habe Christi Vorhaut auf ihrer Zunge gespürt. Wenn sie runtergeschluckt habe, sei sie abermals dort erschienen. Es sei süß gewesen, und sie habe wohl hundertmal geschluckt. Danach habe sie die Offenbarung gehabt, dass Christi Vorhaut, die er schon so früh verloren hatte, bei der Auferstehung wieder dran war. Sie habe dabei wunderbare Körperempfindungen erlebt. (Vgl. O. Stoll: *Das Geschlechtsleben in der Völkerpsychologie*, 1908, S. 634 f)

## Die Erbschuld, Frau zu sein

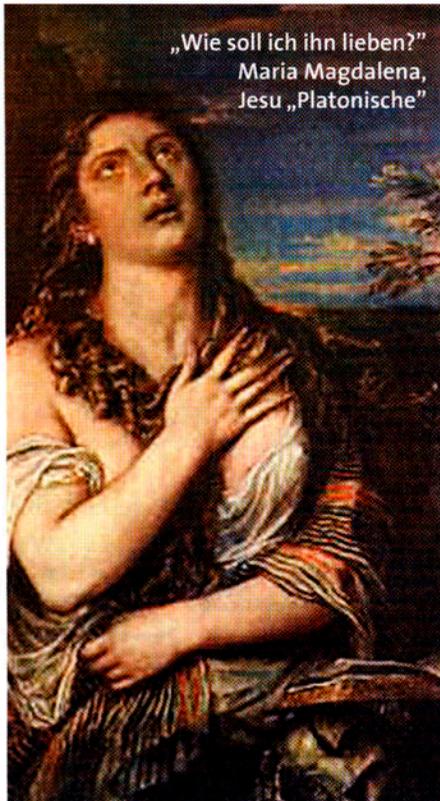
Vorsichtig unterbrach ich sie. »Ich habe da eine Verständnisfrage, Agnes. Hast du das wirklich erlebt, oder war es eine Phantasie?« Nein, dass sei alles so gewesen, beteuerte sie. Und da war auch schon ihr Problem: ihre Sehnsucht, das wieder zu erleben! Und das heiße Thema? Sie dachte, dass es vielleicht auch noch andere Wege zu dieser Erfüllung geben könnte.

Bei Agnes' Erzählung spürte ich tief in mir eine ganz ungewohnte Hochachtung gegenüber dem Einfallsreichtum unserer menschlichen Sexualität. Wenn alle normalen Wege, sie zur erleben, verbaut waren, sucht sie sich das Ungewöhnliche.

Im Kurs biete ich immer eine Abendmeditation zur Stärkung der Kundalini-Kraft an. Zu Beginn erkläre ich den Sinn und Zweck dieser Übung und spreche dabei von der Lebensschlange, die sich im Becken zusammenrollt. Genau an der Stelle brach Eva zusammen und begann schluchzend auf sich selbst einzuschlagen. Ihre Haut sah schlimm aus – voller Ekzeme. (Auf ihrem Anmeldebogen stand, sie habe eine Obstallergie.) Ihr wurde aber auch wirklich für alles die Schuld gegeben! Durch sie kam die Erbsünde in die Welt. Wegen ihr sind wir überhaupt aus dem Paradies geflogen. Sie wurde nicht – so wie Adam, ihr Mann – nach dem Bilde Gottes geschaffen. Wegen ihr gibt es die böse Sexualität! Tausende von Jahren lang hat man es so täglich gebetet, gepredigt und verinnerlicht: »In Schuld bin ich gezeugt worden, und in Sünde hat meine Mutter mich empfangen.«

## Mutterbrust der Christenheit

Interessant war auch, was Maria in diesem Moment tat. Sie rannte gleich als erste hin, um zu helfen und zerterte sich beim Bücken den Ischiasnerv. Ihre Schultern waren gebeugt, überall war sie sichtbar verspannt und zog dabei den ganzen Brustraum ein. Kein Wunder! Seit 2000 Jahren muss der ganze Klerus und die übrige Christenheit an ihren Brüsten hängen, weil alle anderen Frauen Sünderinnen sind. »Wenn Du eine Frau siehst, denke es sei der Teufel, sie ist eine Art Hölle«, verbreitete Papst Pius der II. Doch auch die protestantischen Kollegen rätselten, ob Frauen Menschen seien. 1662 erscheint in Wittenberg die Schrift: »Femina non est homo«. Frauen waren Höllenpforten, Seelenlose, Tiere. Noch im Jahre 1980 weiß Bischof Graber von Regensburg: »Vielleicht wird uns hier klar, warum wir vorhin auf den engen Zusammenhang des Weibes mit dem Tier aufmerksam machten. Sexualität führt zur Bestialität.« (Vgl. Karlbeinz Deschner: *Das Kreuz mit der Kirche, eine Sexualgeschichte des Christentums*, 1998, S. 402)



Gemälde: Tizian

## Großer connection-Test

### »Bestimme dein sexuelles Muster«

Nach der Typologie der christlichen Frauen-Archetypen von A. Uffmann

- »Wenn es beim Sex nicht so schön ist, denke ich automatisch: Es liegt an meiner Unfähigkeit, erregt zu werden.«
- »Wenn die erste Verliebtheit vorbei ist, fange ich an, mich dem Partner gegenüber mütterlich zu fühlen. Ich versorge ihn dann gern.«
- »Der Mann, dem ich wirklich mein Herz öffne, kann kein Sexpartner für mich sein. Er ist mein bester Kumpel oder schwul.«

Wenn dir, liebe Leserin, einer dieser Sätze bekannt vorkommen, bist du vielleicht ein »Eva-«, ein »Jungfrau-Maria-« oder gar ein »Maria-Magdalena-Typ«!? Den ausführlichen Test mit Sex-Tipps für jeden Typus, gibt's auf unserer Webseite [www.connection-medien.de](http://www.connection-medien.de).

Maria war die einzige Frau ohne Sünde. Es muss furchtbar anstrengend sein, solche Projektionen zu ertragen. 400 Jahre hatte sich kaum jemand für sie interessiert. Erst das Konzil von Ephesus 431 verlieh ihr die Gottesmutterchaft. Zu der Zeit blühten in der Alten Welt noch die Fruchtbarkeits- und Mysterienkulte. Von himmlischen Müttern geboren oder von Göttern gezeugt zu werden gehörte schon lange zum Repertoire jedes Helden, Erlösers oder Junggottes, der ein bisschen was auf sich hielt. Deshalb muss nun auch die auf Macht und Expansion fixierte christliche Kirche ein Produkt anbieten, das diese Nachfrage befriedigen würde. Als Maria den Job annahm, war sie noch durch und durch Weib. Jungfräulich wurde sie erst 553 auf dem zweiten Konzil von Konstantinopel.

### Leiden ist geil!

Folgende Episode aus dem Kurs gebe ich hier eigentlich ungern wieder, doch sie ist wichtig, um das Thema Kirche und Sex zu begreifen. Beim Abendessen, als

Angela von ihren spirituellen Erfahrungen erzählte, wurde mir regelrecht schlecht. Asketische Glaubenspraktiken gab es seit der Antike. Uns erscheinen sie heute drastisch und widerwärtig, doch Angela lebte in einer Blütezeit der christlichen Askese. Es war während des ganzen Mittelalters und bis in die Neuzeit hinein eine von der Kirche geförderte Mode, sich zu geißeln, sich selbst zu erniedrigen und zu quälen. Gerade auch viele Frauen wurden dafür heilig gesprochen, und man eiferte ihnen nach. Selbst 1926 wird die Asketik noch als »tiefste und zarteste Offenbarung des christlichen Geistes« beschrieben. (Vergl.: J. Müller: *Die Keuschheitsideen in ihrer geschichtlichen Entwicklung und praktischen Bedeutung*, 1926, S. 73)

Angela jedenfalls hatte das Waschwasser von Aussätzigen getrunken und erklärte beim Abendbrot munter: »Nie hatte ich mit solcher Wonne getrunken. Ein Stück der schorfigen Haut aus den Wunden der Aussätzigen war in meiner Kehle stecken geblieben. Statt es auszuspuken, gab ich mir größte Mühe, es herunter zu schlucken, und es gelang mir auch. Ich meinte, ich habe eben kommuniziert. Nie vermag ich die Wonnen auszudrücken, die mich überliefen.« (Ver-

gl.: Simone de Beauvoir: *Das andere Geschlecht. Sitte und Sexus der Frau*; 1968, S. 635) Dafür, so fuhr sie fort, sprach der Herr Jesus persönlich mit ihr und nannte sie »Meine süße, meine liebe Tochter, meine Geliebte, mein Tempel! Dein ganzes Leben, dein Essen, dein Trinken, dein Schlafen, ja dein ganzes Leben gefällt mir! Süße Gattin, ich liebe dich sehr ...« (Vergl.: Karlheinz Deschner: *Das Kreuz mit der Kirche. Eine Sexualgeschichte des Christentums*, 1998, S. 110f)

»In Schuld bin ich gezeugt worden, und in Sünde hat meine Mutter mich empfangen«, wurde täglich gebetet, gepredigt und verinnerlicht

### Was das mit mir zu tun hat

Ich möchte den Leserinnen und Lesern die Quintessenz, die ich in dieser Nacht aus meinen Beobachtungen zog, nicht vorenthalten, wenn auch die Art und Weise, wie ich dazu kam, ungewöhnlich war. Beim Zähneputzen sah ich mich im Spiegel an. Da konnte ich alle meine Teilnehmerinnen in meinem eigenen Gesicht



Cartoon von Gerhard Mester

„Nobody is perfect“,  
außer Mami!

Gemälde: Maria mit Kind von Raffael

erkennen! Alle! Was für eine Offenbarung! Hastig, mit Schaum vor dem Mund – es war ja nur die Zahnpasta – schrieb ich sie alle nieder:

Die kirchlichen Archetypen weiblicher Sexualität und ihre wirksamen Muster:

**Das Eva-Muster:** *„Ich bin an allem Schuld.“* Äußert sich oft auch subtil, als Flucht in Verantwortungslosigkeit und Opfer-Haltung.

**Das Maria-Muster:** *„Ich muss perfekt sein.“* Weit verbreitet und anstrengend, wenn frau drin steckt. Besonders fies in Kombination mit Eva.

**Das Maria-Magdalena-Muster:** *„Ich bin es nicht wert, geliebt zu werden. Sex oder Herz – Ich kann niemals beides haben.“*

**Das Mary-Spencer-Muster:** *„Meinen eigenen kreativen und ungewöhnlichen Impulsen zu folgen, birgt tödliche Gefahr. Ich tu das nie wieder.“*

**Das Asketinnen-Muster:** *„Ich richte meine Wut gegen mich selbst.“* Z.B. durch Körperverachtung, Fasten und Selbstverletzung.

**Das Heilige-Theresa-Muster:** *„Ich fliehe aus dem Körper in Gedanken und Träume. Der Körper ist immer zweite Wahl, ein notwendiges Übel.“*

**Das Heilige-Angela-Muster:** *„Ich ziehe mir die schlimmsten Probleme von anderen rein. Wenn es sich furchtbar für mich anfühlt, werde ich am meisten geliebt.“*

**Das Nonne-Agnes-Muster:** *„Ich konzentriere mich beim Mann immer auf das, was er nicht hat. Das kann beklagt und beweint werden. Es zergeht einem auf der Zunge.“*

## Heilige sind »abgehoben«

Der Anblick, den mir meine Kursteilnehmerinnen am nächsten Morgen bei der Dynamischen Meditation\* boten, war nicht anders als in den »irdischeren« Gruppen: Theresa war zwar nicht bei jedem »Hu« mit den Füßen auf dem Boden, aber wenn sie auftraf, dann geschah dies sehr stimmgewaltig. Mary Spencer hatte eine so kraftvolle Katharsis, dass sie fast nicht mehr raus kam, so viel Wut und Power erfüllten sie! Bei Eva ging es wieder mehr ins Kollabieren, ich musste ihr mehrmals das Kissen hinhalten, wenn sie ihre Wut gegen sich selbst richtete. Die heilige Angela würgte in Wellen von Ekel. Es war mir eine Freude, ihr die Erlaubnis zum Kotzen zu geben; dafür holte ich ihr sogar eigenhändig den Mülleimer.

Nach dem »Stop« begann Theresa ernstlich zu levitieren. Sie genoss sichtlich den Schmerz in den Armen und hob deutlich vom Boden ab. Ich hatte ja schon darüber gelesen, dass Ohnmachten, körperliche Gebrechen und auch das Abheben zum Repertoire der Mystikerin gehört hatten. Als sie in der stillen Phase der Meditation begann, vor sich hinzubrabbeln und die anderen zu stören, sprach ich sie an und

Maria war die einzige Frau ohne Sünde. Es muss furchtbar anstrengend sein, solche Projektionen zu ertragen

berührte sie, doch nichts geschah. Sie war nicht da. Wer den Körper so sehr verachtet, kann natürlich nicht »drin« bleiben, wenn das Energieniveau ansteigt.

## Bloß kein Vergnügen!

Im Hinblick auf Maria entschied ich mich für eine Kreuzbein-Massage. Doch dann unterlief mir ein Fehler bei der Ankündigung. Ich sprach davon, dass es *wobl-tuend* sein könne. Schon standen alle, bis auf Maria Magdalena, mit verschränkten Armen da und wollten nicht mitmachen, sie hatten Angst. Erst als ich erwähnte, dass es uns ja erlaubt ist, Heilung zu suchen, konnten sie sich ein bisschen darauf einlassen, denn Heilung ist doch immer noch was anderes als Vergnügen. Es heißt ja schließlich auch »sexual healing«.

In der Abschlussrunde wurde deutlich, dass dies erst der Anfang eines Weges gewesen war. Alle hatten Lust weiter zu machen. Ich empfahl ihnen meine Trainingskurse und auch noch einige andere Institute und Lehrerinnen. Gut möglich, dass ihr sie demnächst in einem Seminar trefft! Sie wollen sich unters Volk mischen.

Ehrlich gesagt war ich am Ende ganz schön k.o. Ich freute mich schon wieder auf »normale« Leute. So wie wir: immer genug Geld in der Tasche, die Füße fest auf der Erde – ohne Sehnsucht, abzuhelben, Herz und Sex selbstverständlich längst integriert, voll sinnlicher Empfindungen, ohne Traumata, Schuld und Drama. Denn mit den christlichen Übeln sind wir ja Gott sei dank durch. Oder etwa nicht? Glaubt man dem Moraltheologen G. Häring (1961), haben wir sowieso keinen Grund zur Aufregung: »In keiner Religion oder Weltanschauung ist die Frau so geachtet und geehrt wie im Christentum.« Na dann ist ja alles gut!

Ach ja, meine Kontonummer: 363 200; BLZ 26 552 286 ■



**Antje Uffmann, geb. 1964, Mutter von zwei Söhnen, studierte Theologie, Psychologie und Publizistik, schrieb zwei Bücher („Tränen Wasser Feuer Herz - Mein Begleiter durch das Trauerjahr“, Kreuz Verlag) und entwickelte eigene Konzepte zur Hospizarbeit. Ausbildung in integrativer Körperarbeit bei Regina König und Hellwig Schinko, Aruna-Tantra. Sie leitet das Wuivenkraft Institut, gibt Seminare und Trainings, hält Lesungen und Vorträge vor allem zu den Themen: Weibliche Spiritualität, Sexualität, Coachings in Trauer und Krise.**

## Seminar: Sexual Healing für Frauen

26. - 28. September 2003

**Von der Macht alter kirchlicher Prägung in der weiblichen Sexualität**

mit Mag. theol. Antje Uffmann  
im Connection-Seminarhaus

Infos: Tel. 08639-9834-0  
www.connection-medien.de  
www.wuivenkraft.de

\* Die »Dynamische Meditation« wurde in den 70er Jahren von Osho kreiert und fand mit der Musik von Deuter weite Verbreitung in der Seminar- und Psychoszene. Sie besteht aus den 5 Phasen: 1. Hyperventilation, 2. Katharsis (Schreien und Toben), 3. Hochspringen und »Hu!« rufen, 4. Regungslos Stehen, 5. Tanzen.