

# Ein Plädoyer für den Zölibat aus Sicht der Psychologie

Der Blickwinkel eines Psychiaters auf ein religiöses Phänomen wie den Zölibat ist ein spezieller, und man darf die Frage stellen, ob er überhaupt etwas Brauchbares aussagen kann. Die zweidimensionale verflachte Sichtweise der Psychologie auf ein dreidimensionales Phänomen hat nämlich zwangsläufig einen Reduktionismus zur Folge. Ohne die dritte Dimension, der Transzendenz, ist aber das zölibatäre Phänomen nur mangelhaft erfassbar, da diese Lebensform wie keine andere vom Wesen her transzendent ausgerichtet ist. Weil sich aber die Kritik an dieser Lebensform fast ausschließlich in diesem platten Koordinatensystem bewegt, ist hier eine saubere Analyse doch von Nutzen.

Der Psychiater begegnet dem Menschen in dreierlei Krisen: erstens in endogenen psychischen Störungen, die durch ein Ungleichgewicht im Gehirnstoffwechsel verursacht werden, zweitens in reaktiven Störungen, die durch ein Trauma hervorgerufen sind, und drittens in neurotischen Störungen, die durch ein „Verheddern“ des Ich in sich selbst verursacht werden. Diese Störungen kommen sowohl beim Zölibatären und beim Verheirateten vor, wie auch beim Ungebundenen, der das Freiheits- und Lebensideal des Zeitgeistes lebt. Allerdings wird beim Zölibatären besonders gerne und unwissenschaftlich vorschnell ein kausaler Zusammenhang zwischen der psychischen Störung und seinen spezifischen Lebensumständen hergestellt. Ein depressiver oder alkoholkranker Pfarrer ist für einfache Gemüter schon ein schlagender Beweis, dass der Zölibat nie gelingen kann. Psychodynamisch auffällig ist, dass den zölibatären Menschen, die sich reflektiert und freiwillig in diesen Lebensstand begeben haben, schulmeisterlich ein quälendes „nicht dürfen“ unterstellt, während den Ungebundenen, die sich mehrheitlich unfreiwillig in diesem Zustand befinden, ein fröhliches „alles können“ a la James Bond konstatiert wird. Das lässt tief blicken auf die ideologisierten Scheuklappen vieler Zeitgenossen.

Während in der Krankheitsgruppe der endogen-biologischen Gebrechen alle drei Lebensstile gleich häufig betroffen sind, sind reaktive psychische Störungen, hier als zweite Gruppe benannt, in der Praxis beim Verheirateten häufiger. Grund dafür ist, dass er am engsten an Mitmenschen gebunden ist und damit häufig selbst ins Wanken gerät, wenn der Partner oder die Kinder in eine existenzielle Krise geraten. Ehe ist ein sehr enges, verwundbares und krisenanfälliges Lebensmodell, das einerseits viel Stütze und andererseits viel Belastung bedeuten kann. Quälende Ehesituationen gehen besonders an die Substanz und gehören zu den häufigsten Gründen, warum Psychotherapeuten aufgesucht werden. Hier hat der Zölibatäre den Vorteil, dass sein Lebenspartner – Gott – keine Launen und Egoismen aufweist, und auch nicht in die Krise fällt. Der Ungebundene hingegen ist sich selbst der Nächste.

Bei den neurotischen Störungen, der dritten Gruppe, findet man aus psychiatrisch-wissenschaftlicher Sicht bei der unverbindlichen Lebensform ein signifikant höheres Risiko, Süchte und neurotische Ängste zu entwickeln und im Alter durch Vereinsamung, Verbitterung und Sinnverlust eine höhere Suizidrate aufzuweisen als bei den verbindlichen Lebensformen. Erklärbar ist das durch die fehlende Hingabe in der James-Bond-Gruppe, im Vergleich zu Zölibatären oder Eheleuten, die sich selbst und ihre Bedürfnisse immer wieder aus Liebe zurückgestellt haben. Der Ungebundene steht hier nicht für jeden Ledigen, sondern für das zeitgeistige Lebenskonzept der Unverbindlichkeit. Selbstverständlich können auch Ledige ein selbstloses Leben führen, und auch Eheleute und Zölibatäre sind den Gefahren der Selbstverfangenheit und des Egoismus ausgeliefert. Wer ein Leben lang danach trachtet, „sich selbst zu verwirklichen“ und „auf seine Bedürfnisse zu achten“ anstatt einem größerem Ideal zu dienen, der wird offensichtlich immer mehr auf sich selbst zurückgeworfen und endet häufig in der Verzweiflung. Es entspricht

Wer als Psychologe forscht und arbeitet, weiß, dass die zölibatäre Lebensform wie die Ehe dem Menschen alle Möglichkeiten gibt, an Leib und Seele gesund und glücklich zu leben – weil diese Entwürfe auf Verbindlichkeit angelegt sind. Eine Widerlegung gängiger Verdächtigungen des Zölibats **VON RAPHAEL BONELLI**



Der selige Papst Johannes Paul II. ist ein Vorbild für jeden Priester, wie der Zölibat glaubwürdig gelebt werden kann. Foto: dpa

dem Menschen, sich aus Liebe hinzugeben; das ängstliche oder egoistische Selbstbehahren hingegen führt in die Verbitterung. Die frei gewählte Verbindlichkeit in Ehe und Zölibat hat psychoprotektive – also seelensichernde – Funktion, auch wenn es manchmal zur Sehnsucht nach Ausbruch aus dieser Liebesbindung kommen kann.

Mit Hinweis auf die Psychologie kritisieren manche, dass der „Zwangszölibat“ der katholischen Priester menschlich unzumutbar sei. Da Zölibat eine lebenslange Entscheidung ist, würde aus psychologischer Sicht ein „Zwang“ in diese Richtung tatsächlich äußerst problematisch sein.

Genauer analysiert meint die Kritik aber meist nur die Verbindlichkeit. Es ist weder Zwang noch Erpressung, wenn beispielsweise die Frau vor der Hochzeit klarstellt, dass sie keinen Ehebruch des Mannes wünscht. Das ist eine Bedingung, auf die

der Bräutigam sich sehenden Auges einlässt. Gleichmaßen kann man sagen: Unter welchen Bedingungen die Kirche jemanden zum Priester weiht, ist ihre Sache. Wer sich darauf wesentlich einlässt, wurde weder gezwungen noch erpresst, sondern hat die Bedingungen akzeptiert. In der Regel ist die Entscheidung zum Zölibat wesentlich länger und besser geprüft als die zur Ehe: Irgendwann entscheidet er sich aber dann, und dann wird es verbindlich, denn der Zölibatäre ist eben nicht ungebunden, und seine Lebensform nicht unverbindlich. In der Psychotherapie sieht man recht häufig, wie Ehebrecher sich

in einer Form von Selbstbetrug als Opfer darstellen, ihre Tat schönreden, die ursprüngliche Eheentscheidung als unfrei uminterpretieren und den Partner in die Täterrolle zwingen – nur um sich selbst die quälenden Schuldgefühle zu nehmen. Das

nennt man Rationalisierung. Derselbe psychische Mechanismus tritt auch manchmal bei Zölibatären in der Krise auf, dann oft von medialem Jubel ob eines armen befreiten Gefangenen begleitet.

Oft wird auch mit (pseudo)psychologischem Ton postuliert, dass die permanente Ehelosigkeit um eines höheren Zieles willen psychologisch gesundheitsschädlich sei. Gerne wird hier Sigmund Freud zitiert: „Die Ursache der Neurose ist der von der Wirklichkeit aufgedrängte Verzicht auf Befriedigung der Sexualwünsche.“ Einerseits gilt das Postulat vom neurotisierenden Sexualverzicht heute nicht mehr als brauchbares therapeutisches Konzept für Pädophile und andere Straftäter, andererseits betont Freud selbst, dass nur die Unfreiwilligkeit zur Neurose führt. Sein Schüler Carl Gustaf Jung wird ein paar Jahre später genauer: „Wenn die sexuelle Enthaltsamkeit keine Flucht vor den Nöten und Verantwortungen des Lebens und des Schicksals ausdrückt, dann ist sie keinesfalls schädlich. Sie muss aber frei ausgewählt sein und auf religiösen Überzeugungen beruhen: alle anderen Motivationen sind zu schwach und verursachen Mangel an innerlicher Einheit, und dadurch die Neurose, welche immer einen moralischen Konflikt austrägt.“

In der heutigen Zeit betreiben manche eine Pathologisierung des kontrollierten Sexualtriebs. Der Zölibatäre – wie jeder normale Mensch – sollte den Input zu regeln wissen und eine Erregung vermeiden, die nur im Kontext einer Liebeshingabe sinnvoll sein würde. Jede Autoerotik führt beim Zölibatären in die falsche Richtung: Erregen und verdrängen ist der falsche Weg. Gas und Bremse gleichzeitig macht das Auto kaputt. Die Fähigkeit, auf Sexualität verzichten zu können, ist nicht nur möglich, sondern übrigens auch in jeder partnerschaftlichen Beziehung notwendig. Sex erscheint in der Pubertät vielleicht vorübergehend ein unbeherrschbar mächtiges Phänomen zu sein, das dann aber im Laufe der Zeit durch Reifung zu einem Instrument und einer Sprache der Liebe kultiviert werden muss. Sexualität muss jederzeit aus Rücksicht auf das geliebte Du oder um eines höheren Gutes willen zurückgefahren werden können. Auf Erotik kann der Mensch ohne Gesundheitsschäden verzichten, im Gegensatz zum Essen oder Trinken. Sexualität darf auch keinesfalls als Medikament für irgendwelche Störungen missverstanden werden.

Jede Lebensform kann ich-haft scheitern. Das heißt, dass sich der Mensch in sich selbst verspinnt, sich seiner ursprünglichen Liebe entfremdet und den Blick auf die anderen verliert. Zölibat ist zwar vom Konzept die selbstloseste Lebensform, und er unterliegt auch nicht der Versuchung des biologischen Egoismus, in dem die eigenen Kinder als narzisstische Kopien missverstanden werden – aber bei Verlust der Gottesbeziehung fällt der Zölibatäre auf sich selbst zurück und regrediert zum Unverbindlichen.

Ein religiös motivierter Lebensstil stabilisiert die psychische Gesundheit, wie eine rezente wissenschaftliche Metaanalyse an der US-amerikanischen Duke-University gezeigt hat. Das heißt, dass der Glaube das Leben prägt und formt. Bei Verlust der religiösen Überzeugung ist die zölibatäre Lebensform dann sinnentleert und wird vielleicht nur äußerlich aus Opportunitätsgründen fortgeführt. Dieser Spagat ist psychisch belastend, weil das „Warum“ verloren gegangen ist. Das führt zu einem Doppelleben, das nicht mehr glücklich macht. Ein Zölibatärer ohne Gebet trift immer mehr in ein unverbindliches Selbstverständnis ab, bis er seine ursprünglich eingegangene Verbindlichkeit nicht mehr erträgt.

Tatsache ist, dass auf Dauer nur psychisch gesunde Persönlichkeiten zum zölibatären Weg fähig sind. Die Ehefähigkeit ist dabei eine Voraussetzung. Ein schizoide

Desinteresse an jeglicher menschlicher Beziehung oder sexuelles Desinteresse an einer erwachsenen Frau ist keinesfalls Zeichen einer Berufung, sondern im Gegenteil ein Ausschlusskriterium. Der Zölibat ist nur dann wertvoll und echt, wenn ihn ein ehedfähiger Mensch wählt. Ein ehedfähiger Mensch lebt niemals zölibatär, auch wenn er diesen Lebensstil äußerlich imitiert. Als aktuelles innerkirchliches Beispiel sei die Ephebophilie genannt – das sexuelle Interesse eines erwachsenen Mannes an geschlechtsreifen männlichen Jugendlichen. Diese Männer haben kein natürliches Interesse an einer Ehe. Die Daten der gegenwärtigen kirchlichen Missbrauchsfälle von Deutschland, Österreich und der Schweiz ähneln einander: etwa 70 Prozent der sogenannten Pädophilie-Fälle waren ephebophile Taten, 20 Prozent waren Übergriffe auf geschlechtsreife Mädchen und zehn Prozent echte Pädophilie-Fälle (Kinder unter zehn Jahren). Der „John Jay Report“ aus den USA findet ganz ähnliche Zahlen, insbesondere bei den sogenannten „Specialists“-Tätern. Dort waren 82 Prozent der kirchlichen US-Missbrauchsfälle zwischen 1950 und 2002 männlichen Geschlechts. Ein ehedfähiger zölibatärer Mann kann zweifellos manchmal bei einer erwachsenen Frau schwach werden – unter keinen Umständen wird er aber ephebophil oder pädophil, auch wenn er schon sehr lang auf Sexualität verzichtet hat.

Der bekannte US-Psychologe Martin Seligman konstatiert zu Recht, dass die alte Psychologie defektorientiert war – dass also alles, was unter die psychologische Lupe genommen, nach Defekten abgesehen wurde. Die moderne positive Psychologie hingegen, die sich in den USA immer mehr durchsetzt, sucht nach Stärken und Ressourcen des Menschen, und pathologisiert nicht sofort jeden Lebensumstand.

In der Tat findet man nach der Methode der modernen Ressourcenpsychologie viele Möglichkeiten, die eine zölibatäre Lebensform eröffnet. Die emotionale Energie, die der Verheiratete zu Recht in Partnerschaft, Nestbau und Brutpflege investiert, ist beim Zölibatären verfügbar für die Gottesbeziehung „mit ungeteiltem Herzen“ und zum Dienst am anderen. Beziehungsarbeit, bei Verheirateten Zweisamkeit mit dem Partner, beim Zölibatären Gebet, ist eine wertvolle Investition in die Zukunft, die der Unverbindliche zu seinem langfristigen Schaden nicht in dem Maß leistet. Der Zölibatäre kann die Freiheit des Junggesellen mit der Verbindlichkeit und damit der menschlichen Reifung des Verheirateten vereinen. Das gelungene zölibatäre Leben zeigt ein Nähe-Distanz-Phänomen: Er kann durch seine selbstlose Hingabe große Nähe herstellen und gleichwohl die nötige Distanz halten. Genau wegen der Verpflichtungen, die er auf sich genommen hat, versteht der Zölibatäre viele Dimensionen des Ehelebens und hat das Potenzial, sich zu einem selbstlosen Berater zu entwickeln. Johannes Paul II. und Mutter Teresa sind zwei Beispiele für Menschen, die nur durch diese Lebensform ein äußerstes Maß an Hingabe an Gott und die anderen leben konnten. Vieles tief Menschliche ist nur durch Verbindlichkeit erfahrbar: Lebenserfahrung, Treue, Konstanz auch an „schlechten Tagen“. Daraus resultiert mehr Beziehungsfähigkeit, mehr Intensität in der Begegnung, mehr Freiheit, mehr Überblick. Er kann dadurch mehr die Richtung angeben, und das braucht sowohl die Kirche wie auch die Gesellschaft.

Der Autor ist Psychiater, Psychotherapeut und Neurologe. Er leitet in Wien das „Institut für Religiosität in Psychiatrie und Psychotherapie“ (RPP), das am 15. Oktober im Zisterzienserkloster Heiligenkreuz bei Wien eine Fachtagung über „Zölibat & Beziehung“ veranstaltet. Informationen und Möglichkeit zur Anmeldung unter: [www.zolibat.at](http://www.zolibat.at).

„Missbrauchsfälle hängen nicht mit dem Zölibat zusammen“

„Permanente Suche nach Selbstverwirklichung endet häufig in der Verzweiflung“