



Katholische Frauengemeinschaft Deutschlands (kfd)

## **Bibelarbeit zum Hohen Lied der Liebe**

### **Vorschlag für eine Bibelarbeit zu Liebe, Erotik, Körperlichkeit und Sexualität**

**Von Claudia Seeger**

„Ich liebe dich“, das hört jede Frau, hört jeder Mann gerne. Liebeserklärungen der besonderen Art finden sich im Hohen Lied der Liebe, das leidenschaftlich die Liebe und auch die sexuelle Anziehungskraft zweier Menschen besingt. Es hat nur ein Thema: die erotische Liebe. Sie wird gepriesen, unabhängig von Fragen nach Ehe und Kindern. Wegen der unverhüllt erotischen Sprache und seinem unbefangenen Umgang mit Sexualität wurde es lange Zeit fast ausschließlich in einem übertragenen Sinne verstanden als Ausdruck der Beziehung zwischen Gott und seinem Volk oder zwischen Christus und der Kirche.

Erotik und Sexualität, Begehren und Begehrt werden gehören heute wie zur Zeit der Entstehung des „Liedes der Lieder“ zur Sehnsucht der Menschen. Das Hohe Lied sagt uns in seiner poetischen Sprache zu: Sexualität und Erotik bilden ein köstliches Gut und gehören selbstverständlich zum Leben der Menschen. Sie sind untrennbar mit der liebevollen Wertschätzung des Partners und der Partnerin verbunden.

Der Vorschlag für eine Bibelarbeit zum Hohen Lied will dazu anregen, sich auf diese durch und durch positive Sicht der Sexualität als von Gott geschenkter Lebenskraft einzulassen. Bei diesem sensiblen Thema ist ein achtsamer Umgang miteinander in der Gruppe besonders wichtig. Achten Sie deshalb darauf, dass jede zu Ende sprechen kann und dass Sie einander wirklich zuhören. Jede hat ihren je eigenen Zugang zur Sexualität und ihre eigene Geschichte. Ein Gespräch über persönliche Erfahrungen kann verunsichern und verletzlich machen. Bedenken Sie, dass möglicherweise Frauen mit Missbrauchserfahrungen an dem Gespräch teilnehmen. Die Leiterin sollte daher zu Beginn vermitteln, dass alle Empfindungen und Ansichten willkommen sind, sofern sie andere nicht abwerten. In einer guten Atmosphäre können sich auch Frauen, die Berührungsängste mit dem Thema Sexualität haben eher öffnen.

Suchen Sie für die Bibelarbeit einige Zitate aus dem Hohenlied heraus, die eine sexuelle Komponente haben und die sie ansprechen, z.B. Hld 5,2-8:

„Mein Geliebter streckte seine Hand durch die Luke,  
da drängte mein Leib zu ihm hin.“

Gestalten Sie eine Mitte mit Tüchern, Blumen und Kerze und verteilen Sie die Bibelstellen um die Mitte.

Lied: Da wohnt ein Sehnen tief in uns (Lieder wie Perlen, Nr.6)

### Begrüßung und Einleitung

Liebe Frauen, ganz herzlich begrüße ich Sie (euch) zu unserem Bibelgespräch.

„Leidenschaftlich glauben und leben“, so lautet ja das Motto der kfd. Und um eine Facette der Leidenschaft soll es auch heute gehen, nämlich um Sexualität.

Wir wollen uns mit dem Hohen Lied der Liebe beschäftigen, einer alttestamentlichen Liebeslyrik, deren Sprache nur so sprüht vor Leidenschaft und Erotik. Es enthält eine Sammlung von Liebesliedern, die abwechselnd aus der Sicht der Frau und des Mannes geschrieben sind und ganz offen auch die körperliche Liebe zwischen Mann und Frau zum Thema haben.

Es geht also heute um Körperlichkeit, um Erotik und Sexualität. Für manche von uns ist es vielleicht neu und fremd sich darüber auszutauschen. Ich freue mich deshalb besonders, dass wir heute versuchen, miteinander darüber ins Gespräch zu kommen. Jede von uns hat ihre eigene Geschichte: mit dem Zugang ihrem Körper, mit ihrer Sexualität, mit ihren Wünschen und Sehnsüchten. Doch dafür haben wir kaum eine Sprache, denn wir haben nicht gelernt oder lernen dürfen sie zur Sprache zu bringen. Umso schöner, dass wir in einem Buch der Bibel Beispiele finden, in denen offen und zugleich sinnlich das Begehren zum Ausdruck gebracht wird.

Ich lade Sie ein, sich eine oder mehrere Stellen aus der Mitte auszusuchen.

Anschließend bittet die Leiterin die Teilnehmerinnen, das Zitat, das sie am meisten angesprochen hat vorzulesen. Die Zitate bleiben zunächst unkommentiert.

Die Leiterin teilt dann die gesammelten Textstellen an alle aus und bittet die Teilnehmerinnen, sich in kleinen Gesprächsgruppen zu dritt oder viert zusammzusetzen und sich zu folgenden Fragen auszutauschen:

- Was spricht mich bei den Zitaten spontan an?
- Woran störe ich mich?
- Welches Bild der Sexualität wird hier gezeichnet? Wie verträgt es sich damit, wie meiner Erfahrung nach in der Kirche über Sexualität gesprochen wird?

Nach ca. 20 Minuten kommen alle wieder im Plenum zusammen und berichten von den Gesprächen in den Kleingruppen.

### Elfchen schreiben

Die Leiterin lädt die Teilnehmerinnen ein, ein sog. „Elfchen“ zu verfassen zum Thema Leidenschaft, Erotik, Lust und Sexualität. Ein Elfchen ist ein Gedicht mit genau elf Worten das dem Schema 1-2-3-4-1 folgt, z.B.

Ich  
begehre dich.

Du bist mir  
Nähe Wärme Licht Lust.  
Wir

Abschließend werden die Elfchen vorgelesen, soweit die Verfasserinnen damit einverstanden sind.

Schließen Sie mit einem Körpersegen, z.B.:

Lasst uns aufstehen und Dank sagen für unsere Körper.  
Lasst uns das so tun, dass alle den letzten Vers des Segens jeweils in der 1. Person Singular wiederholen.

V: Sei gepriesen, göttliche Weisheit-Sophia, dass du uns nach deinem Bild geschaffen hast.

A: Ich preise dich, Weisheit-Sophia, dass du mich nach deinem Bild geschaffen hast.

Preise dein Herz. Leg deine Hand auf dein Herz.  
Fühle wie es schlägt, fühl deinen Herzschlag.

Pause – an dieser Stelle auch in den folgenden acht Strophen

Sei gepriesen, Weisheit-Sophia, für unsere Herzen.  
Ich preise dich, Weisheit-Sophia, für mein Herz.

Preise deinen Bauch. Lege deine Hände auf deinen Bauch, fühle, wie sich die Bauchdecke durch deinen Atem hebt und senkt.

Sei gepriesen, Weisheit-Sophia, für unsere Bäuche.  
Ich preise dich, Weisheit-Sophia, für meinen Bauch.

Preise deine Hüften. Lege deine Hände seitlich auf deine Hüften, fühle, wie sie kraftvoll dein Inneres umschließen.

Sei gepriesen, Weisheit-Sophia, für unsere Hüften.

Preise deinen Rücken. Lege deine Hände in dein Kreuz, fühle die Berührung, die dich stärkt und aufrichtet.

Sei gepriesen, Weisheit-Sophia, für unsere Rücken.  
Ich preise dich, Weisheit-Sophia, für meinen Rücken.

Preise deine Arme. Berühre einen mit dem anderen, streiche liebevoll von den Oberarmen bis zu deinen Händen.

Sei gepriesen, Weisheit-Sophia, für unsere Arme.  
Ich preise dich, Weisheit-Sophia, für meine Arme.

Preise deine Beine. Lege deine Hände auf deine Oberschenkel, spüre ihre Stärke.

Sei gepriesen, Weisheit-Sophia, für unsere Beine.  
Ich preise dich, Weisheit-Sophia, für meine Beine.

Preise deine Brüste. Lege deine Hände auf sie, spüre ihre weiche Rundung.  
Sei gepriesen, Weisheit-Sophia, für unsere Brüste.  
Ich preise dich, Weisheit-Sophia, für meine Brust.

Preise dein Gesicht. Lege deine Hände auf deine Wangen, über deine Augen,  
berühre mit den Fingerspitzen deine Stirn.  
Sei gepriesen, Weisheit-Sophia, für unsere Gesichter.  
Ich preise dich, Weisheit-Sophia, für mein Gesicht.

Preise deinen Kopf. Umschließe ihn mit den Händen, spüre die knöchernen  
Schale, die dein Gehirn umgibt.  
Sei gepriesen, Weisheit-Sophia, für unsere Köpfe.  
Ich preise dich, Weisheit-Sophia, für meinen Kopf.  
Preise deinen Körper. Lass deine Hände einmal die Umrisse deines Körpers  
berühren, beginne mit den Haaren, ende bei den Füßen.  
Sei gepriesen, Weisheit-Sophia, für unsere Körper.  
Ich preise dich, Weisheit-Sophia, für meinen Körper.

Gesegnet sind unsere Körper.  
Tempel der heiligen Geistkraft werden sie genannt.  
Gesegnet ist mein Körper,  
Tempel der heiligen Geistkraft wird er genannt.

Amen

Anne Rieck  
(aus: EFID (Hg.), Arbeitshilfe zum Weitergeben 3/2010, S. 46-47)

Blitzlichtrunde:

Das Gespräch kann mit einer Blitzlichtrunde abgeschlossen werden, bei der jede  
Teilnehmerin kurz sagt:

Was ist mir heute in Verbindung mit den Bibeltexten wichtig geworden?

Welche Erkenntnisse nehme ich mit?

Was möchte ich gerne hier lassen?

Abschlusslied: Frauen auf dem Wege