



## Unser Körper - Ein kostbarer Tempel

*„Jeder sollte seinen Körper als ein unbezahlbares Geschenk betrachten, erhalten von jemandem, den man über alles liebt, als ein wunderbares Kunstwerk von unbeschreiblicher Schönheit und als Geheimnis jenseits menschlicher Begriffe und so zart, dass ein Wort, ein Hauch, ein Blick, ja ein Gedanke ihn verletzen kann.“*

Nikola Tesla's Worte erinnern uns daran, dass der menschliche Körper mehr ist als nur eine biologische Hülle – er ist ein Geschenk von unschätzbarem Wert. Insbesondere aus einem christlichen Zugang zum Thema „Körperlichkeit“ lassen sich bedeutende Impulse und Anregungen für heutige Fragestellungen gewinnen. Die christliche Tradition lehrt, den Körper als einen Tempel des Heiligen Geistes zu betrachten, ein göttliches Kunstwerk von unvergleichlicher Schönheit.

In der Auseinandersetzung mit Fragen wie "Bin ich schön, bin ich stark oder bin ich schlank genug?" bietet der christliche Glaube eine transformative Perspektive. Schönheit wird nicht allein an äußeren Merkmalen gemessen, sondern an der Güte, Liebe und Barmherzigkeit, die im Herzen eines Menschen quasi wohnen. Die Stärke liegt nicht nur in physischer Kraft, sondern auch in der Fähigkeit, sich selbst und anderen zu vergeben, Schwächen anzuerkennen und den Weg der Demut zu gehen. Die Schlankheit des Herzens, geprägt von einer gesunden Balance und einem liebevollen Umgang mit dem eigenen Körper, gewinnt an Bedeutung.

In der rituellen Glaubenspraxis, sei es im Gebet oder in der Liturgie, spielt der Körper eine zentrale Rolle. Der Akt des Erheben der Hände oder das Niederlegen des Körpers in symbolischen Gesten drücken eine tiefe Verbundenheit mit dem Göttlichen aus. Der Körper wird als Ausdrucksmittel des Glaubens und der Hingabe verstanden. In der Eucharistie wird der Körper Christi symbolisch geteilt, was eine spirituelle Einheit und Gemeinschaft unter den Gläubigen hervorruft.

Im Zeitalter der Virtualität und Künstlichen Intelligenz, in dem die Grenzen zwischen Realität und Simulation verschwimmen, gewinnt die Betonung der Körperlichkeit eine besondere Bedeutung. Die christliche Lehre erinnert daran, dass der Körper nicht nur eine materielle Hülle ist, sondern auch das Gefäß für die Seele. In einer Welt, die von virtuellen Identitäten und digitalen Erfahrungen geprägt ist, ermahnt uns der christliche Glaube, die reale Existenz unseres



Körpers nicht zu vernachlässigen. Die physische Präsenz in der Gemeinschaft, die Berührung, der Blickkontakt – all dies sind Ausdrucksformen der Menschlichkeit, die im digitalen Raum oft verloren gehen. Zudem vergessen wir auch viel zu häufig - wenn wir jetzt das beliebte Beispiel Social Media hernehmen - das nicht alles was uns der schwarze Bildschirm zeigt der Realität entspricht. Natürlich zeigen sich die sogenannten Influencer nur dann wenn sie gerade gut aussehen und sich auch gut fühlen. Wenn man traurig ist oder die Jeans nach dem Essen nicht mehr zugeht bleibt die Kamera ausgeschaltet.

Viel zu häufig vergessen wir auch, was unser Körper uns eigentlich alles gibt. Denken wir doch nur einmal an unsere zahlreichen Hobbys, wenn wir unseren Körper nicht hätten oder ihm nicht genug Energie in Form von Essen zuführen könnten wir das alles gar nicht machen.

Der soziale Ausdruck und politische Protest des Körpers finden im christlichen Kontext ebenfalls Bedeutung. Historisch gesehen waren die Körper der Gläubigen oft Mittel des Widerstands gegen Unrecht und Unterdrückung. Von Mahatma Gandhi, der den Körper als Instrument des gewaltfreien Widerstands einsetzte, bis zu den Menschenrechtsaktivisten, die durch Hungerstreiks auf Missstände aufmerksam machten, zeigt sich die transformative Kraft des Körpers als Ausdruck politischer Überzeugungen.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass der christliche Zugang zur Körperlichkeit eine tiefgreifende Perspektive auf die Fragen der Schönheit, Stärke und Selbstakzeptanz bietet. Der Körper wird nicht als bloßes Objekt betrachtet, sondern als lebendiges Kunstwerk, das mit göttlichem Wert durchwoben ist. In den rituellen Praktiken wird der Körper als Medium der Verbindung mit dem Göttlichen erlebt, und in einer zunehmend digitalen Welt erinnert der christliche Glaube daran, die reale Existenz des Körpers nicht zu vernachlässigen. Schließlich wird der Körper als soziales und politisches Werkzeug betrachtet, um gegen Unrecht vorzugehen und positive Veränderungen herbeizuführen. In der Betrachtung des Körpers als kostbaren Tempel wird die Einzigartigkeit und Würde jedes menschlichen Wesens zelebriert.