

## **38. Das neunte und das zehnte Gebot des Dekalogs**

Diese beiden Gebote helfen, in Gedanken und Wünschen die heilige Reinheit (9. Gebot) und die Loslösung von den irdischen Gütern (10. Gebot) zu leben.

22.07.2017

„Du sollst nicht nach der Frau deines Nächsten verlangen und du sollst nicht das Haus deines Nächsten begehrn, nicht sein Feld, seinen

Sklaven oder seine Sklavin, sein Rind oder seinen Esel, nichts was deinem Nächsten gehört“ ( *Dt 5,21*).

„Wer eine Frau auch nur lüstern ansieht, hat in seinem Herzen schon Ehebruch mit ihr begangen“ ( *Mt 5,28*).

## 1. Die inneren Sünden

Diese beiden Gebote beziehen sich auf die inneren Akte, die den Sünden gegen das sechste und siebte Gebot entsprechen. Die traditionelle Morallehre fasst sie zusammen als „innere Sünden“. In positiver Hinsicht fordern sie die Reinheit in Gedanken und Wünschen (9. Gebot) sowie die Loslösung von den irdischen Gütern (10. Gebot), wie es den Worten des Herrn entspricht: „Selig, die ein reines Herz haben; denn sie werden Gott schauen“ ( *Mt 5,8*); und „Selig, die arm sind vor

Gott; denn ihnen gehört das Himmelreich“ ( *Mt 5,3*).

Die erste Frage, die sich stellt, ist die nach der Berechtigung, überhaupt von inneren Sünden zu sprechen. Warum werden Gedanken und Willensakte negativ bewertet, auch wenn sie nicht zu verwerflichen äußeren Handlungen führen?

Die Sündenlisten, die das Neue Testament enthält, bezeichnen in der Tat vor allem äußere Werke (Ehebruch, Unzucht, Mord, Götzendienst, Zauberei, Streit, Zorn usw.), sie erwähnen aber auch innere Akte (Neid, schlechte Begierden, Habsucht) <sup>i</sup>.

Jesus selbst erklärt, dass „böse Gedanken, Mord, Ehebruch, Unzucht, Diebstahl, falsche Zeugenaussagen und Verleumdungen“ ( *Mt 15,19*) aus dem Herzen des Menschen kommen; und hinsichtlich der Keuschheit lehrt er: „Wer eine Frau auch nur lüstern

ansieht, hat in seinem Herzen schon Ehebruch mit ihr begangen“ (Mt 5,28). Aus diesen Texten ergibt sich die wichtige moralische Einsicht, dass die Quelle der menschlichen Handlungen und damit auch das Gut- oder Böse-Sein der Person in ihrem Herzen liegt – in dem, was jemand „will“ und wählt. Die Verwerflichkeit von Mord, Ehebruch und Diebstahl ist nicht primär in der physischen Tat oder ihren Folgen zu suchen (obwohl diese zweifelsohne eine wichtige Rolle spielen), sondern im Willen (im Herzen) des Mörders, Ehebrechers oder Diebes, der diese bestimmte Tat „will“ (oder „liebt“) und wählt. Er richtet sich damit auf etwas aus, das der Liebe zum Nächsten – und damit auch der Liebe zu Gott – widerspricht.

Der Wille erstrebt immer ein Gut, das aber gelegentlich ein nur scheinbares Gut sein kann, weil es hier und jetzt vernünftigerweise

nicht auf das Wohl der Person in ihrer Gesamtheit hingeordnet werden kann. Als Dieb will ich etwas, das ich für gut halte; die Tatsache aber, dass es jemand anderem gehört, bewirkt, dass der Entschluss, es für mich selbst zu behalten, unmöglich auf mein Wohl als Person hingeordnet werden kann und damit (was dasselbe ist) auf das letzte Ziel meines Lebens. Die äußere Durchführung ist daher gar nicht mehr notwendig, um den Willen positiv oder negativ zu bestimmen. Wer sich zu einem Diebstahl entschließt, hat schlecht *gehandelt*, auch wenn er die Tat aus irgendeinem Grund nicht ausführt. Er hat einen inneren Willensakt gegen die Tugend der Gerechtigkeit gesetzt.

Ein Mensch ist gut oder böse durch sein Wollen. Man müsste daher, streng genommen, die Kategorien „gut und böse“ nur für die Wünsche

verwenden, nicht aber für die Gedanken. Tatsächlich gebrauchen wir für unsere Verstandestätigkeit andere Kategorien – nämlich „wahr und falsch“. Wenn das 9. Gebot die „unreinen Gedanken“ verbietet, dann sind damit nicht unsere Vorstellungen gemeint oder das Denken an sich, sondern der Wille, der eine ungeordnete Lust anstrebt, die ein bestimmtes (inneres oder äußeres) Bild in ihm weckt <sup>ii</sup>.

Die inneren Sünden kann man wie folgt unterteilen:

- *delectatio morosa* („schlechte Gedanken“): bildhafte Vorstellung einer sündhaften Tat ohne die Absicht, sie zu vollziehen. Wenn es sich um eine schwerwiegende Sache handelt und darin die Lust gesucht oder zugelassen wird, liegt eine schwere Sünde vor;

- *desiderium pravum* („schlechtes Begehren“): allgemeines inneres Verlangen nach einer sündhaften Handlung, dem der Mensch zustimmt. Es ist nicht identisch mit der Vollzugsabsicht (die immer ein wirksames Wollen impliziert), obwohl häufig nur bestimmte Motive vom Vollzug abhalten (Folgen der Handlung, Schwierigkeit ihrer Durchführung usw.);
- *gaudium peccaminosum* („sündhafte Freude“): willentliches Wohlgefallen an einer selbst oder von anderen begangenen schlechten Tat. Es erneuert die Sünde in der Seele.

In sich betrachtet wiegen die inneren Sünden weniger schwer als die entsprechenden äußeren Werke, denn der äußere Akt offenbart für gewöhnlich ein intensiveres Wollen. Sie sind aber sehr gefährlich,

besonders bei Menschen, die den Umgang mit Gott suchen, denn:

- sie werden *leichter begangen*, da nur die Zustimmung des Willens erforderlich ist und die einschlägigen Versuchungen häufiger auftreten können;
- sie werden *weniger beachtet*, weil der Mensch, wenn er nicht völlig zugestimmt hat, sie aus Unwissenheit oder Nachsicht mit seinen Leidenschaften oft nicht als wenigstens lässliche Sünden anerkennen möchte.

Die inneren Sünden können zu einer Verbildung des Gewissens führen, wenn jemand sich die innere lässliche Sünde regelmäßig oder fallweise nicht eingesteht, auch wenn er die Todsünde meiden will. Diese Verbildung kann bewirken, dass es zu Reizbarkeit kommt, zu Verstößen gegen die Liebe, zu kritischem Geist, zu einem Sich-

Abfinden mit häufig wiederkehrenden Versuchungen, die nicht entschlossen bekämpft werden usw. <sup>iii</sup> In einigen Fällen kann es sogar dazu kommen, dass man innere Sünden nicht zugibt und mit unsinnigen Ausreden entschuldigt, so dass das Gewissen immer mehr verwirrt wird. Folge davon ist, dass leicht die Eigenliebe zunimmt, sich innere Unruhe einstellt, Demut und aufrichtige Reue schwer fallen und man schließlich in einen Zustand der Lauheit gerät. Im Kampf gegen die inneren Sünden darf man den Skrupeln keinen Raum geben <sup>iv</sup>.

Hilfen im Kampf gegen innere Sünden sind:

- der häufige Empfang der Sakramente, die uns die Gnade vermitteln oder sie vermehren und unsere täglichen Armseligkeiten heilen;

- das Gebet, die Abtötung und die Arbeit, bei der man aufrichtig Gott sucht;
- die Demut – die uns das eigene Elend erkennen lässt, ohne dass wir deshalb wegen unserer Fehler verzweifeln – sowie das Vertrauen auf Gott, von dem wir wissen, dass er immer bereit ist, uns zu verzeihen;
- die Aufrichtigkeit vor Gott, uns selbst gegenüber und in der geistlichen Leitung, sowie die sorgfältige Pflege der Gewissenserforschung.

## 2. Die Reinigung des Herzens

Das 9. und 10. Gebot betreffen die seelischen Vorgänge, die an der Wurzel der Sünden gegen die Keuschheit und die Gerechtigkeit liegen – und im weitesten Sinn an der Wurzel aller Sünden <sup>v</sup>. Positiv betrachtet laden sie dazu ein, mit lauterer Absicht und aus reinem

Herzen zu handeln. Sie sind sehr wichtig, weil sie nicht nur die äußere Seite unseres Tuns vor Augen haben, sondern die Quelle, aus der unsere Handlungen hervorgehen.

Diese inneren Vorgänge sind im sittlichen Leben der Christen grundlegend, weil dort die Gaben des Heiligen Geistes und die eingegossenen Tugenden auf die Haltung der Person stoßen. Dabei sind insbesondere die sittlichen Tugenden von Bedeutung, weil sie den Willen und die anderen Strebevermögen auf das rechte Handeln ausrichten. Wenn man sich diese Elemente vergegenwärtigt, ist es leicht, eine gewisse Karikatur der Moral zu überwinden – als sei sie nur Kampf, die Sünde zu vermeiden – und das grandiose positive Panorama der menschlichen Existenz besonders des Christen aufzuzeigen, das die Bemühung um

ein Wachstum der Tugenden (durch Reinigung des Herzens) eröffnet.

Diese Gebote beziehen sich besonders auf die inneren Sünden gegen die Keuschheit und die Gerechtigkeit, wie sich deutlich aus einem Text der Heiligen Schrift ergibt, der sich auf die drei Arten der Begierlichkeit bezieht: „die Begierde des Fleisches, die Begierde der Augen und die Hoffart des Lebens“ (vgl. 1 *Joh* 2,16)“ (vgl. *Katechismus*, 2514). Das 9. Gebot behandelt die Beherrschung der Begierde des Fleisches, das 10. Gebot die Beherrschung der Begierde nach fremdem Eigentum. Sie verbieten also, dass der Mensch sich bewusst und willentlich von diesen Begierden mitreißen lässt.

Diese ungeordneten Neigungen, Begierlichkeit oder Konkupiszenz genannt, bestehen im „Aufbegehren ‚des Fleisches‘ wider den ‚Geist‘. Die

Begierde entstammt dem Ungehorsam der ersten Sünde“ ( *Katechismus*, 2515). Nach der Erbsünde ist außer unserem Herrn Jesus Christus und der heiligsten Jungfrau Maria niemand von der Konkupiszenz frei.

Auch wenn die Konkupiszenz an sich keine Sünde ist, so macht sie doch zur Sünde geneigt und bringt sie hervor, wenn sie nicht durch die vom Glauben erleuchtete Vernunft mit Hilfe der Gnade überwunden wird. Wenn man vergisst, dass es diese Begierlichkeit gibt, kann sich leicht die Auffassung herausbilden, dass unsere Neigungen immer „natürlich“ sind und nichts dagegen spricht, ihnen zu folgen. Viele erkennen, wie falsch es ist, sich von der Neigung zur Gewalttätigkeit mitreißen zu lassen; sie geben zu, dass solche Impulse nicht das Handeln bestimmen dürfen und dass man sie beherrschen muss, weil sie

eben *nicht* natürlich sind. Wenn es allerdings um die Reinheit geht, wollen sie das allerdings nicht einsehen und sagen, es sei nichts dabei, wenn man sich von diesen „natürlichen“ Regungen treiben lässt. Das 9. Gebot hilft verstehen, dass das ein Irrtum ist, weil die Begierlichkeit die Natur verwundet hat und deshalb das als natürlich Empfundene oft eine Folge der Sünde ist, die man bekämpfen muss. Ähnliches kann man vom ungezügelten Streben nach Reichtümern bzw. von der Habsucht sagen, auf die sich das 10. Gebot bezieht.

Es ist wichtig, diese aus der Erbsünde und unseren persönlichen Sünden stammende Unordnung in uns zu kennen, denn diese Kenntnis

- *spornt uns an zu beten* , denn Gott vergibt die Erbschuld, die die Konkupiszenz verursacht

hat; so werden wir auch nur mit seiner Hilfe diese ungeordnete Neigung besiegen. Die Gnade Gottes *heilt* unsere Natur von den durch die Sünde verursachten Wunden (und erhebt sie darüber hinaus zur übernatürlichen Ordnung);

- *lehrt uns, alles Geschaffene zu lieben*, denn alles ist gut aus Gottes Händen hervorgegangen; und es sind unsere ungeordneten Wünsche, die bewirken, dass die geschaffenen Güter missbraucht werden.

### 3. Das Ringen um die Reinheit

Reinheit des Herzens besteht in einer *heiligen* Art des Fühlens. Mit Gottes Hilfe und persönlicher Anstrengung erlangt man nach und nach ein „reines Herz“: Reinheit in „Gedanken“ und Wünschen.

Was das 9. Gebot anlangt, erreicht der Christ diese Reinheit mit der Gnade Gottes und durch die Tugend und Gabe der Keuschheit, durch die Lauterkeit der Absicht, durch die Reinheit des Blickes und durch das Gebet <sup>vi</sup>.

Die Reinheit des Blickes beschränkt sich nicht darauf, keine eindeutig unpassenden Bilder anzuschauen, sondern verlangt überhaupt die Läuterung des Gebrauchs unserer äußeren Sinne, damit wir die Welt und die Menschen aus übernatürlicher Sicht betrachten. Es geht um einen positiven Kampf, der es dem Menschen ermöglicht, die wahre Schönheit alles Geschaffenen zu entdecken, insbesondere die Schönheit derer, die nach dem Bild und Gleichnis Gottes geformt wurden <sup>vii</sup>.

„Reinheit verlangt Schamhaftigkeit. Diese ist ein wesentlicher Bestandteil

der Mäßigung. Die Schamhaftigkeit wahrt den Intimbereich des Menschen. Sie weigert sich, zu enthüllen, was verborgen bleiben soll. Sie ist auf die Keuschheit hingeordnet, deren Feingefühl sie bezeugt. Sie lenkt Blicke und Gesten entsprechend der Würde der Menschen und ihrer Verbundenheit“ ( *Katechismus*, 2521).

## 4. Die Armut des Herzens

„Das Verlangen nach dem wahren Glück befreit den Menschen von maßloser Anhänglichkeit an die Güter dieser Welt und findet seine Erfüllung in der Schau und Seligkeit Gottes“ ( *Katechismus*, 2548). „Die Verheißung, Gott zu schauen, „geht über alle Seligkeit hinaus. In der Schrift ist Schauen gleichbedeutend mit Besitzen. Wer Gott schaut, hat alle Güter erlangt, die man sich nur denken kann“ (hl. Gregor von Nyssa, *beat. 6*)“ ( *Katechismus*, 2548).

Die materiellen Güter sind gut als Mittel, sind aber keine Ziele. Sie können das Herz des Menschen nicht befriedigen, das für Gott geschaffen ist und durch materiellen Wohlstand nicht gesättigt werden kann.

„Das zehnte Gebot verbietet die Gier und das maßlose Verlangen nach irdischen Gütern; es verbietet die ungezügelte *Habsucht*, die aus dem unmäßigen, leidenschaftlichen Verlangen nach Reichtum und der damit verbundenen Macht entsteht. Es untersagt auch das Verlangen, eine Ungerechtigkeit zu begehen, die den irdischen Besitz eines anderen schädigen würde“ ( *Katechismus*, 2536).

Die Sünde ist *Abkehr von Gott* und *Hinwendung zu den Geschöpfen* . Anhänglichkeit an die irdischen Güter nährt diese *Hinwendung* und bewirkt geistige Blindheit und Verhärtung des Herzens. „Wenn

jemand Vermögen hat und sein Herz vor dem Bruder verschließt, den er in Not sieht, wie kann die Gottesliebe in ihm bleiben?“ (1 Joh 3,17). Das ungeordnete Streben nach materiellen Gütern widerspricht dem christlichen Leben. Man kann nicht Gott und dem Mammon dienen (vgl. Mt 6,24; Lk 16,13).

Die übertriebene Bedeutung, die man heute dem materiellen Wohlstand vor vielen anderen Werten beimisst, ist kein Zeichen des Fortschritts der Menschheit. Sie stellt vielmehr eine Herabsetzung und Erniedrigung des Menschen dar, dessen Würde darin liegt, dass er ein geistiges, zum ewigen Leben als Sohn Gottes berufenes Geschöpf ist (vgl. Lk 12,19-20).

„Das zehnte Gebot verlangt, den *Neid* aus dem Herzen der Menschen zu verbannen“ ( *Katechismus*, 2538). „Der Neid ist eine Hauptsünde. Er

besteht darin, dass man traurig ist, weil es einem anderen gut geht“ (*Katechismus*, 2539). Aus dem Neid können viele andere Sünden kommen: Hass, Verleumdung, Herabsetzung, Ungehorsam usw.

Neid bedeutet Ablehnung der Liebe. Um ihn zu bekämpfen, muss man das Wohlwollen wecken, das uns dazu führt, den anderen Gutes zu wünschen als Ausdruck der Liebe, die wir ihnen schulden. In diesem Kampf hilft uns auch die Tugend der Demut, denn man darf nicht vergessen, dass der Neid oft aus dem Stolz kommt (vgl. *Katechismus*, 2540).

*Pablo Requena*

**Grundlegende Literatur:**

*Katechismus der katholischen Kirche* , 2514-2557.

**Empfohlene Literatur:**

Hl. Josefmaria, Homilie *Denn sie werden Gott schauen, in Freunde Gottes*, 175-189; Homilie *Loslösung*, ebd., 110-126 .

---

i Vgl. *Gal 5,19-21; Röm 1,29-31; Kol 3,5*. Nachdem er dazu aufgerufen hat, sich der Unzucht zu enthalten, schreibt der heilige Paulus: „Jeder von euch lerne, mit seiner Frau in heiliger und achtungsvoller Weise zu verkehren, nicht in leidenschaftlicher Begierde wie die Heiden, die Gott nicht kennen (...). Denn Gott hat uns nicht dazu berufen, unrein zu leben, sondern heilig zu sein“ (*1 Thess 4,3-7*). Er spricht von den ungeordneten Begierden, die der Ausgangspunkt unserer Handlungen sind, und verweist auf die Notwendigkeit, sie zu reinigen, um zur Heiligkeit zu gelangen.

ii So kann man leicht den Unterschied feststellen zwischen „Fühlen“ und „Zustimmen“ im Hinblick auf eine bestimmte Leidenschaft oder Gefühlsregung. Nur wenn der Wille zustimmt, kann man von Sünde sprechen (wenn die Materie sündhaft war).

iii „Du plätscherst in den Versuchungen herum, bringst dich dabei in Gefahr, spielst mit Blicken und Vorstellungen, ergehst dich in seichtem Geschwätz. – Und dann bist du verstört, wenn Zweifel, Skrupel, Verwirrung, Trübsinn und Niedergeschlagenheit auf dich einstürmen. Du musst mir zugeben, dass du wenig konsequent bist“ (Hl. Josefmaria, *Die Spur des Sämanns*, 132).

iv „Sorge dich nicht, was auch geschieht, wenn du nur nicht einwilligst. – Denn nur der Wille kann die Pforten des Herzens öffnen

und diese Abscheulichkeiten hereinlassen“ (Hl. Josefmaria, *Der Weg*, 140). Vgl. ebd., 258).

v „Das zehnte Gebot betrifft die Absicht des Herzens; es fasst, zusammen mit dem neunten, alle Vorschriften des Gesetzes zusammen“ ( *Katechismus*, 2534).

vi „Mit der Gnade Gottes gelingt ihm das

- durch die *Tugend und Gabe der Keuschheit* , denn die Keuschheit ermöglicht, mit aufrichtigem und ungeteiltem Herzen zu lieben;
- durch die *lautere Absicht* , die das wahre Ziel des Menschen ins Auge fasst, denn der Getaufte sucht mit arglosem Auge in allem den Willen Gottes zu erkennen und zu erfüllen (vgl. *Röm* 12,2; *Kol* 1,10);
- durch die äußerlich und innerlich *lautere Sichtweise*,

durch die Beherrschung der Gefühle und der Phantasie, durch die Zurückweisung jedes Wohlgefallens an unreinen Gedanken, die zur Abkehr vom Weg der göttlichen Gebote verleiten: Der ‚Anblick erregt die Sehnsucht der Toren‘ (Weish 15,5);

- durch das *Gebet*“ ( *Katechismus*, 2520).

vii „Die Augen! Durch sie geht viel Böses in dein Inneres ein. – Wie viele haben die gleiche Erfahrung wie David machen müssen! ... Wenn ihr den Blick bewahrt, ist euer Herz beschützt“ (Hl. Josefmaria, *Der Weg*, 183). „Mein Gott: In allem, was ich sehe, finde ich Schönheit und Anmut. Also will ich meine Blicke im Zaum halten..., weil ich liebe“ (Hl. Josefmaria, *Im Feuer der Schmiede* , 415).

---

pdf | automatisch generiertes  
Dokument von <https://opusdei.org/de-de/article/38-das-neunte-und-das-zehnte-gebot-des-dekalogs/> (06.02.2026)