

CHRISTSEIN UND SEXUALITÄT



Wir brauchen Klarheit und Barmherzigkeit

Gottes schöpferisches Handeln umfasst auch unsre Sexualität. Denn der Schöpfer schuf uns als Mann und Frau. Heterosexuell.

✓ Ein Gott, der uns mit erotischen Reizen ausgestattet hat, ist schon genial! Es ist also schöpfungskonform, sexuelle Empfindungen zu haben. Das hat nichts mit Sünde zu tun. Leider hat die Kirchentradition diese Schöpfungs idee in Verruf gebracht. Ehelosigkeit und Zölibat wurden über Jahrhunderte ethisch höher gewertet, als die von Gott gewollte normale Beziehung zwischen Mann und Frau. Wir übertreiben daher nicht, wenn wir die erotisch-sexuelle Seite menschlichen Lebens eher dem Paradies als der Hölle zuordnen (vgl. 1. Mose 1,27-28; 2,18.21-23.25).

EROTIK UND SEX – EIN GESCHENK GOTTES

✓ Das Alte Testament bestärkt uns in dieser Einschätzung, z.B. durch die begeisterte Liebeslyrik im Buch Hoheslied: „Komm doch und küss mich! Deine Liebe berauscht mich mehr als Wein“ (1,2). „Schön bist du, zauberhaft schön, meine Freundin, und deine Augen sind lieblich wie Tauben“ (1,15). „Liebessehnsucht hat mich krank gemacht“ (2,5b). „Sein Mund ist voll Süße, wenn er mich küsst – ja, alles an ihm ist begehrenswert“ (5,16a). „[ich] will mich freuen an deinen Brüsten“ (7,9b). „Nur ihm, meinem Liebsten, gehöre ich, und mir gilt sein ganzes Verlangen“ (7,11).

✓ Die Bibel ist alles andere als prüde und sexualfeindlich. Im Gegenteil. Das Hohelied beschließt seine erotische Hymne mit einem leidenschaftlichen Bekenntnis zur körperlichen Liebe: „Unüberwindlich ist der Tod: Niemand entrinnt ihm, keinen gibt er frei. Unüberwindlich – so ist auch die Liebe, und ihre Leidenschaft brennt wie ein Feuer. Kein Wasser kann die Glut der Liebe löschen, und keine Sturzflut schwemmt sie je hinweg“ (Hoheslied 8,6b-7a).

✓ Gläubige Christen sollten die besten und fröhlichsten Liebhaber sein. Denn erotisch-sexuelle Liebe ist schön und gottgewollt – ein berauschendes Geschenk unseres Schöpfers für diese Welt. Zugleich gilt natürlich: „Wer meint, er könne solche Liebe kaufen, der ist ein Narr, er hat sie nie gekannt“ (Hoheslied 8,7b).

● KEINE SCHÖPFUNGSVARIANTEN

✓ So unbefangen und positiv die Bibel von Eros und Sexualität auch spricht, so konsequent bindet sie diese leidenschaftliche Kraft an die verantwortliche und lebenslange Gemeinschaft von Mann und Frau in der Ehe. Die biblische Offenbarung kennt keine Varianten im Raum menschlicher Sexualität – außer sündhafte Abartigkeiten. Was heute „diverse Sexualität“ genannt wird, ist nach biblischer Auffassung symptomatisch für eine fehlende Gottesbeziehung – eine Folge des Sündenfalls (vgl. 1. Mose 3,1-24; 3. Mose 20). Dazu gehören etwa Verhaltensweisen wie diese:

- ▶ Inzest [Geschlechtsverkehr mit Verwandten],
- ▶ männliche und weibliche Homosexualität,
- ▶ Konkubinat [eheähnliche Gemeinschaft ohne öffentliche Legitimation],
- ▶ Nekrophilie [auf Leichen bezogener Sexualtrieb],
- ▶ Pädophilie [auf Kinder bezogener Sexualtrieb],
- ▶ Partnertausch,
- ▶ Pornografie,
- ▶ Prostitution [käufliche Liebe],
- ▶ Sadomasochismus [sexuelle Befriedigung durch aktive/passive Misshandlung],
- ▶ Sexismus [Unterdrückung des anderen Geschlechts],
- ▶ Sodomie [auf Tiere bezogener Sexualtrieb],
- ▶ Unzucht [griech. porneia: vor- und außerehelicher Geschlechtsverkehr],
- ▶ Voyeurismus [Befriedigung durch heimliches Anschauen von Sexualhandlungen].

Seite 1

✓ Wer sich auf solche Praktiken einlässt, muss sich mit verwirrten Gefühlen, verdrehten Neigungen, Gewissensqualen, schmerzhafter Entfremdung und abgrundtiefer innerer Leere auseinandersetzen. Natürlich verhalten sich nicht alle Betroffenen bewusst unmoralisch oder böseartig. Viele Männer und Frauen sind familiär belastet. Andere wurden missbraucht, verführt und durch traumatische Kindheitserfahrungen in falsche Bahnen gelenkt. Wenn dann noch die irritierenden Einflüsse von Internet-Pornografie, TV-Sex, Gender-Ideologie und unreife Beziehungen hinzukommen, ist das sexualethische Chaos ziemlich perfekt.

✓ Gerade auf diesem Gebiet dürfen wir aber auch die Macht der Sünde nicht unterschätzen. Mit sozialen, psychologischen und kulturellen Ursachen allein lässt sich das Sexual-Chaos unserer Zeit nicht erklären. Wenn wir ehrlich sind, steckt in uns allen ausnahmslos ein unwiderstehlicher Hang, unserer Lust zu folgen, die sich ohne Rücksicht auf Verantwortung, Liebe und Treue durchsetzen will. Leidenschaft ohne Liebe, wie sie heute vielfach propagiert wird, hinterlässt immer eine Wüste – frustrierte, verletzte und schuldig gewordene Beziehungen.

SEX – KEIN KONSUMARTIKEL

Auf diesem Hintergrund wird das sechste Gebot „Du sollst nicht die Ehe brechen“ verständlich: Es schützt unsere eheliche Liebesgemeinschaft vor einer vagabundierenden und pervertierenden Sexualität. Sex ist kein Konsumartikel, der sich im Orgasmus erschöpft – egal mit wem. Dabei will uns Gottes Gebot keinesfalls den Spaß verderben. Im Gegenteil: Das göttliche Niveau, nicht die Ehe zu brechen bzw. sich für die Ehe zu bewahren, soll unsere sexuelle Integrität – unsere innere und äußere Unversehrtheit – schützen und zu einer erfüllenden ehelichen Partnerschaft führen.

✔ Sexualität kann und soll sich daher nicht in einer nur ichhaften genitalen Ekstase ereignen! Ihre von Gott gegebene Zielrichtung geht weit darüber hinaus: Die biblische Lebensordnung hält es für selbstverständlich, dass sexuelle Lust in soziale Verantwortung, in Liebe und Geborgenheit eingebettet sein muss.

✔ Adam und Eva wurden von ihrem Schöpfer berufen, nicht nur Sex, sondern ihr ganzes Leben miteinander zu teilen: „Und Gott segnete die Menschen und sagte zu ihnen: ‚Seid fruchtbar und vermehrt euch! Füllt die ganze Erde und nehmt sie in Besitz!‘“ (1. Mose 1,28a). So werden Mann und Frau gleichsam Mitwirkende an Gottes geheimnisvoller Schöpfung, Träger des Lebens und Miterbauer einer gesunden Gesellschaft – durch Ehe, Kinder, Familie und Weltgestaltung.

EHE – EIN KULTURPRODUKT?

Seite 2

✔ Entgegen biblischer Auffassung meint die Gender-Ideologie, die Ehe sei ein mehr oder weniger zufälliges Kulturprodukt. Es gäbe keine eindeutige biologische Festlegung von Mann und Frau. Wir müssten vielmehr mit zahlreichen sexuellen Identitäten rechnen: mit – schwuler, lesbischer, bisexueller, transsexueller, transgender, polygamer usw.

✔ Diese Auffassung hat zur Folge, dass man den persönlichen und gesellschaftlichen Wert der Ehe bis in die Gesetzgebung hinein immer weiter relativiert. Die diesbezügliche Stimmung kann man etwa so beschreiben: Man müsse zwar die herkömmliche kulturbedingte heterosexuelle Ehe nicht unbedingt abschaffen, aber sie solle auch nicht mehr als einzige vom Grundgesetz anerkannte und geschützte Sexualgemeinschaft gelten. Es sei endlich an der Zeit, sie mit allen Varianten sexueller Praktiken zu ergänzen. Die Homo-Lobby, vielfältig vernetzt mit Politik, Kirche und Gesellschaft, hat es geschafft, nicht nur die sogenannte „Homo-Ehe“, sondern sogar eine „Ehe für Alle“ einzuführen. Was für dekadente Entwicklungen!

✔ Auch wenn diese Forderungen dem heutigen Konsum- und Spaßmenschen plausibel sind, resultieren sie aus der Gottentfremdung. Wenn wir nicht mehr an einen Schöpfer glauben, hat das immer und zuerst chaotische Auswirkungen auf die Sexualität des Menschen (vgl. Römer 1,21-27). Letztlich ist der Moralerfall kulturbedingt. Die Moralität des Menschen dagegen gründet immer in absoluten Werten, vor allem in einer lebendigen Gottesbeziehung. Auf den Punkt gebracht: Kultur relativiert! Gottes Gebot verabsolutiert!

✔ Wird der Sexualtrieb von der Schöpfungsordnung Gottes abgelöst und einer sich autonom verstehenden Gesellschaft unterworfen, müssen wir uns nicht nur mit einer problematischen, sondern auch mit einer von Gott verfluchten Sexualität herumplagen. „Darum hat Gott sie dahingegeben in schändliche Leidenschaften ...“. Die Menschen werden –

► süchtig,

► entwürdigend,

- ▶ missbräuchlich,
- ▶ pervers und
- ▶ dämonisch.

✔ Sexualität gleicht dann zunehmend einem über die Ufer getretenen Fluss, der ganze Landschaften zerstört. „Wer keine Selbstbeherrschung hat, kommt um. Seine bodenlose Dummheit bringt ihn ins Grab“ (Sprüche 5,23). Triebhafte Sexualität, eheliche Zerrüttung, von Vätern und Müttern missbrauchte Kinder, Pornosucht, Menschen verachtende Prostitution usw. zeigen den Abgrund, der sich vor uns geöffnet hat. Nicht um uns moralisch zu diffamieren, nennt die Bibel die enttabuisierte Sexualität „Unzucht“ (1. Korinther 6, 18), sondern weil sie –

- ▶ Beziehungen zerstört,
- ▶ Familien krank macht,
- ▶ die Seelen missbrauchter Partner beschädigt und
- ▶ die eigene Person-Identität zugrunde richtet (1. Korinther 6,18-19).

✔ Das sechste Gebot ist gerade heute ein Schutz- und Richtungsgebot ersten Ranges. Es schafft Klarheit in unserem Kopf, dass die Ehe eine Stiftung Gottes ist – und keine kulturelle Zufälligkeit.

VOM ICH ZUM WIR

Seite 3

✔ Liebe und befriedigende Sexualität haben nach Gottes Plan eine wichtige soziale und psychologische Voraussetzung. Nämlich die willentliche, verantwortliche und lebenslange Hingabe an ein geliebtes Du. In guten wie in schwierigen Zeiten (vgl. Maleachi 2,13-16). Solange der Einzelne beim anderen nur seine sexuelle Befriedigung sucht, bleibt die Beziehung im Grunde trieborientiert. Soziale Kälte, Selbstsucht, Hass und Missbrauch sind die ständigen Begleiterscheinungen.

✔ Gott hat uns aber nicht als Egoisten, sondern als Beziehungswesen geschaffen. Gemeinsam, im Wir, bilden wir das Wesen Gottes ab. Wir sind sein Bild. Nicht der Mann für sich. Nicht die Frau für sich. Sondern im Miteinander und Zueinander. Das gilt für die Mann-Frau-Beziehung generell. In der Ehe dürfen wir jedoch lernen, von der Ich-Zentriertheit zur Wir-Beziehung heranzureifen. Insofern entspricht die „Institution Ehe“ am besten der von Gott gewollten Lebens- und Lernstruktur:

✔ „Und Gott schuf den Menschen zu seinem Bilde, zum Bilde Gottes schuf er ihn; und schuf sie als Mann und Weib“ (1. Mose 1,27). In diesem Sinne ist die ganzheitliche Beziehung zwischen Mann und Frau in einer lebenslangen Treue-Gemeinschaft gesegnet, beglückt und geschützt (vgl. Psalm 128). Die deutsche Sprache lässt diesen Zusammenhang grandios aufleuchten: Indem sich Mann und Frau verbinden, werden sie verbindlich, ganzheitlich verbunden, so dass Ihre Beziehung schließlich im Bund mit Gott vereint wird.

✔ Freilich können wir die Bündnistreue nur aufrechterhalten, wenn wir uns von Gottes Treue immer neu motivieren und beeinflussen lassen. Ohne eine lebendige Beziehung zu unserem Schöpfer würden wir trotz guter Vorsätze von unserer vagabundierenden Sexualtendenz – zumindest in unseren Gedanken, spätestens am PC oder im Büro eingeholt.

VERSUCHUNG – UND WAS DANN?

✓ Damit stellt sich das Problem der Versuchung. Wie können wir uns als gläubige Christen vor unreinen Phantasien, verführerischen Filmen, allzu lockeren Umgangsformen, freizügiger Mode und konkreten Seitensprüngen schützen? Wie werden wir resistent gegen den ehebrecherischen Geist, der inzwischen die ganze Gesellschaft infiziert hat? In der Bergpredigt greift Jesus diese uralte Herausforderung auf:

✓ „Ihr wisst auch, dass es heißt: Du sollst nicht die Ehe brechen! Ich aber sage euch: Wer die Frau eines anderen begehrt, hat in seinem Herzen schon die Ehe mit ihr gebrochen. Wenn dich dein rechtes Auge verführen will, dann reiß es aus und wirf es weg! Es ist besser für dich, du verlierst eines deiner Glieder, als dass du ganz in die Hölle geworfen wirst“ (Matthäus 5,27-29).

✓ Diese Radikalisierung des sechsten Gebotes bringt die eigentliche Sexualproblematik erst richtig ans Licht. Jesus will zeigen, dass Ehebruch und sexuelle Unreinheit nicht nur eine von Außen kommende Verführung darstellen. Der Mensch wird vielmehr im innersten seines Wesens von dieser Begierde bedrängt: Im Herzen wird die Ehe gebrochen, sagt Jesus. „Denn aus ihm selbst, aus seinem Herzen, kommen die bösen Gedanken, und mit ihnen Unzucht [...], Ehebruch, Habsucht [...] und Unvernunft“ (Markus 7,21-22).

✓ Dabei muss das Anschauen einer Frau nicht von vornherein ehebrecherisch sein. Sonst müssten sich Männer überall die Augen verbinden. Gemeint ist das –

► gezielte,

Seite 4

► andauernde, suchthafte und

► sich aufschaukelnde Begehren,

► die dominante Lust in Bauch und Kopf,

mit der Männer Frauen und Frauen Männer zum Objekt ihrer erotischen und sexuellen Sehnsüchte machen (Matthäus 5,28).

✓ Aus der Tiefe unserer unerlösten Person steigt die jedes Vertrauen vergiftende Begierde auf. Mit dieser Feststellung verurteilt uns Jesus nicht. Er DIAGNOSTIZIERT einfach nur: So ist der Mensch. So ist der Mann. So ist die Frau. So ist der Sünder – beispielsweise auf sexualethischem Gebiet.

✓ Das sechste Gebot fordert uns zur moralischen Wertung heraus: Wollen wir, insbesondere als Nachfolger Jesu, eine möglicherweise zerrüttete Sexualität als „normal“ einstufen? Wollen wir die verführerische Lust augenzwinkernd mit unserer Männlichkeit bzw. Weiblichkeit rechtfertigen – oder sie als Affront gegen den Willen Gottes einordnen? Wenn wir gesunden wollen, müssen wir uns zunächst der ungeschönten Realität stellen, dass eine disziplinierte Sexualität uns selbst sowie die eheliche Partnerschaft extrem gefährdet. Denn die von Liebe und Verantwortung abgelöste „Begierde macht aus der anderen Person ein Objekt, eine Sache, eine Nichtperson“. Wir übersehen damit, dass der Mensch mehr als nur Körper ist. Jeder Geschlechtsverkehr berührt zutiefst auch Seele und Geist.

✓ Konkret gesagt: Wenn wir uns von fremden Partnern vor oder während der Ehe zu sexuell illegitimen Beziehungen verführen lassen, kriegen wir sie in unserem Herzen nicht mehr los. Sie sind gleichsam ein Teil von uns. Sie belasten extrem Seele und Gewissen. Die von Gott vorgesehene Einheit zwischen einem Mann und einer Frau (vgl. „ein Fleisch“) gelingt nicht mehr. Die heute üblich gewordene „Lösung“, sich auf eine neue Beziehung einzulassen, verkennet, dass

wir die anderen Affären immer mitnehmen. Sie gehen in unsere Erinnerungen und Wertungen ein und bilden den Stoff unserer Vergleiche, Ängste und Alpträume.

✅ Das ist auch der Grund, warum Scheidungen oft weitere Scheidungen nach sich ziehen. Genau davor will uns der Schöpfer, der die menschliche Zumutbarkeitsgrenze bestens kennt, bewahren. Wie können wir uns vor solchen leidvollen Zerreißproben schützen und unsere Integrität festhalten?

✅ Eine einzigartige Hilfe kann uns diesbezüglich Josef sein, der täglich von Potifars Frau „angemacht“ wurde. Es heißt von ihr: „So kam es, dass Potifars Frau ein Auge auf ihn warf. Eines Tages forderte sie ihn auf: ‚Komm mit mir ins Bett!‘“ Und: „Tag für Tag redete sie auf Josef ein“ (1. Mose 39,7.10). Wie reagiert ein Mann auf so eine attraktive Versuchung? Die höchst beachtenswerte Sexgeschichte aus 1. Mose 39 zeigt mit Josefs vorbildlicher Haltung eine vorbildliche Strategie des Widerstands auf:

- ▶ Er weist ihre unsittliche Bitte ab (V. 8) 🤨.
- ▶ Er macht ihr klar, dass sie verheiratet ist (V. 9).
- ▶ Er hält sich konsequent an Gottes Gebot – um nicht zu sündigen (V. 9).
- ▶ Er weigert sich konstant, der drängenden Versuchung nachzugeben (V. 10).
- ▶ Er flieht, wo er dem „attraktiven Angebot“ hätte nachgeben können (V. 15).

Seite 5

✅ Diese aufregende Episode kann jedem zum Segen werden. Sie weist auf das Repertoire geistlicher und ethischer Abwehrkräfte hin, die Gott uns in solchen Situationen zur Verfügung zu stellen bereit ist.

🔴 KEINE KOMPROMISSE

✅ Nicht jeder muss erst Ehebruch begehen, um durch schwere Lektionen zu lernen, dass man Gottes Gebote nicht ungestraft übertreten kann. Deshalb spricht Jesus vor allem mit uns Männern im Klartext, wenn es um unsere sexuelle Verführbarkeit geht: „Wenn dich dein rechtes Auge verführen will, dann reiß es aus und wirf es weg“ (Matthäus 5,29a). Und: „Wenn dich deine rechte Hand verführen will, dann hau sie ab und wirf sie weg!“ (Matthäus 5,30a). Jesus fordert hier natürlich keine Verstümmelung im Namen der Religion oder des Glaubens. Es handelt sich um eine gleichnishafte Zuspitzung, die kategorisch betont, dass die begehrlische, selbstzerstörerische Lust nur durch einen entschlossenen Bruch entmachtet werden kann. Jesus fordert also eine strenge Entscheidung – ähnlich, wie wir sie bei Alkoholabhängigen oder Drogensüchtigen erwarten und psychologisch für sinnvoll und notwendig halten.

✅ Nehmen wir an, jemand „muss“ zwanghaft Frauen beobachten oder intimen Sexszenen nachspüren, pädophilen Neigungen nachgeben oder permanent pornografische Produkte im Internet anschauen, um seine sexuelle Lust zu befriedigen. Wie wird man von solchen brisanten Fesseln frei – bzw. bewahrt? Das Bildwort Jesu rät, sich mit seinen Augen und Händen von allen verführerischen Stimulanzen radikal (vgl. „aureißen“/„abhacken“) zu trennen.

✅ Im Klartext meint Jesus: Seid nicht selbstmitleidig und zimperlich, was eure sexuellen Versuchungen betrifft. Wenn ihr nicht widersteht, treiben sie euch auf Dauer in den Ruin. Nur der konsequente Bruch mit der „falschen Lust“ macht euch frei! Praktisch –

- ▶ Werf den Fernseher aus dem Haus, wenn er deine Ehe bedroht.

► Brich den Pornozugang im Internet ab, wenn er Seele und Geist vergiftet.

► Beende sexuelle Heimlichkeiten, die alle Liebe zerstören.

► Und: fliehe von Orten der Verführung, die deine Augenlust reizen, deine Gottesbeziehung belasten und deine persönliche wie eheliche Integrität beschämen (vgl. 1. Johannes 2,15-17).

✓ Petrus hat den Herrn gut verstanden, wenn er den Christen rät, nicht Leidenschaften nachzugeben, „die aus eurer selbstsüchtigen Natur aufsteigen und die ständig mit eurem guten Willen im Streit liegen“ (1. Petrus 2,11).

● WENN DIE BEGIERDE FLÜGEL BEKOMMT

Seite 6

✓ Die oben erwähnten Ausführungen sollten uns aber nicht zu der moralisch extremen Auffassung verleiten, alle sexuellen Phantasien und Impulse seien von vornherein schädlich, sündig und verwerflich. Dann müssten wir tatsächlich aufhören, Mann oder Frau zu sein. Insofern ist die Meinung falsch, das sechste Gebot, besonders in der Fassung der Bergpredigt, wolle uns alle erotischen Bilder verbieten. Es gehört einfach zu unserer menschlichen Existenz und Geschlechtlichkeit, sexuelle Gedanken und Gefühle zu haben – und auch haben zu dürfen.

✓ Nicht umsonst zitierten wir oben das von Gott inspirierte „Hohelied der Liebe“, dessen erotische Offenherzigkeit und Begeisterung unser Herz höherschlagen lassen sollte. Man spürt, wie dieses Buch jenseits aller Prüderie sensibel, fantasiereich und freimütig das Beziehungsfeld von Mann und Frau entfaltet. Damit will uns die Bibel vor einem allzu engherzigen Gewissen und falscher Scham bewahren.

✓ Hilfreich ist auch, was Richard Foster zur sexuellen Phantasie zu sagen hat. Er unterscheidet zwischen Besitz ergreifender Begierde und erotischer Fantasie: „Die Begierde ist eine ungezügelmte, zügellose sexuelle Leidenschaft, die darauf abzielt, zu besitzen. Das ist etwas ganz anderes als die gewöhnliche erotische Wahrnehmung, die in der sexuellen Phantasie auftritt“. Daraus folgert er dann: „Deshalb sollten wir als erstes die unnötige Last ablegen und uns nicht selbst für jedes erotische Bild, das uns in den Sinn kommt, verurteilen. Manchmal sind sexuelle Phantasien ein Zeichen von Sehnsucht nach intemem Umgang, ein andermal spiegeln sie die Anziehung einer schönen gewinnenden Person wider. Sexuelle Phantasien können vieles bedeuten, wir dürfen sie nicht automatisch der Begierde zuordnen.“⁴²

✓ Wie sollten wir auch ohne Phantasie und reizvolle Vorstellungen, die durch unser Mann- und Frausein angeregt werden, eheliche Liebesspiele und sexuelle Gemeinschaft erleben können? Es ist deshalb ethisch wichtig, nicht gleich alles Erotische für Sünde zu halten, sondern auf diese Weise sein normales Mann- und Frausein zu spüren und dankbar anzunehmen.

● WAS IST MIT SELBSTBEFRIEDIGUNG?

✓ Zum sechsten Gebot gehört auch ein Hinweis zur Masturbation. Denn sie kann ohne weiteres auch zu einer Form des „Ehebruchs im Herzen“ werden. Zunächst machen wir uns klar, dass die meisten Menschen mit Selbstbefriedigung zu tun haben. „Fast alle Jugendlichen masturbieren, und viele Erwachsene tun es von Zeit zu Zeit, ihr Leben lang.“ Dennoch scheint sie moralisch gesehen nicht neutral zu sein. Vor allem ernsthafte Christen kämpfen mit Selbstanklage, leiden an Schuldgefühlen und empfinden ihre Gottesbeziehung belastet, wenn sie von dieser „Notlösung“ Gebrauch machen.

✓ Sie erfahren und empfinden die Masturbation als Unzucht oder Ehebruch – in Gedanken und Gefühlen. Wird sie doch im wahrsten Sinne des Wortes von aus-schweifenden sexuellen Bildern

begleitet. Wie ist diese Erfahrung geistlich und moralisch einzuschätzen? Müssen wir hier von Sünde sprechen, einem Verhalten, das gegen den Willen Gottes gerichtet ist?

✓ Bemerkenswert ist, dass die Bibel die Masturbation bzw. Selbstbefriedigung an keiner Stelle ausdrücklich erwähnt. Sicher heißt das nicht, dass die Menschen jener Zeit damit nichts zu tun hatten. Die Zurückhaltung der Heiligen Schrift in dieser Sache sollte uns jedoch veranlassen, Masturbation nicht von vornherein als schuldhaft und verwerflich zu bewerten. In Teenagerjahren spielt sie bei ca. 98 Prozent aller jungen Männer und etwa bei 40-50 Prozent aller Mädchen eine dominante Rolle. Insofern könnte die Masturbation „innerhalb der Geschlechtsreife eine natürliche, fast zwangsläufige Erscheinung“ sein, um die Sexualität ohne Risiko einer Partnerschaft kennen zu lernen.

✓ Jedenfalls helfen in der Regel weder Disziplin noch Gebet, die Masturbation zu verhindern. Die Vorstellung, Gott würde uns von der sexuellen Spannung befreien, die er doch als Schöpfer in unser Leben gelegt hat, scheint unrealistisch zu sein. Es ist deshalb hilfreicher, die Selbstbefriedigung – zumindest bei jungen Menschen – als fantasiebedingte Erfahrung einzuschätzen, die wir moralisch nicht überfrachten sollten. Vor allem nicht bei christlichen Teenagern, die ohnehin versuchen, vor Gott verantwortlich zu leben. Sie dürfen nicht unter eine unerträgliche „Reinheitsperfektion“ geraten, bei der eine moralische Resignation nicht auszuschließen ist.

Seite 7

✓ Was aber ist mit den Verheirateten? Auch sie praktizieren punktuell Selbstbefriedigung. Sozusagen als Trieb-Regulation in Phasen des Getrennt- oder Alleinseins, wenn der Geschlechtsverkehr nicht möglich ist. Handelt es sich hier um heimlichen Ehebruch? Diese Frage ist nicht von der Hand zu weisen, zumal sich mit der Masturbation eben auch außereheliche Vorstellungen verbinden. Nicht umsonst hatten frühere Geschlechter null Toleranz für diese Sexualpraxis. Zumindest theoretisch.

✓ Christliche Kreise haben sie deshalb auch als „die Sünde“ gebrandmarkt. Heutige christliche Therapeuten, Theologen und Seelsorger vertreten diesen Standpunkt nicht mehr. Sie kommen zu dem eher lockeren Schluss, dass sie „an sich weder falsch noch sündhaft [ist]. Generell gesehen ist sie für die meisten Leute eine allgemeine Erfahrung und sollte als normaler Teil des Lebens akzeptiert werden.“ Gleichsam als „die größte Nebensache der Welt“.

✓ Ist damit das letzte Wort gesagt? Gewiss nicht. Denn alle menschlichen Triebe bedürfen der Kontrolle und Disziplin. Hier macht die Selbstbefriedigung keine Ausnahme. Auch wenn sie in der Pubertät eine zentrale Rolle spielt, darf sie doch nicht einfach als normale, natürliche oder sogar harmlose Sexpraxis hingenommen werden. Denn die Sexualität ist prinzipiell auf das Du hingeeordnet – auf das liebende und verbindliche Wir! Dieses Ziel dürfen wir nicht aus den Augen verlieren. Wir alle – Teenager, Singles und Verheirate – müssen deshalb auch gegensteuern lernen, indem wir der Lust nicht widerstandslos nachgeben. Nein sagen ist ebenso wichtig. Durch diese geistlich-ethische Selbstkontrolle wird unser Charakter geformt und gefestigt! Wer sexuell keine Bremsen kennt, wird auch sonst im Leben undiszipliniert handeln.

✓ Ethisch als auch psychisch bedenklich ist die Masturbation vor allem dann, wenn sie uns beherrscht und Suchtcharakter annimmt! In der apokryphen Schrift Sirach lesen wir dazu das bedenkenswerte Urteil: „Ein Mann, der an sich selbst Unzucht treibt, hat keine Ruhe, bis das Feuer ausgebrannt ist“ (23,23). Fraglos ist hier Selbstbefriedigung gemeint. Auch wenn es sich um kein kanonisiertes Bibelwort handelt, ist die Einschätzung dieser Sexualpraxis als „Unzucht“ doch wahr und realistisch. Folgende Belastungen und Fehlentwicklungen können durch Selbstbefriedigung entstehen:

- ▶ Gewöhnung,
- ▶ Körperfixierung,
- ▶ Gewissensdruck,
- ▶ seelische Unsicherheit,
- ▶ Zwanghaftigkeit,
- ▶ Vereinsamung,
- ▶ eheliches Desinteresse,
- ▶ Suchtgefälle,
- ▶ psychische Unreife,
- ▶ Schuld vor Gott.

Seite 8

✓ Das alles sind Aspekte der Sünde. Sie können die Identität der Person sowie die Gemeinschaft in der Ehe durchaus gefährden. Jesu will, dass wir seine Erlösung als tiefe innere Freiheit erfahren. Auch auf der Ebene der Sexualität. Daher sollten wir sensibel auf den Heiligen Geist achten, der uns die Kraft zu einem neuen Leben schenkt.

✓ Das Gebot sagt nur: „Du sollst nicht die Ehe brechen!“ Gottes Geist dagegen registriert schon die leisesten Regungen unseres Herzens, die uns auf sexuelle oder ehebrecherische Abwege führen. Wenn wir auf ihn hören, kann uns der Herr vor geschlechtlicher Zerrüttung jeder Art bewahren. Das ist jedenfalls meine Erfahrung zwischen Niederlage und Sieg.

♥ **Nicht zuletzt sollten wir erwarten, dass uns Christus durch seinen Geist auch eine echte Befreiung von süchtigen Handlungen schenken kann – ohne dass damit unser erotisch-sexuelles Glück in der Ehe eingeschränkt werden müsste. – Und: Bei jedem Versagen dürfen wir zum "Thron der Gnade" kommen, um Hilfe bitten, Vergebung empfangen und ermutigt werden zum Weitergehen. Und nicht vergessen: "Wen Jesus frei macht, ist recht frei."**

Seite 9

[Horst Stricker](#)