



Mensch unter Feuer

- Das Geschenk der Sexualität -



WEISSES KREUZ E.V.
Sexualethik und Seelsorge

Der Mensch unter Feuer

- I. Die Schöpfungsgabe Gottes**
 - 1. Das Wunder der Sexualität**
 - 2. Aufklärungsauffrischung**

- II. Die Entartungen**
 - 1. Korinther**
 - 2. Tretminen**

- III. Die Ordnungen Gottes**
 - 1. Korinther**
 - 2. Gründe für Sex in der Ehe**

- IV. Der Blick zu den Hilfen**
 - 1. Für die Ehe**
 - 2. Im Alter**
 - 3. Bei Identitätsproblemen**

Der Mensch unter Feuer

- I. Die Schöpfungsgabe Gottes**
 - 1. Das Wunder der Sexualität**
 - 2. Aufklärungsauffrischung**

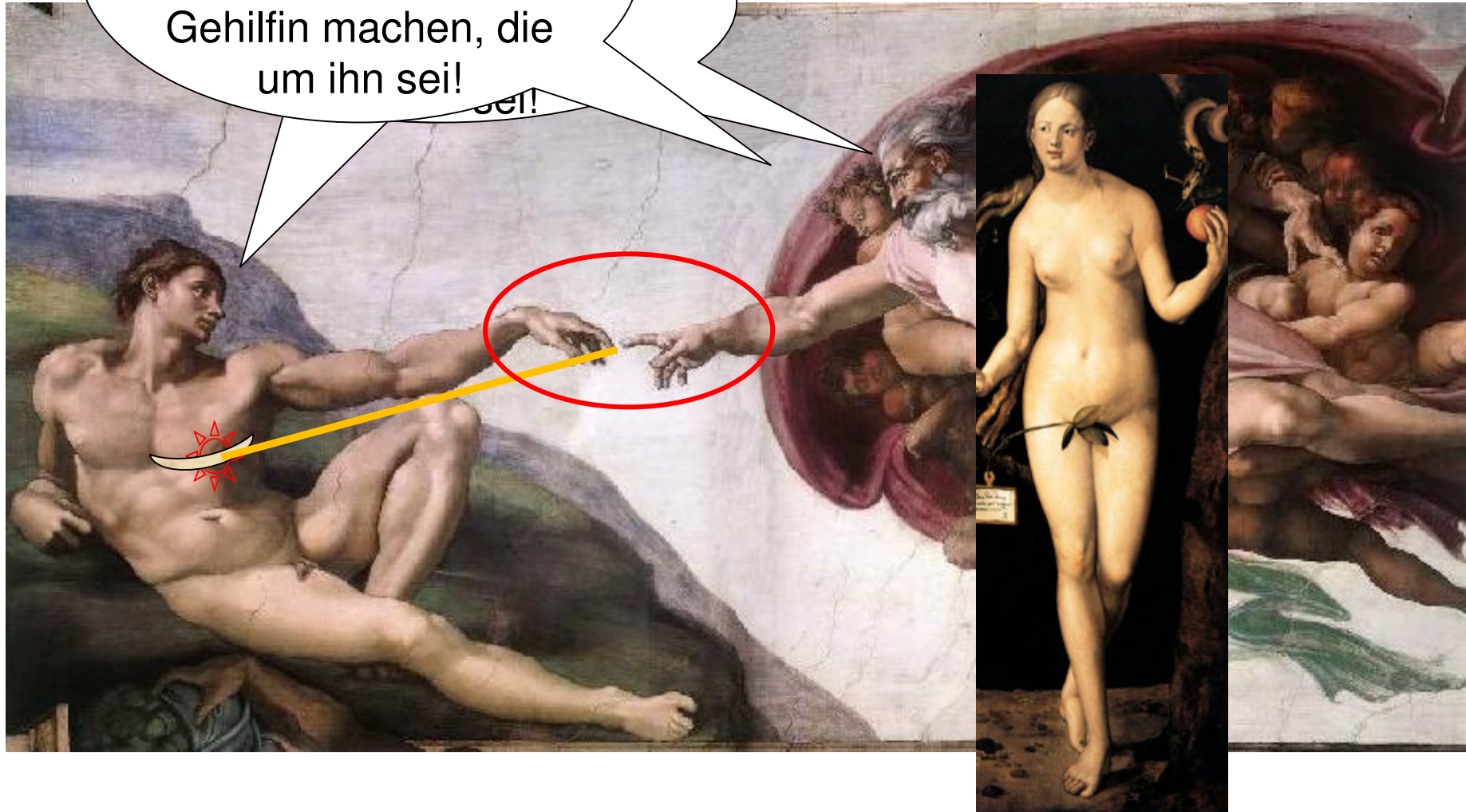
- II. Die Entartungen
 - Korinther
 - Tretminen

- III. Die Ordnungen Gottes
 - Korinther
 - Gründe für Sex in der Ehe

- IV. Der Blick zu den Hilfen
 - Für die Ehe
 - Im Alter
 - Bei Identitätsproblemen

1. Das Wunder der Sexualität

Es ist nicht gut, dass
der Mensch allein
ist. Ich will ihm eine
Gehilfin machen, die
um ihn sei!



„Erfreue dich an deiner Frau, die du als junger Mann geheiratet hast. Bewundere ihre Schönheit und Anmut. Berausche dich immer wieder an ihren Brüsten, und an der Liebe, die sie dir schenkt.“

Spr. 5, 8-9

(1 Jahr Kriegsbefreiung)

Prediger 11, 9:

„So freue dich, Jüngling, in deiner Jugend und lass dein Herz guter Dinge sein in deinen jungen Tagen. Tu, was dein Herz gelüstet und deinen Augen gefällt;

aber wisse, dass dich Gott um das alles vor Gericht ziehen wird.“

1.Korinther 6, 12

Alles ist mir erlaubt, aber nicht alles dient zum Guten.

Alles ist mir erlaubt, aber es soll mich nichts gefangen nehmen

Sprüche 5, 15

„Trinke Wasser aus **"deiner"** Zisterne und was quillt aus **"deinem"** Brunnen. Sollen deine Quellen herausfließen auf die Straße und deine Wasserbäche auf die Gassen? **Habe du sie allein und kein Fremder mit dir. Dein Born sei gesegnet, und freue dich der Frau deiner Jugend.** Sie ist lieblich wie eine Gazelle und holdselig wie ein Reh. Lass dich von ihrer Anmut allezeit sättigen und ergötze dich allewege an ihrer Liebe.

Mein Sohn, warum willst du dich an der Fremden ergötzen und herzest eine andere? Denn eines jeden Wege liegen offen vor dem HERRN, und er hat Acht auf aller Menschen Gänge.“

**„Wir sollten uns nicht schämen, die
Dinge beim Namen zu nennen, für
die Gott sich nicht geschämt hat,
sie zu erschaffen.“**

(unbekannter Bischof aus dem 2. Jhrdt.)

- **Die Sexualität sollte beim Namen genannt werden.**

Entartungen:

- **Fremdwörter**
- **Verniedlichung**
- **Entmenschlichung**
- **Verschweigen**

Sinn von Sexualität

Die zwei freuen sich aneinander!

Die zwei können Liebe ausdrücken!

Die zwei verbindet etwas ganz besonderes!

Das schützt ihre Liebe!

Es können Kinder entstehen!

Sex macht die Ehe der Eltern stabiler!



Sex ist Abbild von Christus und seine Gemeinde:

Eph. 5, 31-32 ... die zwei werden ein Fleisch sein... Das Geheimnis ist groß, ich deute es auf Christus und die Gemeinde...“

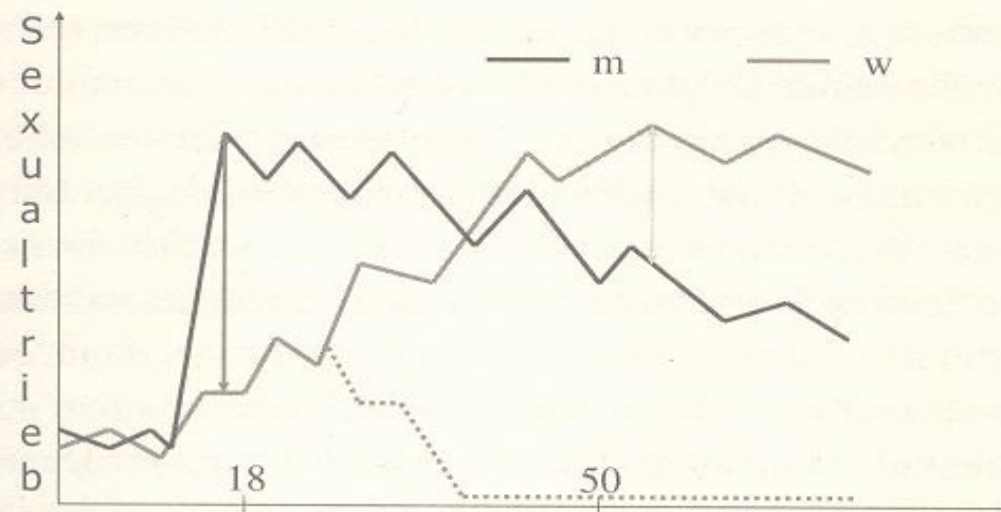
Zuallererst

- Und Gott schuf sie als Mann und Frau und siehe es war „**sehr gut!**“
-

2. Aufklärungsauffrischung

1. Die sexuelle Kraft verändert sich im Laufe des Lebens

Sexualtrieb und Alter



2. Die biologische Grundlage der Sexualität

Gehirn und Körper produzieren ständig Hormone

Bindungs-
fähigkeit

Verlieben

Sex

Das Wunder der Sexualität

Bindung

Verlieben

Sex

KREUZ E.V.
und Seelsorge

- wird vor allem durch die Mutter erlernt und produziert Oxytocin, das auch bei Sex ausgeschüttet wird.
- Bindung hemmt andererseits Dopamin und Testosteron, die Verliebtheit und Sexualität mitbestimmen:
- Folgen: Bewahrung vor Inzest
Bindungsstörungen beeinträchtigen Sex und Verliebtheit, weil Oxytocin fehlt

Das Wunder der Sexualität

Bindung

Verlieben

Sex

KREUZ E.V.
und Seelsorge

Verlieben produziert Dopamin und Serotonin: Das erhöht Sexbedürfnis

Mögliche Folgen:

- Denkfähigkeit wird reduziert und macht „blind“
- Die Hormone, die Verliebtheit produzieren verfliegen schnell und müssen immer neu produziert werden durch Oxytocin, die durch den Orgasmus erhöht wird und die Bindung verstärkt.
- Verliebtheit dauert 3 Mon. bis 3 Jahre, dann sollte die Bindung und Liebe gewachsen sein.
- Höchste Scheidungsrate nach 4 J.

Das Wunder der Sexualität

Bindung

Verlieben

Sex

KREUZ E.V.
Katholische
Kommunikation
und Seelsorge

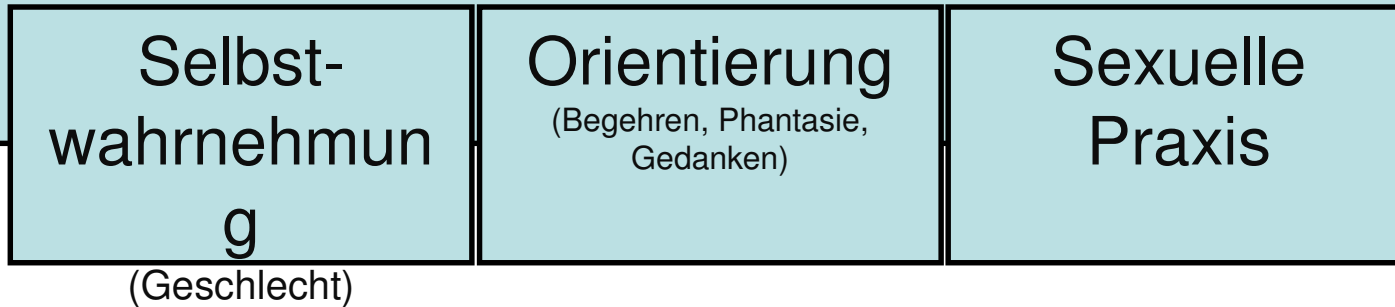
Sex wird von Testosteron und Östrogen gesteuert

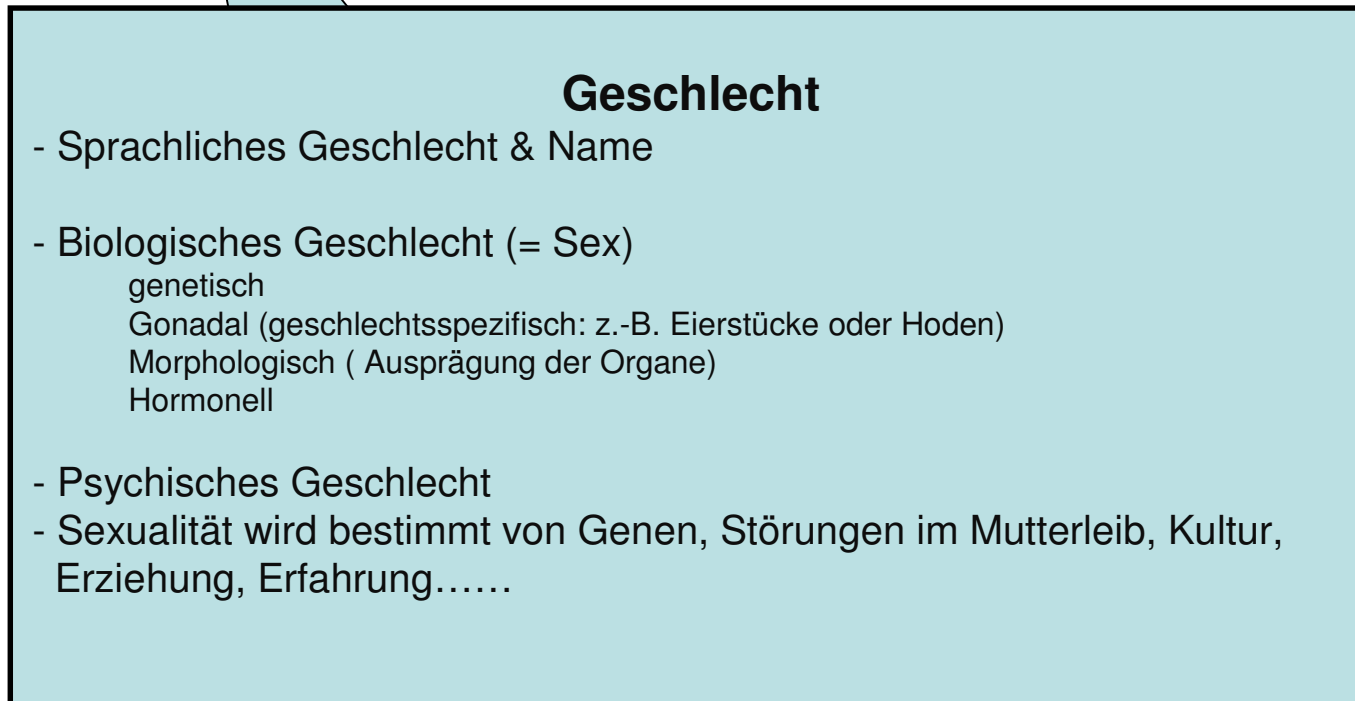
Dabei wird Dopamin ausgeschüttet, das wiederum Verliebtheit fördert.

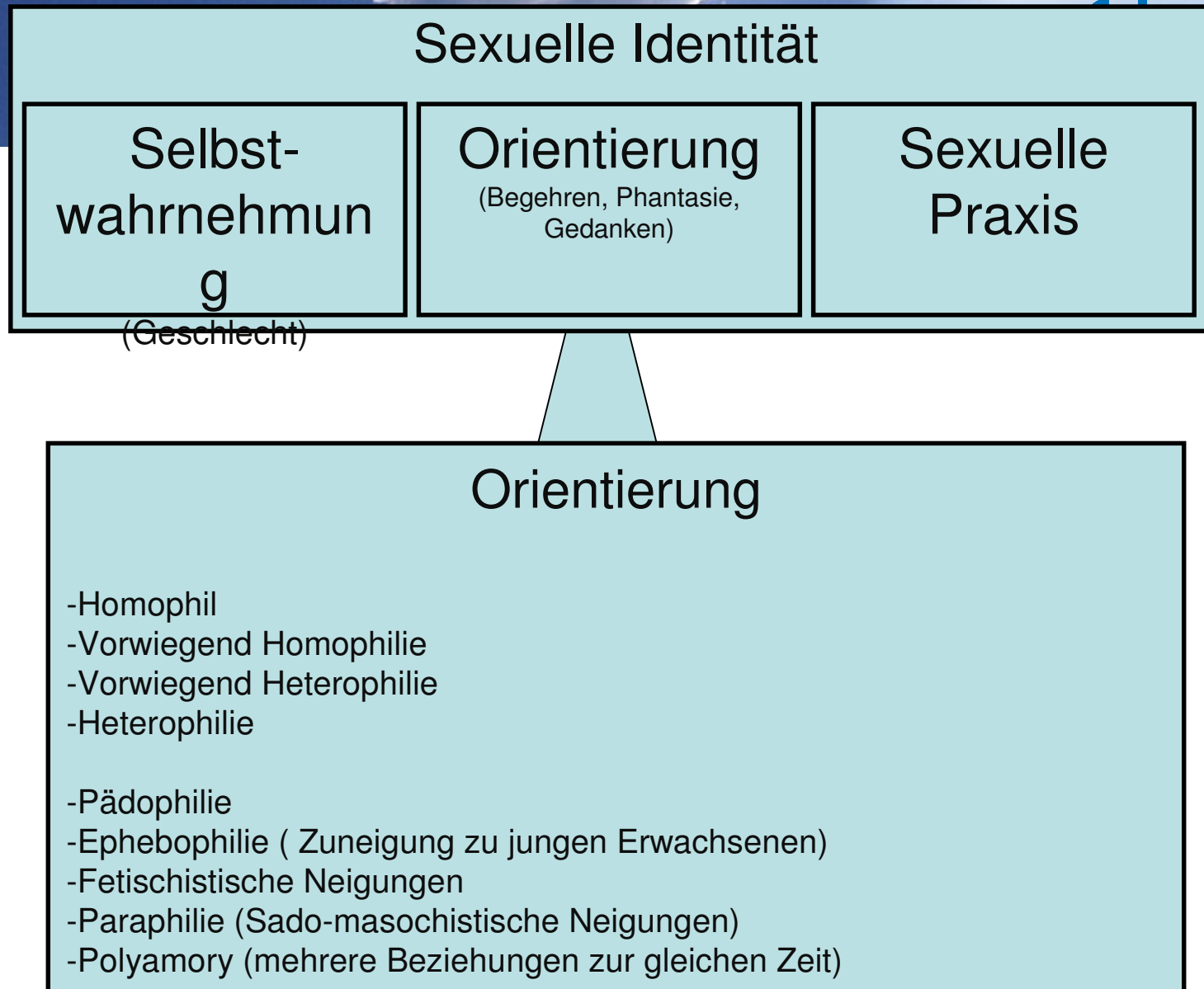
Facit:

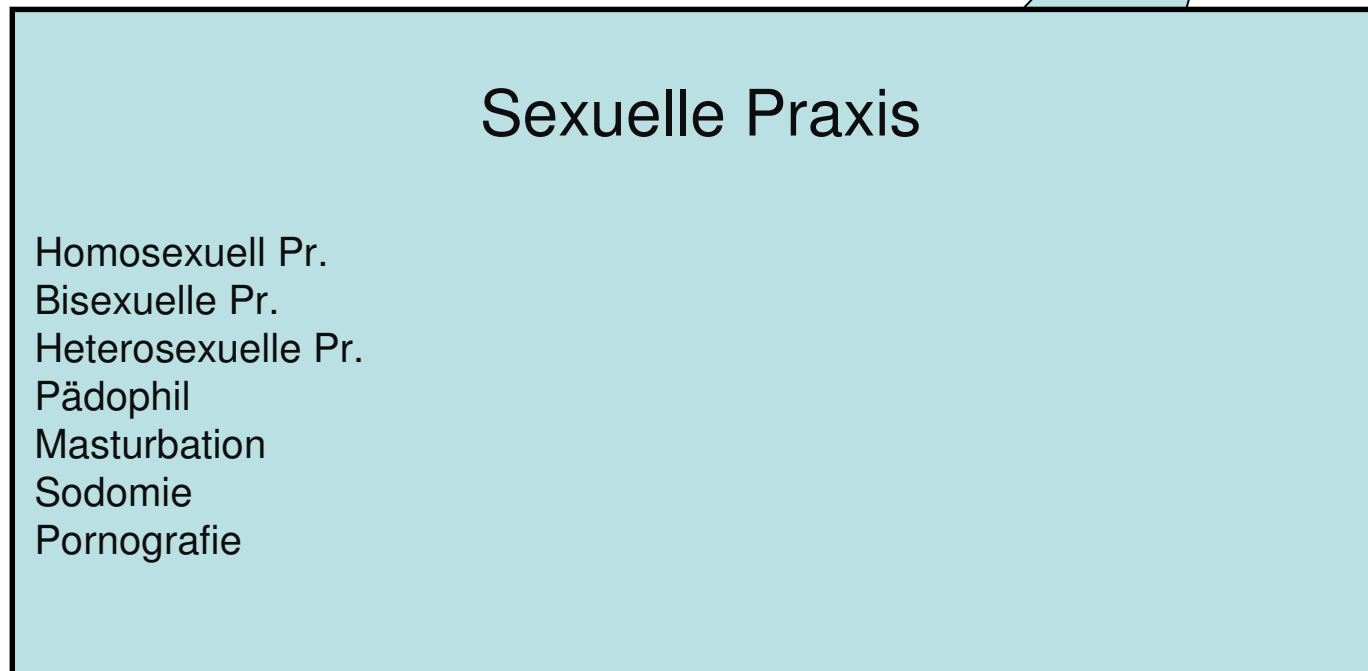
- Bindungsgestörte Menschen können sexuelle verwaarloosen
- Verliebte stehen in Gefahr, extrem, egoistisch werden und das lässt nach
- Reine sexuelle Abenteuer verbauen Liebes- und Bindungsfähigkeit und Sex außerhalb der Ehebindung zerstört Bindungsfähigkeit

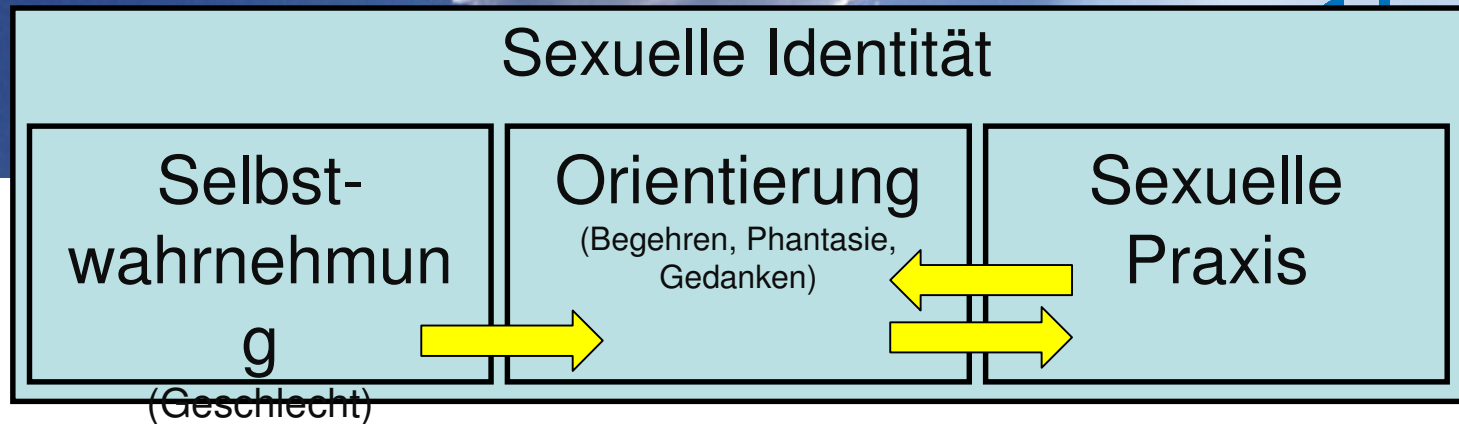
3. Die sexuelle Entwicklung:











Sexualität ist demnach auch eine Frage der...

- 1) Hormone (=Triebe)**
- 2) Liebe (=Beziehung oder Beziehungswunsch)**
- 3) tiefliegenden Sehnsüchten**
- 4) gelernten Verhaltensweisen**
 - Wiederholung**
 - Verstärkung/Gefühle**
 - Vorbilder**
- 5) Gesellschaft**

Also:

- **Wir sind sexuelle Wesen**
- **Sexualität ist kein Zubehörteil**
- **Sexualität durchdringt den ganzen Menschen**
- **Sexualität soll in der Ehe zur vollen Entfaltung kommen**

... und das ist gut so!

Der Mensch unter Feuer

- I. Die Schöpfungsgabe Gottes
 1. Das Wunder der Sexualität
 2. Aufklärungsauffrischung

- II. **Die Entartungen**
 1. **Die Korinther**
 2. **Die Tretminen**

- III. Die Ordnungen Gottes
 1. Korinther
 2. Gründe für Sex in der Ehe

- IV. Der Blick zu den Hilfen
 1. Für die Ehe
 2. Im Alter
 3. Bei Identitätsproblemen

1. Der Blick zu den Korinthern und uns:

1. Kor. 6, 9-20:

- 9 Wisst ihr nicht, dass Menschen, die Unrecht tun, keinen Anteil am Reich Gottes erhalten werden? Täuscht euch nicht. Menschen, die sich auf Unzucht einlassen, Götzendiener, Ehebrecher, Prostituierte, Homosexuelle,
10 Diebe, Habgierige, Trinker, Lästlerer, Räuber - keiner von ihnen wird am Reich Gottes teilhaben.
- 11 Früher traf dies auf einige von euch zu, doch jetzt sind eure Sünden abgewaschen und ihr seid für Gott ausgesondert worden. Ihr wurdet vor Gott gerecht gesprochen durch den Namen von Jesus Christus, dem Herrn, und durch den Geist Gottes.

14 Durch seine göttliche Kraft wird Gott uns von den Toten auferwecken, so wie er den Herrn von den Toten auferweckt hat.

15 Wisst ihr denn nicht, dass eure Körper zum Leib Christi gehören? Darf da ein Mann seinen Körper, der doch Christus gehört, mit dem einer Prostituierten vereinigen? Niemals!

16 Oder wisst ihr nicht, dass ein Mann, der mit einer Prostituierten verkehrt, mit ihr eins wird? Denn in der Schrift heißt es: »Die beiden werden zu einer Einheit.«

17 Wer aber dem Herrn gehört, ist ein Geist mit ihm.

18 Deshalb haltet euch fern von aller Unzucht! Keine andere Sünde hat so große Auswirkungen auf den Körper wie diese, denn Unzucht ist eine Sünde gegen den eigenen Körper.

19 Oder wisst ihr nicht, dass euer Leib ein Tempel des Heiligen Geistes in euch ist, der in euch lebt und euch von Gott geschenkt wurde? Ihr gehört nicht euch selbst, 20 denn Gott hat einen hohen Preis für euch bezahlt. Deshalb ehrt Gott mit eurem Leib!

Der Blick auf die Realität: damals und heute

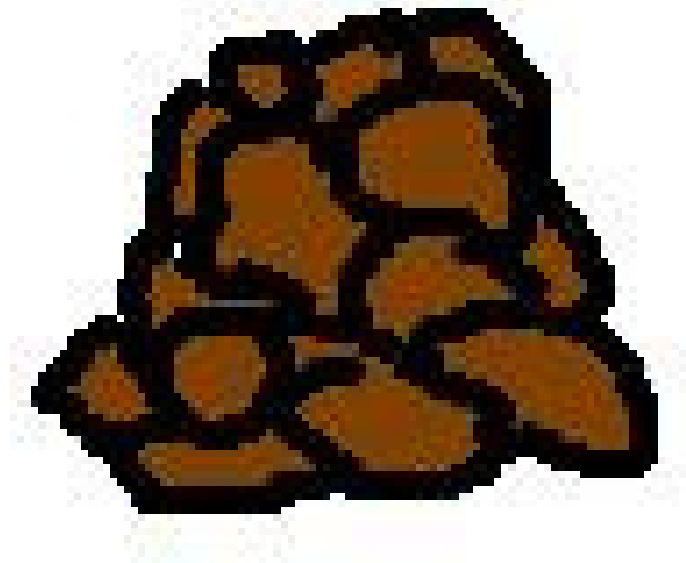
Korinth:

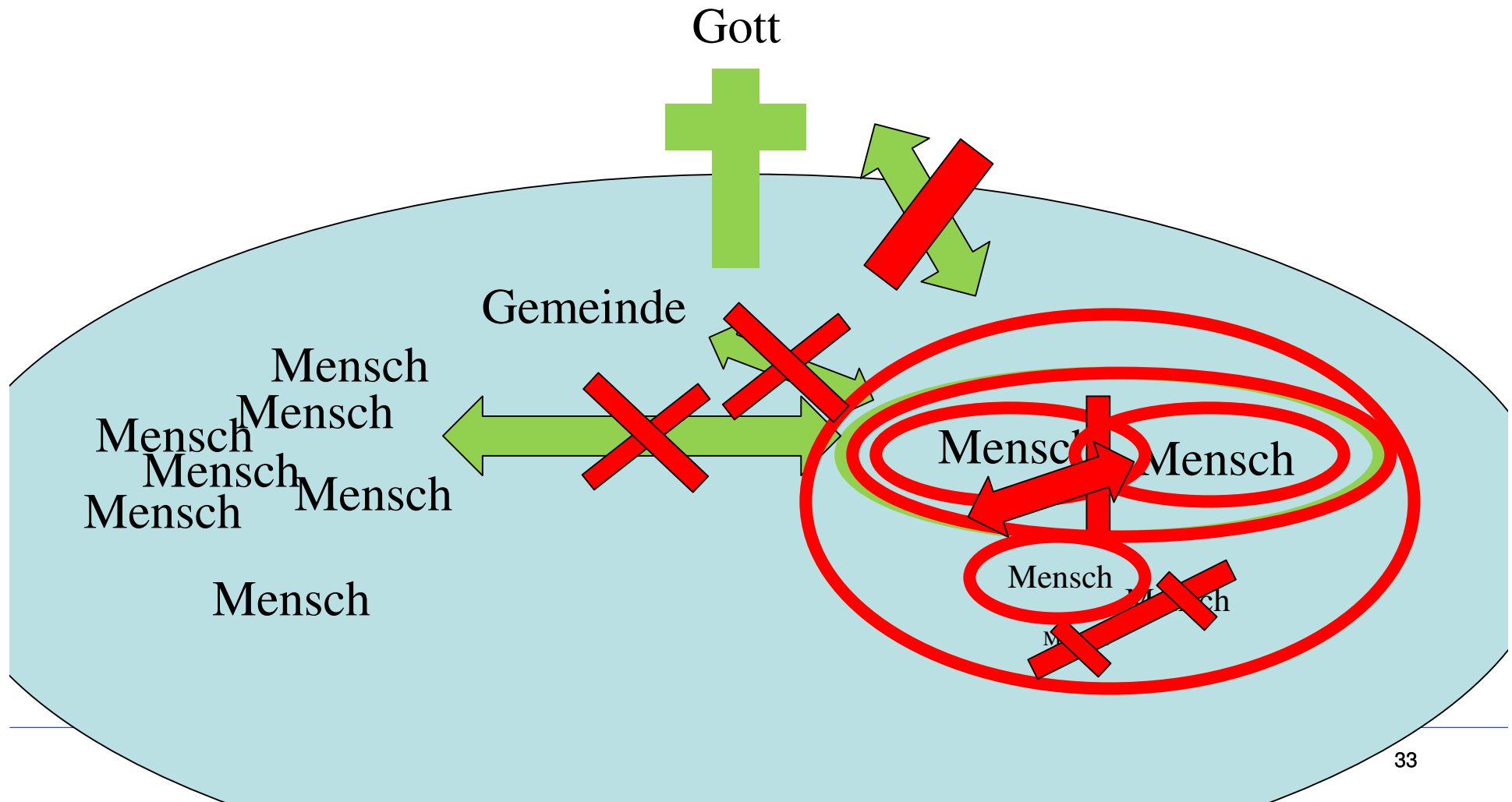


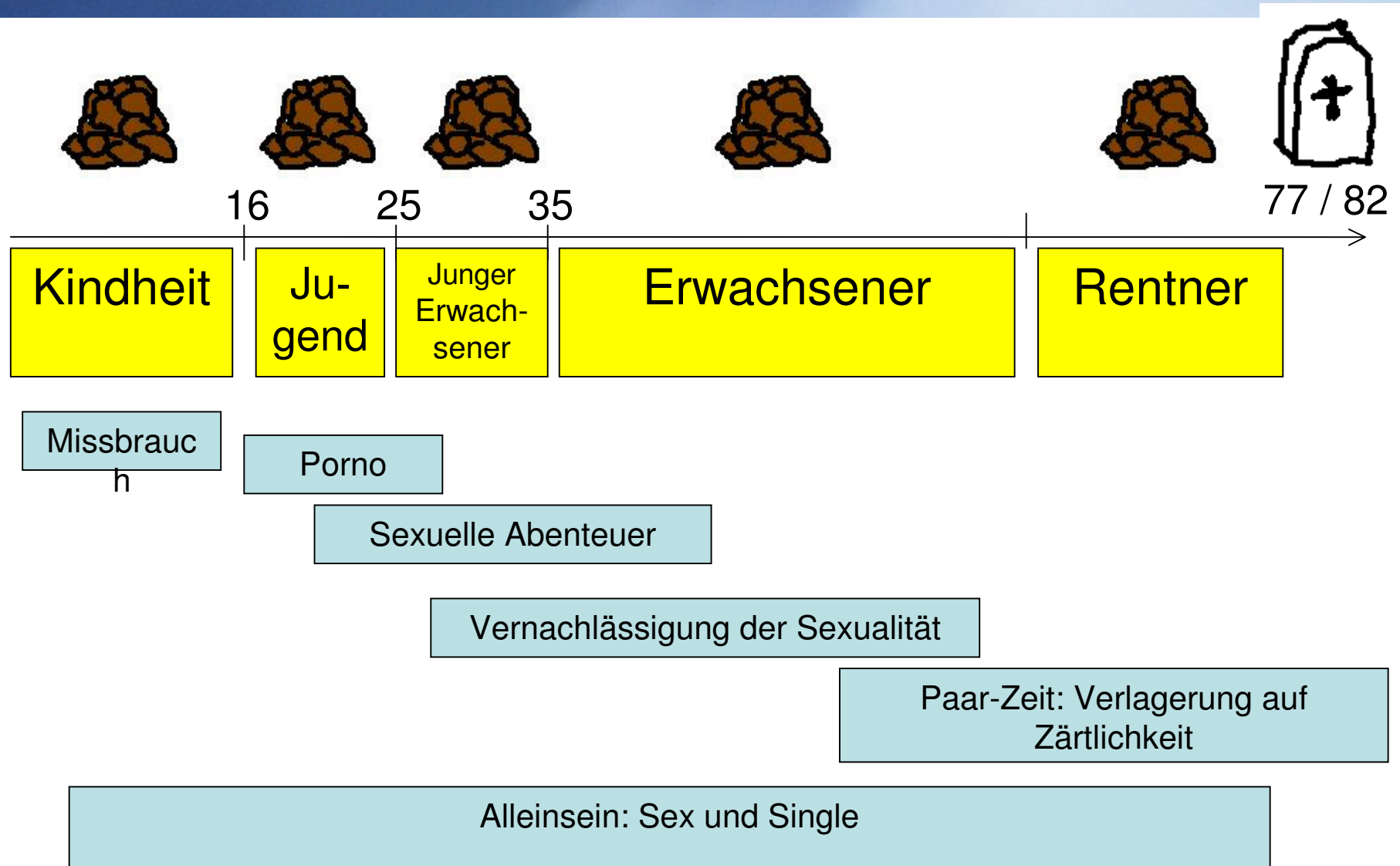
Heute:



2. Typische Tretminen der Sexualität







Die Sexualität hat den Schutzraum der Ehe weitgehend verlassen

Die Veränderung der Beziehungswelten

(Gunter Schmidt u. a.: Spätmoderne Beziehungswelten, VS= Verlag für Sozialwissenschaften)

Alle Daten mit 30 Jahren

Beziehungsstatus	Heute 60-Jährige:	Heute 30-Jährige
verheiratet	69%	16%
zusammen wohnend, feste Beziehung	10%	29%
getrennt wohnend, feste Beziehung	5%	25%
Single	17%	29%

Beziehungsstatus	Heute 60-Jährige: Heute 30-Jährige	
festе Beziehungen	1,9	3,7
drei Trennungen erlebt	15%	58%
Alter der ersten festen Beziehung	20,9	18,2
hatten Kinder	60%	15%

Tendenz zu alternativen Beziehungsformen bei Abiturienten höher

Die Zeiten zwischen den Beziehungen werden kürzer

	Eheschließungen	Ehescheidungen	Scheidungen in %
1900:	476.491	9.152	1,9
1950	516.282	75.268	14,6
2000:	418.550	194.408	46,4
2005:	388.451	201.700	51,9
2006:	373.681	190.900	51,1

	1985	2005
Durchschnittliche Heiratsalter		
bei Männern:	29,8 Jahre	36,5 Jahre
bei Frauen:	26,7 Jahre	32,3 Jahre

Die Sexualität unter Jugendlichen

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung:

Geschlechtsverkehr hatten:

**bis 17-Jährige: 73% der Mädchen (1980 56%)
66% der Jungen (1980 38%)**

Geschlechtsverkehr gleichgeschlechtlich

17 Jährige Mädchen 13% und Jungen 6%
34% geben an, dass der erste Verkehr ungeplant war
12 % verhüten nicht beim ersten Geschlechtsverkehr

Durchschnittliche Anzahl der Liebespartner im Leben:

Türken:	14,5
Australien:	13,3
Neuseeland	13,2
Schweiz:	11,1
Griechen:	10,6
Österreich:	9,7
Holland:	7,0
Deutschland:	5,8
Hongkong:	3,7
Vietnam:	3,2
China:	3,1
Indien:	3,0

Zahl der Kinder, die außerhalb einer Ehe geboren werden

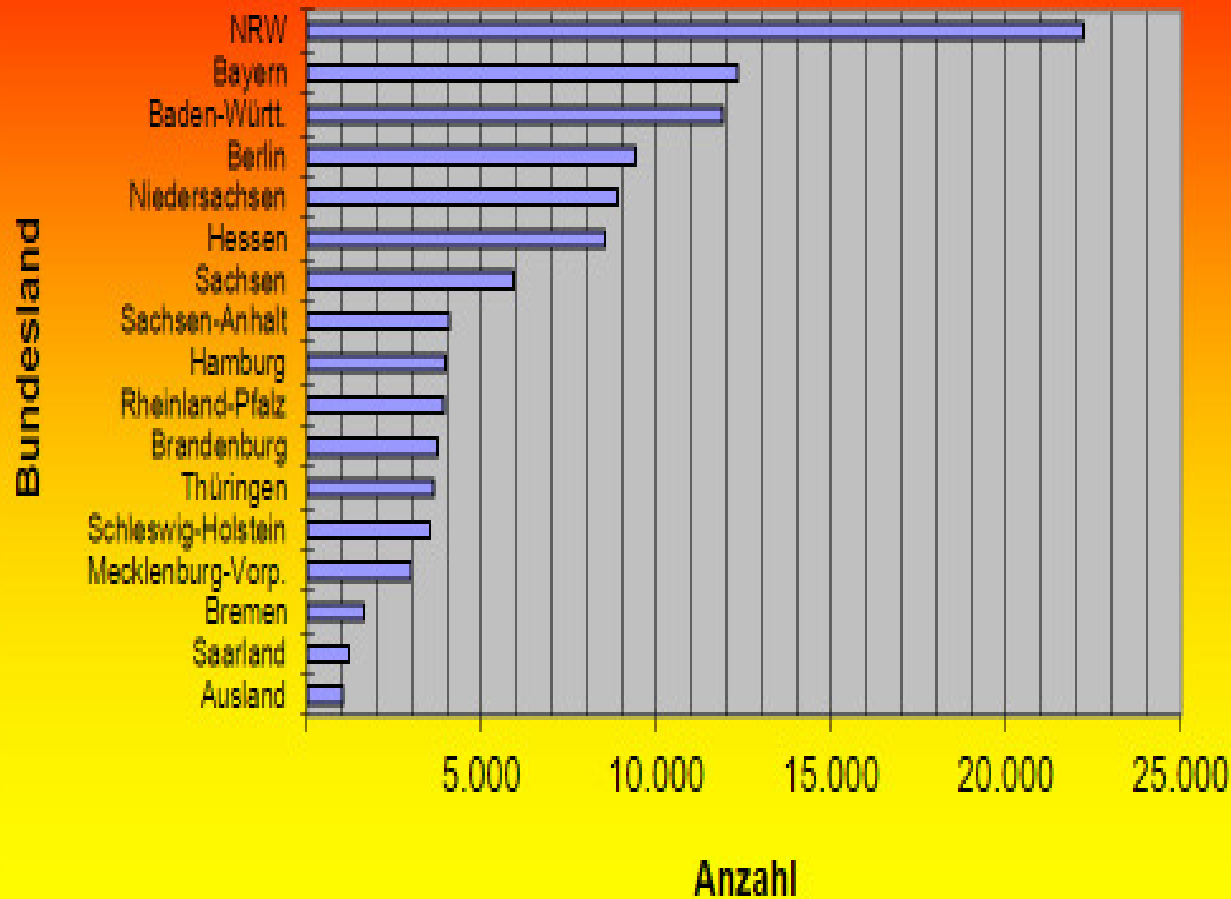
1975	8,5%	
2005	29%	
2008	30%	ca. 202 000 Kinder
	50%	in den neuen Bundesländern bis zu 50%

1 Mill. Männer haben täglich in der BRD Kontakt mit Prostituierten

2011: 108 867 Abtreibungen bei 680.000 Geburten

2001-2011: Über 1 Mio. Abtreibungen

Anzahl der Abtreibungen nach Bundesländern (es gilt der akt. Wohnsitz der Frau)



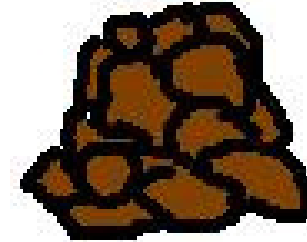
© by www.pro-leben.de

Bundesland	Anzahl
2011: Deutschland-gesamt	108.867
Nordrhein-Westfalen	22.231
Bayern	12.325
Baden-Württemberg	11.882
Berlin	9.393
Niedersachsen	8.887
Hessen	8.533
Sachsen	5.903
Sachsen-Anhalt	4.066
Hamburg	3.969
Rheinland-Pfalz	3.920
Brandenburg	3.742
Thüringen	3.636
Schleswig-Holstein	3.536
Mecklenburg-Vorpommern	2.991
Bremen	1.630
Saarland	1.217
Ausland	1.006

2. Selbstbefriedigung

Männer: 94 %

Frauen: 60-80 %



Probleme:

1. Phantasien
2. Sucht
3. Selbstbefriedigung als Problemlöser
4. Egoistische Rituale



WEISSES KREUZ E.V.
Sexualethik und Seelsorge

Pornografieerfahrung haben lt. Bravo 2009:

42% der 11-13 Jährigen

79% bei 14-17 Jährigen

Jeder 2. Mann schaut wchtl. Pornos

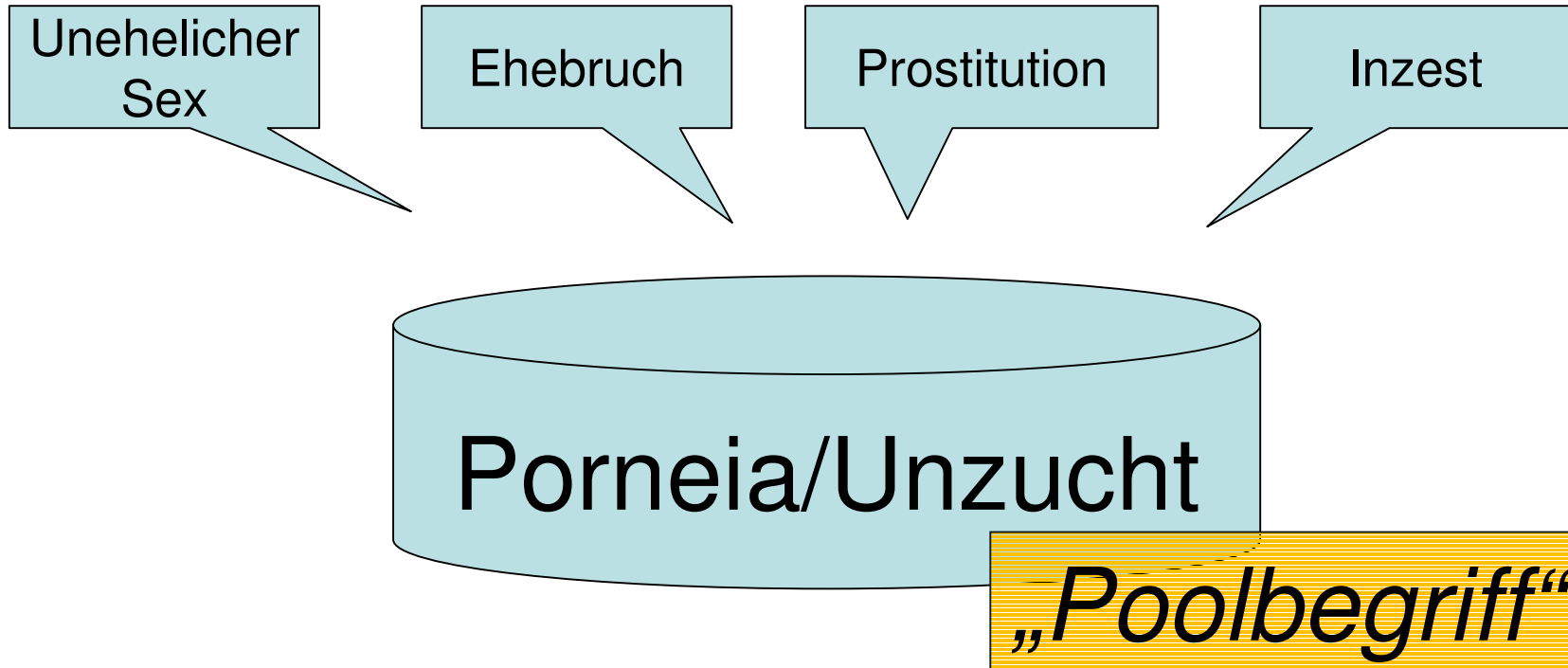


WEISSES KREUZ E.V.
Sexualethik und Seelsorge

Arbeitsheft Nr. 1

Pornografie





*Unzucht zeitgemäß übersetzt:
zwei haben Sex, die ´s nicht dürfen*

Was führte zu den Entartungen?

Diese „Menschenbilder“ haben zum Verlust der Ganzheitlichkeit beigetragen:

- **Die Aufklärung: Sexualität ist eigenständig**
- **Materialismus: Heute ist wichtig, morgen ist egal**
- **Evolution: Sexualtrieb muss ausgelebt werden**
- **Postmoderne: Spaßgesellschaft**
- **Die sexuelle Revolution der 60iger Jahre
(Pornografie erlaubt, Homosexuellen-Paragraph,
Abtreibungsrecht, u.a.)**

Der Mensch unter Feuer

- I. Die Schöpfungsgabe Gottes
 1. Das Wunder der Sexualität
 2. Aufklärungsauffrischung

- II. Die Entartungen
 3. Korinther
 4. Tretminen

- III. **Die Ordnungen Gottes**
 - 1. Korinther**
 - 2. Gründe für Sex in der Ehe**

- IV. Der Blick zu den Hilfen
 - Für die Ehe
 - Im Alter
 - Bei Identitätsproblemen

1. Der Blick zu den Korinthern:

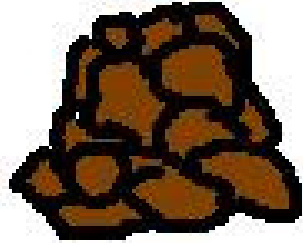
1. Kor. 7, 1-9

- Nun zu den Fragen, die ihr in eurem Brief stellt. Ja, es ist gut für einen Menschen, sexuell enthaltsam zu leben.
- 2 Doch weil es so viel Unzucht gibt, sollte jeder Mann seine Frau haben und jede Frau ihren Mann.
- 3 Der Ehemann soll sich seiner Frau nicht entziehen; dasselbe gilt für die Ehefrau ihrem Mann gegenüber.
- **4 Die Ehefrau gibt ihrem Mann das Recht über ihren Körper, und ebenso gibt der Ehemann seiner Frau das Recht über seinen Körper.**
- 5 Keiner soll sich dem anderen verweigern, es sei denn, beide Ehepartner beschließen übereinstimmend, sich für eine begrenzte Zeit sexuell zu enthalten, um sich noch intensiver dem Gebet widmen zu können. Danach kommt wieder zusammen, damit euch der Satan nicht in Versuchung führt, weil ihr euch nicht beherrschen könnt.
- 6 Das ist aber nur eine Empfehlung von mir, kein Gebot.
- 7 Ich wünschte, jeder könnte unverheiratet leben, wie ich es tue. Aber wir sind nicht alle gleich. Gott schenkt manchen die Gabe der Ehe und anderen die Gabe, unverheiratet zu leben.
- **9 Doch wenn sie sich nicht enthalten können, sollen sie heiraten.** Es ist besser zu heiraten, als von unerfülltem Verlangen beherrscht zu werden.
- 8 Den Unverheirateten und Verwitweten sage ich aber, dass es besser ist, so wie ich unverheiratet zu bleiben.

Sex ist für den Partner

„Die Ehefrau gibt ihrem Mann das Recht über ihren Körper, und ebenso gibt der Ehemann seiner Frau das Recht über seinen Körper.“

2. Warum die Sexualität in die Ehe gehört



*Die
voreheliche
Sexualität*

Sexualität



Zu intensive, zu schnelle
Intimität

Charakter

Denkangebot 1

Kein Sex vor der Ehe?

Warum sich sexuelle Enthaltsamkeit bis zur Ehe lohnt und wie das möglich ist

Viele Jugendliche und Eltern, aber auch Gemeinden sind sprachlos geworden, wenn es um das Thema Sex vor der Ehe geht. Wir haben uns daran gewöhnt, dass viele jüngere und auch ältere Paare ohne eine Eheschließung zusammenziehen. Warum bis zur Ehe warten in einer Gesellschaft, in der es normal geworden ist, mit 16 Jahren zum ersten Mal Sex gehabt zu haben? Warum nicht seine Sexualität auch mit einem Partner, den man unbedingt heiraten will, ausprobieren? Darum geht es im Folgenden. Dies soll auf einfühlsame Weise geschehen und den Leser befähigen, sich selbst eine Meinung zu bilden sowie die Verantwortung für seine Meinung und sein Leben zu übernehmen.

Rolf Trauernicht
Weißes Kreuz e.V.

Argumente für Enthaltensamkeit

- Die Bibel ernst nehmen

1. Mose 1, 27:

„Darum wird ein Mensch Vater und Mutter verlassen, und die zwei werden ein Fleisch sein.“

5. Mose 22, 28-29:

... Wenn es zum sexuellen Kontakt kam, war Heirat angesagt.

1. Kor. 7, 8-9:

Wer sich nicht enthalten kann, soll heiraten

- **Bindungsfähigkeit stärken**

Die Bindungsfähigkeit wird durch wechselnde Partner geschwächt

Trennungswahrscheinlichkeit in der Ehe verdoppelt sich

Bei Menschen, die als Minderjährige sexuellen Kontakt hatten, liegt die Wahrscheinlichkeit der Scheidung bei ca. 75%

- **Warten vermindert Scheidungsrate**

Lt. einer Studie über 20 Jahren, in denen Frauen keinen Sex vor der Ehe hatten, liegt die Scheidungsrate ca. 60% niedriger.

- Ungewollte Schwangerschaft vermeiden
 - Anti-Baby-Pille und Kondom sind nicht absolut sicher
 - Die Sterberate der Babys von Teenagern unter 15 ist doppelt so hoch (Gefahr der Frühgeburt, Geburtsgewicht, Blutvergiftung u. a.)
 - Die Frage der Abtreibung stellt sich nicht: die Hälfte der Babys von Teenagern werden abgetrieben

Der Blick in andere Kulturen

- Eine Untersuchung unter 80 Kulturen zeigt, dass die voreheliche Enthalttsamkeit das soziale Gefüge stabilisiert und ein Volk erhält

Der Mensch unter Feuer

- I. Die Schöpfungsgabe Gottes
 - Das Wunder der Sexualität
 - Aufklärungsauffrischung

- II. Die Entartungen
 - Korinther
 - Tretminen

- III. Die Ordnungen Gottes
 - Korinther
 - Gründe für Sex in der Ehe

- IV. **Der Blick zu den Hilfen**
 - **Für die Ehe**
 - **Im Alter**
 - **Bei Identitätsproblemen**

Vorbemerkungen: Klärung der Vergangenheit

Auf dem Schutt unserer Vergangenheit können wir keine gesunde Sexualität aufbauen:

- Suchtgefahren ernstnehmen**
- Missbrauchserfahrung ans Licht bringen**
- Vergebung: sich selbst, anderen und von Gott**

„Die Vermeidung seelischen Schmerzens ist die Quelle fast jeden Konfliktes.“ (Dr. Hans-Joachim Manz)

... Da kann die Seelsorge und Beratung weiterhelfen ...

Aber:

- **Geschlechtsreife**

Mädchen:

1950: 13,1

1994: 12,4

Heute: 11-12 Jahre

Jungen:

1980: 14,2 Jahre

1994: 12,6 Jahre

- **Alterspanne Geschlechtsreife und Beziehungsreife**
- **Sexueller Dauerbeschuss**

Unterschiede der Lebenswelten

Antike:

- Geschlechtsreife mit 18 J.
- Geistige Reife: 13 J.
- Sexuelle Praxis: in der Ehe

- Eheschließung: Eltern klärten das, Treue war wichtig
- Getrennte Lebensbereiche
- Sexualität führte zum Kind
- In Großfamilien gelebt

Heute:

- Geschlechtsreife ca. 12 J.
- ab 18 oder später
- Selbstbefriedigung, Pornos, bis zur Ehe 4-5 Beziehungen
- Liebesheirat mit ca. 30 Jahren

- Beide wachsen zusammen auf
- Kind seit Pille 1961 viel später
- Individualistisch

Hilfestellungen für eine gesund gelebte Sexualität

Sexualität in der EHE - (neu) entdecken und erleben



WEISSES KREUZ E.V.
Sexualethik und Seelsorge

1. Bestandsaufnahme: Sexualität in der Ehe

Wie die Deutschen das sehen:

- 2 x wchtl. sexuelle Gemeinschaft ist der Durchschnitt
- Jedes 3. Paar: 1 x pro Woche
- 37% der Männer und 43% der Ehefrauen sind unzufrieden mit ihrer Sexualität

3. Ursachen

3.2. Psychische Faktoren

- Bindungserfahrungen
- Enttäuschungen und Vorerfahrungen
- Sexueller Missbrauch
- Unterdrückung eigener Belange
- Unzufriedenheit mit eigenem Aussehen
- Leistungsdruck
- Ängste
- Tabuisierung

3. Ursachen

3.3. Probleme in der Partnerschaft

- Schlankkeitsideale
- Kinderwunsch- Verhütung
- Schwangerschaftsabbruch
- Bedrängnis des Partners
- Fehlende Sprache über Sexualität
- Eigenkonzentration
- Schnelligkeit

3. Ursachen

3.4. Weitere Gründe

- Voreheliche sexuelle Erfahrungen
- Selbstbefriedigungsgewohnheiten
- Missbrauchserfahrungen
- Ungünstige Bedingungen
- Selbstbefriedigung
- Pornografie

4. Denkanstöße für eine erfüllte Sexualität in der Ehe

- Das Gespräch
- Klärung der Vergangenheit
- Was vor allem Männer lernen müssen

Häufige Fragen aus der Seelsorge:

1. Was können wir tun, wenn geringe sexuelle Bedürfnisse vorhanden sind?
2. Wie sollen wir uns verhalten, wenn der eine immer Lust zum Sex hat und es dem anderen zu viel wird?
3. Was ist, wenn ein Partner Wünsche hat, die der andere nicht teilen will?
4. Wie gehen wir mit den sexuellen Vorerfahrungen um?
5. Was ist zu tun, wenn die Frau keinen oder nur selten einen Orgasmus erlebt?

Mögliche Fragen für das Gespräch:

6. Was kann getan werden, wenn der Mann impotent wird?
7. Was ist, wenn der eine ein langes Vorspiel will und der andere nicht?
8. Wie ist mit Scham- und Schuldgefühlen umzugehen?
9. Was ist, wenn ein Partner sich nicht attraktiv findet?
10. Was ist, wenn Sex zur Routine wird?
11. Was erregt einander am meisten?

1. Kor. 7, 3-5

3 Der Mann leiste der Frau, was er ihr schuldig ist, desgleichen die Frau dem Mann.

4 Die Frau verfügt nicht über ihren Leib, sondern der Mann. Ebenso verfügt der Mann nicht über seinen Leib, sondern die Frau.

5 Entziehe sich nicht eins dem andern, es sei denn eine Zeit lang, wenn beide es wollen, damit ihr zum Beten Ruhe habt; und dann kommt wieder zusammen, damit euch der Satan nicht versucht, weil ihr euch nicht enthalten könnt.