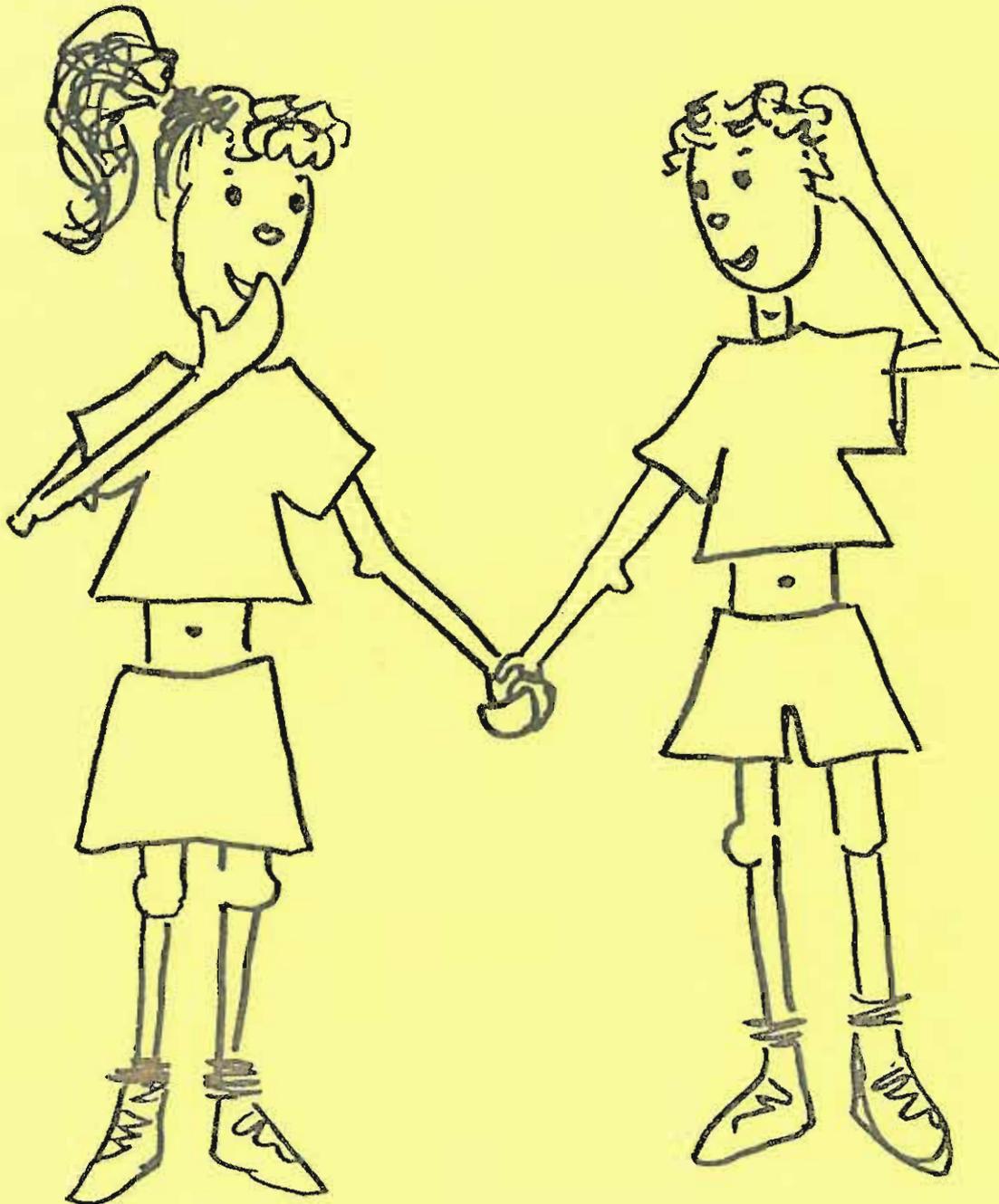


Meine Sexualität stellt mich  
vor die Aufgabe,  
Lieben zu lernen





# INHALTSVERZEICHNIS

<b>A</b>	Worte zum Thema	- 3
<b>B</b>	Gedankensplitter	- 4
<b>C</b>	Gebete - Meditative Texte	- 5
<b>D</b>	Bibeltexte	- 31
<b>E</b>	Märchen - Kurzgeschichten	- 35
<b>F</b>	Lebenszeugnisse - Episoden - Anekdoten (Junge Menschen zum Thema)	- 39
<b>G</b>	Meditationen	- 49
<b>H</b>	Arbeitshilfen für RU, Gruppenstunde, Kinderpartei, Gottesdienste	- 51
<b>I</b>	Graphiken u. Arbeitsblätter	- 65
<b>J</b>	Lieder	- 67
<b>K</b>	Anhang	- 69

## Nach einer Diskussion über Liebe und Partnerschaft

zog mich einmal eine 20jährige Studentin auf die Seite und sagte: "Weißt Du, vor einem halben Jahr, als unsere Beziehung noch gut lief, war ich ganz sicher und selbstbewußt. Jetzt, nachdem sie zu Ende ist, wird mir klar: es gibt nichts Schwereres, als eine Partnerschaft durchzuhalten! Ich weiß heute nicht, ob ich es noch einmal probiere!"

Sicher machen nicht alle Jugendlichen diese schmerzhaften Erfahrungen. Trotzdem ist es in einer Gesellschaft, die die Sexualität als wichtigsten Werbeträger einsetzt, nicht gerade leicht, das Ideal der Liebe zu entdecken und zu leben.

Wir haben uns bemüht, in dieser WERKMAPPE 9 möglichst viele Bereiche anzusprechen. Themen wie Selbstbefriedigung, Empfängnisregelung und Gestaltung der vorehelichen Sexualität sind ebensowenig ausgeklammert wie das Recht des Kindes auf Leben, Sinn der kirchlichen Trauung und das Scheitern einer Ehe. Vor allem ging es uns darum, Zeugnisse Jugendlicher über den schmerzhaften Prozeß des Liebenlernens zu vermitteln. Daß Gott darin eine große Rolle spielen kann, zeigen viele Aussagen; Jesus und sein zärtlicher Umgang mit den Menschen ist Maßstab jeder Beziehung.

Für Don Bosco war die Bewältigung der Sexualität, ihr Umschmelzen in reife Liebe ein großes Anliegen. Er ist als Freund der Kinder und Jugendlichen sicher ein Meister der pädagogischen Liebe. Natürlich drückt er sein Anliegen in Begriffen seiner Zeit aus und hatte sicher auch in manchem andere moralische Idealvorstellungen. -

Vor allem der pädagogische Teil der Werkmappe soll helfen, Kinder und Jugendliche zur Liebesfähigkeit auf der Basis des Evangeliums hinzuführen. Und nichts anderes wollte Don Bosco.

Folgende Modelle wurden erarbeitet:

- 1 Arbeitseinheit für die Sexualerziehung im Kindergarten
- 1 Einheit von 3 Religionsstunden für 8-12jährige
- 1 Baustein für eine Unterrichtseinheit zum Thema "Liebe" für die 8. Schulstufe
- 1 Gruppenstunde für 11-14jährige
- 1 Gruppenstunde für 14-17jährige
- eine Anzahl von Spielideen als Einstieg zum Thema

Viel Freude mit unserer Werkmappe, die aufgrund der Fülle des Materials umfangreicher als die vorhergehenden ist, wünscht

im Namen der Confronto-Gruppe  
und aller MitarbeiterInnen

P. Rudolf Osanger

Meinungsumfragen ergeben, daß viele Jugendliche hinsichtlich Partnerschaft und Sexualität verunsichert sind. Die Medien zeigen häufig ein verzerrtes Bild von Liebe, es wird damit Geschäft gemacht, und es ist oft schwierig, echte Liebe von Fehlformen zu unterscheiden.

Es kann sein, daß manche eine zu frühe Bindung eingehen, andere zu hohe und unerfüllbare Ansprüche stellen und wieder andere Angst vor einer dauerhaften Bindung haben. Zu große Freizügigkeit einerseits, Gebote und Verbote andererseits machen es schwierig, die Liebe zwischen zwei Menschen und vor allem ihre Sexualität richtig einzuordnen.

Partnerschaft, Ehe, Liebe und Sexualität sind von Gott gewollt und Geschenk Gottes. "Gott schuf den Menschen als sein Abbild; ... Als Mann und Frau schuf er sie"(Gen 1,27), denn: "Dann sprach Gott, der Herr: Es ist nicht gut, daß der Mensch allein bleibt. Ich will ihm eine Hilfe geben, die ihm entspricht."(Gen 2,18) Beide sind füreinander geschaffen, aufeinander zugeordnet und angewiesen. Gemeinsam müssen sie ihre Liebe und Sexualität so gestalten, daß der Partner als ganze Person ernst genommen wird.

Beide Partner sind gleichwertig, aber nicht gleichartig. Das Du ist anders, neu. Das immer neue Kennenlernen und Entdecken des Partners braucht Zeit und einen Wachstumsprozeß. Es ist wichtig, die gegenseitige Liebe durch kleine Aufmerksamkeiten zu stärken, auf die berechtigten Wünsche des Partners einzugehen, Freude und Schmerz gemeinsam zu tragen. - Wenn nur die eigenen Bedürfnisse im Vordergrund stehen, kann sich der andere nicht entfalten.

Die körperliche Liebe ist eine besondere Ausdrucksform der Liebe, deren eigentlicher Bestimmungsort eine ganz feste Beziehung, die Ehe, ist. Ein gemeinsamer Entschluß zu vorehelicher Enthaltbarkeit gibt eine Chance, die Liebe zum Partner zu vertiefen, da sie statt ihres körperlichen Ausdrucks mit vielen anderen Zeichen gezeigt werden muß. Zudem bleiben bei zu früher körperlicher Bindung häufig viele andere Interessensbereiche unentdeckt. Sexuelles Verhalten kann seine besondere Wertschätzung und seinen Ausdruck tiefer ganzheitlicher Liebe verlieren. Entstehendes Leben ist in der Ehe, in der Familie besser geschützt.

Das Gebet um Kraft, das mir hilft, meine Sexualität richtig zu gestalten, vertieft gleichzeitig meine Beziehung zu Jesus, zu Gott, dem Ursprung und der Quelle der Liebe. Das höchste Ziel für jeden Menschen, ob er nun eine Partnerbeziehung lebt oder nicht, ist, sein Mensch- und Christsein zu vervollkommen und in Gott zu sein. Ziel der Liebe in der Partnerschaft ist, daß sie diesen Weg gemeinsam gehen, Gott näherkommen und daß seine Liebe durch sie auf andere ausstrahlen kann.

"Liebt einander, so wie ich euch geliebt habe!"(Jo 15,12f). Das Gebot soll auch in der Partnerschaft unsere Orientierung sein, so daß man mit Francesco Cultera sagen kann: "Zwei Leute, die die Abgeschlossenheit ihrer Hütte verlassen, um sich für andere zu interessieren ... überwinden den Egoismus, der den anderen besitzen will, ... vergessen sich selbst in der gegenseitigen Liebe ... werden fähig und bereit, anderen zu helfen und bemerken, daß es eine ziemlich große Welt gibt, die um Einsatz und Hilfe bittet ..."

Brigitte E.



Ich habe dem Wind  
soeben gesagt,  
er möge dich streicheln.  
Ich habe die Nacht gebeten,  
um dich zu sein  
wie mein Arm  
auf dem Weg  
heimwärts  
zu unserem Haus.  
Über das Mondlicht  
werde ich wandern  
in deine Träume.  
Und in der Frühe  
wird deine Hand  
noch warm sein  
von meiner.

Hans Günter Saul



**B**



Leg mich wie einen Siegelring  
auf Dein Herz,  
wie eine Spange  
an Deinen Arm –  
stark  
wie der Tod ist die Liebe.

noch Hohelied 8,6



**DU**

Wo ich gehe Du.  
Wo ich stehe Du.  
Du, Du,  
wieder Du,  
immer Du,  
Du, Du, Du.  
Ergeht's mir gut,  
Du.  
Wenn's weh mir tut,  
Du.  
Du, Du,  
wieder Du,  
immer Du,  
Du, Du, Du.  
Himmel: Du,  
Erde: Du,  
Oben: Du,  
Unten: Du.  
Wohin ich mich wende,  
an jedem Ende: nur Du,  
wieder Du,  
immer Du,  
Du, Du, Du.

Martin Buber



Lisa -  
und kein Gesicht  
steht vor meinen Augen,  
kein Körper,  
den ich anfassen könnte.

Und ich horche hin  
auf deine Nähe  
in mir drin:  
Du bist da -  
ganz selbstverständlich.

An dich denken,  
für dich beten,  
an dich schreiben,  
von dir reden,  
mich nach dir sehnen  
und von unserer Zukunft träumen  
heißt:  
heute mit Dir leben.

Bin ich allein  
kommst Du,  
tauchst plötzlich auf  
in meinen Gedanken  
und bist dann einfach da.

Ganz selbstverständlich  
lebe ich mit Dir  
dort und da  
ganz nah  
in mir  
Lisa

Lukas  
(als Lisa in Afrika war)

Morgens  
und abends  
zu lesen

**D**er, den ich liebe  
Hat mir gesagt  
Daß er mich braucht.  
Darum  
Gebe ich auf mich acht  
Sehe auf meinen Weg und  
Fürchte von jedem Regentropfen  
Daß er mich erschlagen könnte.

Bertolt Brecht



waun mir zwa  
stöh da des amoi vur  
waun mir zwa  
von zwa vaschiedane seitn  
auf den bam durt  
zuageh dädn  
laungsaum zerscht  
und vursichtig  
daß ma kane bluman zaumtredn  
und daun  
waun ma uns von da weidn  
scho gschpiad haum  
imma schnölla zum renna aufaungan  
so daß a im weg steh dädn  
waun ma in uns einefoin  
herst  
i glaub  
daun dad a aufd seitn springa  
da bam

rudolf weiß



**G e f ü h l e**

erwachen  
und suchen  
DICH.  
Ein Blick,  
ein Wort,  
eine Geste –  
und das Herz  
und der ganze Leib  
gehen mit...

- Wie bin ich selbst?
- Wie bist Du?
- Wie gehe ich mit  
meinen Gefühlen um?

**L i e b e**

ist mehr als Gefühl,  
Sexualität, Erotik.

**L i e b e n l e r n e n**

ist eine Aufgabe,  
die uns lebenslang  
begleitet ...

Karin



Wenn ein Mensch  
wirklich liebt,  
wird er zum ersten Mal  
in sein wahres Sein,  
in sein wirkliches Leben  
eingeführt.

Er weiß, wer er ist,  
er lebt,  
wie er nie gelebt hat,  
er wird er selbst,  
wie er es  
noch nie gewesen ist.  
Durch den anderen  
findet er zu sich selbst,  
alles wird  
auf ein Wir bezogen,  
das beide um so mehr  
Ich sein läßt.

Wenn zwei Menschen  
sich wirklich lieben,  
schenken sie sich  
Wachstum und Leben.  
Sie erkennen einander,  
wie niemand  
sie je gekannt hat.

Louis Evely

Bei Jesus Christus ist zu lernen,  
was DU sagen, DU wagen, lieben bedeutet.  
Jesus Christus erlöst uns aus der Wüste der Ichsucht.  
Er befreit uns zum DU.  
Und von ganzem Herzen DU sagen können,  
sich schenken können, lieben können,  
das ist das wirkliche Leben.

Liebe ist Verantwortung eines Ich für ein Du:  
hierin besteht die Gleichheit aller Liebenden,  
vom kleinsten bis zum größten  
und von dem selig Geborgnen, dem sein Leben  
in dem eines geliebten Menschen beschlossen ist,  
zu dem lebelang ans Kreuz der Welt Geschlagenen,  
der das Ungeheure vermag und wagt:  
die Menschen zu lieben.

Martin Buber

Der Liebende  
gibt sich dem anderen  
der Verliebte  
nimmt sich den anderen

J.J. Moser



### *Suchst du mich?*

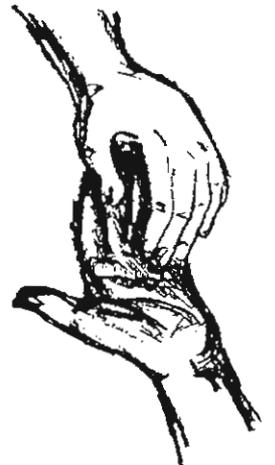
*Wenn du traurig bist,  
möchte ich bei dir sein.  
Wenn du müde wirst,  
möchte ich meinen Arm für dich bereithalten.  
Wenn du sprechen willst:  
Meine Ohren sind für dich offen.*

*Ich habe auch nicht viel Kraft,  
ich bin reizbar, ungeduldig und schwankend,  
aber wenn du mich rufst,  
werden alle Kräfte in mir mobilisiert.*

*Vielleicht brauchst du jemanden,  
mit dem du nur schweigen möchtest:  
Ich bin da.  
Du willst eine Musik nicht alleine hören:  
Meine Ohren hungern nach Tönen.  
Beim Betrachten eines Bildes  
willst du mir sagen, was du empfindest:  
Ich schaue mit deinen Augen.*

*Wenn du Widerstand brauchst:  
Ich will dir die Stirn bieten.  
Wenn du wissen willst, wie es um dich steht:  
Ich will dir einen Spiegel vorhalten.*

*Ich möchte dasein, wenn du mich brauchst.  
Ich möchte für dich dasein.*



Otto & Felizitas Betz





„Ich habe da ein Problem. Ich habe einen großen Schwarm, nur weiß ich nicht, wie ich an ihn herankommen kann. Manfred beachtet mich gar nicht; ich bin aber auch zu feige, um wenigstens einmal ‚piep‘ zu sagen, wenn er in meiner Nähe ist, dann kriege ich jedesmal keinen Ton heraus. Und wenn Manfred mit seinen Freunden zusammen ist, dann fühlt er sich besonders stark und verarscht mich. Aber wenn er allein ist...!“  
Moni (15).“



„Ich bin zwar in meiner Klasse sehr beliebt, aber ich habe noch keinen richtigen Freund. Ich träume oft davon, einen richtigen Freund zu haben, mit dem ich unter anderem auch zärtlich sein kann, aber es gelingt mir nicht, einen zu finden. Ich weiß nicht, woran das liegt. Ich glaube, häßlich bin ich nicht einmal, aber für die Jungen bin ich doch irgendwie uninteressant. Sonja (16).“



„Vor etwa drei Wochen verliebte ich mich zum dritten Mal in ein Mädchen. Ich hatte noch nie eine feste Beziehung. Ich empfinde sehr viel für das Mädchen, doch mein Problem ist, daß ich es ihr nicht sagen kann. Bei den anderen zwei Mal, als ich mich verliebt hatte, wurde auch nichts daraus, weil ich es nicht fertigbrachte, die Mädchen anzusprechen. Darum möchte ich jetzt unbedingt, daß etwas daraus wird. Ich lebe sonst immer in der Hoffnung, einmal eine Freundin zu kriegen. Ich möchte die Hoffnung jetzt in eine Tat umsetzen, was sehr schwierig ist. Denn ich weiß nicht, wie ich es anstellen soll. Christian (15).“



### Kontakt bekommen

Wenn es für dich schwierig ist, Kontakt zu schließen, Beziehungen einzugehen, so versuche, zu Beginn erst einmal aufzuschreiben, was für dich schwierig ist, was dich behindert, mit anderen in Kontakt zu kommen. Danach schreibe auf, was einigermaßen gut geht, was du beherrschst und warum du diese Fähigkeiten nicht einsetzt, wenn du mit jemandem in Kontakt kommen willst. Notiere danach, mit wem du gerne Kontakt aufnehmen willst und bei wem es dir leichter sowie bei wem es dir schwerer fallen würde, ein Gespräch zu führen. Notiere danach zu diesen Namen, über was du mit ihnen reden möchtest.

Suche dir nun den oder diejenige heraus, mit dem bzw. mit der es voraussichtlich am leichtesten ist, in Kontakt zu kommen. Stelle dir vor, du triffst ihn oder sie, und spiele ein Gespräch. Wie würdest du beginnen, was würdest du unternehmen, wie würdest du dich bewegen, worüber würdest du sprechen. Spüre, wie es dir geht und versuche, die Situation ständig so zu verändern, daß es dir gut geht. Spiele die Situation mehrmals durch. Versuche danach, das in die Tat umzusetzen. Fange langsam an und überfordere dich nicht, aber fordere dich! Beginne vielleicht mit einem einfachen ‚Hallo‘ oder einer Begrüßung und steigere dich langsam bis hin zu einem Gespräch oder einer Verabredung. Überlege dabei grundsätzlich, ob es dir leichter fällt, mit Mädchen oder mit Jungen in Kontakt zu kommen und fange mit demjenigen Geschlecht an, bei dem es dir am leichtesten fällt. Mache es dir nicht zu schwer, beginne einfach und mit kleinen Schritten, so daß du die Schritte nacheinander bewältigen kannst.

Aus: Reinert Hanswille, Fragen zum Sex, Antworten für junge Leute, München (Kösel) 1989, Seite 221., 321.

## » Wie stehen Sie zur Selbstbefriedigung?«

Selbstbefriedigung, Masturbation, Onanie: ich möchte ganz bewusst hier zwischen diesen Wörtern keinen Unterschied machen. Sie bedeuten, daß ein Mann oder eine Frau sich selbst an den Geschlechtsstellen berührt und diese streichelt, um dabei in sexuelle Erregung zu kommen. Diese Gefühle können sich steigern bis zum sexuellen Höhepunkt (Orgasmus). Dabei kommt es beim Jungen zum Samenerguß.

Neulich las ich in einer Aufklärungszeitschrift für Jugendliche, die Selbstbefriedigung sei nicht nur normal, sie sei einfach notwendig, um später liebesfähig zu werden. In einem Elternbuch steht, Erwachsene hätten die Verpflichtung, ihren Kindern vorzuführen, wie man richtig masturbiert. Ich zitiere beides, weil man noch vor gar nicht so langer Zeit genau umgekehrt unseren Eltern beibrachte, Selbstbefriedigung sei schädlich, zehre an der Kräftesubstanz eines Menschen und sei schuld an allem möglichen Versagen.

Beide Ansichten, obschon sie sich diametral gegenüberstehen, haben eines gemeinsam: sie verursachen Schuldgefühle, machen Angst und verunsichern. Und eben das scheint mir grundverkehrt und kaum hilfreich. Aus persönlichen Gesprächen heraus weiß ich, daß Jugendliche und auch manche Erwachsene sich selbst befriedigen. Ich weiß aber auch, daß andere Jugendliche und Erwachsene dies nicht tun und die Masturbation ablehnen. Beide Einstellungen oder Haltungen sind durchaus »normal« und vertretbar, wenn ein jeder dazu sagen kann: »Ich für mich finde die Selbstbefriedigung gut oder schlecht!«

Die Selbstbefriedigung ist keineswegs gesundheitsschädlich, sie zehrt nicht auf, sie macht niemanden verrückt. Sie vermittelt meistens schöne und frohe Gefühle. Das sanfte, zarte Berühren unserer Haut ist angenehm und erregend. Viele Körperstellen

*Ich suche Leben.  
Ich suche Liebe,  
Geborgenheit,  
Wahrheit.*

*Ich bin jung,  
und ich bin auf der Suche:*

sind besonders empfindsam; dazu gehören Hals, Brustwarzen, Fußsohlen, Bauch, Geschlechtssteile. Ganz besonders empfindlich sind beim Mädchen die Klitoris oder der Kitzler (ein kleines vorspringendes Organ, das von den kleinen Geschlechtslippen umgeben ist), beim Jungen die Eichel (die Spitze des Gliedes, die von der Vorhaut bedeckt wird).

Bei vielen kleinen Kindern fällt auf, daß sie sich spontan an ihren Geschlechtsstellen berühren, wenn sie verärgert oder verunsichert sind, wenn sie sich ausgestoßen fühlen oder wenn sie ausgeschimpft werden. Die Berührung der Geschlechtssteile scheint sie zu beruhigen und zu trösten.

Doch kommt beim Jugendlichen und beim Erwachsenen eine bewußt sexuelle Komponente dazu. Diese äußert sich nicht zuletzt in den Bildern, den Phantasien, die die Selbstbefriedigung begleiten. Jungen denken dabei an sexuelle Spielereien mit Mädchen und umgekehrt. Zu Anfang ist es übrigens durchaus normal, daß dabei Jungen an Jungen, Mädchen an Mädchen denken.

Für viele Jugendliche ist Masturbation die derzeit einzig mögliche Antwort auf die Spannung des Sexualtriebes. Der Sexualtrieb ist eine Kraft, die sich ab der Pubertät, also ab 12, 13, 14, ganz besonders äußert: das Herz schlägt schneller beim Anblick von Jungen oder Mädchen; man interessiert sich für alles, was die Sexualität betrifft; man ist neugierig darauf, nackte Männer und Frauen zu sehen; bei Jungen wird aus oft sehr nichtigen Gründen heraus das Glied steif und richtet sich auf (Erektion) . . .

Die Pubertät ist auch im Bereich der Sexualität eine Zeit der Unsicherheit und der Angst. Daher überläßt man sich gerne den Träumereien und Phantasiebildern, in denen sich die kühnsten Wünsche und Vorstellungen wie von selbst erfüllen. Die Traumbilder werden zur Flucht vor einer Wirklichkeit, die weitaus komplexer und schwieriger ist. In seinen Phantasien kann jeder zum wilden, ungestümen Play-Boy oder zur ungehemmten Draufgängerin werden, die er in Wirklichkeit weder sein kann noch auch sein möchte.

*Ich suche Freude.*

*Ich suche den Menschen,  
den einen unverwechselbar.  
Wo finde ich ihn?*

*Gudrun*

Hier auch liegt eine der Gefahren der Selbstbefriedigung; sie kann den einzelnen daran hindern, sich mit seinen Problemen, mit seinen Ängsten, mit seinen Kontaktschwierigkeiten offen auseinanderzusetzen. Ich würde diese Gefahr allerdings vor allem dort sehen, wo Jugendliche sich zwangsmäßig und sehr häufig (viele Male täglich) masturbieren.

Die Kirche bewertet die Selbstbefriedigung nach wie vor negativ. Um dies zu verstehen, muß man von ihrem Bild über Sexualität insgesamt ausgehen. Die Sexualität – so lehrt uns die Kirche – ist ein Geschenk Gottes, das dem Menschen überantwortet wird. In seiner Sexualität ist der Mensch berufen, einem Partner des anderen Geschlechts in Liebe zu begegnen, mit ihm in reichster Fülle verbunden zu sein, mit ihm zusammen Kindern das Leben zu schenken; nur in einer ausschließlichen, definitiven und offiziell besiegelten Beziehung können Menschen diesem Ideal gerecht werden.

Diese Sicht der Sexualität stellt ein sehr positives Anliegen dar. Wer davon ausgeht, wird allerdings alle anderen Sexualverhalten – so auch die Masturbation – als unvollständig, unfertig, unreif bewerten. Ich kann allerdings nicht nachvollziehen, daß man von da aus die Masturbation jugendlicher als schwere Sünde, als grobe Beleidigung Gottes darstellen würde – so wie dies früher durchaus gängig war. Die Selbstbefriedigung ist vor allem ein Schritt des Jugendlichen auf dem Weg zur Liebe und zur Liebefähigkeit des Erwachsenen. Man sollte über Jungen und Mädchen nicht lachen, die aus religiösen oder moralischen Gründen bewußt auf die Masturbation verzichten! Auch erwachsene Liebe kommt nicht aus ohne Verzicht, ohne Opfer, ohne Selbstdisziplin.

Wichtiger als die Frage der Selbstbefriedigung scheinen mir folgende Anliegen:

- Lerne deinen Körper kennen und pflege ihn!
- Baue Kontakte auf zu vielen Jungen und Mädchen!
- Sei nett und zart im Umgang mit dir selber!
- Schaffe dir eine persönliche Intimsphäre und gib dir einen Platz, wo du ungestört allein sein kannst!
- Laufe vor deinen Problemen nicht davon!
- Sei bereit, sinnvolle Verzicht zu leisten!
- Nimm deine Sexualität an als ein Geschenk des guten Schöpfers Gottes, ein Geschenk, das du als freier Mensch froh und verantwortlich gestalten sollst!

## Warum ist Lieben so schwierig? ...

C

Ich komme mir manchmal so einsam vor, so verlassen auch von Gott, weil ich einfach nicht durchsteige durch all die Fragen über Freundschaft und Liebe. Warum ist das so schwer? Warum gibt es so viele Meinungen? Warum spüre ich in mir manche Bedürfnisse und auch gleichzeitig sofort überall Warnschilder? Warum gibt es so wenig Menschen, die einem da weiterhelfen können? Ich habe viele Fragen und wenige Antworten. Mich würde auch mal interessieren, warum Du eigentlich über dieses Thema schreibst? Was bezweckst Du damit und was hoffst Du damit zu erreichen?

Karin

Liebe Karin,

ich glaube, daß „Liebe lernen“ die größte Herausforderung Gottes an den Menschen ist, ein Lebensprogramm, zu dem wir gerufen sind. Jesu Leben war ein Leben der Liebe. Doch auch von ihm hören wir, daß es nicht immer leicht war. In Gethsemane lief er Gefahr, sich aus der Liebe zu entfernen. Aber er hat durchgehalten. Ich glaube, daß er auch immer wieder überlegen mußte, was es nun wirklich bedeutete, Liebe in einer konkreten Situation zu üben. Uns geht es nicht anders. Ich kann Deine Überlegungen gut verstehen, weil ich sie auch habe. Wer meint, das „Lieben lernen“ in Regeln einfangen zu können, der betrügt damit am Ende nicht nur sich selbst, sondern auch andere. Es gibt Richtlinien, Gesetzmäßigkeiten und den reichen Schatz von Erfahrungen anderer Menschen vor und um uns. All das können wir entdecken und für uns nutzbar machen. Aber letztlich gilt die Herausforderung des Liebens jedem einzelnen sehr direkt, und jeder einzelne muß sich entscheiden, selbst lernen zu wollen – oder er wird lediglich an den Regeln anderer entlanggehen.

Am besten schaffen wir es, wenn wir unser Leben intensiv mit Christus gestalten und im Lernen von Liebe unsere erste Aufgabe sehen. Das ist also nichts, was man so nebenbei und mit wenig Ernst machen kann. Da ist der ganze Mensch gefordert. Was Du an Schwierigkeiten erlebst, sind die Schwierigkeiten, mit dem Leben schlechthin fertig zu werden und ein erfülltes Leben zu führen. Leider gibt es heute sehr viele „Vereinfacher“, die uns sagen wollen, daß alles leicht geht; daß man zum Beispiel nur an Jesus zu glauben braucht, und alles wird wunderbar sein. Aber ich glaube, daß das nicht der Erfahrung der meisten Menschen entspricht. Auch im Leben mit Christus bleibt noch viel offen, auch mit ihm müssen wir weitere Entscheidungen treffen, die schwer zu treffen sind.

Ich schreibe darum auch nicht für Leute, die schon wissen, wie man alles machen muß, und die einen Schwung Regeln haben, die sie sich selbst und anderen aufdrücken (ich habe bei diesem Verfahren zu viele Leute kaputtgehen sehen). Auch sollen diese Gedanken über das „Liebe lernen“ nicht für Leute sein, die nur wild drauflosleben wollen und jetzt noch von irgendwem Unterstützung und Legitimierung suchen. Diese Seite ist im Grunde für Leute, wie Du es bist: Menschen, die tiefe Fragen haben und versuchen, wirklich das „Liebe lernen“ zu üben, die es sich nicht leicht machen. Ich fühle mich darum eng mit Dir verbunden und möchte auch gern weiter meine Gedanken mit Dir teilen. Vielleicht findest Du unter meinen Gedanken welche, die Dir helfen, Dich selbst und Deine Beziehungen besser zu verstehen. Faß weiter Mut, Du stehst mitten im Schönen und Schweren des Lebens, wie alle Menschen, die wirklich lebendig sind.

Ulrich Schaffer: Ich will zart sein mit dir

Sie halte ein Saatkorn in' Hand  
mein einziges Korn.

Sie sagen, ich soll das Korn in die  
Erde legen.

Ich muß mein Korn klütschen,  
mein einziges Korn.  
Sie habe nie erlebt, daß es Frühling  
gibt.

Sie sagen, es wächst neues Leben  
aus dem Korn.

Sie verliere mein Korn,  
mein einziges Korn.  
Sie habe nie erlebt, daß es Frühling  
gibt.

Sie sagen, ich muß mein Korn  
riskieren,  
mein einziges Korn.  
Aber ich habe nie Frühling erlebt.

Mein felicitas sagt: Es gibt Frühling!  
Ich lege mein Korn in die Erde!  
(Keiner Hand)



Wo sie wohnt?

Im Haus neben der Verzweiflung

Mit wem sie verwandt ist?

Mit dem Tod und der Angst

Wohin sie gehen wird

wenn sie geht?

Niemand weiß das

Von wo sie gekommen ist?

Von ganz nahe oder ganz weit

Wie lange sie bleiben wird?

Wenn du Glück hast

solange du lebst

Was sie von dir verlangt?

Nichts oder alles

Was soll das heißen?

Daß das ein und dasselbe ist

Was gibt sie dir

- oder auch mir - dafür?

Genau soviel wie sie nimmt

Sie behält nichts zurück

Hält sie dich

- oder mich - gefangen

oder gibt sie uns frei?

Es kann uns geschehen

Daß sie uns die Freiheit schenkt

Frei sein von ihr

ist das gut oder schlecht?

Es ist das Ärgste

was uns zustoßen kann

Was ist sie eigentlich

und wie kann man sie definieren?

Es heißt daß Gott gesagt hat

daß er sie ist.

Erich Fried

Manchmal ist mir die Liebe zu dir  
viel zu eng, zu vordergründig,  
zu klein und weltverschlossen.

Es klopfen die Hungernden aus Afrika an,  
und ihre großen Augen fragen mich,  
was meine Liebe zu dir  
für sie tut.

Oder ich höre die Wale,  
meine besonderen Freunde,  
wie sie ihr immer länger werdendes Lied  
vom Tod wiederholen,  
während sie ihre gewaltigen Körper  
auf und nieder hieven.

Ich spüre die Seelen der Bäume  
und wie sie in ihrer Weisheit  
die Anzahl ihrer Zapfen verdoppeln,  
um zu überleben.  
Ihre gezählten Tage,  
bevor sie zu grauer Wüste werden.

Die Unterdrückten aus Südafrika  
stellen sich zwischen dich und mich  
und fragen, ob unsere Liebe  
bis zu ihnen reicht.



Aus goldenen Verliesen  
winken die seelisch Kranken  
der beneideten Ersten Welt.  
Ihre Not zählt nicht,  
weil sie nicht hungern  
und alles haben,  
nur sich selbst nicht.

Und in einem Ruck des Erkennens  
weiß ich plötzlich,  
daß jede Liebe  
mit jeder anderen Liebe  
verbunden sein muß,  
wenn sie sich Liebe nennen will.  
Was ich für dich fühle,  
hat Konsequenzen für die Welt,  
oder ich betrüge mich nur selbst.

Ulrich Schaffer

Gewisse Träume hätte ich nie jemand erzählen  
wollen außer Dir.  
Im Dunkel der Nacht umschleichen mich Ängste.  
Am Morgen erscheinen sie mir zwar albern – aber  
sie kommen wieder.  
Du könntest sie vielleicht für immer vertreiben,  
wenn Du nur um sie wüßtest.  
Soll ich Dir sagen, wie es wirklich in mir aus-  
sieht? Ich gehe ein Risiko ein, wenn Du es weißt.  
Das Risiko nämlich, daß Du mich damit verletzen,  
erniedrigen oder unsere Liebe zerstören kannst.  
Aber ich will es wagen, denn ich möchte, daß  
Du mich selber liebst –  
und nicht ein schönes Bild von mir.

(aus: Liebe. Das große Geschenk. Marion Stroud)

*Liebe ist die  
machtvollste  
und doch die  
unbekannteste  
Energie der Welt*

## ALLEIN...

Sehe ich Leute, die zusammengehören,  
gibt es mir immer einen Stich,  
kaum meine ich, jetzt hast du einen Menschen,  
gibt es etwas, das uns trennt.  
Ich hätte mich schon umgebracht,  
gäbe es Gott nicht.

Jemand sagte mir, wenn man allein ist,  
ist man selber schuld,  
jemand fragte mich, wie hältst du das aus, so allein?  
Jemand tröstete mich, du findest auch noch einen!

Allein ins Kino,  
allein am Sonntag irgendwohin,  
allein jeden Abend.

Warum haben andere einen Freund?  
Warum haben andere einen Partner?  
Warum haben andere einen Menschen?  
Warum habe ich keinen Menschen?

Manchmal weine ich,  
manchmal schaue ich jemanden bohrend an,  
manchmal gehe ich in eine Kirche,  
manchmal schreie ich innerlich,  
manchmal betrinke ich mich,  
manchmal bleibe ich im Gedränge, um andere zu fühlen,  
manchmal suche ich überall herum nach einem Menschen,  
manchmal denke ich, hättest du einen,  
den du liebst und der dich liebt,  
du würdest ihn mehr lieben als dein Leben,  
du würdest ihn lieben bis in alle Ewigkeit.



(Quelle unbekannt)

## Liebe muß sein

Jakob Wassermann

Alles Lieben und Geliebtwerden ist Gnade. Ihr habt es nur vergessen, ihr Menschen. Ihr habt es nur verlernt. Selber habt ihr euch ausgestoßen aus der Gnade. Sieh doch, Ulrike, wie es gegangen ist mit dir. Schau doch zurück, einen einzigen Blick wirf zurück. Tumult und Hast und Lärm, das war dein Leben. Immer hast du bloß gewollt, immer hast du bloß gerafft. Tun, Tun, Tun, von nichts anderm hast du gewußt. Wo aber bist du *gewesen*? Wo war indessen dein Sein? Nirgends bist du gewesen. Niemals bist du gewesen. Deine Sucht, ja, die ist gewesen, deine Gier, deine List, dein Wahn und augenloser Trieb; deine Angst um Dinge, dein Götzendienst vor den Sachen, die sind gewesen, du aber nicht. Und nach alledem kommst du daher in der Stunde der Entscheidung und willst einen Menschen haben, eine Seele haben, ein Herz haben, Liebe haben? Liebe kann man nicht haben, Liebe muß sein.

aus: "Herzgedanken" von R. Müller  
Christophorus-Verlag

## Gebet für die Liebenden

Herr, wir danken Dir für den Sommer mit seinen Blumen, mit den lauen Abenden und den Liebespaaren. Sie halten sich an der Hand. Ihre Gesichter strahlen mitten unter den kalten, berechnenden Augen so vieler anderer.

Es gibt also noch Menschen, die füreinander Zeit haben, die sich Geschenke machen, ohne sie von der Steuer abzusetzen, die einander ihr Herz ausschütten und mit offenen Karten spielen.

Herr, gib all diesen jungen Paaren in den abendlichen Parks, in den kleinen Cafés und lauten Diskotheken die Kraft, sich wirklich zu lieben. Nicht nur aneinander zu naschen zum Zeitvertreib.

Laß sie die Liebe nicht verwechseln mit kurzen Gefühlen, mit dem Drang der Leidenschaft. Laß sie erkennen, daß Liebe nicht heißt: habenwollen, sondern: geben und fragen, was der andere braucht.

Gib ihnen Mut und Geduld zu dem großen Abenteuer, sich wirklich einzulassen mit einem anderen Menschen mit Haut und Haaren, aber auch mit Treue und Herz. Sei Du ihnen nahe, damit sie das Abenteuer der Liebe bestehen.

Wir bitten Dich aber auch für all die alten Paare, deren Eheschiff auf ein Riff geraten ist, die nur noch mitleidig lächeln beim Anblick Verliebter.

Laß ihnen klar werden, daß nicht ihre Versprechen albern waren, sondern daß ihr Egoismus, ihr Mangel an Liebe, ihre Trägheit und Phantasielosigkeit ihre Ehe hat einrosten lassen. Jede Liebe stirbt ab, wenn sie nicht ständig neu gepflegt wird wie ein Garten.

Wenn es stimmt, Gott, daß Du selbst die Liebe bist und uns nach Deinem Bild und Gleichnis geschaffen hast, dann zieh uns alle, ob wir jung sind oder älter, immer wieder hinein in das Kraftfeld Deiner Liebe - heute und jeden Tag bis in Ewigkeit.

Paul Roth



Erinnere sie daran, was sie selbst sich einmal geschworen haben: ewige Liebe, ewige Treue, an keinem Tag unversöhnt zu Bett zu gehen.

Gib allen Eheleuten die Kraft, das Gute im anderen zu sehen - und es doch wieder miteinander zu versuchen - jeden Tag neu.

## Nach einer Krebsoperation

Ich bin aus dem Krankenhaus  
wiedergekommen  
mit einer Brust. Verstümmelt,  
heiliges Du.  
Warum, will ich nicht mehr fragen.  
Aber weinen muss ich oft.  
Mein Schmerz braucht die Tränen.  
Zuerst habe ich es heimlich versucht.  
Ich bin jetzt dankbar:  
mein Mann weint mit mir.  
Mein Mann küsst meine brennenden Lider  
und meinen Mund.  
Seine Hände sind zärtlich geblieben.  
So spüre ich, dass die Liebe lebt.  
Ich danke dir, göttliches Heil.  
Wir dürfen österlich werden.

*Christa Peikert-Flaspöhler*

### Zerstörte Liebe

Ich muß dir sagen, was in mir vorgeht. Meine Liebe ist zerstört. Alle Hoffnungen und die wiederholten Versöhnungen waren eitel. Ich muß schreien und anklagen, da ein solches Leben mir zugemutet wird. Auch gegen mich selbst Vorwürfe über Vorwürfe. Wie leichtfertig wurde mein Vertrauen mißbraucht. Ich denke an die Kinder, die am meisten betroffen sind. O daß die Liebe uns so zerquält. Verschuldet oder unverschuldet, wie gerne möchte ich rechten. Soll ich nicht alles in mich hineinschweigen? Die leibliche Nähe ist mir eine Last.

Oft erscheint mir die Scheidung als alleiniger Ausweg, daß wir uns nicht noch mehr zerstören. Und wenn ich jetzt nicht sprechen kann und schweige und nur das Notwendige verrichte, daß das Leben weitergeht, dann laß mein Inneres nicht verdorren oder verhärten. Daß ich nicht gefühllos werde für Stunden, die das Schlimmste wenden können, daß ich nicht kraftlos werde, wenn Verzeihen geboten ist, daß ich nicht die Erinnerung an alles Gute und gemeinsame Schöne auslösche – davor bewahre mich. Wir haben uns einander versprochen und nicht geahnt, wie das Leben uns niederschlagen könnte. Ich bete um Kraft. Ich bete um Einsicht. Ich bete um die Bewahrung meiner Ehe. Ich bete um ein wenig Liebe, ohne die ich nicht leben kann.

Gotteslob 24/5



Langsam wachsen

Bitte, dränge, nicht auf schnelle Offenheit.  
 Ich kann sie dir nicht geben,  
 ohne dabei wichtige Stufen zu überspringen.  
 Ich will mich an die stillen Gesetze  
 des Wachstums halten.  
 Alles, was Durchhalten  
 und eine wirkliche Tiefe erreichen soll,  
 muß organisch und langsam wachsen.

Ein Mann pflanzte einen Baum,  
 und weil der Baum nicht schnell genug wuchs,  
 brachte er einen Flaschenzug an dem Baum an  
 in der Hoffnung, so Wachstum zu erzwingen.  
 Als er Gewalt anwandte,  
 riß er die Wurzeln aus der Erde,  
 in der sie gerade Halt gefunden hatten.  
 Der Baum vertrocknete und starb.

Wir müssen begreifen,  
 daß wir oft der Liebe nicht nachhelfen können,  
 noch nicht einmal unserer eigenen Liebe.  
 Langsam wie ein Baum muß sie wachsen,  
 wenn sie stark und gesund sein soll.

Ulrich Schaffer: Ich will zart sein mit dir

Gestern abend gingen wir fast zu weit. Die Spannung hatte sich seit Wochen verstärkt. Wir wollten miteinander alleine sein und haßten es, uns jeden Abend trennen zu müssen. Die Erregung wuchs, wenn wir uns küßten, und das Verlangen nach mehr . . . bis wir gestern abend beinahe zu weit gingen.

Du sagtest so wenig. Hast Du Dich geärgert? Fühltest Du Dich betrogen? Dachttest Du, ich hätte Dich nur zum Spaß ermutigt, um dann „nein“ zu sagen? Meinst Du, daß ich Dich in Wirklichkeit gar nicht liebe?

Bitte versuche, mich zu verstehen. Ich möchte, daß wir klare Verhältnisse haben, gerade weil ich Dich so sehr liebe. „Bis zum Letzten“ gehen, bevor wir verheiratet sind, das wäre so, als würden wir das Dach auf ein Haus setzen wollen, dessen Fundamente und Mauern noch nicht fertig sind.

Bitte mich deshalb nicht um etwas, das ich nicht verantworten kann, damit ich nicht eines Tages zustimme. Unsere Liebe würde dadurch verletzt, denn wir müssen zu uns selbst genauso aufrichtig sein wie zueinander.

Laß uns sorgfältig an unserer Liebe bauen, damit sie von Dauer ist. Dann können wir eines Tages ohne Reue und Schuldgefühle in das Haus dieser Liebe einziehen und uns miteinander darin für immer freuen.

Marion Stroud: LIEBE Das große Geschenk

Wir haben uns  
 in uns  
 eingelassen.

Raum für Raum  
 erkunden wir  
 und bringen  
 Saite um Saite  
 zum Schwingen.

Dunkelkammern  
 loten wir aus  
 und wagen,  
 uns zu entwickeln.

Petra Fietzek

## Denkt nach

Denkt nach, Freunde,  
wenn ihr vorm Fernsehen sitzt,  
und euch der amüsante Ehebruch  
vorgeführt wird.

Denkt nach,  
denn täglich zerbrechen Ehen  
in unserem Land.  
Täglich gehen Menschen auseinander  
nach so vielen Umarmungen und Küssen,  
Schwüren, Hoffnungen und Tränen.

Täglich tun sich Eheleute Gewalt an,  
bekriegen sich und kämpfen  
miteinander bis aufs Messer.  
Viele scheuen die Scheidung,  
aber leben getrennt  
nach so vielen Treueschwüren.

Denkt an sie  
und an die Kinder all der Umarmungen.

Lothar Zenetti



MAN WILL DOCH KEINE KATZE  
IM SACK KAUFEN,  
SO DRÜCKTE SICH  
IM BRAUTUNTERRICHT DER  
BRÄUTIGAM RECHT BILDHAFT AUS.

SEINE BRAUT VOR AUGEN,  
DENKE ICH BEI MIR,  
WIEWOHL IM LETZTEN INKOMPETENT:

WIESO KATZE?  
WIESO SACK?  
WIESO KAUFEN?

Lothar Zenetti

### Ich liebe ein Mädchen . . .

Du schreibst mir: „Ich liebe ein Mädchen.“ Nein, mein Lieber. Du hast dieses Mädchen nicht geliebt. Du bist mit ihr ins Bett gegangen – das sind zwei ganz verschiedene Dinge. Du hast ein sexuelles Erlebnis gehabt, aber was Liebe ist, hast Du nicht erfahren. Du kannst zu einem Mädchen sagen: „Ich liebe dich“, aber was Du in Wirklichkeit meinst, ist etwa folgendes: Ich will etwas haben. Nicht dich, sondern etwas von dir. Mir ist im Grunde gleich, wie es weitergeht. Ich benutze dich, um meine Wünsche zu befriedigen. Ich will ohne Umstände haben, sofort haben. Das ist das Gegenteil von Liebe. Liebe will geben. Anstatt zu sagen: „Ich liebe ein Mädchen“, hättest Du sagen müssen: „Ich liebe nur mich. Hierzu habe ich ein Mädchen mißbraucht.“

Laß Dir sagen, was „Ich liebe dich“ wirklich heißt: Du, du, und nochmals du. Für dich will ich alles geben, auch mich selbst. Für dich will ich leben und schaffen. Auf dich will ich warten, gleich wie lange. Mit dir will ich immer Geduld haben. Dir gegenüber will ich immer aufrichtig sein. Dich will ich behüten, beschützen, bewahren. Mit dir will ich alles teilen. Ohne dich will ich nichts unternehmen. Bei dir will ich bleiben allezeit.

Liebe übernimmt Verantwortung für den anderen. Wo geliebt wird, heißt es nicht mehr „ich“, sondern „du“. Ich bin für dich verantwortlich – du bist für mich verantwortlich. Miteinander stehen die Liebenden vor Gott und sagen nicht nur „ich und du“, sondern „wir“.

Walter Trobisch  
"Ich liebe ein Mädchen"

1.

Das wollten wir doch. Wir waren uns doch einig. Die Liebe nicht auf Sparflamme zu schalten bis zum bürgerlichen, kirchlichen Du-darfst. Uns nicht unter Zwang des Für-immer zu beugen, der so oft ein Vegetieren vorprogrammiert.

In Freiheit wollten wir das Leben miteinander teilen, in Freiheit bleiben oder gehen.

Und jetzt fragt sie: Was soll denn aus mir werden?

2.

Es stimmt. Ich hatte "ja" dazu gesagt. Ich wollte frei in der Entscheidung bleiben so wie er. Doch jetzt sieht alles anders aus. Mein Einsatz war viel höher, als ich glaubte. Ich möchte ganz bei ihm zu Hause sein. Wenn unsre Zeit vorbei ist, wie er meint, wenn es für ihn gelaufen ist, wenn er die Trennung braucht zur Selbstverwirklichung, bin ich wie eine Muschel auf dem Sand, ein Boot, umhergetrieben ohne Steuer, ein Baum, der seinen Wurzelgrund verspielte. Wie soll es weitergehen?

3.

Sie sagt: es reiche ihr. Ein anderer Typ sei ihr begegnet, einer, der wisse, was er wolle. Nicht so einer von der besorgten, in Wirklichkeit aber farblosen Langweilersorte wie ich. Der Neue gehe ganz anders ran. Überhaupt habe sie sich das Leben mit mir viel aufregender gedacht. Um Heimchen am Herd zu spielen, sei sie nicht zu mir gezogen. Jetzt sei ihr endlich klar, worauf sie gewartet habe. Nur schade um die verlorenen Wochen bei mir. Sie ist nicht zu halten, obwohl sie den "richtigen Mann" kaum kennt. Mir wird sie fehlen. Wie lange wird sie dem Neuen gefallen? Ich glaube, mit ihr würde ich es für immer versuchen. Vielleicht kommt sie wieder. Später.

Christa Peikert- Flaspöhler

## Sich binden?

### an die liebe glauben

Ich werde in meiner eigenen liebe  
traurig und schwach  
weil ich angst habe  
mich so ganz mit dir einzulassen  
und doch kann ich mir andererseits  
ein leben ohne dich  
kaum noch vorstellen

ich habe dich so sehr  
in mein leben aufgenommen  
und ich bin so sehr  
in dein leben eingedrungen  
daß eine trennung wie ehebruch wäre  
auch wenn wir noch nicht verheiratet sind

so gibt es diese zwei seiten an mir:  
meine liebe zu dir  
und meine angst vor der bindung  
weil ich manchmal an unsrer liebe zweifle  
und angst habe  
daß wir nicht durchhalten werden  
aber ich weiß auch  
daß in jeder sicherheit auch unsicherheit ist  
und daß jede freundschaft ein wagnis ist  
jedes sich-öffnen zu einem sterben führt  
und jede ehe gottvertrauen ist

ich will es wagen  
wenn du mir hilfst  
an unsere liebe zu glauben  
und wenn wir über all unser versagen  
immer wieder die hoffnung gottes  
für unser leben  
setzen

Ulrich Schaffer

Schon wenn ich aufwache, fühle ich deutlich, daß ich ein Junge bin. Dann bin ich froh, weil ich als Mädchen gleich in die Küche müßte.

*Uwe, 9 Jahre*

Mädchen piepsen so mit ihrer hohen Stimme. Außerdem heulen sie bei jedem Dreck. Wenn ein Mädchen nicht schön ist, kann man es abschreiben. Wir Jungen brauchen nicht schön zu sein. Trotzdem sind wir noch gut, wir sind eben Jungen und deshalb besonders wertvoll.

*Franz-Josef, 11 Jahre*

Mein Vater hat meine Mutti noch nie gehauen, das dürfte er auch nicht, weil meine Mutti gleichberechtigt ist, sie könnte dann auch zurückhauen.

*Klaus, 6 Jahre*



Emanzipation ist heute klar. Ich möchte später auch mal gern allein in eine Wirtschaft gehen und nicht immer einen Mann dabei haben. Man kann sich bestimmt besser amüsieren, wenn man an einem Tisch sitzt ohne Männer, und wird dann besser von den Männern beobachtet, als wenn man einen Mann dabei hat.

*Barbara, 11 Jahre*

Wenn mein Vater beim Spülen und Abtrocknen mithilft, dann ist meine Mutter emanzipiert.

*Karin, 6 Jahre.*

## Emanzipiert...

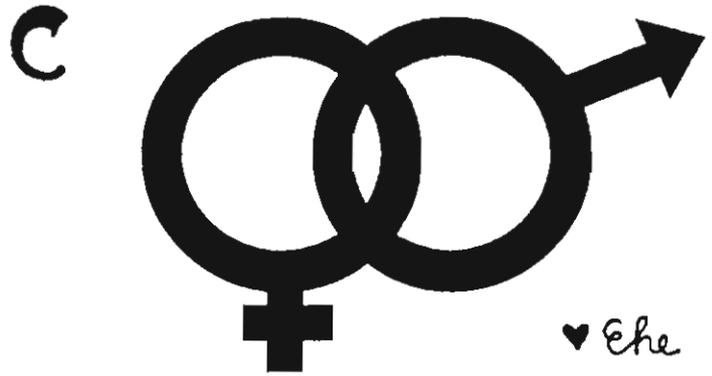


---

Herr meiner Seele! Als Du noch in dieser Welt wandeltest, hast Du den Frauen immer deine besondere Zuneigung bewiesen. Fandest Du doch in ihnen nicht weniger Liebe und Glauben als bei den Männern. Auch befand sich ja unter ihnen deine heilige Mutter, deren Verdienste uns zukommen und deren Habit wir tragen. Die Welt irrt, wenn sie von uns verlangt, daß wir nicht öffentlich für Dich wirken dürfen, noch Wahrheiten aussprechen, um deretwillen wir im geheimen weinen, und daß Du, Herr, unsere gerechten Bitten nicht erhören würdest. Ich glaube das nicht, Herr, denn ich kenne Deine Güte und Gerechtigkeit, der Du kein Richter bist wie die Richter dieser Welt, die Kinder Adams; kurz, nichts als Männer, die meinen, jede gute Fähigkeit bei einer Frau verdächtigen zu müssen. Aber es wird der Tag kommen, mein König, wo dies alles bekannt wird. Ich spreche hier nicht für mich selbst, denn die Welt kennt meine Schlechtigkeit, und das ist mir lieb. Aber ich werfe unserer Zeit vor, daß sie starke und zu allem Guten begabte Geister zurückstößt, nur weil es sich um Frauen handelt.

Teresa von Jesus (Kirchenlehrerin)

Zwei Menschen  
finden sich  
aus vier Milliarden.  
Er und sie,  
Abgrund neben Abgrund  
zwei Menschen.  
Sie werden erst.  
Sie sind nie ganz.  
Sie zeigen Mut.  
Sie sagen ja.  
Das schließt das Credo ein.  
Sie begrenzen sich mit ihrem Ja  
und hoffen, durch Begrenzen  
in die Tiefe vorzustoßen.  
Sie werden an kein Ende kommen.  
Denn sie werden erst.  
Bis sie ganz sind,  
braucht es  
eine Ewigkeit.  
Martin Gutl



Peter Neysters: heiraten?

*Anregungen für das Gespräch*

Kreuzen Sie bitte vier Aussagen an, die Ihre Entscheidung, kirchlich zu heiraten, besonders beeinflusst haben.

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> weil wir ohne die Hilfe Gottes keine lebenslange Treue versprechen können | <input type="checkbox"/> weil wir um Gottes Segen für unsere Ehe bitten wollen                    |
| <input type="checkbox"/> weil wir im christlichen Glauben erzogen sind                             | <input type="checkbox"/> weil die kirchliche Trauung ein guter Brauch ist                         |
| <input type="checkbox"/> weil meine (Schwieger-) Eltern großen Wert darauf legen                   | <input type="checkbox"/> weil wir zur kirchlichen Gemeinde gehören wollen                         |
| <input type="checkbox"/> weil die kirchliche Trauung einfach zu einer Hochzeit dazugehört          | <input type="checkbox"/> weil wir damit Gott auch danken wollen                                   |
| <input type="checkbox"/> weil unsere Ehe keine Privatsache ist                                     | <input type="checkbox"/> weil die kirchliche Trauung besonders festlich ist                       |
| <input type="checkbox"/> weil mein Partner es wünscht  | <input type="checkbox"/> weil der Glaube der Ehe Halt und Sicherheit gibt                         |
| <input type="checkbox"/> weil die kirchliche Trauung die Eheleute fester bindet                    |   |
| <input type="checkbox"/> weil wir unsere Kinder einmal christlich erziehen wollen                  | Bitte ergänzen Sie:<br><input type="checkbox"/> weil .....<br><input type="checkbox"/> weil ..... |

„Weißt du genau, daß sie die Richtige ist?“ fragte meine Schwester. „Schließlich warst du schon mehr als einmal verknallt. Woher weißt du, ob deine Liebe diesmal Bestand hat?“

Sie mag mir ruhig solche unangenehmen Fragen stellen! Und sie hat mich tatsächlich ins Fragen gebracht.

Deshalb fragte ich meinen Freund um Rat: „Woher weiß ich, ob ich den richtigen Menschen gefunden habe, mit dem ich den Rest meines Lebens verbringen will?“

„Lieben heißt, zuerst an den anderen denken“, antwortete dieser. Er ist schon einige Jahre verheiratet. „Es bedeutet, für den anderen das Allerbeste wollen, ihn liebevoll zu behandeln, auch wenn einem nicht danach zumute ist. Wenn du jemanden liebst, dann siehst du seine schlechten Seiten genauso wie seine guten, aber du liebst ihn dennoch. Du teilst mit ihm Freude und Leid und liebst ihn – unabhängig von seinem Aussehen und ob er nun bei dir ist oder nicht.“

Mondlicht und Rosen verlieren für Liebende mit der Zeit an Bedeutung. Aber es bleibt wichtig, sich zu verschenken, d. h. die Bedürfnisse des andern über die eigenen Wünsche zu stellen. Dies geschieht nicht in einem einzigen großen Akt der Selbstaufopferung, sondern Tag für Tag in zahllosen kleinen Dingen. Um so zu lieben, brauchst du Hilfe von Gott. Aber wenn du dir vorstellen kannst, einen Menschen so lieben und dich so an ihn verschenken zu können, dann hast du den Richtigen gefunden.“

Marion Stroud: LIEBE Das große Geschenk

Ich meine dich ganz.  
Du schwebst wie ein himmlischer Traum  
durch mein Herz  
bewegst mein Denken,  
rufts mich, in deiner Schönheit  
zu wohnen  
Ich meine dich ganz.

Nicht eine Nacht  
ein Wochenende  
den Sommer über

Nicht bis es einem von uns  
zu anstrengend oder  
zu langweilig wird

Ich meine dich über die Zeiten hinaus.

Ich meine dich ganz  
mit Freuden und Trauer  
mit Wünschen und Ängsten  
mit Gaben und Fehlern  
und schließe nichts aus.

Ich meine dich ganz  
Unsre Ringe sprechen aus, was wir tun:  
Du für mich  
ich für dich

Ich meine dich ganz  
Unsere Ringe bezeichnen den Weg  
zu der Stadt auf dem Berge

Christa Peikert-Flaspöhler

♥ Ehe

## Warum haben Sie das getan?

„Vor einigen Wochen kamen zwei junge Leute zu unserem Haus und gaben mir eine Menge Geld, damit wir den Menschen zu essen geben. In Kalkutta kochen wir jeden Tag für 9.000 Menschen. Die beiden wünschten, daß ihr Geld ausgegeben würde, um diesen Menschen zu essen zu geben. Ich fragte: ‚Woher habt ihr denn so viel Geld bekommen?‘ Sie sagten: ‚Vor zwei Tagen haben wir geheiratet. Vor unserer Hochzeit haben wir uns entschieden, daß wir keine Hochzeitskleider haben wollen und daß wir auch kein Hochzeitsfest feiern wollten. Wir wollen ihnen das Geld geben.‘ Für einen Hindu aus der Familie einer hohen Kaste war das ein Skandal. Und darum fragte ich sie: ‚Warum haben Sie das denn getan?‘ Und sie gaben mir diese überraschende Antwort: ‚Wir lieben einander so sehr, daß wir einander etwas Besonderes geben möchten, um unser Leben gemeinsam mit einem Opfer zu beginnen.‘“

Mutter Teresa

Ich ging mit dir den Weg durch die Zeit,  
an deiner Liebe entlang,  
barg mich in deine Zärtlichkeit,  
jahrzentelang.

Wir haben das Brot miteinander gebrochen,  
uns die Köpfe heißgeredet,  
wir haben uns Hoffnung und Mut zugesprochen  
und miteinander gebetet.

Unsere Träume sind immer Pate gestanden,  
bereit uns zu bestechen,  
sie haben mit uns den Sturm überstanden  
und unsere eigenen Schwächen.

Von deiner fröhlichen Offenheit,  
von deinem Vertrauen getragen,  
ging ich mit dir den Weg durch die Zeit:  
Ich würd' es noch einmal wagen.

Emmy Grund

# Der Weg ist schwer

G E S C H I E D E N . . .

Schwer ist für einen aufrechten Christen das Alleinleben nach der Ehe auch aus einem anderen Grund, der in unserer Kirche ebenso wie in der Alltagswelt praktisch tabuisiert ist. Es ist die Frage nach einer erotisch-sexuellen Kultur für Alleinlebende. Dabei geht es nicht um Alleinlebende allgemein, sondern um jene, welche die Feste der Liebe schon kennengelernt haben, die Frau und Mann, einander zugewandt, begehen.

Was tut ein Christ, der die Lebensregel der Kirche sehr wohl kennt und auch grundsätzlich anerkennt, dass der «befriedigende Ort für die erotisch-sexuelle Begegnung zwischen Mann und Frau einmalige, verlässliche und dauerhafte Beziehungen sind, die sich sehen lassen können»? Was tut also ein solcher Christ, dem nur noch Reue und Leid über die aus Schuld und Tragik zerbrochene erste Ehe bleibt und der auch nicht zu einem enthaltsamen Leben berufen oder wenigstens nicht in der Lage ist? Es gehört zu den wichtigsten Aufgaben der Alleinlebenden, miteinander, unter den Augen des Evangeliums eine für ihre «verfahrene Situation» verantwortliche erotisch-sexuelle Kultur zu entwickeln. Schliesslich heiraten auch Christen nach reiflicher Überlegung wieder. Die kirchliche Gemeinschaft rät dazu nicht, obwohl im Einzelfall wenigstens soweit Beratung geschehen soll, dass die Fehler der ersten Ehe nicht wiederholt werden. Die orthodoxe Kirche stellt

für Zweitehen ein religiöses Ritual zur Verfügung, die katholische Kirche hingegen nicht. Was die kirchliche Gemeinschaft tun kann ist, die Entscheidung erwachsener Christen respektvoll anzunehmen. Daraus ergeben sich aber für die Wiederverheirateten und die Gemeinschaft der Kirche neuartige Aufgaben.

Die kirchliche Gemeinschaft muss jegliche Diskriminierung vermeiden. Dabei ist wichtig zu sehen, dass von den Betroffenen der Ausschluss vom Buss sakrament und folglich von der Kommunion als zusätzliche Diskriminierung erlebt wird, auch wenn es von den Verantwortlichen der Kirche ganz anders gemeint ist. Es ist jedenfalls erfreulich, dass die österreichischen Bischöfe im Jahre 1981 in einem Hirtenbrief geschrieben haben: «Nach der traditionellen Praxis der Kirche können sie aber nicht am vollen sakramentalen Leben teilnehmen, es sei denn, es liegen besondere Verhältnisse vor, die jeweils im Gespräch mit einem erfahrenen Priester der näheren Klärung bedürfen.»

Aber auch die Wiederverheirateten haben es in ihrer neuen Situation in der Kirche nicht von vornherein leicht. Sie leben ja als Nonkonformisten. Durch ihre Entscheidung, wider die Praxis der Kirche wieder zu heiraten, geraten sie doch in den Raum einsamer Verantwortung. Sie können nämlich nicht von der Gemeinschaft erwarten, dass sie die Abweichung von der Regel selbst zur Regel macht. Es bleibt eine

Kunst, als Nonkonformist in der Kirche zu leben, ohne Aggressivität, die aus der Entbehrung an Bestätigung kommen kann. Was dabei vor allem helfen kann, ist die Solidarität in Gruppen und die respektvolle Annahme durch eine Kirchengemeinde.

Welchen Weg Betroffene auch immer gehen, eines muss klar sein: Wenn die Kirche in den Fussstapfen Jesu geht, wird man sie bei den lebensmässig Erfolglosen finden im Unterschied zu einer Gesellschaft, die dazu neigt, auf der Seite der Erfolgreichen zu stehen und die Erfolglosen fallenzulassen.

*Dr. Paul M. Zulehner*

Wir haben uns getrennt.  
Immer wieder hatten wir es versucht,  
bis wir nicht mehr konnten.  
Jetzt gibt jeder dem anderen Schuld.  
Warum müssen wir uns jetzt so weh tun,  
wo wir früher von Liebe gesprochen  
haben.  
Heute denk ich mit soviel Bitterkeit  
zurück;  
manchmal ist Haß dazwischen,  
und nach vorn mag ich oft nicht denken.  
Ich weiß nicht, wie es weitergehen soll.  
Hilf du jedem von uns auf seinem Weg,  
laß unsere Wunden verheilen,  
lehre uns vergeben und neu anfangen.

(Dirk Lammers:  
Gebete für Jung und Alt)

## Wunder des Augenblicks

Zärtlichkeit ist das spontane Ja-sagen zu einem Du.  
Sie erwacht in einem Augenblick  
und kann ein ganzes Leben verzaubern.  
Zärtlichkeit gehört zu den großen Wundern des Menschen.  
Sie ist der weite Horizont der Ferne  
und das engste Zuhause bei einem Menschen.  
Sie holt die Weiten heim  
und öffnet zugleich die verengten Räume.  
Zärtlichkeit ist die verschwiegenste Anerkennung  
eines geliebten Wesens.  
Sie kommt ohne Worte aus,  
besitzt ein reicheres Leben  
als alle Worte und Sprachen der Welt.  
Zärtlichkeit vermag in jedem Augenblick  
ihren Namen zu ändern.  
Sie wechselt von Anmut zu Vertrauen,  
von Zuneigung zu Trost,  
von Geduld zu Hoffnung,  
von Herzlichkeit zu Mitleid,  
von Geborgenheit zu Fröhlichkeit,  
von Sympathie zu Begeisterung.  
Zärtlichkeit setzt immer ein Gegenüber voraus,  
ein Einverständnis mit einem Menschen,  
Offenheit zu einem Freund,  
Bereitwilligkeit zur Liebe,  
Fähigkeit zu Überraschungen.  
Zärtlichkeit verlangt Phantasie für den anderen.  
Zärtlichkeit ist wohl die feinste Schwingung des Herzens  
und mit dem Wunder des Augenblicks auch ein, nein,  
das Wunder des Herzens.

P.Hans Wallhof

(aus: "Ich entwickle mich" - Arbeitsblätter für RU  
ab der 10. Schulstufe, RPI - Linz)

... Es war nicht Liebe auf den ersten Blick.  
Am Anfang gab es nur ein bißchen Kinderglaube.  
Dann kam die Erfahrung, daß Jesus begeistern kann  
und schließlich die entscheidende Frage: "Liebst  
du mich?"

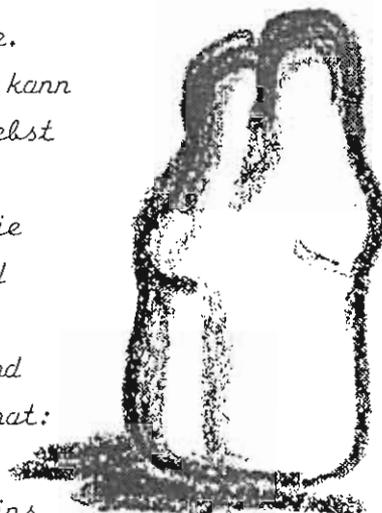
Da aber schloß ich die Augen und hielt mir die  
Ohren zu. Doch er hatte einen langen Atem und  
konnte warten, bis ich so weit war.

Dann gab ich ihm ein Ja, ein Ja von vielen und  
doch eines, das mein ganzes Leben verändert hat:  
das Ja zum Ordensberuf.

Ich weiß nicht, wann der Weg des Verliebtseins  
angefangen hat, ich weiß nur, daß diese Liebe  
weiterwächst und reifer wird. Wie könnte ich sonst  
ohne Trauer auf meine "alten" Pläne zurückschauen?  
- Kinder, Ehe, Geschlechtlichkeit ...

Ein neuer Horizont tat sich vor mir auf. Alles  
hat darin in einer neuen, einzigartigen Weise  
Platz. Es ist ein Abenteuer, das ich nicht be-  
schreiben kann, das mich aber bis in die Tiefe  
hinein glücklich macht und erfüllt.

Sr. Maria



**G**ottes Charme  
ist unwiderstehlich  
er umwirbt mich  
wie ein Liebender  
sein Mädchen  
er betört  
verzaubert mich  
er läßt mich tanzen  
singen  
jauchzen  
vor Verliebtheit  
Bindung bedeutet  
Freiheit

Andrea Schwarz

#### SEXUALITÄT DER MÖNCHE

Im Himmel gibt es keine Ehen, sagt Christus. Das heißt, im Himmel  
wird es keine Ehen zwischen den einen und anderen geben, weil  
keine Generation und keine Vermehrung mehr nötig ist. Der mystische  
Leib ist dann vollständig. Und es wird nur noch eine Ehe geben:  
die Hochzeit des Lammes.

Der Himmel ist Ehe, während die Hölle verschmähte Liebe ist. Die  
menschliche Ehe ist nur ein Abbild, eine "Typologie" des Himmels.  
Das Geschlecht ist ein Symbol der göttlichen Liebe. Der Sexus ist  
Symbol und Sakrament, und alle Herabwürdigung ist Sakrileg. Und  
das, was dieses Zeichen bedeutet, ist die göttliche Liebe. Darum  
hat ein Karthäuser gesagt, daß wir Mönche, gerade weil wir wissen,  
was Liebe bedeutet, der Liebe entsagt haben.

Wir verzichten nicht auf menschliche Schönheit und menschliche  
Liebe, weil wir sie für nichtig erachten, sondern weil sie in uns  
das Feuer Seiner Liebe entzündet haben.

Wer einmal wahnsinnig verliebt war, kann sich ein Bild von der  
göttlichen Liebe machen. Die menschliche und die göttliche Liebe  
sind gleich, nur der Gegenstand ist ein anderer.

Die Jugend ist das beste Alter, sich Gott zu schenken, weil es  
die Zeit der Liebe und der Illusionen ist, der Liebe des Mannes  
zur Frau, die Zeit des Frühlings und der Poesie.

Die Hingabe an Gott ist eine Hingabe aus Liebe.

Ernesto Cardenal: "Das Buch von der Liebe" (Peter Hammer Verlag)

Mit tausend Flügeln trägst du mich

Wenn ich müde bin  
vom Weg zu den Sternen,  
um den Menschen in der Nacht  
ein bißchen Licht zu holen,  
dann setze ich mich in die Stille,  
und ich finde dich, mein Gott!  
Dann lausche ich der Quelle,  
und ich höre dich.

Ganz tief in mir selbst  
und in allem, was um mich ist,  
spüre ich ein großes Geheimnis.  
Gott,  
für mich bist du ganz nah;  
für mich bist du da,  
spürbar, greifbar gegenwärtig.  
Gegenwärtig bist du in mir,  
mehr als die Luft in meinen Lungen,  
mehr als das Blut in meinen Adern.

Gott, mein Gott,  
ich glaube an dich.  
So wie der Blinde an die Sonne glaubt,  
nicht weil er sie sieht,  
sondern weil er sie spürt.

Lieber Gott,  
in Jesus hast du mich spüren lassen,  
wieviel du von mir hältst.  
Was mich bewegt, ist Dankbarkeit.  
Wie sehr du mich liebst!  
Deine Liebe zu mir hast du  
in die ganze Natur gelegt  
und in die Menschen, die um mich sind.

Du bist ein Gott der Liebe.  
Mit tausend Händen streichelst du mich.  
Mit tausend Lippen küßt du mich.  
Mit tausend Früchten speist du mich.  
Ein Löffel goldgelber Honig beim Frühstück:  
dafür hast du Tausende von Bienen  
Tausende von Stunden fliegen lassen,  
tausend Blumen blühen,  
und die Sonne liebst du scheinen,  
denn bei Regen fliegen Bienen nicht.

Lieber Gott,  
alles hast du mir gegeben,  
alles, was ich habe,  
und alles, was ich bin.  
Mit tausend Flügeln trägst du mich.  
Bei dir bin ich zu Hause  
wie ein Kind.

Lieber Gott,  
nicht zu fassen ist die Freude,  
die ich so unverdient genießen darf.  
In Tagen der Angst und Not  
läßt du mich erfahren,  
was die Propheten  
vor Jahrhunderten schon wußten,  
daß du mich auf deinem Rücken trägst.

Mit zwei Händen hältst du mich fest.  
In Tagen der Schwäche und Sünde  
hinterläßt du immer  
Heimweh in meinem Herzen  
wie eine tiefe Wunde,  
und sie wird erst heilen,  
wenn mein Herz  
wieder in deiner Hand liegt.

Gott, du hast mir ein Wort gesagt,  
es macht mir alles klar,  
es ist ein Trost, der nicht stirbt  
und der mich niemals verläßt –  
es ist das eine Wort,  
mir tief ins Herz gesprochen:  
„Nicht ihr habt mich erwählt,  
sondern ich habe euch erwählt.“

Du hast mich zuerst geliebt.  
Seit ich bin, hast du mich geliebt.  
Mit unendlicher Geduld  
hast du mich in deinem Dienst gehalten.  
Ich bin ein kleines Stückchen Glas,  
deine Liebe soll den Menschen darin leuchten.  
Ein Stückchen Glas,  
so manches Mal vom Alltagstrott verstaubt,  
verdreckt von den Stürmen des Lebens.  
Aber jedesmal hast du es wieder  
siebzig Mal siebenmal rein gewaschen  
im warmen Regen deiner Barmherzigkeit,  
und du hast es zärtlich in deine Sonne gelegt,  
damit es leuchtender denn je  
mitspielt im ewigen Spiel der Liebe  
zwischen dir und den Menschen.

Gott,  
aus Scherben machst du  
Spiegel deiner Liebe.

Lieber Gott,  
alles hast du mir gegeben.  
Gib mir noch eins:  
ein dankbares Herz.

## Alles über EMPFÄNGNISREGELUNG

Methode/Mittel	Wirkungsweise	Handhabung	Sicherheit
<b>1. Natürliche Methoden</b>			
Natürliche Familienplanung (NFP) Sympto-thermale Methode	Bestimmung der fruchtbaren und unfruchtbaren Tage. Entfallsamkeit an den fruchtbaren Tagen.	tägliche Temperaturmessung und Beobachtung des Gebärmutterschleimes. Muß eingeübt werden! Div. Kursangebote (Auskunft: 0222/515 52/650, Dr. Widhalm)	Pearl-Index* 0,8–1 bei korrekter Anwendung
Kalendermethode/Knaus-Ogino-Methode mit Basaltemperaturmessung	wie oben	Führung eines Zykluskalenders und tägliche Messung der Morgenemperatur	<b>ACHTUNG: OHNE ZUSÄTZLICHE VERHÜTUNGSMITTEL ÜBERHOLT UND UNSICHER</b>
Aufpassen/Coitus interruptus	Samenerguß außerhalb der Scheide	Unterbrechung des Geschlechtsverkehrs vor Samenerguß	Pearl-Index 10–38 <b>ACHTUNG: ABSOLUT UNZUVERLÄSSIG</b>
<b>2. Barriere-Methoden</b>			
Kondom/Präservativ	hauchdünner Gummischutz für den Mann, der das Eindringen von Spermazellen in die Scheide verhindert. Weitgehender Schutz vor Geschlechtskrankheiten und AIDS	Gummihülle wird vor dem Eindringen in die Scheide über das steife Glied gerollt. Erhältlich in Apotheken, Drogerien, Automaten...	Pearl-Index 3–7
Diaphragma/Scheiden-Pessar mit samenablötender Creme	Gummikappe, verhindert das Eindringen von Spermazellen in die Gebärmutter. Samenablötend durch Creme	Bestreichen des Diaphragmas mit Creme, Einführen in die Scheide vor dem Verkehr, Entfernung frühestens 8 Stunden nach dem Verkehr. Verschiedene Größen, Anpassung durch den Arzt	Pearl-Index 4
Chemische Verhütungsmittel: Creme, Gel, Schaum, Spray, Zäpfchen, Tabletten	Samenabtötung od. -lähmung. Barriere durch Verschluss des Muttermundes.	10–15 Min. vor dem Verkehr Einführen in die Scheide. Erhältlich in Apotheken, Drogerien.	bei alleiniger Anwendung <b>UN- SICHER, erhöht</b> aber Sicherheit von Kondom und Diaphragma.
<b>3. Hormonelle Methode</b>			
Pille	verhindert den Eisprung, das Aufwandern der Spermazellen und somit eine Empfängnis	regelmäßige Pilleneinnahme. Verschreibung und Kontrolle durch den Facharzt	Pearl-Index 0,1–0,5
<b>4. Chirurgische Methoden</b>			
Sterilisation des Mannes	Ausschaltung der Fruchtbarkeit	Durchtrennung der Samenleiter	Pearl-Index 0,1
Sterilisation der Frau	wie oben	Unterbrechung der Eileiter	ganz geringe Fehlerquote
<b>METHODEN, DIE NACH DER EMPFÄNGNIS WIRKEN, ALSO FRÜHABTREIBEND SIND:</b>			
<b>1. Spirale/IUP Interuterinpessar</b>	verhindert die Einnistung des bereits befruchteten Eies (= menschlichen Lebens) in die Gebärmutter durch biochemische Veränderungen der Gebärmutterschleimhaut.	Einführung der Küplerspirale in die Gebärmutter durch den Arzt, kann dort mehrere Jahre belassen werden. Entzündungsherd!	Pearl-Index 1,6–3,5
<b>2. Pille danach</b>	Abstoßung des befruchteten Eies, bereits entstandenes menschliches Leben wird zerstört.	Einnahme hochdosierter Pillen innerhalb von 48 Stunden nach dem Verkehr und nach weiteren 12 Stunden.	

\* Der Pearl-Index sagt aus, zu wie vielen Schwangerschaften es innerhalb eines Jahres bei 100 Frauen kommt, die eine bestimmte Empfängnisverhütungsmethode anwenden.

Quellen: Liebe ist mehr – Überlegungen zu einer angstfreien Sexualerziehung, hrsg. v. Aktion Leben, Wien.  
Glückliche Paare – Wunschkinder, hrsg. v. Bundesministerium für Umwelt, Jugend und Familie, Franz-Josels-Kai 51, 1010 Wien, kostenlos erhältlich.

Bei dieser Frage sollten wir etwas weiter ausholen, um das Anliegen der katholischen Kirche richtig zu verstehen.

- Die Kirche hat von der Sexualität ein sehr positives und sehr ideales Bild: Die Sexualität ist ein Geschenk Gottes an den Menschen. Sie steht im Dienst der Liebe zwischen Mann und Frau. Sie drückt diese Liebe aus, bereichert und vertieft sie.
- Der Geschlechtsverkehr ist – im Vergleich zu anderen sexuellen Ausdrucksformen, z.B. dem Kuß – eine so tiefe und reiche Zärtlichkeitsgeste, daß er nur dort letztlich sinnvoll und beglückend ist, wo Menschen einander auch ein absolutes und letztes Ja-Wort geben.
- Die Sexualität ist Zeichen der Liebe, der Freude und der Geborgenheit. Sie ist aber auch gekoppelt an die Kraft, Leben zu schenken. Unfruchtbare Liebe kann verkümmern und absterben.
- Liebende Paare sind dazu berufen, am Schöpfungswerk Gottes teilzunehmen und Kindern das Leben zu schenken. Doch sollten sie dies in verantwortlicher Art tun. Sie müssen selbst überlegen, wie viele Kinder sie sinnvoll erziehen können und wann der günstigste Zeitpunkt für die Geburt ihrer Kinder ist.
- Diese Überlegung darf nicht willkürlich oder egoistisch sein. Eltern müssen dabei die eigene Gesundheit, ihre wirtschaftlichen Möglichkeiten, das seelische und geistige Wohl ihrer Familie, die Lage ihres Landes sowie die Gegebenheiten ihrer Zeit mit in Betracht ziehen. Sie sollten hören, was die Kirche und andere Autoritäten (so auch der Hausarzt) zu diesen Fragen meinen.
- Eltern müssen insgesamt weitherzig und großzügig sein. Kinder lassen sich weder bei der Zeugung und Geburt noch während ihrer Erziehung vorplanen oder vorprogrammieren. Sie kommen anders, sind anders, entwickeln sich anders, benehmen sich anders, glauben anders als Eltern dies oft hoffen und wünschen.

So weit in großen Zügen die Lehre der Kirche, wie sie die letzten Päpste, unsere Bischöfe und wohl auch viele gläubige Männer und Frauen vertreten. Eine neue Gegebenheit unserer Zeit sind die Erfindung und die Verbreitung wirksamer Mittel und Methoden der Empfängnisverhütung. Am meisten im Gespräch ist dabei sicherlich die viel umstrittene »Antibabypille«. Ihre Wirkung ist dreifach: sie verhindert den Eisprung; sie macht in der Gebärmutter den Aufbau einer reich entwickelten Schleimhaut unmöglich; sie bewirkt, daß der Schleim der Gebärmutter auch während der fruchtbaren Tage einen undurchdringbaren Pfropfen bildet. Somit gehört die Pille zu den sichersten Verhütungsmitteln überhaupt und sie gilt vielerorts als revolutionärste Entdeckung unserer Zeit.

Unbestreitbare Vorteile der Pille sind:

- Sie gehört zu den bislang sichersten Methoden der Empfängnisverhütung.
- Ihre empfängnisverhütende Wirkung erreicht sie vor allem durch eine Verhinderung des Eisprungs. Andere Methoden verhindern eine Einnistung des bereits befruchteten Eies und wirken somit eher abortiv (Abtreibung).
- Die Pille ist leicht zu handhaben. Es genügt, sich die Pille vom Arzt verschreiben zu lassen und sie täglich einzunehmen.
- Durch den regelmäßigen Besuch beim Gynäkologen (Frauenarzt), der ja im Normalfall die Pille verschreibt, können manche Erkrankungen – beispielsweise Krebs – frühzeitig erkannt und erfolgreich behandelt werden.
- Neben anderen Verhütungsmitteln hat die Pille Frauen wohl zum ersten Mal in der Menschheitsgeschichte die Möglichkeit gegeben, ihre Zeugungskraft wirksam zu beschränken, ohne dabei auf die Freuden des Geschlechtsverkehrs verzichten zu müssen. Dabei ist zu bedenken, daß in früheren Zeiten Frauen

oft sechs bis zehn Kinder in die Welt setzen mußten – von denen manchmal mehr als die Hälfte frühzeitig starben – und daß durchschnittlich jede zehnte Geburt für die Mutter tödlich verlief.

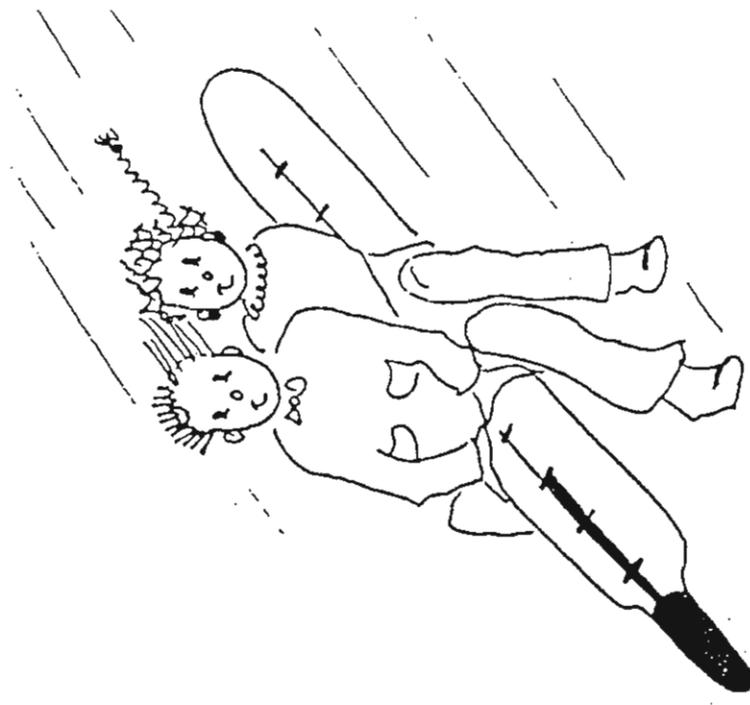
Auf den ersten Blick ist es daher um so verwunderlicher, daß Päpste, Bischöfe und Priester, katholische Ärzte, Frauen und Männer sich seit Jahren mehr oder weniger heftig gegen die Pille und andere sichere Verhütungsmittel wenden.

Viele Gegner der Kirche haben sich nie mit deren Argumenten auseinandergesetzt, sondern bezichtigten die Kirche pauschal einer verständnislosen Sexualfeindlichkeit. Was sind nun die Gründe der »Pillenfeindlichkeit« vieler Christen.

- Die Pille sowie andere Mittel verpflichten die Frau dazu, täglich chemische, unnatürliche Substanzen zu schlucken. Die Frau geht so das Risiko ein, ihrem Körper Schaden zuzufügen. Außerdem kann man nicht bestreiten, daß manche Frauen von vornherein die Pille nicht vertragen oder daß diese direkt ihrer Gesundheit schaden würde (so bei Erkrankungen des Herzens, der Leber, der Blutgefäße . . .).
- Die Fruchtbarkeit der Frau wird von Natur aus geregelt und eingeschränkt. Der Gebrauch künstlicher Methoden und Mittel ist ein Eingriff in die Gesetze der Natur. Gerade die Erkenntnisse der letzten Jahre sollten uns mißtrauisch gegen die beständige und systematische Mißachtung der Naturgesetze machen.
- Die Pille hat unbestreitbar dazu beigetragen, daß viele Männer glaubten, sexuell nun uneingeschränkt über Frauen verfügen zu können. Die Pille steht daher nicht nur im Dienste einer größeren Freiheit der Frau; oft wurde diese nur um so mehr zum beliebigen Sex-Objekt respektloser Männer.
- Mehr denn je geben sich Menschen der Illusion hin, Herr zu sein über Leben und Tod. Man spricht davon, Kinder zu »machen« und vergißt dabei, daß jedes Leben letztlich ein unverfügbares Geschenk des Schöpfergottes ist.
- Viele Menschen sehen in der Sexualität nur noch ein Mittel, sich in egoistischer Art Freude und Lust zuzufügen. Sie haben von der Sexualität die Dimensionen des Lebens und der Liebe losgekoppelt. Sie beachten nicht, daß auch sexuelles Glück Geduld, Verzicht, Mühe, Treue und Werben erfordert. Sie tragen dadurch zur Verarmung ihrer Liebesbeziehungen bei.
- Partner binden sich weniger ernsthaft aneinander, gehen mehr und mehr Beziehungen ein, die sich auf sexuellen Verkehr beschränken, die kaum noch tiefere Werte beinhalten. So schaffen es Menschen – dies dazu im Namen der Liebe –, einander zu demütigen und zu mißbrauchen.
- Schließlich nahm in vielen Ländern nicht nur der Gebrauch der Verhütungsmittel zu, sondern gleichzeitig schnellte die Abtreibungsrate empor. Die Verbreitung sicherer Verhütungsmittel trägt offensichtlich nicht zur Verhinderung der Abtreibungen bei. Fast könnte man das Gegenteil annehmen!

Wer ehrlich überlegt, kann diese Argumente nicht ohne weiteres abtun. Sind wirklich alle Menschen den neuen Freiheiten gewachsen, die Wissenschaft und Technik ihnen schenken? Ist es sinnvoll, mehr und mehr die Naturgesetze auf den Kopf zu stellen? Werden Menschen nicht immer größenwahnsinniger und vergessen dabei ihre naturgegebene Begrenztheit? Sind Menschen heute nach der sogenannten Sex-Revolution glücklicher als früher?

# NFP



NATÜRLICHE FAMILIEN PLANUNG  
DURCH  
SELBSTBEOBACHTUNG

**Fortbildung:**

Bücher zum Selbststudium:

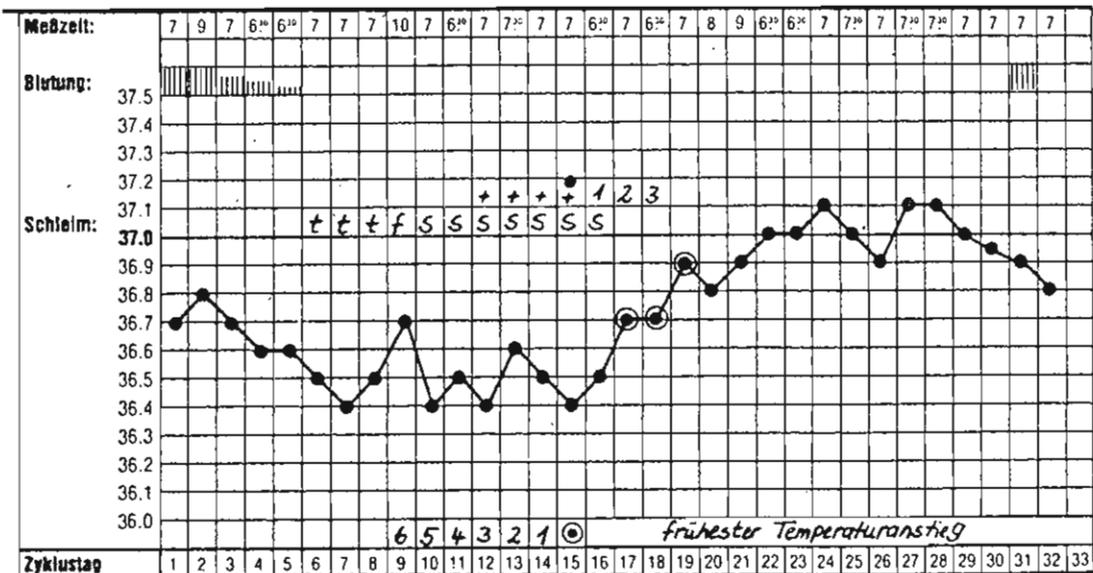
- \* "Natürlich und sicher" - von der Arbeitsgruppe NFP, Verlag Ehrenwirth, sehr empfehlenswert; ca S 100.-
- \* "Natürliche Geburtenregelung" von Josef Rötzer, Verlag Herder;

**Auskunft:**

- \* Institut für Ehe und Familie Spiegelgasse 3 1010 Wien Tel. 0222/515 52 650 - bieten auch Kurse an (nicht nur in Wien) sehr empfehlenswert
- \* Dr. Josef Rötzer Vorstadt 6 4840 Vöcklabruck
- \* oder Institut für Natürliche Empfängnis- Empfängnisregelung Dr. Rötzer e. V. Göserweg 28 D-7850 Biberbach

Die NFP bietet einen spannenden Weg zum Kennenlernen des Körpers. Sie fördert die Liebesbeziehung der Partner und lehrt uns einen zärtlichen Weg miteinander zu gehen.

Lisa, 24 J.



Lieber Walter!

Jetzt ist es schon eine Weile her, daß wir beide - Du und ich - uns gemeinsam für NFP entschieden haben, ich möchte Dir einmal sagen, wie gut es mir damit geht.

Das wichtigste ist für mich noch immer, daß die Verantwortung für die Empfängnisregelung auch Deine Sache ist, nicht allein die meine, Du trägst sie gleichberechtigt mit!

Wir haben beide gelernt, bewußter auf unsere Körper zu schauen, ihre Zeichen zu erkennen und ernst zu nehmen. Gleichzeitig lernen wir immer mehr unsere Gefühle zu erspüren und auf sie zu hören.

NFP ist für mich ein - wenn auch manchmal recht steiniger - spannender Wanderweg in einer schönen Landschaft, der einem im Gegensatz zur dahinbrausenden, einbahnigen Autobahn auch Zeit läßt, die Schönheiten am Wegesrand zu entdecken!

Danke Dir dafür!

Deine Barbara

### Empfängnisregelung -

nicht nur in kirchlichen Kreisen ein viel diskutiertes Thema.

Die Natürliche Familienplanung (NFP) kann man im Kurzen so charakterisieren:

- \* Die NFP ist eine Methode, bei der man durch die Beobachtung von Körperzeichen die fruchtbaren und unfruchtbaren Tage im Zyklus einer Frau bestimmen kann.
- \* Die NFP zählt zu den sichersten Methoden der Familienplanung.
- \* Die NFP macht es möglich, ohne Verwendung hormoneller, chemischer oder mechanischer Mittel eine Schwangerschaft bewußt anzustreben oder zu vermeiden.
- \* Die NFP ermöglicht Mädchen und Frauen auch ohne familienplanerische Absicht einen aufregenden Zugang zu sich selbst und mehr Wissen über die Vorgänge in ihrem Körper.
- \* Die NFP ist eine Methode, die ganz bewußt beide Partner in der Beziehung anspricht und fordert.
- \* Die NFP ist eine echte Alternative zu den herkömmlichen Verhütungsmethoden.

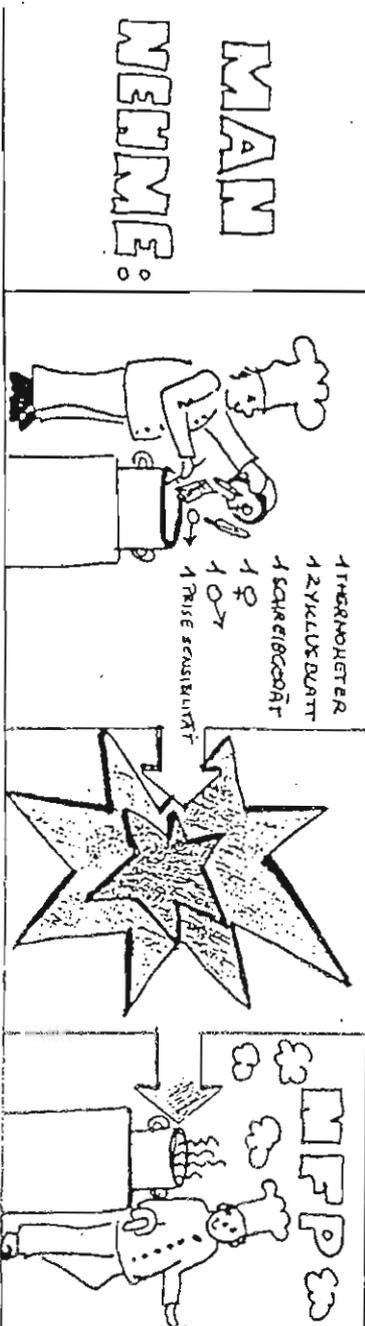
### Zyklustabelle:

Für die Aufzeichnung der Beobachtungen werden eigene Tabellen angeboten.

Beobachtet werden:

1. Die Aufwachttemperatur (tägliches Messen mit dem Fieberthermometer)
2. Der Schleim: Den Zervixschleim kann man fühlen und sehen. Er gibt Auskunft über die fruchtbaren Tage.
3. Andere Zeichen im Zyklus:
  - \* Mittelschmerz
  - \* Brustsymptom
  - \* Zwischenblutung
  - \* Muttermund

Die Temperatur wird täglich in die Tabelle eingetragen, sie weist zunächst niedrigere, dann höhere Werte auf. Weiters werden die Schleimbeobachtungen (trocken, feucht, viel Schleim) eingetragen.



## Neues Leben

Ein Jäger, der sich bloß vergewissert, ob das, wonach er schießt, ein Mensch oder ein Wild ist, nimmt fahrlässige Tötung in Kauf.

Bei einer befruchteten Eizelle handelt es sich aber von vorneherein nicht um die Alternative Mensch/Tier, sondern um das Recht eines werdenden Menschenlebens.  
Lukas, 24



### Du fragst nach deinem Vater

Du fragst nach deinem Vater,  
ich stelle mich taub,  
du fragst nach deinem Vater,  
ich wechsele das Thema.  
Du fragst nach deinem Vater,  
ich kaufe dir dein Lieblingsspielzeug.  
Doch:  
Du fragst nach deinem Vater.

Die Antwort tut weh,  
wirst du sie ertragen können?  
Leidenschaft, Sehnsucht,  
zerbrochenes Glück,  
brutale Erpressung,  
Trennung,  
ungewollte Schwangerschaft,  
Haß,  
Tränen,  
Verzweiflung,  
Selbstmordgedanken.  
Und dann:  
Entscheidung  
für dich -  
für dein Leben -  
für unser Leben.

Ich sehe in deine Augen und erwarte  
Abscheu, Vorwürfe, Verurteilung.  
Doch deine stürmische Umarmung belehrt mich eines Besseren.  
Du hast verstanden, was ich für dich tat.  
Wir reden jetzt oft von deinem Vater.  
(aus: Hallo, Papi... Aktion Leben)

## Schöpfer des Lebens

Wenn ein Kind geboren wird,  
wäre es ein Irrtum zu glauben,  
dein Zutun bestehe ausschließlich  
in der Erschaffung der Seele,  
des unsterblichen Geistes  
in dem kleinen Wesen,  
das im Schoß der Mutter heranwächst,  
wenn die Keimzellen des Lebens,  
der Mutter und des Vaters,  
sich begegnen und eins werden.  
Nein, auch der Leib des Menschen  
ist deine Schöpfung.  
Ohne den Odem deiner Liebe gäbe es ihn nicht.  
Der ganze Körper,  
vom Kopf bis zu den Füßen,  
lebt aus deinem Odem.  
Es gibt am menschlichen Leib keine Glieder,  
deren man sich schämen müßte  
und die nicht von dir geschaffen sind.  
Wäre Nacktheit  
etwas Schlechtes oder Unanständiges,  
dann liebest du die Kinder  
mit einem Lendenschurz zur Welt kommen.  
Der Leib ist nicht nur dazu bestimmt,  
den Geist aufzunehmen,  
die Seele, die du erschaffen hast,  
er ist ein lebendiger Tempel  
der Heiligsten Dreifaltigkeit.

Dom Helder Camara  
"In deine Hände, Herr!"



## Entwicklungsstufen zur Liebe

### 1. Bezauberung

*Erstes Verliebtsein. Man ist „bezaubert“ von äußeren Eigenschaften. Die Fehler des anderen sieht man gar nicht. „Liebe macht blind.“*

### 2. Projektion

*Diese Phase geht meistens schnell über in die nächste:*

*Der andere wird nicht gesehen, wie er wirklich ist. Eigene Wunschvorstellungen, das eigene Idealbild wird in den anderen „hineinverlegt“. Man liebt im andern sich selbst.*

*Diese Phase kann verschieden lang dauern. Aber irgendwann wird sie abgelöst durch die*

### 3. Ent-täuschung

*Man merkt, daß der andere gar nicht so ist, wie man gedacht hat. Man wird ernüchtert, die Täuschung hört auf.*

*Viele Freundschaften zerbrechen in dieser Phase. Je öfter eine solche Enttäuschung erlebt wird, desto schärfer wird der Blick, desto geringer aber auch die Fähigkeit, sich „bezaubern“ zu lassen. Hält eine Freundschaft die Ernüchterung aus, wird sie offen für die nächste Phase:*

### 4. Ergänzung

*Man wird durch den Partner ergänzt und bereichert. Diese Erfahrung beglückt, Fehler des andern werden in Kauf genommen.*

*So wichtig und schön diese Erfahrung ist, so ist sie doch noch zu sehr am eigenen Ich orientiert. Wer darüber nicht hinauskommt zu echter Liebe, wird eine Bindung dann lösen, wenn er sich von einer anderen noch größeres Glück verspricht.*

### 5. Wahre Liebe

*„Ich liebe dich. Ich kann nur glücklich sein, wenn du es bist.“ Nicht das eigene Glück steht im Vordergrund, sondern das des Partners. Wer liebt, „vergift“ sich selbst, schenkt sich dem andern und wird gerade so wieder selbst beschenkt.*

Hermann Wohlgschaft

## Orientierungshilfe für Liebende

1. Das Gehirn ist das wichtigste Geschlechtsorgan.
2. Gefühle reifen später als der Körper.
3. Warte deine Zeit ab!
4. Laß dich nicht unter Druck setzen!
5. Koste alle Schritte der Zärtlichkeit aus.
6. Geschlechtsverkehr ist keine Mutprobe.
7. Liebe lernt man nicht im Bett.
8. Partner sind keine Trophäen.
9. Verzicht ist keine Schande.
10. Zärtlichkeit kennt 1000 Worte.
11. Verliebtheit macht blind.
12. Liebe braucht Gesten.
13. Sex kann zerstören.
14. Auch "singles" sind Menschen.
15. Sei wählerisch!
16. Lerne Einsamkeit zu ertragen.
17. Liebe darf nichts fordern.
18. Kalkuliere deine Risiken!
19. Jugendzeit ist kein Freifahrtschein!
20. Freundschaft kommt auch ohne Sex aus.

### Arbeitsanregungen

- Reagiere spontan und tausche dich mit anderen aus.
- Stelle eine eigene "Orientierungshilfe" auf.

aus: AIDS - Unsere Verantwortung  
(Mill Majerus)

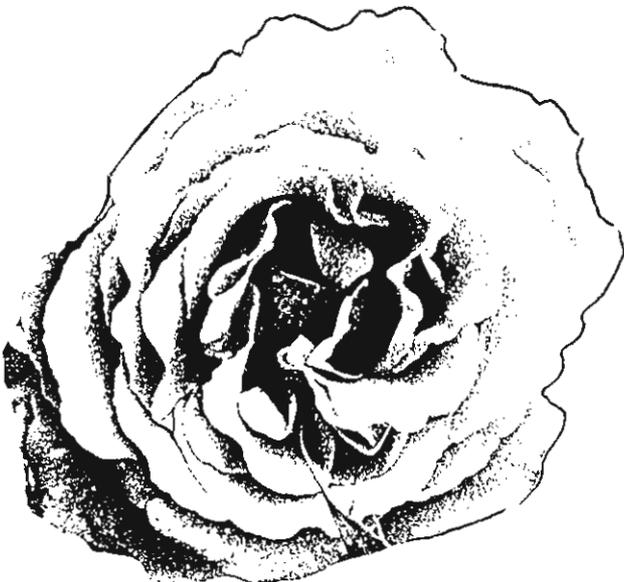
## Jesus : die Provokation der ZÄRTLICHKEIT

Zeit und Kulturraum, in denen Jesus aufwuchs, waren nicht prüde. Trotzdem erregte die Nähe Anstoß, die er zu seinem Gott und zu vielen Menschen hin lebte.

Je mehr Vertrauen er riskierte, um so mehr wurde er abgelehnt, ja zurückgewiesen. Für das, was er unter Liebe verstand, war die überwiegende Mehrheit nicht zu haben. Sie verweigerte die Annahme. In vielen Formen: verunsichert, höflich - aber bestimmt, entrüstet und offen feindselig. Schließlich floß Blut.

Jesus nennt seinen Vater im Himmel mit einem vertraulichen Kosenamen: "Abba", was soviel heißt wie Papa, Vati, Väterchen. Die Vertreter der herrschenden Religion müssen an solcher Intimität Anstoß nehmen. Für sie ist und bleibt Gott eine Respektsperson, dessen Name nicht ausgesprochen werden darf, nur umschrieben. Als Anbiederung, Respektlosigkeit, ja Gotteslästerung wird empfunden, was rückhaltloses Vertrauen ist. Für Jesus ist die Beziehung zu seinem göttlichen Vater so einzigartig, daß er sie nie mit der Gottesbeziehung anderer Menschen auf eine Stufe stellt. Mein und euer Vater - das ist säuberlich getrennt. Er zieht sich auch häufig zurück und will mit seinem göttlichen Vater allein sein.

Jesus kann seine Hand denen entgegenstrecken, die sonst kei<sup>er</sup> zu berühren wagt... Ein Aussätziger kommt vorbei. Kaum einer kann öffentlich und privat so isoliert und geächtet werden wie er. Jesus ist nicht bereit, den vorgeschriebenen Part zu spielen. Er geht auf ihn zu, faßt ihn an. Keine Spur von Berührungangst, nicht einmal Scheu. Der Panzer der Isolation wird aufgebrochen und Heilung ereignet sich als ein psychosomatischer Vorgang.



Auch sein Verhalten zu den Frauen ist ungewohnt, akzeptierend, gefühlsbejahend, nach damaligen Begriffen also unmännlich. Die Jünger zeigen sich befremdet, als er unbefangen eine Samariterin in ein Gespräch verwickelt (Joh 4). Samariter sind für Rechtgläubige unter Niveau. Auch verletzt es die guten Sitten, daß ein Rabbi Frauen lehrt. Später wird herauskommen, daß diese Frau schon mehrfach ihre Männer wechselte. Er weiß das. Es ist für ihn kein Grund, den Kontakt zu meiden.

Ein leichtes Mädchen, eine Prostituierte, schüttet eines Tages einen Alabasterflakon kostbaren Öles über seinen Füßen aus (Lk 7,36ff). Sie weint und unter Tränen küßt und liebkost sie seine Füße. Der Duft des Parfüms erfüllt das Haus. Selbst als sie ihm seine Füße mit ihren Haaren trocknet, läßt er es zu, ja, er verteidigt sie gegen den Hausherrn, bei dem er zu Gast ist. Wie er bereit ist zu geben, kann er auch empfangen. Natürlich auch die Liebkosungen einer Frau.

Seine Erotik bietet freilich Voyeuren keine Chance. Keine Bettgeschichten hinter verschlossenen Türen, die durch Schlüssellocher beobachtet werden. Da er für sich keine besondere Diskretion in Anspruch nimmt, kann er auch nicht durch Indiskretionen bloßgestellt werden.

Nähe, die anderen unerträglich erscheint, fürchtet er nicht. Aber er verliert sich auch nicht in ihr. Er gibt, er empfängt und er gibt von neuem. Der Mensch ist wichtiger als sein Geschlecht. So wird in seinem Leben alles ein heilig-öffentlich Geheimnis. Eben auch die Zärtlichkeit.

Günter Remmert  
(aus: das tema 25)

# Die zärtliche Salbung

Eine Meditation zu Mt 26, 6-13

Rolf Zerfuß

Wer je den Weg von Jerusalem über den Ölbergshügel nach Bethanien gegangen ist, kann nachfühlen, warum Jesus am Abend nach hier draußen zog, wo seine Freunde lebten: Maria und Martha und Simon, der Aussätzige. (Man vermutet, daß es in Bethanien eine Galiäer-Siedlung gab, in der die Pilger, wenn sie aus Galiläa zu den Feiertagen nach Jerusalem kamen, bei ihren Verwandten Herberge finden konnten.) An ein Übernachten in der Stadt war in der Atmosphäre wachsender Feindseligkeiten vor dem letzten Osterfest schon gar nicht mehr zu denken.

Da aber Jesus in Bethanien war, im Hause Simon des Aussätzigen, trat eine Frau mit einem Alabasterfläschchen zu ihm und goß das teure Salböl über seinem Kopf aus, während er zu Tische lag.

Eine friedliche Szene? Die Männer um Jesus sahen es anders. Die fremde Frau bringt sie durcheinander.

Als die Jünger dies sahen, wurden sie unwillig: „Wozu diese Verschwendung? Man hätte das Zeug teuer verkaufen können!“

Die Jünger haben allmählich begriffen, daß Jesus auf der Seite der Armen steht. Seitdem regt sie jede Verschwörung auf. Wieweit sie damit – trotzdem – von Jesus weg sind, macht seine Gegenrede deutlich:

Jesus aber merkte es und sprach zu ihnen: „Warum betrübt ihr diese Frau?“

Er muß mit seinen Gedanken ganz woanders gewesen sein. Er kann auf ihre Kalkulationen nicht eingehen,

daß es Jesus um gar keine Sache, sondern um die Menschen geht. Sie zerbrechen sich den Kopf über die Armen – und übersehen dabei den einzigen Armen, der es jetzt nötig hätte, wahrgenommen zu werden.

„Denn daß sie dieses Salböl auf meinen Leib goß, hat sie zu meinem Begräbnis getan.“

Jesus ist in seinen Gedanken längst dabei, Abschied zu nehmen. Er ist ein Mensch, der auch nur ein Leben zu verlieren hat. Und so rührt ihn die unbefohlene Geste dieser Frau in einer Tiefe an, von der die Jünger nichts ahnen, die auch bei ihnen aufbrechen wird, aber erst, wenn alles vorüber ist. „Warum betrübt ihr diese Frau?“

Jesus fragt nicht: Warum kränkt ihr mich? Ist es vermessend, zu denken, daß ihn die Geschmacklosigkeit der Jünger gar nicht mehr verletzen kann, weil er sich in seiner Not von dieser Frau verstanden fühlt?

„Amen, ich sage euch, wo immer dieses Evangelium in der ganzen Welt verkündet wird, wird auch erzählt werden, was sie getan hat – zu ihrem Gedächtnis.“

Auch dies ist ein Wort, das in den Evangelien seinesgleichen sucht! Jesus stiftet ein „Gedächtnis“ dieser namenlosen Frau, das weltweit Geltung haben soll. Wieso?

Vor drei Jahren habe ich zur Einstimmung in die Karwoche ein Schriftgespräch in einem österreichischen Karmel über diesen Text geführt – der ganze Konvent hatte sich im Sprechzimmer hinter dem Gitter versammelt. Da meldete sich, als ich das Gespräch schon beschließen wollte, noch eine alte Schwester zu Wort: „Wir nennen Jesus doch den Christus, d. h. den Gesalbten. Ist das eigentlich die einzige Stelle, wo er mal richtig gesalbt worden ist?“

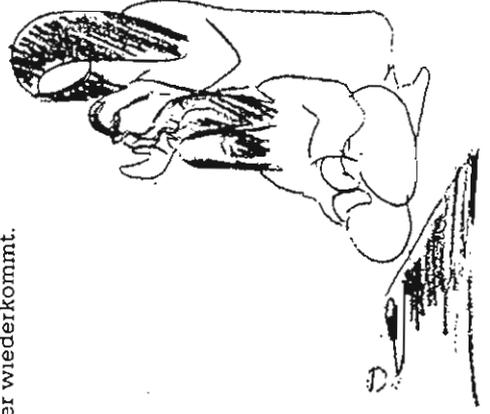
Ja Schwester, dies ist die einzige Stelle! Und ich danke Ihnen, daß Sie mir geholfen haben, nach fast 40

Semestern Theologie zu verstehen, was Salbung in der Bibel meinen könnte: nämlich keine steife sakrale Prozedur zur Herstellung von israelitischen Königen, mittelalterlichen Kaisern oder heutigen Oberhirten, sondern etwas, das überschwänglich und zärtlich aus den Tiefen Gottes hervorbricht, so wie aus dieser Frau. „Der Geist des Herrn ruht auf mir, darum hat er mich gesalbt, den Armen die Frohe Botschaft zu bringen“ (Lk 4, 14), sagt Jesus in Nazareth und meint damit nicht eine mysteriöse Messiasweihle, sondern das überschwengliche Wohlwollen, mit dem der Vater ihn – im Heiligen Geist – überschüttet hat: „Du bist mein lieber Sohn, an dir fand ich Wohlgefallen“ (Mk 1, 11).

Man muß diese Frau anschauen, ihre spontane, überschwengliche Zärtlichkeit, um zu begreifen, wer Gott ist. Denn was sie da an Jesus tut, ist ein heiliges Zeichen – Sakrament – für

das, was Gott an ihm tut. Sie vertritt jetzt Gottes Stelle an ihm. In ihrem Erbarmen begegnet ihm Gottes Erbarmen; und Jesus versteht dieses Zeichen. Er empfängt dieses Sakrament. Es wird ihm zur Heiligen Ölung. So kann er getrost in den Tod gehen.

Und wir mögen mit dem Gedächtnis seines Leidens und seiner Auferstehung ihr Gedächtnis in Ehren halten – bis er wiederkommt.



## Die Bibel zum Thema



### Altes Testament

Gen 1,27-28	Als Mann und Frau ist der Mensch Ebenbild Gottes.
Gen 2,24	Der Mann verläßt seine Familie, um sich an die Frau zu binden; und sie werden ein Fleisch.
Ex 20,14	Für Gott ist die Ehe etwas Heiliges; darum schützt er sie durch ein Gebot.
Lev 19,18	Schon im Volk Israel galt das Gebot der Nächstenliebe.
Dtn 10,12	Gott wünscht sich ein Volk, das ihn von Herzen liebt.
Das Hohelied	Ein Lied über die Liebe von Mann und Frau, die sich verbinden, sich verlieren, sich suchen und finden. "Stark wie der Tod ist die Liebe ..." - 8,6
Hos 6,4-6	Liebe erwartet Gott, nicht Brand- oder Schlachtopfer.
Hos 11,1-11	Mit ohnmächtiger Liebe muß Gott die Treulosigkeit seines Volkes mit ansehen.

### Alttestamentliche Liebesgeschichten:

Gen 29,9-30	Jakob und Rahel: geduldige Liebe
Ri 16,4-22	Samsen und Delilah: blinde Liebe
2 Sam 11,1-27	David und Batseba: tödliche Liebe
2 Sam 13,1-22	Amnon und Tamar: gierige Liebe
Tob 7,9 - 8,9	Tobias und Sara: Liebe und Gottvertrauen
Rut 2,1 - 3,15, 4,13-17	Boas und Rut: Liebe und das Gesetz des Alten Bundes



### Neues Testament

Mt 5,27-28	Der Ehebruch beginnt im Herzen.
Mt 5,43-47	Die Liebe zum Feind - Zielpunkt der Ethik Jesu.
Mt 15,15-20	Nicht äußerliche rituelle Reinheit ist wichtig, sondern die Bekehrung des Herzens.
Mt 20,25-28	Jesus ist gekommen, um zu lieben und zu dienen.
Mt 19,3-12	Nach dem Willen Jesu ist die Ehe ein unauflöslicher Bund zwischen Mann und Frau
Mt 10,2-12	
Lk 16,18	
Jo 2,1-11	Die Hochzeit zu Kana
Jo 8,1-11	Jesus verurteilt die Ehebrecherin nicht.
Jo 13,1-17	Die Fußwaschung - ein Beispiel Jesu, wie wir aneinander handeln sollen.
Jo 15,9-14	Jesus lädt uns ein, zu lieben, wie er geliebt hat.

Röm 8,15	Durch den Geist Gottes sind wir freie Kinder des Vaters im Himmel.
Röm 12,9	Wenn ihr liebt, dann ohne Heuchelei!
Röm 13,8-10	Die Liebe sind wir einander immer schuldig.
Röm 15,5-7	Lieben heißt: einander annehmen.
1 Kor 7,3-6	Körperliche Liebe, körperliche Hingabe ist wesentlich für die christliche Ehe; Mann und Frau "gehören" einander.
1 Kor 8,1	Erkenntnis macht aufgeblasen - Liebe baut auf.
1 Kor 12,31 bis 14,1	Liebe ist die Gabe Gottes, die alles andere übersteigt - jagt ihr nach! Das Hohe Lied der Liebe nach Paulus.
Gal 5,1	Zur Freiheit hat Christus uns befreit!
Gal 5,13-26	Liebe ist die Frucht der Erlösung und die Frucht des Hl. Geistes.
Eph 5,1-2	Das Vorbild unserer Liebe ist Gott selber.
Eph 5,25-32	Wie die Ehegatten einander lieben, so liebt Jesus die Kirche. Das Einssein in Liebe ist ein großes Geheimnis.
Kol 3,12-14	Einander lieben heißt auch, einander ertragen und vergeben; die Liebe hält alles zusammen.
Hebr 13,4	Haltet die Ehe in Ehren.
1 Joh 3,18	Lieben kann man nicht mit Worten, sondern vor allem mit Taten.
1 Joh 4,8-10	Gott war es, der uns zuerst geliebt hat.
1 Joh 4,16-19	Gott ist die Liebe; darum können auch wir lieben.
Off 1,5	Jesus, unser Erlöser, liebt uns.

P. Rudi Osanger

## Maria Magdalena

gut geeignet für erotische Projektionen von Männern, die im Neuen Testament nicht zu ihrem Recht kommen

nur schwer erkennbar aus dem, was die Evangelien schreibenden Männer berichtet, gedichtet, kombiniert haben

indes mit Sicherheit eine Jesus in Zärtlichkeit und Liebe zugewandte Frau, die damit ihre Befreiung durch Jesus erwidert

die dieser vollzog, indem er sie durch liebevolle Berührung dem Zwang der Prostitution wie auch dem Ausgeliefertsein entriß

so daß er sie mit seiner Liebe umhüllte, ihre Verletzlichkeit mit seiner Zärtlichkeit bedeckte und sie so der Gier der Gaffer entzog

obwohl dies doch auf ihn selbst ein schlechtes Licht warf wegen des zweifelhaften Umgangs, und wer nicht sehen wollte, auch nicht sah: daß es reine Liebe war

denn so, wie sie über seinen Füßen weinte, sie mit ihren Haaren trocknete, dann mit Öl salbte, spiegelte sie nichts anderes wider als jenen zärtlichen Eros zwischen ihnen, der Menschen innigst

verbindet gegen die geschlagenen Wunden, die erzwungene Nacktheit, um neu zu beginnen mit dem neuen Menschsein, wo aus Nacktsein Liebe und aus Liebe Nacktsein hervorgeht.

aus: Norbert Copray, Jesus nachfolgen (Patmos)

# DIE HASELMAUS- HOCHZEIT

E

An einem alten Gemäuer stand ein Haselnußstrauch. Feine Spinnwebfäden spannen sich von der alten Mauer zum Haselnußstrauch hinüber. Der Mond stand groß und silbern am Himmel. Er beschien eine kleine, befellte und gerührte Gesellschaft. Die Haselmäuse feierten Hochzeit. „Mein Haselstrauch ist auch dein Haselstrauch. Meine Haselnüsse sind auch deine Haselnüsse“, sagte eine alte Haselmaus.

Alle waren sehr ergriffen und falteten die Pfoten. Der Haselmausbräutigam bekam das Schnucken und fuhr sich über die Schnauze. Die Haselmausbraut schluchzte in ein Haselnußblatt-Taschentuch.

Dann ging man auf einer Gartenbank zu Tisch, und jeder bekam eine Haselnuß in die Pfote serviert. Man knabberte und unterhielt sich höflich piepsend. Es sah überaus manierlich aus. Haselmäuse sind bescheiden und sehr sittsam.

Nach dem Diner tanzte die Haselmausjugend den Haselhupfer.

Man pffiff zweistimmig dazu.

„So haben wir auch einmal gepfiffen“, sagte die Haselmausgroßmutter zum Halsmausgroßvater und strich sich mit altmodischer Koketterie über das diesjährige Fellkleid . . .

Das Haselmausbrautpaar hatte sich auf einen einsamen Ast zurückgezogen. Hier war die neue Wohnung, ein kugeliges kleines Nest. Die Verwandten hatten Moos und Blätter beige-steuert und sogar weiche Magenhaare, die sie sich ausgerupft hatten. Man tat schon ein ühri-ges, wenn Hochzeit war. Die Haselmausbraut hielt das Haselnußblatt-Taschentuch geballt in der Pfote. Es war feucht von Tränen. Der Haselmausbräutigam saß neben ihr und hielt sie umpfotet. Er küßte sie auf die Schnauze und hinter die Ohren. Die Ohren waren sehr klein. Es war ein schönes Haselmausmädchen. Der Mond schien hell. Die Spinnwebfäden spannen sich silbern von der alten Mauer zum Haselnußgeist . . .

Da geschah etwas Entsetzliches. Der Haselmausbräutigam hatte so intensiv hinter den Ohren geküßt, daß er das Gleichgewicht verlor und rückwärts umkippte. Bei der Liebe verliert man so leicht das Gleichgewicht! Ein schriller, piepsender Schrei – dann verschwand er in der Tiefe. Die Haselmausbraut preßte das Haselnußblatt-Taschentuch vor die Augen.

„Wo bist du?“ piepste sie. „Krabble hoch! Hast du dir am Ende weh getan?“

Unten raschelte es angstvoll.

„Ich bin in eine Grube gefallen“, piepste es gedämpft herauf. „Sie ist ganz glatt. Ich kann nicht mehr hinauf. Lebe wohl!“ Man hörte kleine Pfoten verzweifelt an den Grubenwänden trommeln.

„Gibt es denn gar keinen Aufstieg?“ rief die Haselmausbraut fassungslos. „Versuche es nur! Du hast doch erst neulich die grüne Nuß im Preisklettern errungen!“

„Die Grube verbreitert sich nach unten. Es muß eine Art Falle sein. Es ist aussichtslos. Vergiß mich nicht! Lebe ewig wohl! Ich muß hier sterben. Es ist furchtbar. Wirf mir dein Haselnußblatt-Taschentuch herunter! Ich will mich darin einwickeln, wenn meine Stunde kommt. Oh!“ Das Haselnußblatt-Taschentuch flog in die Tiefe.

Dein Haselstrauch ist auch mein Haselstrauch, dachte die Haselmausbraut. Ist dann nicht auch deine Grube meine Grube? Es war ein großer Kampf in einem kleinen Geschöpf.

Es dauerte nicht lange. Da nahm die kleine Haselmaus ihr Herz fest in beide Pfoten und sprang in die Grube nach.

Nun saßen beide Haselmäuse in der Grube und schluchzten beide in das Haselnußblatt-Taschentuch.

Als das Blatt ganz naß war und es keinen Zweck mehr hatte, zu weinen, hörten sie beide auf und sahen sich um im Gefängnis ihres gemeinsamen Todes. Da sahen sie einen großen Zweig, der sich quer in die Grube gelegt hatte, von oben nach unten. Die Haselmausbraut mußte ihn mitgerissen haben beim Sprung in die Tiefe, obgleich er eigentlich viel zu groß war, als daß ihn eine Haselmaus hätte mitreißen können. Er mußte wohl schon vorher gelockert gewesen sein. Aber auch dann war es wunderbar. Man konnte dran hochkrabbeln wie auf einer Treppe, wenn man eine Haselmaus war. Das taten die beiden Haselmäuse und piepsten voller Dankbarkeit aus ganzer Haselmausseele. Nur das Haselnußblatt-Taschentuch blieb unten liegen – ein nasses Wahrzeichen der Liebe.

Auf leisen Sohlen gingen die beiden in ihre Wohnung aus Blättern, Moos und Magenhaaren.

„Es ist eigentlich ein Wunder“, sagte die Haselmausbraut, „ich kann den Zweig unmöglich allein abgerissen haben. Es ist, als hätten uns unsichtbare Pfoten geholfen . . .“

(Manfred Kyber)

## Das Königreich Schönland

Nach einigen Wochen recht angenehmer Reise erreichten die Bürgermeister und der Königssohn die Stadt „Freiheit“. Von fern sah sie sehr prägnant aus. Über dem prächtigen Stadttor war mit großen Buchstaben das Wort „Freiheit“ geschrieben. Darunter standen noch drei kleine Wörter, die der Königssohn auch dann nicht entziffern konnte, als er schon ganz nahe war.

Sie durchschritten das Stadttor. Ein etwas seltsamer Geruch lag in der Luft, und der Königssohn mußte die Nase rümpfen. „Das ist Haschisch“, sagte der Bürgermeister. „Wenn man sich daran gewöhnt hat, mag man diesen köstlichen Duft gar nicht mehr missen.“ An den Straßen und auf den Plätzen sah der Königssohn Menschen sitzen oder liegen, in Träume versunken. Einige Jugendliche kamen ihnen entgegen, Mädchen und Jungen, ganz fantasievoll gekleidet und geschminkt. Ineinander eingehakt, schwenkten sie Weinflaschen und schrien: „Heute machen wir blau, wir haben keine Lust, zur Arbeit zu gehen!“ Ein kleines Mädchen, fast ebenso breit wie hoch, zerrte seine Eltern zu einem Café und verlangte lautstark nach mehr Kuchen. Der Bürgermeister sah den fragenden Blick des Königssohns und sagte achselzuckend: „Bei uns kann eben jeder tun und lassen, was er will.“ Der Königssohn war sehr verwundert, was die Menschen dieser Stadt unter Freiheit verstanden.

Dann kamen sie zur Stadt „Zufriedenheit“. Auch hier war der Name der Stadt mit großen goldenen Buchstaben über das prächtige Stadttor geschrieben. Aber auch hier konnte der Königssohn die kleinen Wörter nicht entziffern, die darunterstanden. Ja, die Bürgermeister und die Menschen in den Städten schienen diese drei kleinen Wörter gar nicht wahrzunehmen. „Das muß ich später meinen Vater fragen“, sagte der Königssohn zu sich selbst.

Als sie durch das Stadttor schritten, kam ein prächtig gekleideter Mann auf sie zu und fragte den Königssohn hastig: „Was hast du mir anzubieten oder zu verkaufen?“ Sogleich kamen andere Männer und Frauen auf sie zugestürzt und schrien: „Nein, verkauf es mir!“ „Nein, mir!“ Und ganz schnell wurde aus dem Streit der Leute eine heftige Prügelei. Der Bürgermeister erklärte: „Zufrieden kann nur sein, wer

etwas besitzt. Und je mehr wir besitzen, desto größer wird dann wohl auch unsere Zufriedenheit sein. Seltsamerweise haben wir dieses Ziel aber noch nicht erreicht.“ Der Königssohn wunderte sich, was die Menschen in dieser Stadt unter Zufriedenheit verstanden.

Auch die Stadt „Glück“ trug ihren Namen mit großen, goldenen Buchstaben und den drei kleinen, unlesbaren Wörtern darunter auf dem Stadttor. Gleich nach dem Betreten der Stadt wurde der Königssohn von mehreren Bürgern gefragt: „Was willst du von uns?“ Froh darüber, daß wenigstens in dieser Stadt die Menschen überhaupt etwas von ihm wissen und hören wollten, antwortete er: „Ich komme aus dem Königreich Schönland. Euer Bürgermeister hat bei unserem König, meinem Vater, angefragt, ob eure Stadt zu unserem Königreich gehören kann. Und ich möchte euch erzählen, wie schön es bei uns ist und wie es für euch sein wird, wenn ihr dazugehören wollt.“

– „Und was hast du davon? Was müssen wir dir dafür zahlen?“  
 – „Ich habe nichts davon, außer, daß ihr dann glückliche Menschen sein werdet.“ Ein brausendes Gelächter war die Antwort. Die Leute sagten zueinander: „Der hat nichts davon? Entweder hat er uns nicht die Wahrheit gesagt, oder er ist verrückt und sein Königreich ebenso. Wie kann man denn glücklich sein, wenn man nicht zuerst an sich selbst denkt?“ Immer noch lachend, ließen sie den Königssohn einfach stehen. Dieser war sehr verwundert, was die Menschen in dieser Stadt unter Glück verstanden.

Als sich der Königssohn umdrehte, war nur noch ein Bürgermeister bei ihm. Der lud ihn ein, doch auch noch mit zu seiner Stadt zu kommen. Als dann der Königssohn den Namen „Liebe“ mit goldenen Buchstaben über dem Stadttor sah, da dachte er sich, vielleicht sei seine Reise doch noch ein Erfolg. Auch hier sah er die drei klein geschriebenen Wörter und konnte sie nicht entziffern. Je näher sie der Stadt kamen, desto deutlicher hörte der Königssohn schöne Musik, Gelächter und andere Geräusche, die er im ersten Augenblick nicht zu deuten wußte. Jedenfalls schienen die Menschen froh zu sein. Als er dann die Stadt betrat, befand er sich in einem großen, schönen Park. Überall waren Paare damit beschäftigt, sich zu streicheln, zu küssen und miteinander zu verkehren. Einige saßen auch allein da, mit sich und ihrem Körper beschäftigt. Keiner trug auch nur einen Fetzen Kleidung, gleich ob jung oder alt, Mädchen oder Junge, Mann oder Frau. Nicht wenige hatten ein ganz verblissenes Gesicht, als

leisteten sie schwerste und anstrengendste Arbeit. – Der Bürgermeister hatte sich gleich unter sein Volk gemischt. Niemand nahm Notiz von dem Königssohn, bis ein schönes Mädchen auf ihn zukam, sich als die Tochter des Bürgermeisters vorstellte und dem Königssohn ihr Bett und sich selbst anbot. Dieser war sehr verwundert, was die Menschen in dieser Stadt unter Liebe verstanden. So machte er sich auf den Heimweg.

Daheim erstattete er seinem Vater, dem König, Bericht. „Ich hatte schon befürchtet“, meinte der König nachdenklich, „daß diese Städte sich wirklich unserem Reich anschließen wollen.“ Beide schwiegen geraume Zeit und hingen ihren Gedanken nach. Dann fuhr König Theo fort: „Die drei klein geschriebenen Wörter unter dem Namen der Städte bedeuten: ... ist unser Gott! Wo solche Werte wie Glück, Zufriedenheit, Freiheit und Liebe voneinander abgespalten und vergrößlicht werden, da merken die Menschen bald nicht mehr, wie sie von ihnen beherrscht werden.“ Vater und Sohn machten sich lange Gedanken, wie sie den Menschen trotzdem helfen könnten.

R.K.

– ... ist unser Gott“ – steht unter den Städtenamen an den Toren. Was passiert, wenn solche Begriffe und Werte voneinander gelöst und „vergrößlicht“ werden?

– Wie könnten König Theo und sein Sohn den Menschen helfen und sie befreien? Was können wir heute tun?

Ein praktischer Tip

Versucht mal, durch ein gemaltes Bild, eine Collage oder auch in Gespräch Rollenspielformate darzustellen, wie das Leben in den vier Städten aussehen dürfte.

Nehmt andere Begriffe (z. B. Freude, Anerkennung usw.) und baut sie in die Geschichte ein. Nehmt euch Schlagertexte, Werbung, Illustrierte oder Jugendzeitschriften vor und findet heraus, was heute vielfach unter Zufriedenheit, Freiheit, Glück und Liebe verstanden wird. Wie denkt ihr darüber?

Bindels/Korte:  
 Symbolgeschichten für junge Leute

### Schwierig wie das Spalten des Meeres

Eine römische Dame fragte Rabbi Jossé ben Chalafta: »In wieviel Tagen hat Gott die Welt geschaffen?«

Er antwortete ihr: »In sechs Tagen, denn so heißt es (Exodus 31, 17): ›In sechs Tagen machte der Herr Himmel und Erde.«

»Und was hat Er seitdem gemacht?«

»Er verbindet die Paare und schließt die Ehen. Er bestimmt, wessen Tochter wen heiraten soll.«

»Ja!« antwortete die Dame. »Das kann ich ja auch tun. Ich besitze sehr viele Knechte und Mägde, und ganz leicht kann ich sie paaren.«

Doch Rabbi Jossé sprach: »Du magst das leicht finden. Für Gott aber ist es so schwierig wie das Spalten des Schilfmeeres.«

Rabbi Jossé ging weg, und sie stellte ein Tausend Knechte und ein Tausend Mägde in zwei sich gegenüberstehenden Reihen auf.

Dann befahl sie: »So-und-so heiratet So-und-so, und So-und-so heiratet So-und-so!«

Das sollte alles in der gleichen Nacht geschehen.

Am nächsten Morgen kamen die so gepaarten Knechte und Mägde zu der Dame, der eine mit zerbrochenem Schädel, der andere mit ausgeschlagenem Auge, ein dritter mit gebrochenem Bein. Dieser sagte: »Ich mag diese Frau nicht!« Jene sagte: »Ich kann diesen Mann nicht leiden!«

Da ließ sich die römische Dame den Rabbi Jossé ben Chalafta holen und sprach zu ihm: »Deine Torah hat absolut recht, und was du erzählt hast, ist wirklich wahr!«

Rabbi Jossé aber sprach: »Das habe ich dir doch gesagt. Du magst das Eheschließen als leichte Sache ansehen. Für Gott jedoch ist es so schwierig wie das Spalten des Schilfmeeres.«

*Jakob J. Petuchowski*



### arabisches märchen

Ein junger Mann und ein Mädchen liefen auf zwei verschiedenen Landwegen. In einem bestimmten Augenblick kamen die zwei Wege zusammen, und der Junge und das Mädchen liefen nun gemeinsam weiter. Der Junge trug einen Kupferkessel auf seinem Rücken. In der einen Hand hatte er ein lebendes Huhn und einen Stock, während er an der anderen Hand eine Ziege führte. Nach einer Weile kamen sie an eine Bergschlucht. Da blieb das Mädchen stehen und sagte:

»Durch diese Schlucht gehe ich nicht mit dir.«

»Warum nicht?« wollte der Junge wissen.

»Du könntest mich dort umarmen und küssen«, antwortete sie.

»Wie soll ich dich denn umarmen und küssen? Ich hab' einen Kupferkessel auf dem Rücken, an der einen Hand hab' ich eine Ziege und in der anderen Hand ein lebendes Huhn und einen Stock.«

Aber das Mädchen beharrte auf seiner Meinung: »Du könntest mich die Ziege halten lassen, danach den Stock in den Boden stecken, das Huhn auf den Boden setzen und den Kessel darüberstülpen, und dann könntest du mich umarmen und küssen.«

Lange starrte der Junge das schöne, nette Mädchen an. Endlich sagte er: »Allah segne deine Weisheit.«

Worauf Sie gemeinsam durch die Schlucht gingen.

Es geschah einmal, daß eine junge Frau in Sidon mit ihrem Mann zehn Jahre lang lebte, ohne daß sie ihm ein Kind gebar. Dem Gesetz in diesen Angelegenheiten folgend, gingen sie zu Rabbi Simeon bar Jochai, um sich scheiden zu lassen.

Der Rabbi sprach zu ihnen: „Bei eurem Leben! So wie ihr, als ihr euch trauen ließt, bei einem festlichen Gelage zusammen kamt, so solltet ihr euch auch jetzt nicht ohne ein festliches Gelage trennen.“

Sie folgten dem Rat des Rabbi und bereiteten ein großes Fest, bei dem die Frau ihrem Mann mehr als gewöhnlich zu trinken gab. Als er sich nun sehr wohl fühlte, sagte er zu seiner Frau: „Töchterlein, du kannst dir aus meinem Hause das mitnehmen, was dir am besten gefällt; und dann kehre zurück in das Haus deines Vaters.“

### Eine junge Frau in Sidon

Was tat sie? Als er eingeschlafen war, befahl sie ihren Knechten und Mägden, ihn und das Bett, auf dem er schlief, in das Haus ihres Vaters zu bringen. Um Mitternacht wachte der Mann auf. Als der Weinrausch ihn verlassen hatte, sah sich der Mann verwundert um und sprach: „Töchterlein, wo bin ich denn eigentlich?“

„Du bist“, antwortete sie, „im Hause meines Vaters.“ „Was habe ich denn im Hause deines Vaters zu tun?“ Sie antwortete: „Erinnerst du dich nicht daran, daß du mir gestern Abend gesagt hast, daß ich das, was mir am besten gefällt, mitnehmen kann, wenn ich zu meinem Vater zurückkehre? Nichts gefällt mir besser in der ganzen Welt als du!“

Da gingen sie wieder zusammen zu Rabbi Simeon bar Jochai. Er betete für sie; und die Frau wurde schwanger.

(Nach Schir Haschirim Rabbah 1,4)



## Xaverl soll es von zwei Seiten sehen

Xaverl geht gern in den Tiergarten. Am liebsten geht er allein, aber mit dem Lehrer und den Schulkollegen ist es auch ganz nett. Martina geht neben ihm. Sie hat eine braune Haut und schwarzes Haar. Auf ihrem Schopf schwebt eine blaue Seidenschleife wie ein Schmetterling aus einem fremden Land.

Martina hat sich eine Tüte Eis gekauft. Immer wieder hält sie die Tüte vor Xaverls Mund. „Da, schleck einmal!“

Sie kommen zum Orang-Utan-Käfig. Der Orang-Utan hat rotes Haar. Er trommelt mit den Fäusten auf seine Brust. Er rüttelt an dem kahlen Baum, der in seinem Käfig steht. Er öffnet den Mund und brüllt. Martina greift nach Xaverls Hand.

„Du mußt mich beschützen, Xaverl.“

Sie hält seine Hand auch noch, als sie längst bei den Zebras sind.

„Du“, flüstert Martina. „Du gefällst mir. Wenn du magst, versprech ich dir die Treue, auf ewig.“

„Oh“, sagt Xaverl, weil er nicht weiß, was er sonst dazu sagen soll.

„Also dann auf ewig“, sagt Martina.

Hand in Hand gehen sie von den Zebras zu den Löwen, von den Löwen zu den Elefanten. Martina holt einen Apfel aus der Tasche. „Da, Xaverl, für den großen Dicken!“

Xaverl fragt den Wärter, ob er dem Elefanten den Apfel hineinwerfen darf, dann läßt er den Apfel vor die Füße des großen Dicken rollen. Der Elefant greift mit dem Rüssel danach und steckt ihn in sein Maul.

Martina freut sich. „Schau, der Elefant zwinkert mit den Augen. Das heißt: Vielen Dank, gut war's.“

Xaverl lacht. Es ist schön, mit Martina durch den Tiergarten zu gehen.

Die meisten Tiere darf man nicht füttern. Das tut Martina leid. Besonders im Vogelhaus tut es ihr leid. „Wie gern würde ich die herlocken“, sagt sie und späht zu den Kolibris hinein.

Die Kolibris funkeln wie Wassertropfen in der Sonne. Sie schwirren über den Blütenkelchen und tauchen mit ihren langen dünnen Schnäbeln nach Nektar und kleinen Spinnen. An einem Zweig entdeckt Martina ein Nest. Es ist nicht größer als eine Nußschale.

„Du solltest statt der Schleife eine Blume im Haar haben“, sagt Xaverl zu Martina. „Und über der Blume müßte der Kolibri schwirren wie ein winziger bunter Hubschrauber. Das wäre der schönste Schmuck für dich.“

Martina kichert.

Nach dem Vogelhaus gehen sie noch zu den Bären. Die Bären interessieren Martina nicht so sehr. Sie ist müde geworden. Sie setzt sich auf eine Bank und schaut den Spatzen zu, die im Sand zu ihren Füßen baden.

„Ich hab noch eine halbe Semmel“, sagt Paul zu Martina. „Wenn du sie füttern magst . . .“

„Gut, wenn ich die Kolibris schon nicht locken darf“, sagt Martina und füttert die Spatzen.

Auf dem Rückweg zum Autobus geht Martina mit Paul. Xaverl fühlt einen Stich in seiner Brust.

„Lieber Gott, was sagst du jetzt?“ fragt er, obwohl er nicht glaubt, daß er inmitten all des Lärms hören kann, was Gott ihm antwortet.

Aber Gott spricht ganz deutlich auch im Straßenlärm. „Bist du traurig?“ fragt er.

„Ja“, sagt Xaverl. „Weil sie mir ewige Treue versprochen hat, und jetzt geht sie mit dem Paul. Nicht einmal einen Tag lang kann sie treu sein.“

„Du kannst das auch anders sehen“, sagt der liebe Gott. „Sie war dir sehr lange treu: vom Orang-Utan bis zu den Zebras, von den Zebras bis zu den Löwen und Elefanten. Von den Elefanten bis zu den Kolibris!“

„Du meinst, das ist lang genug?“ fragt Xaverl.

„Für ein so kleines Mädchen, das erst üben muß?“ fragt der liebe Gott.

„Schön, wenn du meinst“, sagt Xaverl. „Dann dürfen wir der Martina also nicht böse sein, so gesehen.“

„So gesehen nicht“, sagt der liebe Gott.

Lene Mayer-Skumanz:  
Wenn du meinst, lieber Gott

MEINE Liebe zu Dir schien mir das Wunderbarste meines bisherigen Lebens zu sein.

SEXUALITÄT war für uns kein Thema, worüber gesprochen wurde.

STELLT man sich die Art unserer strengen, konservativen Erziehung vor, war das verständlich.

MICH erschrak es daher zuerst, daß ich durch Dich mir MEINER SELBST erst richtig bewußt wurde.

VOR dem Zusammensein mit Dir bekam ich jedoch im Laufe unserer Freundschaft immer mehr Panik.

DIE Weise wie Du mich anschauest, und manchmal wie zufällig berührtest, ließ Gefühle der Neugierde, Scham und Angst gleichzeitig in mir aufsteigen.

AUFGABE wurde für mich in dieser Zeit, dieses WEGRENNEN WOLLEN-NEUGIER-SCHAM-ANGST-GEFÜHL mit meiner Zuneigung zu Dir unter einen Hut zu bringen.

LIEBEN konnte ich Dich dann oft leichter in Deiner Abwesenheit.

ZU Dir hin schlug mein Herz aber bei jedem Schritt, den ich tat.

LERNEN durfte ich später, daß nach diesem ICH-SEIN / DU-SEIN-ENTDECKEN meine Liebe nicht mehr erschrak und auch räumlich ganz nahe bei Dir sein konnte.

♀, 23 J.

FÜR MONI

Die Liebe -  
seltsam,  
plötzlich ist sie da.  
augenzwinkernd, zärtlich, verrückt.  
sogar der härteste Stein wird weich.  
platzt auf  
will mehr  
freut sich.

Und DU?  
Moni, paß auf,  
genieße die Liebe,  
Verschenke all deine Liebe,  
aber laß dich nicht überumpeln.  
Denn viel wird mit Liebe bezeichnet,  
was keine Liebe ist.

Ich wünsche Dir Gespür für  
wachsende, behutsame,  
zärtliche Liebe  
(und mir auch!)

katrin, 23J.

Die Kellnerin bringt zwei Schalen Kaffee und stellt sie auf die schwarze Marmorplatte des Tischchens. Ich lehne mich auf der gepolsterten Bank zurück. Hier ist es still und ruhig. Alles Hastende, Unruhige ist so fern. In dieser Ecke, neben dem großen Ofen, der mit einem Messinggitter verdeckt ist, hinter dem mit Mänteln und Jacken behängten Kleiderständer beobachtet uns niemand.

Du legst deinen Arm um meine Schultern. Ich lehne mich an dich. Ich fühle mich geborgen. Ich möchte immer hier mit dir sitzen und bleiben.

Ich habe die Nähe eines Menschen gefunden, und ich bin in die Nähe eines Menschen gerückt.

Du küßt mich. Ich spüre deine Erregung, auch meine Nerven vibrieren. Du bist mir körperlich nah, aber bist du es auch geistig? Verstehen wir einander? Vielleicht ist für dich alles in Ordnung, für mich nicht. Vielleicht hast du dich entschieden, ich nicht. Aber ich bringe es nicht fertig, dir das zu sagen.

Anstatt wirklich deine Nähe zu suchen, werfe ich mich dir in die Arme. Und ich selbst bleibe trotzdem allein und unnütz.

Ich müßte dir jetzt eigentlich sagen, dir zeigen, daß Verliebtsein und Sex nicht alles ist. Das Wichtigste ist die Bereitschaft, den anderen zu verstehen. Ich sollte dir das alles sagen. Wir sollten gemeinsam entscheiden. Dann könnten wir vielleicht Freunde werden.

Freunde! Das bedeutet mehr als Kameraden, die gemeinsame Interessen haben, mehr als Verliebte, die ihr eigenes Glück dem anderen abfordern.

Wir könnten Freunde werden, die einander verstehen, die zueinander Vertrauen haben, die einander glücklich machen, die einander weiterhelfen, die einander besser machen, die immer füreinander da sind, die aber trotzdem frei für alle anderen Menschen sind.

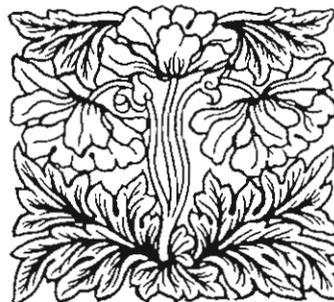
Ich weiß, daß ich dir dies alles sagen müßte, aber ich kann es nicht. Ich kann diese Sätze vor dir nicht so formen, daß du mich verstehst und selber überzeugt bist. Ich habe nicht die Kraft und den Mut, es zu versuchen. Ich kann nicht aus dem Zustand des willenlosen Untätigseins heraus.

Aber es wäre das einzige, echte Zeichen einer wahren Liebe zu dir. Wenn ich dich wirklich liebte und dich wirklich reicher machen wollte, würde ich es dir sagen.

(Christine B. 16 J)

Es heißt oft: "Burschen sind sowieso nur auf Sex aus!"

Aber ich glaube (und habe selber schon erfahren), daß sie gar nicht nur sofort Sex wollen, sondern oft nur testen wollen, wie schnell sich ein Mädchen dafür hergibt und damit auch den Wert eines Mädchens einschätzen wollen und können.



♀, 20 J.

Für mich ist die Aufforderung, mit dem Geschlechtsverkehr bis nach der Eheschließung zu warten, zu einer umfassenden Leitlinie in meiner körperlichen und sexuellen Entwicklung geworden.

Sie fordert mich heraus, meine Triebhaftigkeit zu kultivieren. Mein Trieb fragt: "Wie komme ich zu meiner Befriedigung?" - Die Liebe aber fragt: "Wie kann ich meinem Partner Gutes tun?"

Immer wieder war die Frage nach dem richtigen Zeitpunkt des Geschlechtsverkehrs in unserer Freundschaft Anlaß für einen Austausch über unser sexuelles Erleben. So wurde diese "kirchliche Norm" Hilfe und Leitlinie und nicht eine Schranke, sondern Herausforderung zu einer wertschätzenden Haltung der eigenen Sexualität und der Sexualität des Partners. Ich erlebe mich, meine Sexualität betreffend, als einen, der unterwegs ist, als Halbfertigen, Reifenden.

Ich frage mich: Kann der andere durch mich mehr zu seiner vollen Person in Freiheit finden? Überfordere ich den anderen? Verwechsle ich manchmal Liebe, Zuneigung und Zärtlichkeit mit Leistung? Kann der andere durch mich glücklich sein?

Martin Wintereder



**Ein für mich sehr bewegendes Erlebnis** würde ich gerne erzählen:

Vor nicht allzulanger Zeit bin ich mit meinem Freund auf meinem Bett gelegen. Wir schmusten und tauschten Zärtlichkeiten aus. Plötzlich spürte ich, wie sich seine Hand langsam, aber stetig in Richtung Gürtellinie vortastete.

Je näher er seinem Ziel kam, umso stärker und intensiver wurde mein innerer Kampf zwischen Verstand und Gefühl. Ich mußte mich entscheiden.

Auf einmal ging es sehr schnell. Seine Hand hatte den Zielpunkt erreicht, der Gürtel war schon fast offen. Aber plötzlich war alles klar, kein Kampf mehr: ohne ein Wort zu sagen, nahm ich seine Hand und verlegte sie ein paar Zentimeter weiter nach oben.

Da wir noch nicht sehr lange beisammen waren und noch nie direkt über dieses Thema gesprochen hatten, war mir jetzt ein bißchen mulmig zumute. Ob er mich nun für ein kleines unreifes Mädchen hielt?

Vorerst geschah gar nichts. Wir schmusten weiter, als ob nichts geschehen wäre.

Doch plötzlich richtete sich mein Freund auf und sah mich an. Ich glaube, diesen Blick werde ich nie vergessen - Er sagte nur: "Danke!"

♀, 20 J.

**L i e b e -**  
ein Wort, das in unserer Zeit  
oft nicht verstanden wird:

Man redet von Liebe und  
meint damit das Bett,  
man redet von Liebe und weiß, daß es nur ein  
gegenseitiges Sich-Brauchen  
ist...

Doch wie viele stehen auf  
unseren Straßen, ausgelaugt  
und wartend auf die nächste  
Einweg-Begegnung!

In meinem Denken fängt die  
wirkliche Liebe dort an,  
wo diese Auffassung nicht  
gilt.

Sie muß Bestand haben und  
ist für einen "einmaligen  
Gebrauch" zu schade"

Ist denn die heutige Zeit wirklich  
so schlecht? Oder sind wir es,  
die sie schlecht machen?

Wenn ich irgendwann einmal wieder in meinem Leben Liebe  
schenken werde, dann soll's nicht nur ein "heute" geben,  
sondern "Ewigkeit"...

♂, 22 J.



Vorige Woche diskutierten ein paar Schulfreundinnen  
und ich über das Thema "**voreheliche Beziehungen**".  
Von zwölf Jugendlichen waren neun für vorehelichen  
Geschlechtsverkehr, zwei waren meinungslos, und  
ich war als einzige dagegen. Diese Tatsache war  
für mich wie ein Schock.

Ich glaube halt, daß man sich zuerst geistig kennen-  
lernen soll und erst, wenn man sich so bis zum  
Letzten kennt, wird man fähig, den anderen wirk-  
lich zu lieben! Und ich meine, daß diese endgül-  
tige Hingabe erst dann geschehen darf, wenn man  
weiß, daß dies allein der Mensch ist, mit dem ich  
mein ganzes Leben teilen will.

Aber ich vertrete diese Meinung allein, die anderen  
sind gegen mich. Jetzt merke ich immer mehr, daß  
ein Christ oft mit seiner Meinung allein dasteht,  
und daß er gegen den Strom schwimmen muß. Aber  
man wird dazu fähig, wenn man viel betet.

Maria, 18

**F**

Liebe B.,

es ist jetzt schon eine gute Zeit her, daß es bei uns gekriselt hat, eine Krise, von der sich unsere Beziehung nicht mehr erholt hat.

Wir waren beide zwanzig, als wir uns kennenlernten und über das Alter hinaus, wo es zunächst nur einmal darum geht, einen Freund zu haben. Wir dachten durchaus an eine gemeinsame Zukunft, sehr früh auch schon an Familie und Ehe. Deshalb wollten wir uns zunächst auch richtig kennenlernen. Dabei hatten wir allerdings ein großes Handicap: Wir wohnten sehr weit auseinander und konnten uns nur wochenends sehen. Ich war fasziniert von Dir. Wir haben uns nicht nur kennengelernt, sondern auch verändert, allein durch unser Zusammensein. Jede Zärtlichkeit tat gut. Das, was ich Dir gegenüber gefühlt habe, habe ich nie zuvor - auch bis jetzt nicht - einer Frau gegenüber gefühlt.

Doch jetzt glaube ich, daß diese Liebe noch zu klein war, daß sie ausgereicht hätte für ein ganzes Leben, für eine Ehe, die womöglich fünfzig oder mehr Jahre hält.

Als wir dann am gleichen Ort studieren konnten und wir uns jeden Tag sahen, miteinander aßen, fortgingen, redeten, zärtlich zueinander waren, kam es dennoch irgendwie zum Knacks.

Ein Grund dafür war zum Beispiel, daß Du schlechte Erfahrungen mit Deiner Familie gemacht hast und Dir deshalb vorgenommen hast, es einmal ganz anders zu machen. Ich konnte Dir nur sagen, daß mir die Familie sehr wichtig sein wird, vor allem weil ich selber sehr gute Erfahrungen mit meiner Familie gemacht habe, aber ich konnte Dir keine Garantie geben, weil ich nun einmal ein Berufsziehl habe, das nicht sehr familienfreundlich ist. Du glaubtest, daß Du damit nur schwer zurecht kommen könntest.

Für mich wiederum haben sich viele Alltagsgespräche relativiert: Für mich war zwar alles wichtig, was Du Dir gekauft hast, was Dir passiert ist, - aber nicht so sehr, zumindest nicht in der Geballtheit, was Deinen Freundinnen widerfahren ist.

Immer öfter kam es dann zu Situationen, wo wir uns nichts mehr zu sagen hatten, worüber uns auch die Zärtlichkeiten nicht mehr hinweghelfen konnten. Sicher bin ich enttäuscht, aber ich glaube wir haben die Flinte nicht vorschnell ins Feuer geworfen. Ich glaube auch nicht, daß es richtig ist, den andern total umkrepeln zu wollen und die Unterschiede waren doch zu groß, als daß "mann/frau" darüber hinwegsehen hätte können.

Ich bin deshalb froh, daß wir uns an unsere Abmachung gehalten haben, mit den nächsten Schritten zu einer sehr tiefen Sexualität zu warten.

Sicher hätten sie uns noch einige neue, schöne Dimensionen unserer Liebe eröffnet und unseren Zusammenhalt gefördert, aber ich glaube, daß auch sie auf Dauer nicht die Unterschiede überdecken hätte können.

Wir haben gemerkt, wie schwer es ist, sich zu trennen, allein schon mit den Erfahrungen, die wir bis jetzt gemacht haben, wie schwer wäre es uns erst dann gefallen, wenn wir uns darauf eingelassen hätten.

Auch, wenn es altmodisch klingt, wir haben den Spruch beide positiv erfahren: "Es prüfe, wer sich ewig bindet." Gerade Du wärest mir zu schade, um Dich unter das Kapitel "Bettgeschichten" einzureihen.

Und so fand ich es schön, daß wir gute Freunde bleiben wollen und uns noch in die Augen schauen können, bis wir über die Trennung ganz hinwegkommen.

Dein H.

## DER ENTSCHLUSS

Heute,  
an diesem Tag  
wird er offenbar:  
unser Entschluß.  
Wir zeigen ihn  
vor aller Öffentlichkeit,  
vor aller Welt:  
Wir haben uns füreinander entschlossen.

Wir sind füreinander ent-schlossen,  
nicht zugeschlossen,  
sondern aufgeschlossen, offen für-  
einander, einander zugewandt.

Ich bin für dich offen,  
mit allen meinen Fähigkeiten und Möglichkeiten,  
mit meiner Freude und Begeisterung,  
mit meinen Sorgen und Ängsten,  
meinen Problemen und Schwierigkeiten,  
mit meiner Vergangenheit und Zukunft,  
mit allen meinen Träumen und Hoffnungen;  
mit allem was mich bewegt  
bin ich frei für dich,  
einzig für dich.

Meine Ent-schlossenheit sagt dir,  
daß ich dir zugewandt bin,  
daß ich mich von dem bewegen  
lassen will, was dich bewegt,  
daß ich an deinem Leben teilnehmen  
will, aktiv teilnehmen will,  
engagiert sein will für dich,  
daß du dich entfalten kannst;  
ich bin ent-schlossen  
in allen meinen Fähigkeiten und Möglichkeiten  
für dich da zu sein,  
wenn es dir gut  
und wenn es dir schlecht geht.

Und zugleich ist meine Ent-schlossenheit  
für dich eine Einladung:  
Komm in mein Leben,  
Nimm teil an meinem Leben,  
Laß auch du dich von dem bewegen,  
was mich bewegt.

Du,  
dir bin ich zugewandt,  
für dich bin ich offen  
und dadurch auch sehr verletzlich -  
aber ich vertraue dir,  
ich glaube an dich,  
denn wir beide wissen  
um die Verantwortung füreinander  
seit dem ersten Moment,  
da wir begonnen haben,  
uns einander vertraut zu machen.



Wien, am 9.6.1990

*Stilker* (für Lisa)

Unsere Ent-schlossenheit füreinander  
ist heute zum ersten Mal  
vor aller Welt offenbar geworden.  
Diese Ent-schlossenheit zu entfalten,  
wie einen großen Baum,  
mit vielen Ästen und Zweigen,  
mit unzähligen Blättern, Blüten und Früchten  
das soll die Aufgabe unserer Zukunft sein,  
heute  
und alle Tage unseres Lebens.



## GEDANKEN ZUM THEMA PARTNERSCHAFT

\* Das Wichtigste in jeder Beziehung ist die Offenheit und Ehrlichkeit zum Partner.

In dem Augenblick, wo ich etwas verstecke, ist es die Keimzelle zum Untergang. Trotz der Angst, die man hat, weil man das Unmögliche, das, was ja nicht sein darf, nicht aussprechen will ( " Du mir geht's nicht gut mit uns beiden!" ) und weil man natürlich Angst hat, sich vor dem Partner lächerlich zu machen, oder nicht angenommen zu werden, wird man in einer guten Partnerschaft immer belohnt werden für die Ehrlichkeit. Das ist sozusagen ein Gradmesser für die Belastbarkeit des Partner: Hält er auch in schweren Zeiten noch zu mir, oder läßt er mich / uns fallen ?

\* Eine Liebe, die vom Einsatz des Anderen abhängt, ist schon vorbei und verloren.

Liebe bedeutet nicht nur nehmen, sondern auch geben, nur wer soweit kommt, daß er sich auch schenken möchte, wird eine sinnvolle Partnerschaft erleben können.

\* Es gibt keinen "idealen Partner", das ist ein Wunschtraum.

In Wahrheit reiben sich die beiden Rohdiamanten solange aneinander, bis sie in idealer Weise zusammenpassen und wunderschön geworden sind. Das bedeutet: Konflikte. Eine Partnerschaft ohne Konflikte ist dafür verdächtig, daß sie peinlich vermieden werden; Konflikte darf und muß es geben, irgendwann kommt in jeder Partnerschaft ein Problem. Die Fähigkeit, es zu lösen, bestimmt die Reife der Partner.

" Nach der Dunkelheit kommt ein neuer Morgen " - gerade das gemeinsame Durchstehen von Krisen hält eine Partnerschaft in eine neue, höhere, bisher ungeahnte Sphäre.

\* Wenn das Verliebtsein zu Ende ist, fängt ja die eigentliche Arbeit erst an.

Liebe bedeutet, sich täglich aufs Neue um den Partner zu bemühen, das fällt einem erst auf, wenn das erste Hoch vorbei ist und nicht mehr alles automatisch läuft. Es gibt Menschen, die, sobald das Hoch zu Ende geht, aus Enttäuschung, weil nun etwas Aktives verlangt wird, den Partner verlassen, also abspringen und sich ins nächste Hoch begeben, sich neu verlieben, denn das ist ja viel einfacher.

\* Einer Partnerschaft ist noch nie etwas davon gelaufen, also laß' dir Zeit.

Der schnelle Erfolg bringt nichts. Sicherheit ergibt sich erst durch gemeinsame Erfahrungen, wie z. B. die Fähigkeit zur Konfliktlösung. Es gibt keinen Punkt, ab dem ich mir des Partner 100% sicher sein darf, sozusagen " jetzt habe ich es endlich geschafft, jetzt bin ich am Ziel."

Wer mit der Sexualität zu früh beginnt, ist wie ein Kind, das die unreifen Früchte im Garten probiert - sie verderben den Magen, das gilt ebenso für Beziehungen. Was man gemeinsam erspürt, das darf man sich auch trauen. Versuch Deinen Partner nie herum-zukriegen, sondern geht gemeinsam Stufe um Stufe.

\* Sexualität beginnt mit Zärtlichkeit und nicht erst im Bett.

Wie schnell zieht es Euch ins Bett, um zu kuscheln; je schneller, desto schlimmer ist es mit Eurer Zärtlichkeit bestellt. Habt Zeit füreinander, oder läuft schon alles reflexartig ab ?

\* Der Tod jeder Partnerschaft ist die Routine, sie gibt es in allen Bereichen, von der Sexualität bis zur Freizeitgestaltung.

Man darf ruhig viel Phantasie walten lassen und den Partner immer wieder mit den liebevollen Aktionen überraschen .

\* In einer Partnerschaft muß jeder genug Freiraum für seine persönliche Entwicklung haben.

Ein Partner, der zusehr eingeengt wird, wird sich irgendwann einmal gewaltsam lösen. Man darf um nichts in der Welt, schon gar nicht um den Partner nicht zu verlieren, seine eigenen Interessen und Vorlieben aufgeben. Im Gegenteil, je mehr man von außen in eine Partnerschaft einbringen kann, desto fruchtender wird sich das auswirken. Gebt einander also Freiheit.

\*Zum Trost

Wenn Du den Partner verlierst, weil Ihr ehrlich festgestellt habt, daß Ihr nicht zu einander paßt, dann leck nicht in Selbstmitleid Deine Wunden, sondern schau nach vorne, freu Dich auf eine kommende Beziehung und lerne aus den alten Fehlern. Du kannst es beim nächsten Mal besser machen.

Kopf hoch, unser Vater im Himmel ist ein verzeihender und gütiger Gott, Du darfst ruhig noch mal von vorne anfangen.

robi

## Die Kaulquappe und der Weißfisch

*Eine Kaulquappe hatte einen Weißfisch gehehlicht. Als ihr Beine wuchsen und sie ein Frosch zu werden begann, sagte sie eines Morgens zu ihm: „Martha, ich werde jetzt bald einer Berufung aufs Festland nachkommen müssen; es wird angebracht sein, daß du dich beizeiten daran gewöhnst, auf dem Lande zu leben.“ — „Aber um Himmels willen!“ rief der Weißfisch verstört, „bedenke doch, Lieber: meine Flossen! Die Kiemen!“ Die Kaulquappe sah seufzend zur Decke empor. „Liebst du mich, oder liebst du mich nicht?“ — „Ei, aber ja“, hauchte der Weißfisch ergeben. „Na also“, sagte die Kaulquappe.*

Wolfdietrich Schnurre  
aus: Protest im Parterre, Langen-Müller Verlag, München 1957



F

## Lieben heißt: das Glück des andern suchen.

Meine Pädagogik ist die Tochter der Liebe.

Erziehen ist vor allem Sache des Herzens.

### Eine ganz kleine Amsel

Die Vögel waren eine weitere Leidenschaft Giovanni's. Er hatte eine ganz kleine Amsel aus ihrem Nest geholt und sie in einem Käfig aus Weidenruten aufgezogen. Dann brachte er ihr das Singen bei. Sobald sie Giovanni sah, hüpfte sie fröhlich auf die Stangen und grüßte ihn mit einer kurzen Melodie. Mit ihren schwarzglänzenden Augen schaute sie ihn fest an. Eine liebe Amsel.

Eines Morgens blieb der Gruß aus, denn eine Katze hatte den Käfig aufgebrochen und den Vogel verschlungen. Ein Knäuel blutiger Federn war übriggeblieben. Giovanni weinte bitterlich. Seine Mutter suchte ihn zu beruhigen und erklärte ihm, daß auch in den Nestern Vögel gefressen werden. Giovanni aber schluchzte weiter. Das waren andere Amseln, die waren ihm gleichgültig. Aber „diese da“ war seine kleine Freundin und die ist umgebracht worden. Er wird sie nie wiedersehen.

Einige Tage lang war er sehr traurig, und niemandem gelang es, ihn wieder froh zu stimmen. „Endlich“, so erzählt Lemoine, „begann er nachzudenken, daß doch alles auf der Erde recht vergänglich sei. So faßte er einen Entschluß, der über sein Alter hinausging. Er nahm sich vor, sich nie wieder an irgend etwas auf der Erde zu hängen.“ Den Vorsatz wiederholte er einige Jahre später beim Tode seines liebsten Freundes und manches andere Mal.

Es ist tröstlich für uns zu wissen, daß es Giovanni nie gelang, diesen Vorsatz zu halten. Auch er hatte ein Herz aus Fleisch und brauchte etwas, etwas Kleines oder Großes, um es zu lieben. Später wird er glauben, das Herz müsse ihm zerspringen beim Tode von Don Calosso, von Luigi Comollo, beim Anblick der ersten Jugendlichen, die hinter Gittern saßen. Seinen Buben wird er später sagen, daß er einen, der ihnen etwas antun würde, „mit seinen eigenen Händen erwürgen würde, wenn das nicht Sünde wäre“. Sie werden später einstimmig und eindringlich bezeugen: „Mich hat er gern gehabt.“ Einer von ihnen, Luigi Orione, wird dann schreiben: „Ich würde über glühende Kohlen gehen, wenn ich ihn noch ein einziges Mal sehen und ihm danken könnte.“

Die „geistlichen Lehrer“ dieser Zeit behaupteten, daß es schlecht sei, sein Herz an Geschöpfe zu hängen. Besser wäre es, wenig zu lieben. Die Lehren des II. Vatikanischen Konzils (1962–65) dagegen sagen, daß man die Geschöpfe zwar nicht zu Idolen machen sollte, daß man seine Liebe reinigen müsse, daß Gott uns aber ein Herz gegeben hat, damit wir ohne Angst lieben. Der Gott der Philosophen kennt keine Leidenschaft, der Gott der Bibel schon: Er liebt und zürnt, leidet und weint, bricht in Freude aus und lächelt zärtlich.

„Meine lieben Freunde,  
lieber Direktor, liebe Meister, Professoren und Schüler!

Erlaubt mir, daß ich es Euch sage, und niemand fühle sich gekränkt: IHR SEID ALLE DIEBE!

Ich sage und wiederhole es: Ihr habt mir alles genommen. Als ich in Lanzo war, habt Ihr mich mit Eurem Wohlwollen und Eurer Liebenswürdigkeit verzaubert. Durch Eure Frömmigkeit habt Ihr mir die Möglichkeiten des Verstandes gebunden, mir blieb nur noch das arme Herz, von dem Ihr mir die Gefühle schon zur Gänze geraubt habt. Nun hat Euer Brief, von 200 freundlichen und sehr netten Händen unterschrieben, von meinem ganzen Herzen Besitz ergriffen. Nichts ist mir mehr geblieben als der lebendige Wunsch, Euch im Herrn zu lieben, Euch Gutes zu tun, Eure Seelen zu retten.

Dieser großmütige Erweis Eurer Zuneigung lädt mich ein, Euch so schnell wie möglich wieder zu besuchen. Möge es sich nicht zulange hinauszögern. Bei dieser Gelegenheit möchte ich besonders, daß wir alle froh bleiben an Seele und Leib, und daß wir der Welt zeigen, wie sehr man mit Seele und Leib fröhlich sein kann, ohne den Herrn zu beleidigen. Ich danke Euch aus ganzem Herzen, was Ihr für mich getan habt.

Gott segne Euch alle! Und vertraut mir immer in Jesus Christus! Herzlichst Euer Freund

Johannes Bosco, Priester

(Aus einem Brief Don Boscos, den er im März 1876 an die Hausgemeinschaft des Kollegs Lanzo gerichtet hat)

### An seinem Herzen

Einmal bin ich nach dem Abendgebet wiederum ausgerissen. Wieder wurde ich ertappt und wieder mußte ich zu Don Bosco. Ich wollte aber nicht sagen, wo ich war. Ich war nicht bei der Tante. Da zog mich Don Bosco an sich, drückte meinen Kopf an sein Herz: „So, jetzt sprich!“ Ich sagte nicht die Wahrheit. Darauf Don Bosco: „Nein, du sagst nicht die Wahrheit. Soll ich dir sagen, wo du warst? Du warst dort und dort tanzen.“ Alles hat er gewußt! Er „fühlte“ während ich erzählte, daß ich den Freunden imponieren wollte, die immer von Abenteuern erzählten... Don Bosco mahnte mich: „Höre! Das sind ernste Sachen. Du weißt doch, daß ich es gut mit dir meine. Nicht solche Dinge treiben! Hast du gebeichtet?“ – „Nein, ich wollte auch nicht beichten. Ich hatte Angst, daß man es Ihnen erzähle.“ – „O nein, die Beichte ist ein Geheimnis. Ich verzeihe dir nun, weil du aufrichtig warst.“ Ja, so war Don Bosco.

Giovanni Barberis





## SICH BEGEGNEN

Zwei Hände,  
einander zugleich fern und nah,  
gelöst und doch gespannt,  
jede für sich schön  
und doch erst beide miteinander  
ein Ganzes bildend.  
Es sind zwei rechte Hände,  
die sich einander zuneigen.  
Die Hand des Mannes  
aufrecht und schützend,  
offen und entgegenkommend;  
die Hand der Frau  
etwas stärker der anderen zugewölbt,  
sich ein wenig in sie einschmiegend  
und sie damit zugleich stützend.  
Sie sind einander ganz zugewandt,  
innerlich aufeinander bezogen,  
miteinander verbunden  
aber nicht ineinander geschlossen.  
Zwischen ihnen bleibt ein Raum,  
der zugleich ein Schmerzliches  
und ein Beglückendes aussagt.  
Das Schmerzliche:  
Das letzte Einssein ist hier auf Erden  
unter Menschen nicht endgültig möglich.

In aller Gemeinsamkeit bleibt  
immer ein Rest von Einsamkeit.  
Der Liebende spürt, daß er den anderen  
nie g a n z verstehen  
und in seinen Tiefen erkennen kann.  
Alles menschliche Sich-halten  
ist zugleich ein Sich-lassen-müssen –  
zuletzt im Tod.  
Das Beglückende:  
Diese Hände gehören zusammen.  
Sie bilden eine wunderbare Einheit.  
Über Fremdheit und Einsamkeit hinweg  
b e g e g n e n sie sich.  
Sie lassen sich auf das Wagnis ein:  
sich a n den anderen  
und f ü r ihn zu binden;  
sich ihm ganz zuwenden – nicht nur im  
Sinn eines liebevollen Zugewandtseins,  
sondern viel mehr noch im Sinn  
eines Sich-gebens und Sich-schenkens.  
Die beiden Hände berühren sich leicht,  
sie verkrampfen sich nicht ineinander,  
halten sich nicht ängstlich fest.  
In diesem Raum des Vertrauens, der Liebe,  
haben sie Raum – für Gott.

Herr Jesus Christus,  
Du hast gesagt:  
Wo zwei in meinem Namen zusammenkommen,  
wo zwei in meinem Geist zusammenleben,  
da bin ich – mitten unter ihnen.  
Wo zwei einander lieben,  
und ihre Liebe Raum schafft  
für die Not und Freude anderer,  
da begegnen sie  
nicht nur sich und den Menschen,  
da begegnen sie – auch Dir.  
Denn wo Menschen aufeinander zugehen  
und einander Vertrauen schenken,  
wo sie offen bleiben für ihren Nächsten  
und auch offen – für Gott,  
da wohnst Du in ihrer Mitte,  
da bist Du ihre Mitte und ihr Herz.

Text: Theo Schmidkonz SJ  
Bild: A. Rodin, La Cathédrale  
Verlag Ver sacrum, 7407 Rottenburg am Neckar, Nr. 736 D

## Sexualerziehung im Kindergarten: - eine Arbeitseinheit

H

### 1. Voraussetzung:

Die Eltern von den Kindern müssen rechtzeitig informiert werden, was ich mit den Kindern machen will. In Form eines Elternbriefes oder eines Elternabends kann ich das Geplante mit den Eltern vorbesprechen.

### 2. Zeitpunkt:

In der Zeit zwischen Mutter- und Vatertag zum Thema "Familie" oder wenn eine Mutter bzw. die Kindergärtnerin ein Baby bekommt.

### 3. Möglichkeiten, dem Kind Sexualität positiv zu vermitteln:

#### a) **Kreativität:**

Material: Packpapier, Fingerfarben, beruhigende Musik

Durchführung: die Kinder hören Musik und haben die Möglichkeit, im kreativen Bereich am Boden auf dem Papier mit den Fingerfarben das aus-zudrücken, was sie dabei empfinden.

Ziel: Ich kann die Farbe des Papiers spüren; ich kann die Musik hören und empfinden.

#### b) **Gespräch:**

Material: Fotos: - Baby im Bauch der Mutter in den verschiedensten Stadien  
- Babyfotos der Kinder  
- Fotos, wie die Kinder jetzt aussehen

Durchführung: Meine Eltern haben sich so gerne, daß sie mir und meinen Geschwistern das Leben geschenkt haben.

Das Baby wächst im Bauch meiner Mutter auf.

Es wäre schön, den Kindern die Möglichkeit zu geben, daß sie mitbeobachten können, wie vor allem der Bauch der werdenden Mutter wächst.

Dazu gäbe es die Möglichkeit einer Bildcollage, damit sich die Kinder das besser vorstellen können.

Ausklang: Fotovergleich: - so war ich als Baby - so bin ich heute  
- wieviel habe ich seither schon gelernt

#### c) **Rhythmik:**

Material: Reifen, Decken

Durchführung: \* Die Kinder gehen durch den Raum; schauen sich den Raum an; gehen aber aneinander vorbei ohne sich anzusehen;

\* Die Kinder schauen sich vorsichtig an, versuchen aber dabei ernst zu bleiben

\* Kinder schenken einander ein Lächeln

\* Sie geben einander die Hand und begrüßen sich ohne miteinander zu sprechen.

\* Sie sprechen miteinander

\* eine Decke und ein Reifen werden aufgelegt, die Kinder legen sich wie ein Baby im Bauch der Mutter in den Reifen.

Das Kind macht die Erfahrung, daß es geschützt, beschützt ist. Kleine Kinder haben viel, größere weniger Bewegungsfreiheit. Wenn das Kind keinen Platz mehr hat, ist es groß genug, auf die Welt zu kommen.

\* Variante: Kinder liegen zusammengekauert auf dem Boden, die Mutter legt sich schützend darüber. Das Kind macht die Erfahrung es ist dunkel aber ich spüre die Wärme und die Geborgenheit der Mutter.



d) Rollenspiel:

1. Puppenecke:

Durch das Gespräch sind die Kinder meistens motiviert, das, was sie gehört haben, nachzuspielen.

Zumeist sieht dies so aus, daß die Kinder die Puppe unter den Pullover stecken, also einen dicken Bauch haben und nach einiger Zeit das Puppenkind auf die Welt kommt. Dies gibt dann ein großes Fest (Puppentaufe - siehe Werkmappe 5).

2. Puppenhaus:

Oft kommt es vor, daß die Kinder das zu Hause Erlebte mit den kleinen Puppen des Puppenhauses nachspielen. Z.B.: wie die Eltern mit ihren Kindern umgehen. Zärtlichkeiten, aber auch negative Erfahrungen werden aufgearbeitet.

e) Lieder:

- Wenn einer sagt ich mag dich du ...
- Ich habe einen Kopf
- Schaut mal an, was ich alles kann
- Mein Schmusebär

f) Bilderbücher:

- Micha und sein Baby (von Anne Marie Chapouton; Verlag: Herder)
- Peter, Ida und Minimum (von Fagerström; Verlag: Ravensburg)
- Ich will auch ein Geschwisterchen haben (von Astrid Lindgren; Verlag: Oetinger)
- Ein Brüderchen für Julia (von Hanson; Verlag: Ravensburg)

4. Was wir jeden Tag beachten sollten:

Fragen der Kinder sollte ich so beantworten, wie sie gestellt sind, mehr verlangen die Kinder nicht.

Es kommt manchmal zu Situationen, mit denen ich nicht rechne z.B.: Kinder sind gemeinsam auf der Toilette und kommen drauf, daß da was anders ist bzw. sind interessiert aneinander. Ich muß mir da als Erzieherin die Frage stellen, wie ich darauf reagiere.

Ein Beispiel was mir noch wichtig erscheint ist, was mache ich als Kindergärtnerin, wenn ein Kind in der Schlafstunde mit seinen Geschlechtsteilen spielt. Meist kommt es vor, wenn das Kind zuwenig Liebe erfährt, weil es eben 9 Stunden am Tag eines von vielen Kindern ist. Ich versuche, ihm, bis es einschläft meine besondere Zuwendung zu geben, damit es nicht sich selber überlassen ist.

Ich wünsche jeder Kindergärtnerin den Mut, sich mit "ihren" Kindern auch mit diesem Thema auseinanderzusetzen, gehört es doch zu den wesentlichen Erziehungszielen im Kindergarten.

Ich habe einen Kopf (Unser Körper)

Monika Straka, SMDB

*Langsam singen!*

1. Ich ha - ba ei - nen Kopf, zwei Ar - me hab' ich  
auch und ei - nen run - den Bauch, tral - la la la la la la.

2. Mein Kopf, der hat zwei Ohren, zwei Augen, Nas' und Mund und obendrauf das Haar, trallala ...
3. Ich habe auch zwei Hände, da sind die Finger dran, damit ich spielen kann, trallala ...
4. Ich habe auch zwei Beine, da sind die Füße dran, damit ich laufen kann, trallala ...



Beim Singen werden alle Körperteile gezeigt, bei „Trallala“ kann geklatscht werden. Der Rhythmus sollte vielseitig mit Instrumenten unterstützt werden. Wichtig ist langsames Singen, damit die Kinder der Melodie und dem Text folgen und auch alles richtig anzeigen können.

MEINE SEXUALITÄT STELLT MICH VOR DIE AUFGABE, LIEBEN ZU LERNEN.

Baustein für 3 Stunden (zwischen 8 und 12 Jahre)

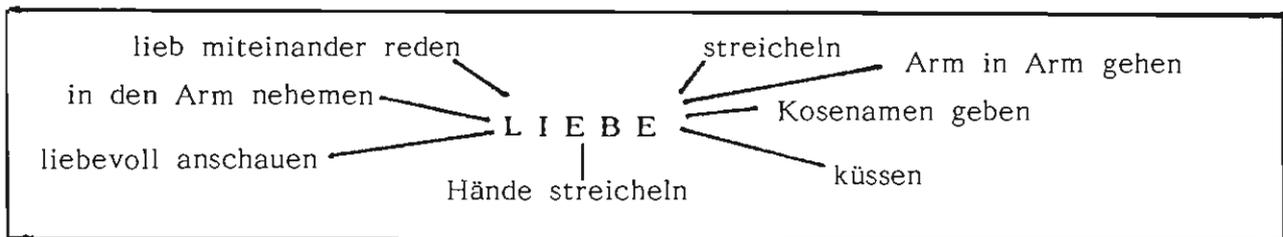
Über Liebe und Sexualität können Kinder und Jugendliche zu wenig sprechen. Sie wachsen in einer Umgebung auf, die fast ausschließlich leistungsorientiert ist. Liebe hat aber nie etwas mit Leistung zu tun. So ist es wichtig, in einer offenen Redensweise mit ihnen zu sprechen. Auf spontane Fragen muß ehrlich und offen eingegangen werden. Nichts darf als schlecht oder böse weggelassen werden. Schlecht ist nichts davon, schlecht kann es nur von Menschen gemacht werden.

Sexualität als Geschenk Gottes muß in dieser Altersstufe von den Eltern her gesehen werden. Echte Liebe kann erkannt werden. Ihre Ausdrucksformen werden meist bei den Eltern gesehen.

### I Zärtlichkeit, körperliche Zuwendung sind Zeichen menschlicher Liebe und ehrlicher Zuneigung

Einstieg: L oder SS haben Bilder von Menschen mitgebracht, denen man anmerkt, daß sie sich mögen und lieben.

- im L-S-G wird herausgefunden, welches Wort für alle paßt: Liebe
- zum Wort Liebe werden neue Worte gefunden, die ausdrücken, woran man erkennen kann, daß Menschen liebevoll miteinander umgehen:



(Das kann auch in Partnerarbeit auf einem bereits vorbereitetem Zettel geschehen).

- die mitgebrachten Bilder werden nun gemeinsam den gefundenen Worten zugeordnet und begründet (das könnte ein Plakat werden). Dabei soll im gemeinsamen Gespräch unterschieden und aufgeteilt werden: Liebe unter Menschen überhaupt und Liebe zwischen den Geschlechtern.
- Als Schlußfolgerung herausfinden: Das deutlichste Zeichen, wenn Menschen sich lieben und sich unbedingt gern haben ist es, wenn sie sich in Liebe begegnen wollen und immer zusammenbleiben.

Perikope: Wie groß die Liebe sein soll, hat Jesus seinen Freunden einmal gesagt: Joh 15,12f.

Vertiefung dazu: Lied: Dies ist mein Gebot

Als HÜ sollen zu diesem Lied mit seinen 3 Strophen Beispiele gefunden werden, wie das zwischen 2 Menschen verwirklicht und gemacht werden kann, die sich gerne haben, vielleicht ein Liebespaar sind.

## II Das schönste Geschenk, das Menschen sich machen können ist ein Kind

Einstieg: Das Plakat der 1. Stunde wird noch einmal miteinander betrachtet. SS erzählen, was ihnen darauf besonders gut gefällt.

- Die HÜ der 1. Stunde wird vorgelesen. Dabei könnte vielleicht herausgekommen sein:  
aufeinander Rücksicht nehmen / trösten / den anderen fragen, wie es ihm geht / versuchen, den anderen zu verstehen, wenn er eine andere Meinung hat / auf den anderen eingehen / nicht egoistisch sein und nur die eigenen Wünsche in den Vordergrund stellen / miteinander Zeit verbringen / in der Beziehung nicht etwas anderes wichtiger werden lassen / für den anderen Dinge machen und ihm abnehmen, was ihm unangenehm ist / helfen / einstehen für den anderen / Geschenke machen / ...

Perikope: Jetzt könnte eine Stelle aus der Bibel erzählt werden, die klar macht, wie wir das mit der Liebe halten sollen: z.B.: 1 Kor 12,31 - 13,13 (kindgemäß erzählt)

Vertiefung: L-Frage: Was könnt ihr euch vorstellen, daß das schönste Geschenk ist, das 2 Menschen sich schenken können, wenn sie sich lieben? ---  
Miteinander ein Kind zu haben. Dieses Kind ist das Zeichen der Liebe zwischen 2 Menschen, zwischen Mann und Frau.

Wiederholung: Hier könnte eine Wiederholung des menschlichen Körpers angesetzt sein, wie er bereits im Sachunterricht durchgenommen wurde. Ausdrücke ins Gedächtnis zurückgerufen werden. Durch Bilder ev. aus Büchern ergänzt werden (z.B. Lennart Nilsson - Ein Kind entsteht, Mosaik Verlag München oder Buchgemeinschaften; etc.) Auch Dias oder ein Film über die Entstehung eines Menschen hätten hier ihren Platz.

HÜ: Sich daheim erkundigen, wie es war, als sie selbst ein Baby und unterwegs waren: Was hat sich der Vater gedacht? Wie hat sich die Mutter gefühlt? Fotos mitbringen.

## III

Einstieg: Die mitgebrachten Fotos der Kinder werden gemeinsam angeschaut. Ihre Erzählungen angehört. Daraus müßte sich das folgende L-S-G ergeben: -  
Glückliche Eltern-Kinder-Beziehung ist nicht immer da. Oft endet so eine Beziehung ganz plötzlich. Dann kommt es zur Trennung, Scheidung. -  
Die Kinder erzählen eigene Erfahrungen.

L-Wort: Öfters kann eine glückliche Beziehung damit enden, daß die Mutter alleingelassen wird, mit dem Kind stehen gelassen wird. Was wird dann in einer solchen Frau vorgehen? -

Es könnte sein, daß hier über Geburtenkontrollen, Empfängnisverhütung, Recht des Kindes auf Leben gesprochen werden kann.

Das Allerwichtigste für den L ist es hier, so normal als nur möglich zu antworten. Die Kinder werden dankbar sein, hier einen Gesprächspartner zu haben.

Zusammenfassung: Deshalb gehört es immer gut überlegt, ob man sich das schenken will, daß ein Kind entsteht. Das kann man nicht mit jedem oder jeder tun. Das kann man auch nie gleich tun. Sonst leidet hier die Würde eines Menschen am meisten. Hier ist ein Mensch am leichtesten innerlich verletzbar, weil er denkt, man hat vor ihm keine Achtung. Das ist so, wie wenn ihr jemand ganz gern habt und er beschimpft euch mit ganz grauslichen Ausdrücken. So ähnlich fühlt sich ein Mann oder eine Frau, die stehen gelassen werden od. eine Frau, die mit ihrem Baby und ihren Problemen alleine gelassen wird.

Vertiefung: SS sollen sagen, wie sie sich vorstellen, daß es sein müßte, wenn sie sich bei jemandem geborgen und geliebt vorkommen. Wie das ausschauen müßte, wenn sie sich an das Lied der 1. Stunde "Dies ist mein Gebot" erinnern.

## Baustein für eine Unterrichtseinheit zum Thema "LIEBE"



- für die 8. Schulstufe

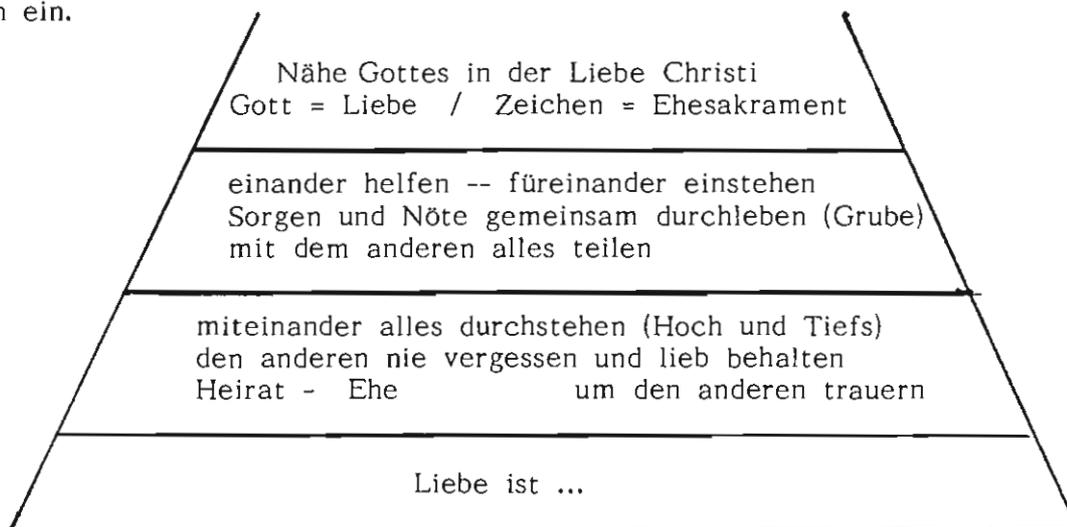
\*Einstieg: Liebe ist ...

SS finden eigene Definitionen und zeichnen selbst dazu, kleben ihre Werke auf ein Plakat (- es gibt nicht "die" richtige Definition, alles zusammen "stimmt"; - Liebe ist ... schwer in Worte zu fassen)

\*Die Haselmaushochzeit (Fabel, siehe S ) lesen und unterstreichen der wichtigen Aussagen über die Liebe und das Zusammensein.

Wir zeichnen eine Pyramide und tragen die wesentlichen Aussagen mit eigenen Worten ein.

Z.B.:



\*Wie ist das mit der Liebe Gottes zu uns?



Gott spricht sein "JA" zu uns - in Liebe, so können wir unser "JA" zueinander wagen, so entsteht Beziehung - ER ist bei uns, wir brauchen nicht alles aus eigener Kraft schaffen ("unsichtbare Pfoten" helfen mit!).

\*Lieben lernen - gar nicht so einfach!

Text: "Meine Gedanken begleiten dich"

Es geht um das Einüben in die Liebe, unsere Wünsche, Träume, unsere Sexualität, alles muß miteinander in Beziehung gesetzt werden, die "Kunst des Lebens" ist oft wie ein steiler Weg (Pyramide), den wir miteinander gehen dürfen.

Schüler definieren aus dem Vorangegangenen:

LIEBE = Rücksicht, Zärtlichkeit,  
Treue, Offenheit,  
Freundschaft,  
Partnerschaft,  
Sexualität

LIEBE ≠ Egoismus  
rücksichtslose Befriedigung  
eigener Wünsche  
Sex

Der Unterschied zwischen "Sex" und "Sexualität" wird deutlich. Körperliche Liebe als kostbarstes Gut, das Menschen einander schenken können hat und braucht einen geschützten Bereich.

\*Reinhard Fendrich: "Weil's Du a Herz hast wie a Bergwerk" anhören - Sexualität steht in diesem Gesamtkontext, "Sex" wie er in einschlägigen Magazinen dargestellt und vermarktet wird, hat mit "LIEBE" nichts zu tun.

\*Schüler malen den "Baum ihrer Liebe" und tragen die ihnen wichtigen "Werte" ein.

## MEINE GEDANKEN BEGLEITEN DICH

Mein Sohn, du bist vierzehn und zum erstenmal in deinem Leben verliebt. Du hast es mir nicht gesagt, denn über seine erste Liebe spricht man nicht. Sie ist so zart, so eingesponnen in Träume, Sehnsüchte und Wünsche, daß ein falsches Wort alles zerstören könnte. Darum begleiten dich nur meine Gedanken bei deinem ersten lastenden Versuch, das große tiefe Wunder der Liebe zu entdecken. Du hast ein Mädchen gefunden, das dir gefällt. In das du verliebt bist. Vielleicht kommt dir sogar der Gedanke, daß du liebst. Du hast recht. Du liebst wirklich – aber so, wie man mit vierzehn Jahren lieben kann. Später wirst du erkennen, daß diese Zeit nur die erste Sprosse auf der langen Leiter der Liebe ist. Mit 21 wird das, was du dann Liebe nennst, anders aussehen als heute, und mit 40 wieder anders. Aber für dich, für dein Reifen ist es wichtig, was du jetzt erlebst. Und: wie du es erlebst! Zärtlichkeit gehört zur ersten Liebe, sehr viel Zärtlichkeit. Du hast sie von deinen Eltern erfahren, seit du auf der Welt bist. Und deine Mutter möchte dir in dieser Stunde einmal danken für all die „Schmusestunden“,

die ihr gezeigt haben, daß du eines tiefen und guten Gefühls fähig bist. Zu dieser Zärtlichkeit, die du langsam von mir auf deine erste Liebe überträgst, kommt eine neue, beunruhigende Erfahrung: das Verlangen nach körperlicher Liebe. Du wirst sie auch entdecken, und ich wünsche dir, daß du sie nicht so erfährst, wie sie in Illustrierten angepriesen wird: als reiner, ichbezogener Sex. Schau mit liebevollen, aber wachen Augen auf das Mädchen, dem deine erste Liebe gilt. Der große Liebesreichtum in deinem Herzen birgt auch die Gefahr, sich von seinem eigenen Gefühl täuschen zu lassen. Horche ernsthaft in dich hinein und laß dich nicht blenden von eigenen Wunschvorstellungen, der Freude am Abenteuer oder dem, was vielleicht nicht mehr als bloße Neugierde ist auf eine Frau. Deine Eltern haben dir von Jahr zu Jahr ein bißchen mehr Freiheit und Verantwortung gegeben. Nutze beides, aber nutze es nicht aus. Halte dein Herz offen für die Frau, von der du dir wünschst, daß sie einmal die Mutter deiner Kinder wird. Vielleicht bist du ihr noch gar nicht begegnet.

Nach Hildegard Kremer

*Wail'st a Herz host wie a Bergwerk...*

weil du stolz bist, wenn du wanst  
und di trotzdem zuabelahnst,  
wui' i di.  
Weil ma warm wird, wenn du lachst  
und an Herbst zum Summa machst,  
wui' i di.

weil'st den Grund, warum'st bei mir bist  
weil'st an mir a'fach an Narren g'fress'n hast,  
weil i nur bei dir daham bin,  
weil'st a wahnsinn bist für mi,  
steh' i auf di.

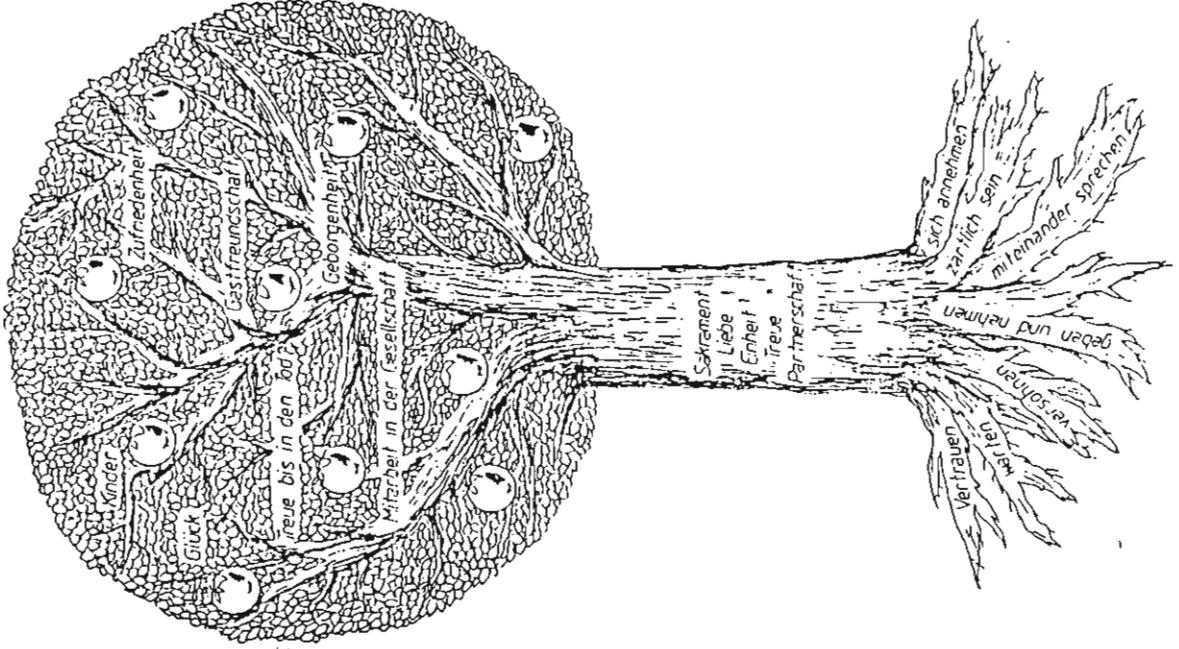
weil a bißerl Glück für di no lang net reicht,  
weil'st bei mir bleibst, wenn der beste Freind si schleicht,  
weil'st a Herz host wie a Bergwerk,  
weil'st a wahnsinn bist für mi,  
steh' i auf di.

Weil'st a Herz host wie a Bergwerk,  
weil'st a wahnsinn bist für mi,  
steh' i auf di.

weil i mit dir oid wer'n kan,  
weil ma ewig Kinder san,  
brauch' i di.  
Weil'st du des Brenna in mir fuinst  
und mi ni besitz'n wuist,  
brauch' i di.

R. Fendrich

*"Baum wie wir  
diele"*





## Entwurf einer Gruppenstunde für 11- bis 14jährige

### "Meine Sexualität stellt mich vor die Aufgabe, lieben zu lernen"

"Gott gönnt sich in jedem Glück von Erotik und geschlechtlicher Beziehung." Dieser Gedanke könnte Rettung bringen für Menschen, die Gefahr laufen an einer nicht angenommenen oder nur konsumhaft gelebten Sexualität zu zerbrechen. Der sich in aller Körperlichkeit gönnende Gott könnte zum 'Rettungsanker' werden. Der repressiv Erzogene kann Ängste und Schuldgefühle abbauen, wenn er lernt, Erotik und Sexualität als Geschenk des Schöpfers anzunehmen, und der Süchtige wird Beherrschung, und Verzicht lernen, wenn es ihm gelingt, geschenkhaft und nicht mehr konsumhaft damit umzugehen. (Elmar Gruber)

#### Aufwärmrunde: Bin ich's

Sessel werden in zwei gegenüberstehenden Reihen aufgestellt. Für jeden Spieler ist ein Stuhl bestimmt. Die Hälfte der Spieler verläßt das Zimmer, die anderen besetzen die in einer Reihe aufgestellten Stühle. Jeder Sitzende wünscht sich eine bestimmte Person als Gegenüber. Nun betritt eine Person den Raum, setzt sich dem gegenüber, von dem sie glaubt, gewählt worden zu sein und stellt dabei die Frage: "Bin ich's?" Lautet die Antwort "ja", dann bleibt der Spieler sitzen, wenn "nein", dann verläßt er das Zimmer und ein anderer Spieler wird hereingerufen. Das Spiel wird solange fortgesetzt, bis jedes Mitglied der Partei seinen richtigen Platz gefunden hat.

#### **Liebe ist ...**

**... keine Erfindung von uns Menschen.**

#### **Liebe ist ...**

**... eine Erfindung Gottes!**

LIEBE findest du überall,  
wo Gott am Werk ist.

Mit den Augen verständnisvoller Menschen  
schaut ER dich zärtlich an.  
ER ist gegenwärtig  
in dem Mund, der dich mit Liebe küßt.  
Es ist die Wärme SEINES Herzens,  
die du in der Umarmung fühlst.

LIEBE kommt lautlos,  
aber du spürst, wenn sie da ist.

Es ist keine Traurigkeit mehr in dir,  
du bist nicht mehr allein.  
Jemand versteht ganz ohne Worte,  
wie dir zumute ist.  
Du kannst ihm alles anvertrauen.  
Er hört dir geduldig zu, ohne verärgert zu sein.

LIEBE wächst sosehr,  
als Gott in einer Beziehung Raum erhält.

SEINE Liebe kann sich nur dort entfalten,  
durch jene Menschen Gestalt annehmen,  
die ihr freiwillig die Möglichkeit dazu geben.  
Nur in Freiheit kann eine Beziehung gedeihen.  
So mache auch den anderen neben dir frei,  
damit er innerlich wachsen kann.

LIEBE hilft dir,  
dich selbst zu entdecken und anzunehmen.

Beim "Ja" zu deinen Schwächen  
hilft dir das liebende "Du".  
Deine Sexualität wird zum Geschenk Gottes,  
das dir das Lieben erleichtert.  
Erfüllt von tiefem, inneren Frieden  
wirst du zum sonnigen, fröhlichen Menschen.

LIEBE verändert langsam  
deine Art, das Leben zu meistern.

Angenommen, innerlich gefestigt,  
wirst du belastbarer.  
Das Bewältigen deiner Probleme  
strengt dich nicht mehr so sehr an,  
du wirst mutiger und fähiger,  
die Sorgen anderer mitzutragen.

LIEBE hört niemals auf,  
sie bleibt auch nach dem Tode bestehen.

Ewig währt das Bestreben,  
einander den Gnadenzustand der Seele zu  
wohren.  
Welch beglückender Tag wird es sein,  
wenn unter uns nur noch die Liebe herrscht!  
Und Gott gefällt es,  
wenn wir untereinander die Liebe üben, denn  
**DIE LIEBE IST SEINE ERFINDUNG!**

Wolfraud Götzinger



#### Überlegung zur Geschichte:

IHR Vater hat – auch wenn SIE nicht viel darüber sprach – gemerkt, daß seine Tochter zum erstenmal verliebt ist. Gerne möchte er IHR einiges auf diese Reise in die Welt der Liebe mitgeben, und so greift er eines Abends zur Feder...

Liebe Anna Margareta!

Es ist schon einige Jahre her, daß Du auf meinen Knien gesessen bist, und wir miteinander gelacht und geschmust haben.

Nun bist Du dreizehn und zum erstenmal in deinem Leben verliebt. Du hast nicht darüber gesprochen, denn über seine erste Liebe spricht es sich schwer. Sie ist so zart, so eingesponnen in Träume, Sehnsüchte und Wünsche, daß ein falsches Wort alles zerstören könnte. Darum begleiten dich meine Gedanken bei Deinem ersten tastenden Versuch, das große Wunder der Liebe zu entdecken. Du hast jemanden gefunden, den Du magst, in den du verliebt bist. Vielleicht kommt Dir sogar der Gedanke, daß Du IHN liebst. Du hast recht, Du liebst wirklich – aber so wie man mit dreizehn Jahren lieben kann. Später wirst Du erkennen, daß diese Zeit nur die erste Sprosse auf der langen Leiter der Liebe war. Mit 24 wird das, was Du Liebe nennst, anders aussehen als heute, und später wieder anders. Aber immer ist es wichtig, was man jetzt erlebt – und wie man es erlebt.

Zärtlichkeit gehört zur Liebe, sehr viel Zärtlichkeit. Dazu kommt eine neue, anfangs wirklich beunruhigende Erfahrung: das Verlangen nach körperlicher Liebe. Auch sie wirst Du entdecken. Ich wünsche Dir, daß Du sie nicht so erfährst, wie sie in Illustrierten angepriesen wird: als ichbezogener Sex.

Der große Liebesreichtum in Deinem Herzen birgt auch die Gefahr, sich von seinem eigenen Gefühl täuschen zu lassen. Horche ernsthaft in Dich hinein und laß Dich nicht verwirren von eigenen Wunschvorstellungen, der Freude am Abenteuer oder dem, was vielleicht nicht mehr als bloße Neugierde ist.

Vergiß nicht, daß Gott Dir Deine Sexualität geschenkt hat. Auf ein Geschenk hast Du keinen Anspruch, Du mußt es nicht haben aber Du darfst es haben. Dieses beglückende Haben-Dürfen versuche zu lernen und zu leben. Vor allem: danke, lobe und bitte bei Gott für Deine Gefühle, Dein Empfinden.

Du hast von Jahr zu Jahr ein bißchen mehr Freiheit und Verantwortung bekommen. Nutze beides, aber nutze es nicht aus. Halte Dein Herz offen für den Mann, von dem Du meinst, dein ganzes Leben mit ihm teilen zu können. Von den vielen Schwierigkeiten, die solch eine lange Zeit mit sich bringt, brauche ich dir nichts zu erzählen...

Vielleicht ist ER dieser, Dein Partner fürs Leben, vielleicht wird es noch lange dauern, bis Du ihn triffst.

Doch eins sei Dir versichert: mein Beten und meine Gedanken werden dich immer begleiten!

In Liebe Dein

Vati



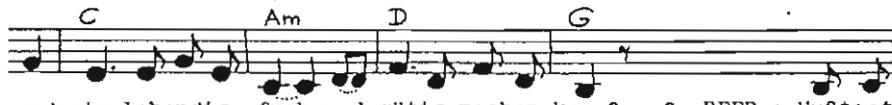
1. REFR.: Jeden Tag geschehen Wunder, und auch du kannst welche tun.



Jesus hat sie wirken können, weil er teilt', was Gott ihm gab.



1. Wußtest du schon, daß deine Nähe manche Menschen heilen kann



und sie lebendig, froh und gütig machen kann? - 2. REFR.: Wußtest



du schon, auf dich kommt's an, daß Gottes Reich anbrechen kann?

- Stuhl mit Rückenlehne
- Diaprojektor oder eine Lampe mit kräftigem, gebündeltem Licht
- 1 Bogen schwarzes Scherenschnittpapier (DIN A3), ersatzweise je 1 Bogen schwarzes Tonpapier und weißes Zeichenpapier
- Pritt Bastelkleber
- Klebeband
- Bleistift
- kleine, spitze Schere
- 1 Blatt weißes Zeichenpapier (DIN A3 oder DIN A2)

3. Jetzt befestigen wir mit Klebeband das Scherenschnittpapier so an der Wand, daß die weiße Seite zu uns zeigt. (Wer kein spezielles Scherenschnittpapier hat, beklebt einfach einen Bogen schwarzes Tonpapier sorgfältig auf einer Seite mit weißem Zeichenpapier und hängt es stattdessen auf.) Beim Ankleben des Bogens müssen wir uns vergewissern, ob auch wirklich der ganze Schatten des Kopfes auf das Blatt fällt. Ist dies nicht der Fall, schieben wir es so lange hin und her, bis der ganze Schatten darauf erscheint. Außerdem sollte der Sitzende seinen Kopf einmal leicht hin- und herdrehen, damit man erkennt, ob das Gesicht auch wirklich genau im Profil auf dem Papier erscheint.

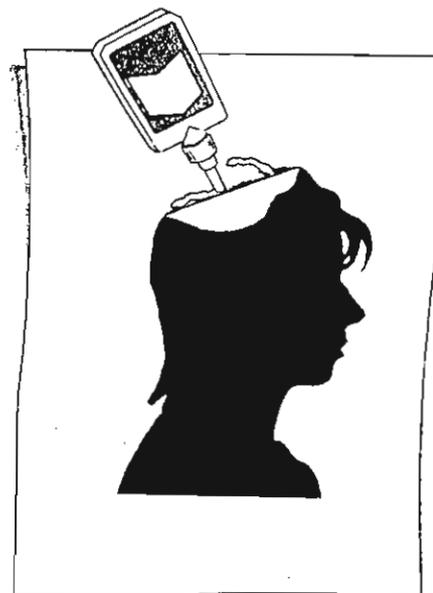
4. Mit dem Bleistift fahren wir nun den Umriß des Schattens nach. Wir sollten nicht allzu schnell arbeiten, damit wir auch wirklich viele Einzelheiten erfassen; denn sie sind für die spätere Wirkung des Porträts von großer Bedeutung. Während dieser Phase sollte das Modell bewegungslos sitzen bleiben. Da kleine Kinder dazu selten in der Lage sind, empfiehlt es sich in solch einem Fall, zu zweit zu arbeiten: Einer zeichnet, während der andere den Kopf des Kindes hält.



## Scherenschnittporträt

5. Ist der Schatten abgezeichnet, können wir das Blatt von der Wand entfernen und das Porträt fein säuberlich mit der kleinen Schere ausschneiden.

6. Zum Schluß streichen wir Pritt Bastelkleber auf die weiße Seite und kleben den Kopf auf weißes Zeichenpapier. Für ein Erwachsenenporträt braucht man dazu in der Regel einen DIN-A2-Bogen, bei kleinen Kinderscherschnitten wirkt ein DIN-A3-Bogen besser. Jetzt kommt der Scherenschnitt auf dem hellen Hintergrund richtig zur Geltung. (Wer will, kann das Ganze noch auf einen noch größeren Bogen Tonpapier oder Fotokarton kleben, damit das Porträt, das wir nun „Schwarz auf Weiß“ vor uns haben, einen abschließenden Rahmen erhält.)



way. to portrait  
54-

Ein eindrucksvolles Geschenk ist solch ein Scherenschnittporträt, denn nicht nur mit Fotos kann man das Charakteristische eines Kopfes wiedergeben, sondern auch mit diesem viel älteren Verfahren.

1. Wir stellen einen Stuhl ganz dicht seitlich an eine Wand oder einen Schrank. Derjenige, der porträtiert werden soll, setzt sich so auf den Stuhl, daß sein Kopf möglichst nah an der Wand ist; trotzdem soll die Haltung noch bequem sein.

2. Dann stellen wir den Diaprojektor oder die Lampe so auf, daß das Licht etwa in Augenhöhe direkt seitlich auf den Kopf des Sitzenden fällt. Wenn das Licht nämlich zu schräg auf die Wand fällt, ergeben sich sofort verzerrte Schattenbilder.

# Wußten Sie schon, daß....

... HEUTZUTAGE LAUT JUGENDZEITSCHRIFTEN  
VERLANGT WIRD, BEREITS MIT 15 JAHREN  
ERFAHRUNGEN IN BEZUG AUF SEX GESAMMELT  
ZU HABEN?

... NICHT SIE SELBST, SONDERN IHRE WERTEN  
MITMENSCHEN IHREN PARTNER WÄHLEN?

... IHR PARTNER ALS WEGWERFPRODUKT VERWENDET  
WERDEN KANN?

... DAS GESPRÄCH IN DER PARTNERSCHAFT IMMER  
MEHR ZUM FREMDWORT WIRD?

... SEITENSPRÜNGE TOP AKTUELL SIND?

... DAS WORT "KEUSCH", DAS AUS DEM MITTELHOCH-  
DEUTSCHEN KOMMT, SOVIEL WIE "ZÄRTLICH" HEIßT?

... VOREHELICHER GESCHLECHTSVERKEHR IM ALLTAG  
GANG UND GEBE IST?

## MÜß LIEBE SCHÖN SEIN!!!

Beatrix, 17  
Gabriele, 18  
Regina, 18

## Zu jung?

Man hat mir immer wieder  
zu verstehen gegeben,  
daß ich zu jung sei,  
um etwas von Liebe zu empfinden.  
Die Liebe sei für Ältere,  
die die richtigen Worte kennen.

Und doch merke ich,  
daß ich etwas erlebe,  
was mich so trifft wie nichts zuvor.  
Es ist, als ob etwas unendlich tief in mir  
angerührt worden sei,  
da wo mein Leben herkommt.  
Ich kann jetzt in eine andere Wirklichkeit sehen.

Aber ich werde es still in mir tragen.  
Ihm will ich es nicht sagen,  
vielleicht würde er lachen.  
Ich habe Angst, daß es kaputtgeht,  
wenn ich darüber rede.

Ich habe nur eine Ahnung,  
was das alles bedeuten kann.

aus: Ulrich Schaffer:  
"Ich will zart sein mit dir"

- \* Was meint Ihr zu diesem Text - spricht er Euch an?
- \* Kann man Eurer Meinung nach für Liebe zu jung sein?
- \* Wie beschreibt das Mädchen ihre Gefühle,  
was sagt Ihr dazu?
- \* Warum macht ihr das Gefühl Angst?
- \* Wie verhält sie sich dem Jungen gegenüber, den  
sie mag; wie könnte sie sich anders verhalten?

## GRUPPENSTUNDE FÜR 14.-17JÄHRIGE

THEMA: Meine Sexualität stellt mich vor die Aufgabe, lieben zu lernen.

H

ZIEL: Sexualität als positive Kraft aufzeigen und lernen, damit umzugehen.

### EINLEITUNG:

#### Partnerspiele

1.Händedruck: Sesselkreis. Die Hälfte der Tln. sitzen nach außen schauend, die andere Hälfte steht um den Kreis vor den Sitzenden.  
Nun spürt man ganz bewußt den Händedruck des Gegenübers (nicht sprechen!Evtl. die Augen schließen).  
Im Kreis weitergehen und allen Sitzenden die Hand reichen. Anschließend kurz die Empfindungen schildern.

evtl.  
ruhige  
Musik

2.Herausholen: Spiel zu zweit. Eine(r) verkriecht sich in eine Ecke und rollt sich abweisend und eng zusammen. Der Partner versucht, seinen Partner "herauszuholen". Das kann entweder nur mit Worten oder mit Berührungen geschehen.

3.Kommunikation mit Händen: Spiel zu zweit. Partner sitzen einander gegenüber, schließen die Augen und sprechen während der ganzen Übung nicht. Sie konzentrieren sich nur auf die Hände des Gegenübers.  
Gefühle, die der Spielleiter nun ansagt, sollen nur mit den Händen ausgedrückt werden:  
Unsicherheit, Angst, Ärger, Freude, Zärtlichkeit, Trauer...  
Nach jedem Gefühl soll kurz Zeit gegeben werden, die Hände zur Ruhe kommen zu lassen.  
Anschließend kurzes Gespräch darüber im Plenum.

### HAUPTTEIL:

#### a) Begriffsklärung:

Kleingruppen um ein Plakat. Die Tln. sollen nun aufschreiben, was ihrer Meinung nach mit Sexualität zu tun hat.

Plakate  
Stifte

In der Gruppe sammeln und kurz besprechen.

b) Jeder soll für sich drei Begriffe aus den Plakaten auswählen, die für ihn am ehesten für eine Beziehung wichtig sind.

#### c) Arbeit mit dem Blatt "roter Faden"

Zeichne mit einem Rotstift den Weg über die verschiedenen Stationen ein, die du in einer Freundschaft gehen möchtest oder schon gegangen bist.

Zettel  
"roter  
Faden"  
Rotstifte

d) Vergleiche Deine Auffassung von Beziehung mit der Bibelstelle 1 Kor. 13

Anschließendes Gespräch in Zweier- oder Kleingruppen

Bibeln

### ABSCHLUß:

Aktualisieren der Bibelstelle-mit Bezug zum Thema  
( z.B. "Wenn ich deinen Körper ganz kennenlernen möchte, hätte aber die Liebe nicht, dann wäre ich bloß auf Genuß aus..." )

Schreib-  
zeug

Liedvorschläge: -Liebe ist nicht nur ein Wort -Dies ist mein Gebot  
-Herr, füll mich neu (2.Str.) -Gib mir Liebe ins Herz  
-Ins Wasser fällt ein Stein

(Katrin, Sr. Ida)



## Eine Spielidee zum Austausch über Partnerschaft und Sexualität



Es ist oft schwierig ein Gespräch über Themen wie Liebe und Sexualität in Gang zu bringen.

Dieses Spiel soll helfen einen Einstieg zu schaffen.

Material: Spielplan  
Spielkarte  
Schreibzeug

Verlauf: Die Gruppe teilt sich in Paare (je 2 und 2) auf.  
Der Spielplan liegt in der Mitte.  
Jedes Paar überlegt für sich, welche Begriffe ihnen auf die einzelnen Fragen passend erscheinen. Diese Kärtchen werden dann auf den Spielplan gelegt. Es gibt auch leere Kärtchen, wo man ergänzen kann, was einem fehlend erscheint.  
Zum Schluß wird verglichen, was die einzelnen wie zugeordnet haben, Unterschiede können jetzt besprochen werden.

Spielplan:

<b>1</b> Was ist das Wichtigste in der Partnerschaft?	<b>3</b> Wie denke ich über Ehe auf Probe?	<b>5</b> Mit Sexualität verbinde ich ...
<b>2</b> Zärtlichkeit heißt für mich ...	<b>4</b> Was ist für mich das Wichtigste im Leben?	<b>6</b> Bei der Ehe denke ich an ...

### Kärtchen für die einzelnen Bereiche

zu 1: Gemeinschaft  
Vertrauen  
Sicherheit  
Treue  
Verzichten  
Frust

zu 2: Ist nur etwas für Kinder  
Drückt Gefühle zum Partner aus  
Halte ich nicht viel davon  
Gibt es nur in fixer Beziehung

zu 3: Ist sehr wichtig  
Ist unnötig  
Sollte man machen  
Ehe kann man nicht ausprobieren  
Probieren schadet nicht

zu 4: Beruf/Schule  
Freizeit  
Freunde  
Ehe  
Geld, Auto, Haus, Sparbuch

zu 5: Körperliche Liebe  
Sex hat nicht direkt mit Liebe zu tun  
Ausdruck von Liebe  
Sexualität muß man lernen  
Sex sollte man schon früh ausprobieren

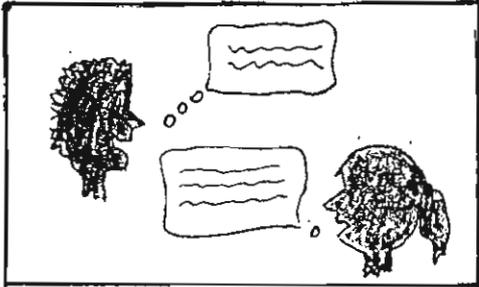
zu 6: Scheidungsrate  
Langeweile und Streit  
Leben zu zweit  
Kinder bekommen  
Leben in Freude und Geborgenheit  
Beängstigende Abhängigkeit

Lisa, 24 J.

## Spiele, die Beziehung zum eigenen Körper schaffen

### 1. Profil zeichnen

Die Gruppe teilt sich in je 2 Personen. Mit einem Diaprojektor wird je einer von der Seite bestrahlt. Sein Partner zeichnet sein Profil auf ein Stück Buntpapier. Dann wird das Profil genau ausgeschnitten. Die Gesichter eines jeden kleben wir auf ein großes Plakat. Nun kann jeder in eine Sprechblase seinen Steckbrief, oder irgend etwas anderes schreiben. Interessant ist es auch, wenn sich ein Gespräch zwischen den Köpfen ergeben würde.



Material: Diaprojektor  
Buntpapier  
Scheren  
Bleistifte  
Kleber  
Packpapier

### 2. "Blind" die Natur sehen

Die Gruppe teilt sich in je 2 und 2. Die beiden sollen einander mögen. Wir verlassen den Raum und gehen ins Freie (am besten in den Garten). Einem werden die Augen verbunden. Der Sehende führt den Blinden durch die Natur und läßt ihn verschiedene Gegenstände ertasten. Alles geschieht ohne zu sprechen. Der Blinde soll den Spaziergang genießen können. (Darum genug Zeit geben!) Alle werden erstaunt sein, was es alles zu ertasten und hören gibt!

### 3. Positionen erraten

Die Gruppe teilt sich in 2 Teile (max. 5 Teilnehmer pro Untergruppe!) Eine Gruppe nimmt eine bestimmte Position am Boden ein, z.B. einige liegen, die anderen sitzen. Alle eng beieinander. Dann decken sie sich vollständig zu. Die andere Gruppe betritt den Raum. Durch abtasten, was unter der Decke sein könnte, sollen sie erraten, wie die Gruppe darunter liegt und diese Position selber einnehmen. Haben sie die Position fertig, kommen die anderen unter der Decke hervor und kontrollieren.

Material: genügend Decken oder  
Leintücher

### 4. Ich spüre meine Körperoberfläche

Einer der Gruppe legt sich flach auf den Boden (auf eine Decke in Bauchlage), die anderen knien um ihn herum.

Wir beginnen auf seinem Körper "Klavier zu spielen". Immer schneller und stärker, dann klopfen wir mit der Handfläche sanft auf den Körper.

WICHTIG: die Handflächen hohl machen, sonst tut es weh. Immer schneller und stärker. Derjenige, der am Boden liegt soll seinen ganzen Körper intensiv spüren und es soll angenehm für ihn sein.

### 5. "Blinde" Geldzähler

Wir sitzen im Kreis und schließen die Augen. Der Spielleiter gibt nach und nach Münzen durch. Von Hand zu Hand, die Teilnehmer versuchen den Wert jeder Münze zu ertasten und zusammenzuzählen. Am Schluß wird verglichen, was wirklich herausgekommen ist.

### 6. Loslassen

Ruhige Raumatmosphäre, Decken am Boden und schöne Musik sind für dieses Spiel wichtig. Die Gruppe teilt sich je 2 und 2. Einer liegt am Rücken und schließt die Augen. Der andere beginnt dessen Arm hoch zu heben und langsam zu bewegen. WICHTIG ist, das Gewicht des betreffenden Körperteiles ganz dem Partner zu überlassen. Alle Körperteile, auch den Kopf durchmachen.

gesammelt von Lisa, 24 J.

Liebe ist...



... wenn sie sich in jeder Lebenslage auf ihn verlassen kann.

Liebe ist...



... dieses Gefühl, auf Wolken zu schweben.

Liebe ist...



... den Mund zu halten, wenn sie mal einen dummen Fehler gemacht hat.

Liebe ist...



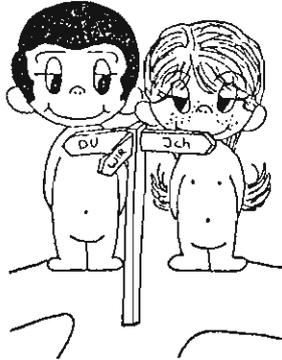
... ein besonderes Essen – zu zweit bei Kerzenschein.

Liebe ist...



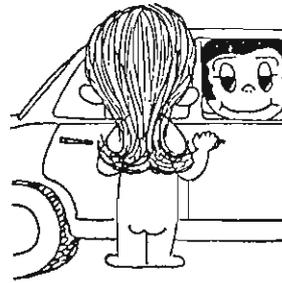
... wenn ein liebevoller Blick mehr sagt als alle Worte.

Liebe ist...



... sich im Zweifelsfall auf den gemeinsamen Weg zu einigen.

Liebe ist...



... wenn er sie überraschend von der Arbeit abholt.

Liebe ist...



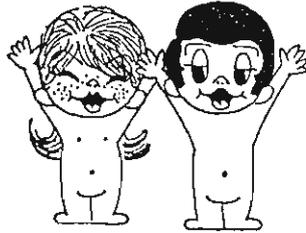
... wenn für beide das Ja-Wort mehr ist als ein Wort.

Liebe ist...



... wenn er ihr – einfach so – mal einen Liebesbrief schreibt.

Liebe ist...



... wenn zwei sich richtig herzlich freuen können.

Liebe ist...



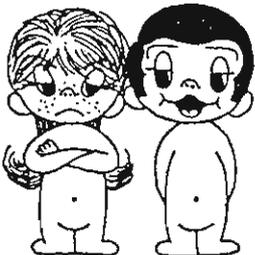
... wenn beide vor lauter Liebe einen süßen Vogel haben.

Liebe ist...



... ein wirklicher Mann zu sein, wenn sie sich hundeelend fühlt.

Liebe ist...



... wenn er sie aufmuntert, wenn sie schlechte Laune hat.

Liebe ist...



... der Versuch, möglichst nie gleichzeitig sauer zu sein.

Liebe ist...

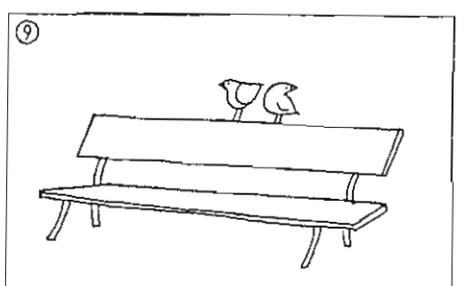
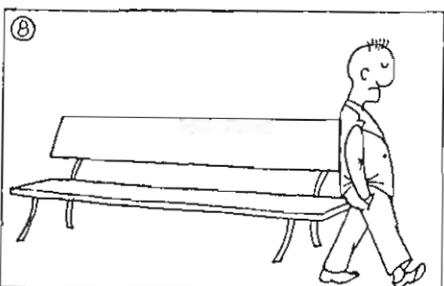
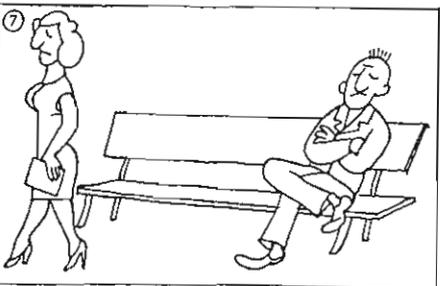
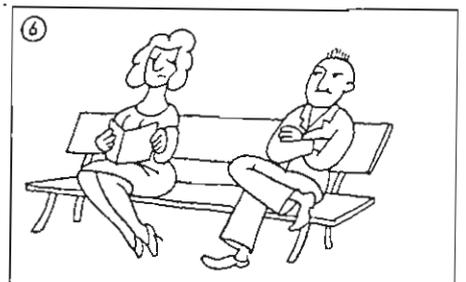
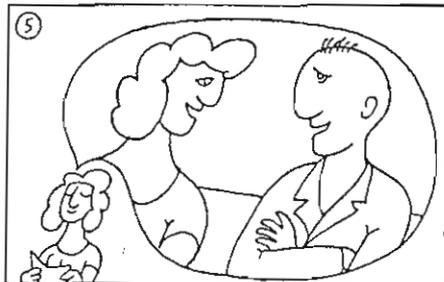
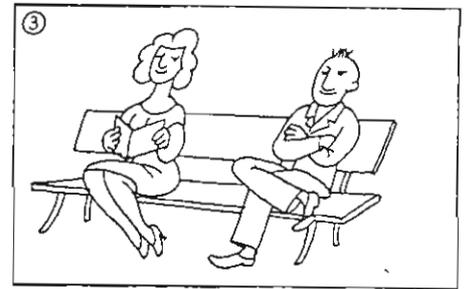
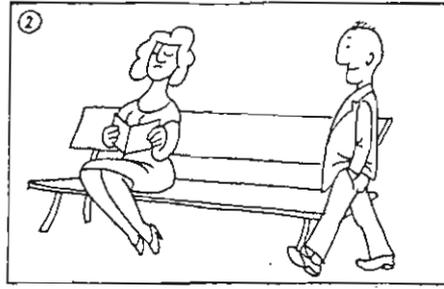
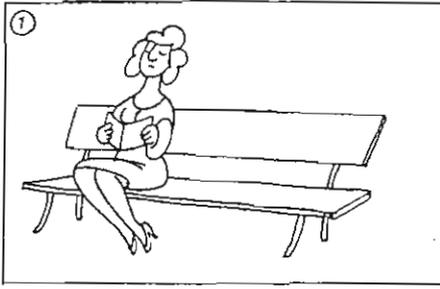


... das glückliche Bewusstsein, dass nichts uns trennen kann.

Liebe ist...



... eine spontane, herzliche Umarmung, die dem anderen sagt: Ich bin da.



aus: Mit-Gefühl-Spiele (T. Weiser)

WAS BEDEUTET FÜR MICH SEXUALITÄT ?

Thesen	Was denkst Du dazu? Lies die Thesen durch und mache kenntlich, was für Dich zur Sexualität gehört, wo Du Fragen hast und was Dich stört.
1. Sexualität dient nur der menschlichen Fortpflanzung.	
2. Sexualität dient vor allem der Lust.	
3. In der Sexualität kann man sich selbst verwirklichen.	
4. Sexualität gehört nur in die Ehe.	
5. Andere Bereiche als Sexualität sind viel wichtiger. Für Partnerschaft sind Liebe, Vertrauen, Verständnis viel wichtiger als Sexualität.	
6. Zur Sexualität gehört unbedingt Verantwortung.	
7. Bei den heutigen Verhütungsmitteln ist Sexualität kein Thema mehr.	
8. Sexualität ist ein Trieb wie Essen und Trinken.	
9. Sexualität ist gleich Liebe.	
10. Sexualität ist eine unverbindliche Spielerei.	
11. Zur Sexualität gehören immer zwei.	
12. Im sexuellen Bereich muß man leistungsfähig sein.	
13. Schamgefühl ist nur anerzogen.	

# Das Hohelied der Liebe

Intro

Die Lie-be ist das Größ- - te, sie leuchtet grenzen-los, sie

faßt das Al-ler-klein- - ste und ist un-end-lich groß.

(Die Melodie kann mit Instr. oder auf einem Vokal gesungen werden)

A.) { Wenn ich alle Sprachen der Welt spräche und den Jubel der Engel ver-  
Sprecher: { Wenn ich Gottes Berater wäre hinter die himmlischen Kulissen sehen  
{ Wenn ich meinen Besitz unter die Armen verteilen würde und

stünde, aber keine Liebe in mir hätte, wäre ich ein scheppermides Decken  
und durch meinen Glauben Berge in die Luft sprengen könnte, aber keine  
für Christus durchs Feuer ginge, aber keine Liebe in mir hätte,

oder eine zersprungene Glocke:  
Liebe in mir hatte, wäre ich  
eine Null.  
wäre alles umsonst. — 1. Die Lie-be ist das  
var vor al-lem

Größ- - te, sie leuch-tet gren-zen-los, sie faßt das Al-ler-  
An - fang und sprach im Schöpfungs-vort, sie strömt aus Gottes  
klein - ste und ist un-end-lich groß. 2. Sie  
Her - zen, wischt al - le Trä-nen fort.

B) Wer liebt, kann warten; er ist gütig und verliert nie die Ruhe; er spielt sich nicht auf.  
Wer liebt, nimmt Rücksicht auf andere und kränkt sie nicht. Er sucht nicht den eigenen Vorteil und ist nicht nachtragend.

Er nutzt die Fehler der anderen nicht aus, sondern hilft, sie bewußt zu machen. Wer liebt, gibt keinen Menschen auf, sondern geht verständnisvoll auf ihn ein, um ihn zurechtzubringen.

1. Die Liebe ist das Größte, von allem, was man besingt, weil sie die ärgsten Feinde versöhnt zusammenbringt.
2. Sie ist das große Wunder, das nicht zu fassen ist und will doch faßbar werden dort, wo man lebt als Christ.

C) Die Liebe hört niemals auf. Die Intuition der Seher wird einmal aufhören; das ekstatische Stammeln wird einmal zu Ende sein; die Erkenntnis der Theologen hat ihre Zeit.

Unser Wissen ist stümperhaft und unsere Formulierungskunst ist unvollkommen. Wenn aber die volle Wahrheit in uns aufgehen wird, hat alle Stümpererei ein Ende.

Als Kind fühlte, dachte und redete ich wie ein Kind; als Mann lieb ich die kindlichen Vorstellungen hinter mir. Was wir jetzt sehen und begreifen, ist nur eine verzerrte Spiegelung der Wirklichkeit. Zuletzt werden wir Jesus selbst gegenüberstehen.

Jetzt erkennen wir ihn nur bruchstückhaft, dann aber werden wir ihn so sehen, wie er uns jetzt schon sieht. Alles wird vergehen, doch Glaube, Öffnung und Liebe vergehen niemals. Und die Liebe ist das Größte.

1. Die Liebe ist das Größte, für den, der hofft und glaubt, weil keine Nacht der Erde uns Gottes Liebe raubt.
2. Sie ist niemals am Ende, was uns auch von ihr trennt, denn Gott ist selbst die Liebe, die strahlt und nie verbrennt.

Text: Johannes Jourdan; Musik: Siegfried Fietz

(Vor- und Zwischenspiel)

1. Für dei - nen möcht ich Re - gen sein,  
 2. Für dei - ne möcht ich Scha - le sein,  
 3. Für dei - ne möcht ich Mü - hen möcht ich Ru - he sein,

1. für dei - ne Ro - sen war - mer  
 2. für dei - ne Lei - den lin - der  
 3. für dei - ne We - ge hel - ler

Son - nen - schein und für dein - Herz, sieht es auf mich

eī - ne Un - ter - schrift, gut le - ser - lich:

1. Wo du säst, da e ich.  
 2. Wo du lächst, da la ich.  
 3. Wo du träumst, da traü - me ich.

1. Wo du weilst da, dich.  
 2. Wo du lei - dest, dich.  
 3. Wo du liebst da, dich.

SCHAU MICH AN MIT DEN AUGEN DEINES HERZENS

1. Schau' mich an mit den Au - gen dei - nes Her - zens,  
 denn nur sie sehn meines Wesens Grund.

In der Lie - be werden wir uns fin - den,  
 in der Lie - be wirklich sein.

2. Hör' mir zu, höre hin mit deinem Herzen,  
 unsre Seele liebt den leisen Ton.  
 In der Liebe werden wir uns finden,  
 in der Liebe wirklich sein.

3. Rühr' mich an, leg' dein Herz in deine Hände,  
 Zärtlichkeit ist uns geschenkt von Gott.  
 In der Liebe werden wir uns finden,  
 in der Liebe wirklich sein.

4. Geh' mit mir, unser Weg wird oft nicht leicht sein,  
 doch es zählt nur, daß die Liebe bleibt.  
 In der Liebe werden wir uns finden,  
 in der Liebe wirklich sein.

5. Gott ist da in den Menschen, die sich lieben,  
 lieben wir, so ist Gott unter uns.  
 In der Liebe werden wir uns finden,  
 in der Liebe wirklich sein.

T. und M.: Kathi Stimmer

Weitere Lieder in dieser Mappe:

- Mein kleines Lied "Du"..... S 48
- Kindergarten: Ich habe einen Kopf..... S 52
- Jeden Tag geschehen Wunder..... S 59

# CHRISTSEIN MIT DON BOSCO

Werkmappe zur Jugendserie der Salesianischen Nachrichten  
(ein Arbeitsbehelf für die Don Bosco Familie)

# K

Nummer 9 "Meine Sexualität stellt mich vor die Aufgabe,  
lieben zu lernen"

## Impressum:

Für den Inhalt verantwortlich: P. Rudolf Osanger, SDB  
Sr. Veronika Kreuzberger, FMA

Beide: A-1130 Wien, St. Veit - Gasse 25

## Mitarbeiter dieser Nummer:

Sr. Ida Jank  
P. Rudi Osanger  
Brigitte Ehrenguber  
Lisa Baumgartner  
Lukas Portugaller  
Karin Pekoll  
Ingrid Fladnitzer  
Sr. Maria Maxwald  
Barbara & Walter Fabian  
Katrín Märzendorfer SMDB  
Rubi Altrichter  
Monika Straka SMDB  
Elisabeth Likar SMDB  
Irmingard Romaner  
Christine Straub SMDB  
Waltraud Götzinger SMDB

(Fortsetzung:)  
Beatrix Wallner  
Gabriele Zarl  
Regina Ettlínger  
und viele "Ungenannte"

## Weitere Mitarbeiter:

P. Leopold Muttenthaler  
Brigitte Reisinger  
Alois Stockinger  
Birgit Hölper  
Helmut Zenz

Büroarbeit: Burgi Bumberger

Grafische Gestaltung: Barbara Fabian

Ich bestelle .... Exemplar(e) der Materialmappe Nr. 9.  
zum Thema ..... Sexualität .....  
(Unkostenbeitrag von à S 30,- plus Porto)

Ich abonniere alle zwölf Materialmappen zu den  
Themen der SN-Jugendserie. ... Abonnement(s)  
(Unkostenbeitrag von à S 300,- plus Porto)

Ich möchte in Zukunft ab Nr. ... die Salesianischen  
Nachrichten beziehen.

Name: ..... Geb.Jahr: .....

Adresse: .....

Beruf: ..... Tel.Nr.: .....

Datum: ..... Unterschrift: .....

## CHRISTSEIN MIT DON BOSCO

Junge Leute haben eine Entdeckung gemacht: Es gibt einen Weg durch den Dschungel der vielen Meinungen, der zahllosen Angebote für ein glückliches Leben und der enttäuschten Hoffnungen - einen Weg zu sich selbst, zur Gemeinschaft und zu Gott. Gemeinsam haben sie Erfahrungen gemacht und diese in 12 Punkten zusammengefaßt. Sie nennen diesen Weg "Christsein mit Don Bosco".

Die 12 Punkte sind eine Einladung, den einen oder anderen Schritt mitzugehen. Und eingeladen sind nicht nur "religiöse Superstars", sondern jede und jeder, wo sie gerade stehen; das heißt: auch Du! - Auf diesem Weg gibt es Begleiter.

Der erste ist Jesus, der als lebendiger Freund mitgeht und durch seinen Geist unser Leben, Handeln und Beten neu machen möchte. -

Der zweite ist das Wort Gottes. Es zeigt uns, welche Fülle des Lebens Gott für uns bereit hält und wie wir sie erreichen können. -

Der dritte Begleiter ist Don Bosco. Sein Vorbild, seine Ratschläge, sein umwerfender Optimismus haben schon viele Jugendliche fasziniert. Seine Art, Christ zu sein, ist ungebrochen aktuell. -

Schließlich sind es viele Jugendliche und Erwachsene auf der ganzen Welt, die diesen Weg gewählt haben. Sie wollen auf positive, verantwortungsbewußte, ansteckende Art ihr Christsein leben. Machst Du mit?

### Die CONFRONTO-GRUPPE von Österreich

1. "Ich bin einmalig und von Gott gewollt"
2. "Gott kümmert sich um mich"
3. "Jesus ist mein Freund und der Meister meines Lebens"
4. "Ich suche die Verbindung mit Jesus im einfachen und vertrauensvollen Gebet"
5. "Die Sakramente sind Hilfe für das christliche Leben"
6. "Maria ist Vorbild im Glauben, Mutter und Helferin"
7. "Aus der Freude leben, die Gottes Liebe schenkt"
8. "Die konkreten Aufgaben des Alltags sind mein erster Auftrag"
9. "Meine Sexualität stellt mich vor die Aufgabe, lieben zu lernen"
10. "In Gemeinschaft leben und handeln"
11. "Treu zur Kirche stehen"
12. "Mit anderen Jugendlichen das Leben teilen und sie zu Gott führen"

Diesmal:

#### 9. "Meine Sexualität stellt mich vor die Aufgabe, lieben zu lernen"

*Don Bosco forderte seine Jugendlichen auf, dem negativen Einfluß von seiten der Umwelt oder der Kameraden nicht nachzugeben. Seine große Herzlichkeit und Güte waren Ausdruck seiner reifen Liebesfähigkeit.*

- Meine Sexualität ist ein Geschenk Gottes. Sie ist eine positive Lebenskraft, die ich gestalten muß.
- Die Medien liefern vielfach ein verzerrtes Bild von Liebe. Ich lasse mich davon nicht manipulieren. Ich möchte zwischen echter Liebe und ihren Fehlformen unterscheiden lernen.
- Freundschaft und Partnerschaft sind ein Wachstumsprozeß, der Zeit braucht. Dabei ist mir wichtig, daß die äußeren Zeichen der Zuneigung ehrlicher Ausdruck meiner Beziehung zum Partner sind.
- Der gemeinsame Entschluß zu vorehelicher Enthaltsamkeit gibt uns die Chance, die Liebe zum Partner und zu Gott zu vertiefen.
- Meine Orientierung ist die Liebe Jesu: "Liebt einander, wie ich euch geliebt habe!" (Jo 15,12f).



JOHANNES BOSCO (1815 - 1888)

- 1815 (16.8.) geboren in Becchi bei Turin, Italien
- 1841 Priesterweihe und Beginn der Jugendarbeit
- 1859 Gründung der Ordensgemeinschaft der "Salesianer Don Boscos"
- 1872 Gründung der "Don-Bosco-Schwestern"
- 1875 Aussendung der ersten Missionare
- 1876 Gründung der "Salesianischen Mitarbeiter Don Boscos"
- 1888 (31.1.) Tod Don Boscos
- 1934 Heiligsprechung durch Papst Pius XI.



An das  
**DON BOSCO-HAUS**

Sankt Veit- Gasse 25

A-1130 WIEN