



Mit dir ist es richtig. schön. Im-Team-Leben im Intimleben

Begleitmaterial zur Vortragsreihe
Ansgar N. Przesang



Mit dir ist es richtig schön.

Im-Team-Leben im Intim-Leben

Zweck und Ziel dieses Begleitmaterials

Gute Vorträge, insbesondere gute biblische Vorträge sind wichtig. Wenn aber der Zuhörer dann nicht über das Gehörte nachdenkt (sprich: nach-denkt), dann ist das Reden irgendwie „für die Katz“. So verstehe ich Jak 1,23, wobei Jakobus sogar noch drastischere Aussagen trifft (gute Idee: schau doch jetzt einfach mal nach...!)

Was kann ein Lehrer tun, damit die Zuhörer besser lernen?

Hilfreich ist sicherlich, dass sich jeder Notizen machen kann. Gedanken, Assoziationen und auch Ablehnung des Gesagten soll in Notizen seinen Raum finden—damit man später erneut darüber nachdenken kann.

Daher bildet dieses Begleitmaterial alle Folien des Vortrags ab und auch Visualisierungen, die den Raum schmücken.

Hierbei soll es kein schützenswertes Belegexemplar der Deutschen Nationalbibliothek sein, sondern ein hier und da markiertes, mit persönlichen Notizen versehenes lebendes Arbeitsmaterial.

Macht Ausrufezeichen an Stellen, die Euch für das spätere Gespräch als Paar oder in der Gruppe wichtig sind. Zeichnet ein Fragezeichen, wo Ihr inhaltlich unsicher sein.

Bei dem Thema dieser Vortragsreihe geht es zwar aus pädagogischer Sicht ums Lernen; in praktischer Hinsicht findet dieses Lernen aber in der ehelichen Zweierschaft statt: Insofern erfüllt dieses Begleitmaterial gepaart mit Deinen Notizen dann seinen Zweck, wenn es später im ehelichen Gespräch zur Hand genommen wird und man die Aussagen oder Notizen

durchspricht. Und die Ergebnisse dieses Austauschs finden dann womöglich auch ihre Notiz in diesem Heft.

Denn: Ein paar Vorträge an ein, zwei Tagen werden uns das kostbare Geheimnis ehelicher Intimität nicht aufschließen. Es ist ein jahrzehnte-, ja wohl lebenslanges Erforschen, Korrigieren, Vergeben, Erfreuen, Ausstrecken-nach-Mehr und Dankbares-Genießen-des-Vorhandenen.

Gott segne Euch, Seinen Segen zu seiner Ehre zu genießen.

Euer

SMS-Nummer für anonyme Fragen



_____ gilt nur während der Vorträge. Danach keine Erreichbarkeit!

Rechtliches

Begleitmaterial zur Vortragsreihe »Mit dir ist es richtig schön. Im-Team-Leben im Intim-Leben«

1. Broschuraufgabe, März 2019

Artikel-Nummer 20-101-1

Bildnachweis (Lizenz):

Titel lebenswert-christusgemeinde.de; weitere: Lightstock; Fotolia: adrelin-apura, masterzphoto, 1dbrf10, Billion-Photos.com und Angaben am Bild

Herausgeber

Bibelunterricht e.V.
Abteilung Lehrdienste
Bruno-Möhning-Str. 5e
12277 Berlin

☎ (030) 2017 9876-10

📠 (030) 2017 9876-19



www.bibelunterricht.de

Satz, Layout

Ansgar N. Przesang
diakonos e.K.

Verlag, Vertrieb

diakonos e.K.
Bruno-Möhning-Str. 5e
12277 Berlin

www.diakonos.eu
medien@diakonos.eu

☎ (030) 994 993-71

📠 (030) 994 993-72



Überblick



Teil 1 Was erfreut einen schenkenden Vater? Wenn seine Kinder seine Geschenke auspacken und damit spielen... 5

Unsere Gesellschaft ist kaputt - und wir sind ein Teil von ihr...	6
Plädoyer: Gott will Intimität in der Ehe	7
Abriss einer biblischen Theologie des Intimlebens	10
Zeit des Vertrauens	11



Teil 2 Was ist das oberste Gebot im Schlafgemach? 13

Und dann trat Jesus in unser Schlafzimmer...	14
Was hat bitte ein Stück Kuchen mit unserem Intimleben zu tun?	15
Substanz und Strategie	16
Hingabe erfordert mehr Mut als alle anderen Gaben.	16
Zeit des Vertrauens	17



Teil 3 Reden über das Unausprechliche 19

Hilfe, da ist ein Fisch in meinem Bett!	20
Tötet die Liebestöter: Fehl-, Falsch- und Nicht-Information	20
Liebevoll sprechen und liebevoll hören	21
Mit unseren Kindern über unser Intimleben reden!?	21
Zeit des Vertrauens	22



Anhang Weiterführendes 23

Hindernisse	24
Verhütungsmethoden	24
Vermeidet Passivität!	25
Wie Technik unser Intimleben hindern kann	25
Zeit des Vertrauens (Hausaufgabe für Zuhause)	26
Über den Herausgeber / den Autor; Buchempfehlungen	27

Weiterführendes auf bibelunterricht.de



Auf unserer Website stellen wir weiteres Material zur Verfügung, z.B. einige der aushängenden Lernposter zum Download. Gehe auf bibelunterricht.de/inteam oder scanne den QR-Code rechts



Theologischer Rahmen

Es ist nur fair darzulegen, aus welchen zwei Blickwinkeln ich das Thema ehelicher Intimität betrachten werde:

Die Berufung des Redners

Wer in eine KfZ-Werkstatt geht, erwartet keinen Fahrschulunterricht. Und dass der Fahrlehrer komplexe Motorreparaturen ausführen kann, ist eine irriige Hoffnung.

In diesem Sinne: Der Autor / Redner ist Bibellehrer. Er lehrt vom Wort Gottes ausgehend, stellt die Lehre im allumfassenden Kontext des Evangeliums dar, ergänzt mit persönlichen Erfahrungen und versieht seine Ausführungen mit hoffentlich hilfreichen Hinweisen.

Der Autor ist aber kein ausgewiesener Seelsorger, Paartherapeut oder Psychologe.

Ein Fußballtrainer macht von außen Beobachtungen und gibt entsprechende Tipps — die anstrengende (und oftmals misslingende) Umsetzung obliegt den Spielern auf dem Feld. Der Trainer macht Mut, ermahnt hier und da und gibt das Ziel vor. Und diejenigen Spieler, die ihre Verantwortung verstehen und mit aller Hingabe ausfüllen, werden mit Erfolg gekrönt.

Die Bibel ist das Wort Gottes

Ich gehe von der wörtlichen, vollkommenen Inspiration und Irrtumslosigkeit der Autographen aus. Gottes Wort kam zu den Propheten und wurde genau in der Form zur Heiligen Schrift wie es vom Heiligen Geist beabsichtigt war (2 Petr 1,21). Diese Schrift offenbart uns Gottes Wesen in dem Umfang, in dem wir es verstehen und anbeten und nachahmen können. Dieses Wort ist »von Gott eingegeben und nützlich zur Lehre, zur Überführung, zur Zurechtweisung, zur Unterweisung in der Gerechtigkeit, damit der Mensch Gottes richtig sei, für jedes gute Werk ausgerüstet.« (2 Tim 3,16.17).

Insofern darf auch die im Folgenden behandelte Thematik psychologische, praktische und situative Fragen nicht ausschließen, muss aber von eben diesem Wort Gottes her beantwortet werden, denn dazu wurde es gegeben:

Ps 18,31: »Gott – sein Weg ist untadelig; Jahwes Wort ist lauter; ein Schild ist er allen, die sich bei ihm bergen.«

Ps 19,8-13a: »Das Gesetz Jahwes ist vollkommen und erquickt die Seele; das Zeugnis Jahwes ist zuverlässig und macht den Einfältigen weise. Die Vorschriften Jahwes sind richtig und erfreuen das Herz; das Gebot Jahwes ist lauter und macht die Augen hell. Die Furcht Jahwes ist rein und besteht in Ewigkeit. Die Rechtsbestimmungen Jahwes sind Wahrheit, sie sind gerecht allesamt; sie, die

köstlicher sind als Gold, ja viel gediegenes Gold, und süßer als Honig und Honigseim. Auch wird dein Knecht durch sie gewarnt; in ihrer Befolgung liegt großer Lohn. Verirrungen – wer bemerkt sie?«

5 Mose 18,15-20: »Einen Propheten wie mich wird dir Jahwe, dein Gott, aus deiner Mitte, aus deinen Brüdern, erstehen lassen. Auf ihn sollt ihr hören nach allem, was du von Jahwe, deinem Gott, am Horeb erbeten hast am Tag der Versammlung, indem du sagtest: Ich möchte die Stimme Jahwes, meines Gottes, nicht länger hören, und dieses große Feuer möchte ich nicht mehr sehen, damit ich nicht sterbe! Da sprach Jahwe zu mir: Sie haben recht getan <mit dem>, was sie geredet haben. Einen Propheten wie dich will ich ihnen aus der Mitte ihrer Brüder erstehen lassen. Ich will meine Worte in seinen Mund legen, und er wird zu ihnen alles reden, was ich ihm befehlen werde. Und es wird geschehen, der Mann, der nicht auf meine Worte hört, die er in meinem Namen reden wird, von dem werde {ich} Rechenschaft fordern. – Doch der Prophet, der sich vermessen sollte, in meinem Namen ein Wort zu reden, das ich ihm nicht befohlen habe zu reden, oder der im Namen anderer Götter reden wird: dieser Prophet muss sterben.«

Ps 12,7: »Die Worte Jahwes sind reine Worte – Silber, am Eingang zur Erde geläutert, siebenmal gereinigt.«



Teil 1

Was erfreut einen schenkenden Vater? Wenn seine Kinder seine Geschenke auspacken und damit spielen...



Mit dir ist es richtig schön.

Im-Team-Leben im Intim-Leben

Gliederung

Unsere Gesellschaft ist kaputt - und wir sind ein Teil von ihr...

Plädoyer: Gott will Intimität in der Ehe

Abriss einer biblischen Theologie des Intimlebens

Was ist Sünde?

»Sünde ist jede fehlende Übereinstimmung mit Gottes moralischem Gesetz in Handlung, Gesinnung und Natur.«

SÜNDE

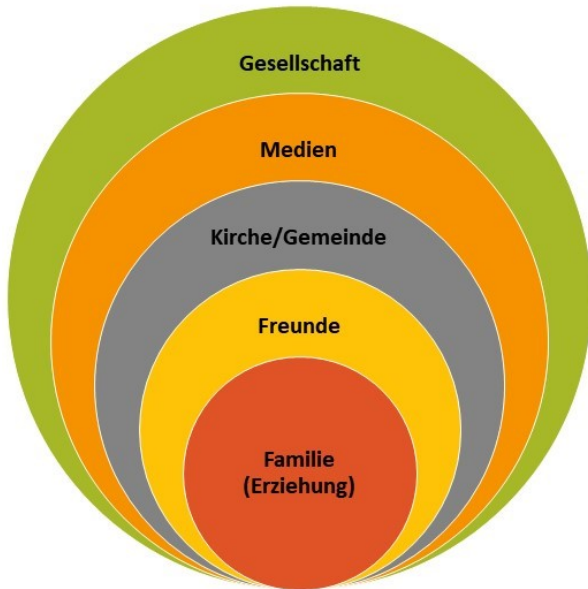
12



	Positiv	
Tat-sünden	Wir tun, was Gott verboten hat.	
Gesinnungs-sünden	Wir denken, was Gott verboten hat.	
Natur	Sünde ist unsere Natur seit unserer Empfängnis.	

Aus: ANP. »Was ist Sünde?« (2016),
www.bibelunterricht.de/Predigten/Vorträge/Bereich_Ethik

Wer prägte dein Denken und Empfinden über Sexualität?



Kreuze an: gar nicht bis viel

Gesellschaft



Medien



Kirche/Gemeinde



Freunde




Familie (Erziehung)



Was macht ein glückliches Intimleben aus?

Titelbild DER SPIEGEL - Nr. 37 / 11.9.2000



 erfolgen wir olympisches Ziele?



 st eine »biblische« Ehe das Ideal?

Plädoyer: Gott bejaht freudige Intimität in der Ehe

Trink Wasser aus deiner eigenen Zisterne, / Wasser, das aus deinem Brunnen quillt. 16 Sollen deine Quellen auf die Straße fließen, / deine Bäche auf die Plätze der Stadt? 17 Dir allein soll sie gehören, / keinem Fremden neben dir. 18 Deine Quelle sei gesegnet! / Freue dich an der Frau deiner Jugend! 19 Die liebe reizende Gazelle, / das anmutige Reh – ihre Brüste sollen dich immer berauschen, / ihre Liebe bezaubere dich wieder und wieder! 20 Warum willst du dich mit einer Fremden vergnügen, / warum die Brüste einer Unbekannten umschlingen? (Sprüche 5,15-20, REÜ)

Ein Myrrhenbeutelchen ist mir mein Geliebter, das zwischen meinen Brüsten ruht. (Hld 1,13-14 REÜ)

Plädoyer: Gott bejaht Lust in der Ehe

Wie schön sind deine Schritte in den Sandalen, / du Edelgeborene! / Das Rund deiner Hüften / ist das Werk eines Künstlers. 3 Dein Schoß ist eine runde Schale, / an Mischwein soll es nicht fehlen! / Dein Leib ist wie ein Weizenhügel / von Lilienblüten umrankt. 4 Deine Brüste sind wie zwei Kitzlein, / die Zwillinge einer Gazelle. 5 Dein Hals ist wie der Elfenbeinturm, / deine Augen wie die Teiche bei Heschbon / am Tor von Bat-Rabbim. / Deine Nase ist wie der Libanon-Turm, / der nach Damaskus schaut. 6 Dein Kopf ist wie der Karmelberg, / dein Haar darauf wie Purpur. / In deinen Locken liegt ein König gefangen. 7 Wie schön du bist, wie angenehm! / O Liebe voller Wonne! 8 Dein Wuchs gleicht einer Palme, / deine Brüste den Trauben. 9 Ich dachte: Die Palme will ich besteigen, / will greifen nach ihren Rispen. / Deine Brüste sollen für mich sein / wie die Trauben vom Wein, / dein Atemgeruch wie Apfelduft 10 und dein Gaumen wie der köstlichste Wein. / Sanft rinnt er bei meinen Liebkosungen, / der die Lippen der Schlummernden benetzt. 11 Ich gehöre meinem Geliebten, / und sein Verlangen gilt mir. (Hld 7,2–11 NBH)

Plädoyer: Eheliche Intimität hat eine hohe Priorität

Keiner von euch darf sich seinem Ehepartner entziehen, es sei denn, ihr beschließt gemeinsam, eine Zeitlang auf den ehelichen Verkehr zu verzichten, um euch ganz auf das Gebet zu konzentrieren. Aber danach sollt ihr wieder zusammenkommen; sonst könnte euch der Satan in Versuchung bringen, weil es euch schwer fallen würde, euer sexuelles Verlangen zu kontrollieren. (1 Kor 7,5 NGÜ)

8



Plädoyer: Preist den Schöpfer wegen seiner Schöpfung!

Doshua Harris schreibt in »Frosch trifft Prinzessin«:

»Gott feiert reinen Sex in der Ehe und lädt uns ein, das auch zu tun. „Welche heiligere Form des Feierns haben wir schon als die körperliche Liebe?“ fragt Douglas Jonas. Er schreibt, dass das Ehebett nicht nur ein Ort der Befriedigung körperlicher Bedürfnisse sein sollte, sondern auch ein Ort, wo man sich an der geheimnisvollen Schönheit dieser Bedürfnisse erfreut.

Warum hat es Gott wohl gefallen, uns mit weicher Haut, runden Brüsten, festen Muskeln, zum Ineinanderschlingen geeigneten Beinen und küssbaren Mündern zu erschaffen? Ja, warum?

Die Antwort ist: Uns zur Freude und Ihm zur Ehre. Denn er ist sehr, sehr gut. Er hätte den Fortpflanzungsakt so kurz und langweilig wie ein Niesen machen können.

Stattdessen hat er ihn zum größten Thrill aller Zeiten erkoren. Und wenn ein Mann und eine Frau sich an diesem Geschenk erfreuen und Gott dafür danken, dann geben sie Ihm die Ehre.



Sex wird zu einem wunderschönen Zwei-Personen-Lobpreis-Gottesdienst! Um ein tolles Sexleben zu haben, müssen wir begreifen, dass die Bibel Sex in keiner Weise als abstoßend, sündig oder heikel ansieht, sondern dass wir Gottes ursprüngliche Idee von erfüllter Sexualität so sehr lieben müssen, dass wir den Umgang unserer Welt damit als Perversion erkennen.«



Abriss einer biblischen Theologie des Intimlebens: Verherrlichung Gottes

Dreimal wird in Eph 1,3-14 gesagt, dass unsere Mission die Verherrlichung Gottes ist (siehe fliederfarbene Markierung).

Dreimal wird in 1Mose 1,26-27 gesagt, dass Gott den Menschen (als Mann und Frau!) nach seinem Ebenbild schuf, um in ihnen das Wesen Gottes widerzuspiegeln.

Jesus verherrlichte Gott, indem er Gottes Wesen repräsentierte: Liebe, Selbstlosigkeit, Hingabe, Selbstaufgabe – zum Wohle des anderen!

Der Christ verherrlicht Gott, indem er u.a. seine Sexualität zur Freude des Partners einsetzt: liebend, selbstlos, verzichtend, hingebend.

³ ★ Gepriesen sei der Gott und Vater unseres Herrn Jesus Christus^a! Er hat uns **gesegnet mit jeder geistlichen Segnung in der Himmelswelt^{Ab}** ▲ **in Christus**, ⁴ wie er uns **in ihm auserwählt hat^a** vor ⌚ Grundlegung der Welt^b, daß wir heilig und tadellos **vor ihm seien^c** in Liebe, ⁵ und uns^A ▲ **vorherbestimmt** hat zur Sohnschaft **durch Jesus Christus für sich selbst^B nach dem Wohlgefallen seines Willens^a**, ⁶ zum ▲ **Preise der Herrlichkeit seiner Gnade^a**, mit der er uns **begnadigt^A** hat **in dem Geliebten^b**. ⁷ **In ihm** haben wir die **Erlösung durch sein Blut^a**, die **Vergebung der Vergehungen^b**, ▲ **nach dem Reichtum seiner Gnade^c**, ⁸ die er uns reichlich gegeben hat in aller Weisheit und Einsicht. ⁹ Er hat uns ja das **Geheimnis seines Willens zu erkennen** gegeben^a **nach seinem Wohlgefallen**, das er sich vorgenommen hat **in ihm** ¹⁰ für die **Verwaltung^A** <bei> der Erfüllung der Zeiten: alles zusammenzufassen **in dem Christus**, das, was in den Himmeln, und das, was auf der Erde ist – **in ihm^a**. ¹¹ Und **in ihm** haben wir auch ein **Erbe^{AA}** erlangt^{Aa}, die wir vorherbestimmt waren nach dem **Vorsatz^b** dessen, der alles **nach dem Rat seines Willens wirkt^c**, ¹² damit wir **zum Preise seiner Herrlichkeit** seien, die wir vorher <schon> auf den Christus gehofft haben^a. ¹³ **In ihm** <seid> auch ihr, nachdem ihr das Wort der Wahrheit^a, das Evangelium eures Heils^A, gehört habt und gläubig geworden seid, **versiegelt** worden mit dem Heiligen Geist^b der Verheißung^c. ¹⁴ Der ist das Unterpfand unseres Erbes^{AA} auf die Erlösung <seines> Eigentums zum **Preise seiner Herrlichkeit**.

Abriss einer biblischen Theologie des Intimlebens: Anwendung des Evangeliums

Das christliche Ehepaar lässt das Evangelium bis ins Schlafgemach gelten und wirken.

Der Mensch will geliebt, aber nicht in seinen Untiefen erkannt werden – diese hält er aus Angst zurück.

Im Evangelium sind wir von Gott vollends geliebt und vollends offenbar!

Das Evangelium bekehrt uns vom selbstsüchtigen Ichbezug zur Hingabe für den anderen (vgl. 2Kor 5,15).

Christliche Sexualität kann somit zu einer praktischen Anwendung des Evangeliums werden:

Wir gehen miteinander nicht nach Gesetz, sondern nach Gnade und Barmherzigkeit um.

Wir haben Mitleid mit den Nöten/Bedürfnissen des Partners.

Ich will dir nicht wehtun.

Ich will dir dienen.

Ich liebe dich wie du bist.

Du musst dich nicht verstecken.



»Zeit des Vertrauens«



Was war deiner Meinung nach das Hauptanliegen des ersten Teils in einem Satz formuliert?



Teilst du bislang und teilst du nun diese Ansicht? Wenn ja, warum, wenn nein: warum nicht? Was änderte sich?

Welche Ereignisse haben deine Meinung/Empfinden über Intimität und Sexualität geprägt? Wie bewertest du die Ereignisse?

Hast du bei Dir schon einmal eine falsche Vorstellung von Sexualität entdeckt? Worin bestand sie? Woran erkanntest du, dass sie falsch ist? Bedenkt bitte neben der „positiven“ auch die „negative“ Sicht gemäß S. 6!

Was ist für dich ein »glückliches Intimleben«? Widerstehe der Versuchung, Forderungen zu stellen oder Erwartungen zu formulieren. Beschreibe in positiver Form, was dir wichtig ist (und nicht, was der andere tun soll).

»Zeit des Vertrauens«

Die folgende These wurde in den Raum gestellt: »Eheliche Intimität ist ein Geschenk Gott, der erfreut zuschaut, wenn ihr das Geschenk auspackt und genießt.«

Als du dieses hörtest: Was waren deine spontanen Gedanken und Empfindungen?



Kannst du diese Gedanken/Empfindungen begründen?

Was denkst du über die These, wenn du dir vor Augen hältst, dass die Bibel Gott als allgegenwärtig und allwissend beschreibt?

Hat deine Theologie eine Chance, dein Denken über Gott auch in diesem intimen Bereich zu prägen?

Fiel dir während des Vortrages irgendetwas ein, was du mir sagen willst oder mit mir tun willst?

Welche Frage wollen wir per SMS stellen?





Teil 2

Was ist das oberste Gebot im Schlafgemach?



Mit dir ist es richtig schön.

Im-Team-Leben im Intim-Leben

Gliederung

Und dann trat Jesus in unser Schlafzimmer...

Was hat bitte ein Stück Kuchen mit unserem Intimleben zu tun?

Substanz und Strategie

Hingabe erfordert mehr Mut als alle anderen Gaben.

Und dann trat Jesus in unser Schlafzimmer...

🔍 Unvorstellbar!? Jesus in unserem Schlafzimmer...

🔍 Gott ist auch dort dabei (Jak 4,5; Röm 8,11)!

🔍 Nicht schlimm: Er ist *pro* eheliche Sexualität.

🔍 Welche Regeln / Gebote gelten dort?

Das oberste Gebot

Was ist das wichtigste Gebot von allen?«, fragte [der Gesetzeslehrte den Herrn Jesus].

Jesus antwortete: »„Liebe den Herrn, deinen Gott, von ganzem Herzen, mit ganzer Seele und mit deinem ganzen Verstand!“, Das ist das erste und wichtigste Gebot. Das zweite ist ebenso wichtig: „Liebe deinen Nächsten wie dich selbst!“ Mit diesen beiden Geboten ist alles gesagt, was das Gesetz und die Propheten wollen.« (Mt 22,36-40 NBH)

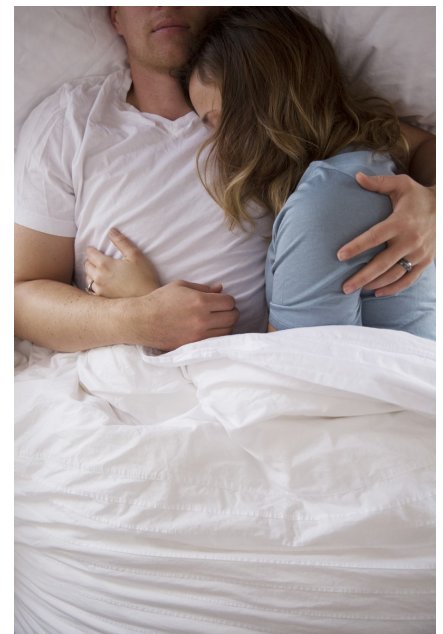
Gott mit allem lieben: Umfasst dies auch meine Sexualität? Untersteht mein Intimstes auch der Regie Gottes? Ja! Das gilt für alles, was ich intim tue/denke oder intim nicht denke/unterlasse.

Den Nächsten lieben wie dich selbst: Wer ist denn mein Nächster? Auch dieser Mensch neben mir in meinem Bett? Ja! Ihm gehört alles, was ich (in Substanz) mir selber wünsche. Das bedeutet, dass die Wünsche meines Ehepartners entscheiden!

Beachte 1Kor 7,4: »Die Frau verfügt nicht über ihren eigenen Leib, sondern der Mann; ebenso aber **verfügt** auch der Mann nicht über seinen eigenen Leib, sondern die Frau.«



Griechische Wörterbücher erklären das Wort »verfügen« mit »herrschen« / »Das Recht auf Kontrolle haben«. Dasselbe Wort wird verwendet in Lk 22, 25; Mt 20, 25; 1Kor 11,3... schlag doch mal nach...



Was hat ein Stück Kuchen bitte mit unserem Intimleben zu tun?

Burkhard Strassmann schreibt in Die ZEIT Nr. 41/2018:

Ein Stuhl ist frei, zwei Leute möchten sitzen, was tun? Entweder A setzt sich schnell hin – und quält sich mit Gewissensbissen herum: Bin ich ein Egoist? Oder er wartet, bis B sich setzt, und fühlt sich schlecht behandelt.

Doch es gibt den dritten Weg zu einer Win-win-Situation: A bittet B, sich zu setzen. Dann hat A das Gefühl, großzügig zu sein (und B freut sich sowieso). Psychologen der Universität Chicago haben jetzt eine Super-Win-win-Lösung für diesen Fall erforscht. A lädt B zum Sitzen ein, doch B will noch generöser erscheinen und überlässt A den Stuhl. Zwei tolle Menschen! 70 Prozent der Studienteilnehmer funktionierten so. Der Mensch ist gut, die Welt nicht verloren. Oder?

Die Forscher zweifeln und geben ihrer Studie ein vergiftetes Motto: »Wie man den Kuchen verschenkt und ihn trotzdem verputzt«. Denn die generöse Geste ist scheinheilig und zeigt, wie man auch noch Freundlichkeit und Empathie zum Gegenstand eiskalten Kalküls machen kann. Der Mensch ist ein mieses Monster.



Geben ist seliger als nehmen

So wird Jesus in Apg 20,25 zitiert. Dies ist ein wichtiger Grundsatz, kein Gebot für jeden Teil einer Minute! Es muss auch jemanden geben, der nimmt!

Daher: Tötet nicht das Ziel des Grundsatzes durch eine Überhebung des Grundsatzes!

Bekannt aus der Urlaubsplanung: Gleichzeitig geht manches oft nicht. Was sagt die Vernunft?

Was macht ein Team (im Sport, im Beruf, ...) aus? Warum nicht auch ein Team sein im Intimleben?

Substanz und Strategie

Beachte aber die besondere Herausforderung: Mein Empfinden ist nicht dein Empfinden – höchstens in Substanz, aber nicht in Strategie.

Substanz: Was bedeutet für mich Intimität? Was bringt es mir?

Strategie: Mit welchen Wegen/Mitteln/Praktiken/ Stellungen versuche ich, die erwünschte Substanz zu erhalten.

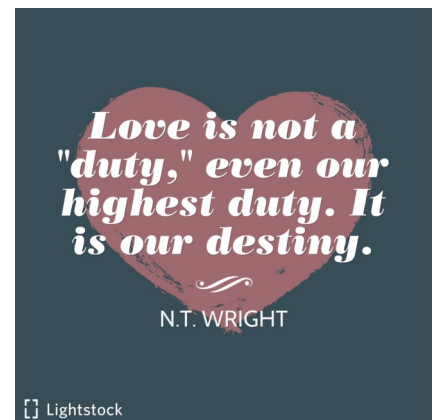
Hingabe erfordert mehr Mut als alle anderen Gaben

Din älterem Deutsch gibt es interessante Formulierungen für Geschlechtsverkehr:

- 📖 So fragt König Artus von Camelot in »Der erste Ritter«:
»Lady Guinevere, habt Ihr Euch Ritter Lanzelot hingegeben?« (aus »Der Erste Ritter«)
- 📖 Der Duden erklärt das Wort »hingeben« mit 1) opfern 2) sich eifrig widmen oder völlig überlassen, z.B. im Sinne von 3) Geschlechtsverkehr haben.«
- 📖 Synonyme: sich [ver]schenken, zu Willen sein

Gib dich in diesem Sinne deinem Partner hin und erfülle seine Bedürfnisse. Zugegeben: Das erfordert mehr Freimut und Mut als Wäschewaschen oder Kochen.

- 🔍 Spontaneität ist prima. Klappt aber selten, wenn kurze Beine zur Familie gehören. Also macht Euch einen Plan. Klingt eigenartig? Genau. Aber lieber eigenartig als gefrustet und unbefriedigt.
- 🔍 Sage, wenn du meinst, heute nichts empfangen zu wollen »Heute bin für dich da. Lehn dich zurück und lass mich machen.« Gib dir dennoch »on the way« eine Chance... manchmal kommt der Appetit beim Essen.
- 🔍 Eine junge Frau sagt: »Ich schlafe mit meinem Mann, damit er nicht mit anderen schläft.« - La Haye stimmt dem zu: »Männliche Erotik, die zu Hause erfüllt wird, lechzt nicht draußen nach mehr.«



»Zeit des Vertrauens«



Als es hieß, dass Gott mit im Schlafzimmer dabei ist... wie ging es dir damit? Was fühltest du?



Wo genau ist er dann und was tut er dann? Was bedeutet dies für dich?

Was besagt 1Kor 7,4? Wie wurde das Wort »verfügen« erklärt? Wie geht es dir damit?

Es wurde davon gesprochen, dass Menschen unterschiedliche Wünsche haben – diese sind eventuell in ihrer »Substanz« dieselben, aber nicht in der »Strategie«. Was soll diese Unterscheidung aufzeigen? Findet ihr bessere Wörter für »Substanz« und »Strategie«?

**Wenn Gott nicht gewollt hätte,
dass wir Sex auch zum Vergnügen
nutzen, hätte er
unsere
Fortpflanzung
wie bei den
Kartoffeln
konstruiert.**

Peter Becker (*1949), deutscher Informatiker

»Zeit des Vertrauens«

Habt ihr jemals versucht, einander eure persönliche »Substanz« zu erklären?
Wie erfolgreich war das?



Beschreibe deinem Partner deine persönliche »Substanz«. Achtet beide darauf, dass es nicht um die Strategie geht!

Versuche, die »Substanz« deines Partners zu benennen. Fühlt er sich richtig wiedergegeben?

Dist euch diese Unterscheidung zu theoretisch oder könnte es bei euch auch praktische Anwendungen geben?

Lest Gal 5,22.23. Welche der angegebenen »Teilfrüchte« des Heiligen Geistes sind im Intimleben hilfreich? Traut ihr euch, liebevoll füreinander um diese Auswirkungen des Heiligen Geistes zu beten – auch konkret im Hinblick auf euer Intimleben?



Teil 3

Reden über das Unaussprechliche



Mit dir ist es richtig schön.

Im-Team-Leben im Intim-Leben

Gliederung

Hilfe, da ist ein Fisch in meinem Bett!

Liebevoll sprechen und liebevoll hören

Tötet die Liebestöter: Fehl-, Falsch- und Nicht-Information

Mit unseren Kindern über unser Intimleben reden!?

Hilfe, da ist ein Fisch in meinem Bett!

Wichtig: das Kommunizieren beim Sex bzw. vor/danach. Kommunikation ist mehr als Reden!

- ⊕ Wir sollten nicht unterstellen, dass der Partner alles weiß! Erkläre ihm deinen Körper. Wenn du ihn selber nicht kennst, erkundet ihn gemeinsam.
- ⊕ Feedback, Feedback, Feedback - verbal, führe die Hand, auch Abtörnendes benennen - aber liebevoll, nicht als Vorwurf
- ⊕ Wenn zwei keusche Jungfrauen heiraten: **Woher** soll man wissen, was was ist und wie was funktioniert? Woher soll dein Partner wissen, was du selber noch nicht genau weißt? Nehmt Euch Zeit!

Liebevoll sprechen und zuhören

Sprecht als Team über Euer Intimleben: ehrlich und aufrichtig. Auch das Zugeben von Schwächen baut Beziehung.

- ⊕ Wir sind keine Maschinen. Tipp #1 „Lacht!“
- ⊕ Hört als Teampartner zu – nicht als Gegner oder Richter. Es gilt, ein gemeinsames Ziel zu erreichen!
- ⊕ Die Lösungsorientierten sollten erst einmal verständnisvoll zuhören, bevor sie Strategien präsentieren.
- ⊕ Ängste/Traumata ernst nehmen. Gefallene Welt!
- ⊕ Betet, betet, betet. Gott geniert sich nicht. Er hat Sexualität geschaffen. Seine Hotline für Benutzerfragen hat immer geöffnet.



Tötet die Liebestöter!

- 🔍 **Nichtinformation:** Eltern und KGemeinde/Kirche schweigen.
- 🔍 **Fehlinformation:** Man behauptet, die Bibel sage nichts zum Thema.
- 🔍 **Falschinformation:** Menschen verallgemeinern Erfahrungen. Menschen lehren nicht von der Bibel, sondern aus ihrem eigenen Wertesystem.

Mit Kindern über unser Intimleben reden!?

🔍 Gelegenheiten sind da. Oder?

- 🔍 Altersgerecht.
- 🔍 Baut eine familiäre Kultur, in der die Eltern selbstverständlich intim miteinander sind.
- 🔍 »Nicht zu viel zu früh« wandelt sich unversehens in »nichts und viel zu spät«!
- 🔍 Zeigt ihnen unverschämt auf, dass die Bibel darüber spricht.
- 🔍 Nutzt es auch (aber nicht nur) für ethische Lektionen.

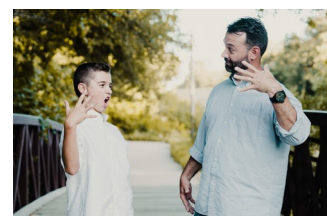
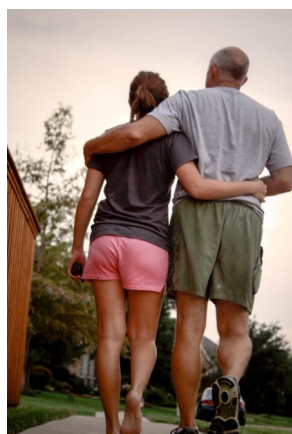
Leserbrief an »DIE ZEIT«:

Beim Abendessen fragt mich meine fünfjährige Tochter, wie die Babys in Mamas Bauch kommen. Ein wenig überrumpelt fällt mir nichts Besseres ein, als zu erklären, dass Eltern nackt miteinander kuscheln, um Kinder zu bekommen.

Eine Stunde später, Tochter im Bett, ruft es aus dem Kinderzimmer: »Und Mama, danke!«

»Danke wofür?«, frage ich. – »Dass du mit Papa gekuschelt hast!«

Stephanie Gross, Amsterdam, Niederlande



»Zeit des Vertrauens«



Du bist Mensch, kein Fisch. Deshalb: Bietest du deinem Partner Raum, um über dein und sein Erleben eures Intimlebens zu reden? Wünschst du dir hier Veränderung bei dir oder deinem Partner?



Wie war die Kultur deines Elternhauses oder religiösen Sozialraumes (Gemeinde, Jugendkreis, ...): War das Intimsein der Eltern »selbstverständlich«? Wie wurde über Sexualität gesprochen? Hast du Eltern und Sozialraum als positiv-bejahend oder als verbotsorientiert erlebt?

Welche konkreten Situationen beeinflussten deine Einstellungen zu ehelicher Intimität und deinem Körper? Gibt es hier etwas, was du deinem Ehepartner berichten solltest, weil es euer Intimleben beeinflusst?

Wie redet ihr miteinander? Gibt es Zeiten des guten Austausch? Was macht diese aus?

Rekapituliert noch einmal das zum Stichwort »Evangelium« in Teil 1 Gesagte. Lest hierzu einander noch einmal den Text »Anwendung des Evangeliums« (S. 10) vor. Würdest du sagen, dass du gegenüber deinem Partner verbal, visuell und seelisch schamfrei bist? Bist du dir sicher, dass dein Partner so wie auf Seite 10 beschrieben mit dir umgeht?

Dem Hinblick auf das Reden über eure Intimität mit euren Kindern: Hat euch der Vortrag ermuntert? Wenn ja: wozu genau? Beschreibt einander Situationen, in denen ihr Gelegenheiten hattet und überlegt, wie ihr hättet offenbarend reagierend können.



Anhang

Weiterführendes



Mit dir ist es richtig schön.

Im-Team-Leben im Intim-Leben

Hindernisse

Ein Hindernis sich frei hinzugeben, kann bei einer Frau sein, dass sie sich nicht »attraktiv genug« fühlt.

- 🔍 Denke an Ps 139,14: »Ich preise dich darüber, dass ich auf eine erstaunliche, ausgezeichnete Weise gemacht bin.« Hatte der Heilige Geist Recht, als er dies aufschreiben ließ?
- 🔍 Denke an die unbestreitbare Tatsache unterschiedlicher Geschmäcker. Verzeih den Vergleich, aber: Der Köder muss dem Fisch schmecken, nicht dem Angler!

Ein weiteres Hindernis könnte fehlende Motivation sein:

- 🔍 Denke an die Freude, die dein Partner an dir hat und haben soll (»erfreue dich an der Frau Deiner Jugend... ihre Brüste sollen dich berauschen jederzeit« Spr 5,18f)
- 🔍 Denke als Frau an die Situation deines Mannes: Gerade als berufstätiger Mann ist er auf dem Weg zur Arbeit und auf Arbeit nicht selten von leichtbekleideten und Einblick gewährenden Frauen umgeben. Seine tägliche (gefühl: minütliche!) Pflicht ist: Weggucken. Unterstütze ihn, indem du Gelegenheiten gibst, bei Dir hinzugucken! So geht übrigens auch der vorige Vers weiter: »Warum solltest du, mein Sohn, an einer Fremden taumeln und den Busen einer anderen umarmen?« (Spr 5,20)

Seinen Mann zu lieben, muss gelehrt und erlernt werden

Kennst du den Auftrag der Bibel an erfahrene Frauen? Sie sollen die jüngeren Frauen unter anderem belehren, ihre Männer zu lieben. Liebe ist also mehr als nur ein vorhandenes Gefühl... Lieben ist auch nicht gleichzusetzen mit Intimleben.

Aber die emotionale Beziehung zwischen Mann und Frau hat enormen Einfluss auf die Schönheit des Intimlebens, mehr noch für die Frau als für den Mann. Es ist nicht einfach, den Haushalt zu führen, die Kinder zu erziehen und dann auch noch dem Mann die richtige Liebe zu erweisen. Lies einmal Tit 2,3-5: Genau das ist das Thema der Unterweisung. Daher nutze die Gelegenheit und sprich mit einer geistlich reifen Frau. Das ist nicht peinlich, sondern weise!



Verhütungsmethoden

Wir haben die 25 gängigsten Verhütungsmethoden (hormonell, natürlich, chemisch, mechanisch, operativ) für euch zusammengestellt: Es werden Wirkung und Anwendung beschrieben. Außerdem wird der Pearl-Index angegeben (Maß der Wirksamkeit/Zuverlässigkeit). Die Unterlage weist zeigt auch an, ob ein Verhütungsmittel abtreibend (also ermordend) wirken kann. Sechs Seiten zum Download: <https://bibelunterricht.de/idtkq2> oder Scan des QR-Codes:



Vermeidet Passivität!

Tim und Beverly La Haye schreiben in »Wie schön ist es mit dir« (siehe Seite 27):

»Viele Frauen sind beim Lieben viel zu passiv. Ihre Hemmungen und ihre Unkenntnis veranlassen sie, sich auf den Rücken zu legen und zu warten, bis ihr Mann befriedigt ist. [...] Lieben ist ein „Gemeinschaftssport“, zu dem zwei aktive Menschen nötig sind. Je aktiver die Frau ist, desto eher lernt sie, welche Stellung und Bewegungen ihrer Klitoris und Vagina die höchste Reizung bringen und sie zum Höhepunkt gelangen lassen. Unter den befragten Frauen, die sagten, sie genossen den Orgasmus fast jedes Mal, muss man erst noch die finden, die passiv ist. [...] Darüber hinaus muss die Frau diese erhöhte Spannung während des Verkehrs aktiv suchen, nicht passiv erwarten.

Für die meisten Frauen genügt auch das größte Geschick und die beste Technik von Seiten des Mannes nicht, die Frau muss sich nicht nur dem Mann hingeben, sie muss sich auch ihrem eigenem Trieb hingeben, dem Trieb, gefühlsmäßige und körperliche Erregung zu suchen, bis die Spannung zur Befreiung wird. [...] Deshalb muss sich die Frau beim Liebesakt aktiv verhalten, zu ihrem eigenen Besten und zum Besten ihres Mannes. Kein lebhafter Ehemann wird sich je über eine leidenschaftliche, erfinderische Frau beklagen, die mit Erregung auf seine Liebe reagiert. Der Mann liebt es, wenn sich ihm seine Frau liebevoll und ganz hingibt, denn das zeigt ihm, dass sie ihn sexuell anregend findet. Er liebt dies mehr als seine Ejakulation.«

Wie Technik euer Intimleben hindern kann

Dhr sitzt abends auf der Couch. Gewisse Zweibeiner, die Intimitäten stören könnten, schlafen (endlich & noch). Und dennoch passiert... nichts.

Nach einem anstrengenden Tag ist es bequemer, halbwegs einem seichten Film zu folgen. Ein spannender Film hält uns in der Müdigkeit noch etwas wach, bevor wir ins Bett müssen. Das Lesen von Nachrichten in den Sozialen Medien geht recht leicht von der Hand. Wir surfen auf dem Tablett nebeneinander her. 📱



Ist eine solche Abendgestaltung grundsätzlich falsch? Hm. Aber simuliert doch an einem Tag der Woche regelmäßig einen Netzausfall (Stromnetz, Internet) ... lasst Euch überraschen, ob beim warmen Schein einiger Kerzen (Stromausfall!) nicht etwas viel sozialeres geschieht, als es irgendein Medium jemals hinbekommt... 🤝



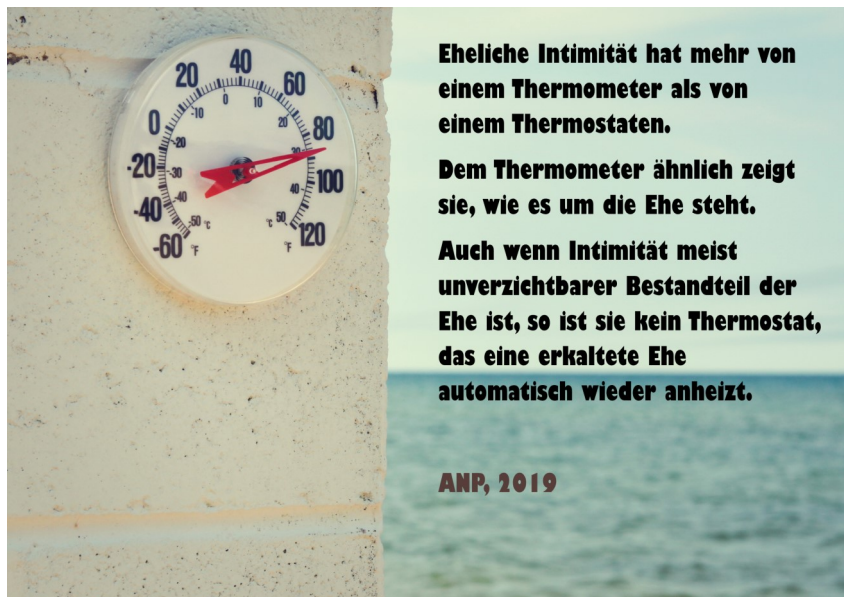
»Zeit des Vertrauens« (Zuhause)

Was hat dir an diesem Ehewochenende gut gefallen? Bei wem könntet ihr euch dafür bedanken?



Was hat dich gestört? An äußeren Dingen.... an Dingen, die der Referent zu verantworten hat... an deinem Umgang mit deinem Partner.... am Umgang deines Partners mit dir?

Was möchtest du deinem Partner jetzt am liebsten sagen oder mit ihm tun?



Eheliche Intimität hat mehr von einem Thermometer als von einem Thermostaten.

Dem Thermometer ähnlich zeigt sie, wie es um die Ehe steht.

Auch wenn Intimität meist unverzichtbarer Bestandteil der Ehe ist, so ist sie kein Thermostat, das eine erkaltete Ehe automatisch wieder anheizt.

ANP, 2019

Über den Herausgeber

Der Bibelunterricht e.V. bündelt die übergemeindlichen Aktivitäten einiger Christen in Berlin und Brandenburg.

Zweck des als gemeinnützig anerkannten Vereins ist die Förderung der Bildung und der Religion. Diese Ziele streben die Vereinsmitglieder in verschiedenen, miteinander vernetzten Dienstbereichen an:

Einer der Dienstbereiche ist das **Institut für Gemeindebibelschulen (IfGBS)**. Es erstellt Lehr- und Lernmaterialien für den biblischen Unterricht. Mit Schriften, Vorträgen, Beratungen und Seminaren wird über die Notwendigkeit und Möglichkeiten biblischen Unterrichts informiert. Gemeinden können in den verschiedenen Phasen der Errichtung einer Gemeindebibelschule gecoacht werden.

Der Dienstbereich **Lehrdienste** führt Veranstaltungen, Seminare und Freizeiten mit biblischem Unterricht durch für Menschen jeden Alters, Geschlechts und Herkunft.

In den beiden Diensten **Teens am Start** und **Jungschar in Mariendorf** werden lebendige Veranstaltungen und Freizeiten für Kinder und Jugendliche durchgeführt.

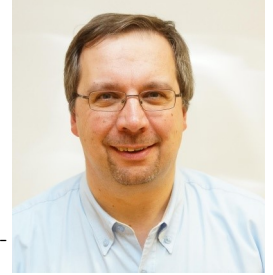
Insbesondere in diesen beiden Diensten sollen Aus-, Fort- und Weiterbildung von Menschen zu Mitarbeitern im biblischen Unterricht erfolgen.

Der Verein und seine Mitglieder sind der »Zusammenfassenden Erklärung« der Ersten Chicago Erklärung zur »Irrtumslosigkeit der Bibel« (1978) verpflichtet (downloadbar z.B. www.bibelbund.de/pdf/chicago.pdf).

Auf www.bibelunterricht.de findest Du Ansprechpartner, Informationen zu den Diensten, zur Möglichkeit der Unterstützung durch Fördermitgliedschaften (auch ganzer Gemeinden) oder Spenden.

Über den Autor

Ansgar N. Przesang, Jg. 1968, hat neutestamentliche Theologie studiert und ist gemeindlich und übergemeindlich als Bibel-lehrer tätig.



Im vollzeitlichen Hauptberuf arbeitet er bei einem Brandenburger Softwareunternehmen als Projektverantwortlicher und Softwaretrainer.

Er war fast 20 Jahre lehrender Ältester einer Berliner Gemeinde. Ähnlich lang war er Mitglied des Leitungsgremiums des Bibelbundes e.V. Er ist Mitglied der Christlichen Gemeinde Mahlow (Brandenburg) und dient dort als Prediger.

Ansgar unterrichtet seit 2005 Bibelkunde am Europäischen Bibel-Trainings-Centrum (EBTC), an dessen Gründung 2001 er geschäftsführend mitwirkte.

Ansgar ist seit 1990 mit Lissy verheiratet; sie haben vier gemeinsame Kinder. Lissy ist in der Kinder- und Jugendarbeit engagiert.

Kontakt: lehrdienste@bibelunterricht.de



Empfehlenswerte Bücher

Tim und Beverly La Haye. Wie schön ist es mit dir. Das Intimleben in der Ehe. Asslar: Schulte+Gerth, 1984

Tim und Beverly La Haye. Immer noch so schön mit dir. Erfülltes Intimleben in einer langjährigen Partnerschaft, Asslar: Schulte+Gerth, 1984

Colin N. Peckham. Fliehet die Sex-Falle. Versuchungen überwinden in einer Welt der Unmoral. Oerlinghausen: betanien, 2010

Paul David Tripp. Teens und Sex. Wie sollen wir sie lehren? Waldems: 3L-Verlag, 2010.

Ed Wheat. Liebe ist Leben. Asslar: Schulte+Gerth, 1989

John White. Eros—Segen oder Fluch? Wegweisung und Hilfe. Marburg/Lahn: Verlag der Francke-Buchhandlung, 1989

Mike Genung. Mein Weg zur Heilung. Eine Biographie. Wien: LivingWell, 2008

Clifford und Joyce Penner. Sex - Leidenschaft in der Ehe. Neuhausen-Stuttgart: Hänssler, 2010

Es kann viel geklagt werden über den falschen Umgang mit Sexualität. Es muss reichlich gewarnt werden vor den Irrwegen der Sexualität. Und genau das ist es, was oft geschieht: Klagen und warnen.

Diese Vortragsreihe ist sich dem massiven Missbrauch von Sexualität bewusst. Sie will aber an das Original, nicht die pervertierte Fassung. Ursprüngliche Sexualität ist keine Falle der verführerischen Schlange oder des verschlingenden Satans: Sie ist eine fröhliche Gabe des lebendigen Gottes an seine Geschöpfe. Sie ist Bestandteil jener Siebentageschöpfung, die mit dem göttlichen Qualitätslabel »sehr gut« geehrt wurde.

Die Vortragsserie titelt »Mit dir ist es richtig(.) schön.« Diese Interpunktion soll dreierlei ausdrücken:

- Zwischen Ehepartnern ist Sexualität **richtig**.
- Dass Gott sie als richtig ansieht, ist **schön**.
- Und weil sie richtig ist, können wir auch lernen, dass ihr Ausleben **richtig schön** wird.

Ehemann und Ehefrau sind hierbei ein Team. Sie sollen nicht gegeneinander antreten, sondern miteinander. So einfach Ausüben von Sexualität zu sein scheint: Ein erfülltes Intimleben ist hochkomplex.

Diese Vortragsreihe will neu ermutigen, das beide Teammitglieder gemeinsam reflektieren: Wie ticke ich, wie tickst du? Was brauchst du, was brauche ich? Wie können wir **beide** das Beste für den anderen erreichen?

Es ist das Anliegen des Referenten, diese Gedanken vorzustellen und dafür zu gewinnen: mit tiefer Freude an Gottes Wort, mit Aufrichtigkeit über Erfahrungen aus 30 Jahren Ehe, mit Witz und Anstand.

Diese Begleitunterlage ersetzt die Vorträge keinesfalls, sondern soll eine Hilfe für Notizen und fürs Gespräch sein, auch dann, wenn der Referent längst verklungen ist.



Mit dir ist es richtig schön.

Im-Team-Leben im Intim-Leben