

.: Einstieg

Wir beginnen heute mit einem Wortspiel: „**Sie Küste, er wollte Meer**“. Es geht natürlich auch umgekehrt: „**Er Küste, sie wollte Meer**“. Nein, es geht heute nicht um Küsten und um das Meer - wobei das auch ein schönes Thema wäre. Es geht ums Küssen und darum, dass der eine der Partner dann eben körperlich „mehr“ will. Wir sprechen heute über Sex zum Abschluss unserer Reihe „IdEHEal“. Wir haben uns in den letzten Wochen gefragt, ob die Ehe wirklich noch das Ideal ist, das wir anstreben sollten oder ob es schon längst ein verstaubtes Auslaufmodell ist. Vor zwei Wochen sprach ich davon, dass Ehe „nicht alles ist“ und wir unsere tiefste Erfüllung nicht beim Sex und bei einem Partner finden. Ich liess den Spruch fallen, dass meine Ehe „nicht schlecht“ ist, was mir ein ernstes Gespräch mit meiner Frau brachte. Ich will klarstellen: Wir haben es so gut in unserer Ehe wie noch nie. Letzte Woche hat Esthy sehr schön aufgezeigt, was der Wert und die Ziele einer Ehe sind. Die Ehe ist kein kulturelles Konstrukt sondern ursprünglich die Idee Gottes, die bereits in der Schöpfung angelegt ist. Beim Heiraten geht es nicht darum, unseren Traummann oder unsere Traumfrau zu finden, sondern die 5 Ziele sind: Freundschaft, Berufung ausleben, Sexualität, Familie und Wiederherstellung.

Eines dieser 5 Ziele der Ehe, hat Esthy ausgelassen, damit ich mich heute vertieft damit beschäftige, nämlich die Sexualität. Ich habe dieser Predigt die Überschrift „**Kein Sex vor der Ehe?!**“ gegeben, weil Freikirchen in der Öffentlichkeit oftmals für dieses Cliché bekannt sind. Heute ist die Idee, sexuell enthaltsam zu leben bis zur Ehe für die allermeisten Menschen schlichtweg lächerlich und völlig unrealistisch. Und benennen wir den Elefant im Raum: Auch in christlichen Kreisen ist das oftmals nur ein entferntes Ideal mit Sex zu warten bis zur Ehe. Als ich jugendlich war und noch nicht verheiratet, hatte ich viele christliche Freunde, die schon mit einer oder mehreren Freundinnen Sex gehabt hatten. Es ist auch heute nicht anders.

Es gibt übrigens nicht den einen Vers, wo es heisst, man dürfe kein Sex vor der Ehe haben. Vielmehr geht es darum, dass Sex in die Ehe gehört. Wir schauen an, warum die Bibel das Ideal hochhält, dass ausgelebte Sexualität in die Ehebeziehung von einem Mann und einer Frau gehört. Die Bibel hat eine (1.) wertvollere Sicht auf Sex hat und auch eine (2.) schönere Sicht auf Sex als die Kultur um uns.

.: Eine wertvollere Sicht auf Sex

Eine weitverbreitete Meinung über Sex heute ist, dass es ein natürliches Bedürfnis ist. Man vergleicht es mit Essen und Trinken, Schlafen usw. Der Schluss daraus ist, dass man so oft Sex haben soll, wie man eben will, so ähnlich wie wenn man Hunger oder Durst hat. Und wie beim Appetit ist auch Abwechslung dann eine gute Sache. Weiter ist heute die Ansicht wichtig, dass man Erfahrung sammeln muss beim Thema Sex. Auch meinen viele, dass Beziehungen dann klappen, wenn man schon einige Erfahrung beim Sex mitbringt. Und schlussendlich ist heute der Trend, dass es ja einfach alle machen! Also wieso nicht auch ich?!

Wenn wir nochmals den Bibeltext der Schöpfung anschauen, dann heisst es dort von Adam und Eva: **Darum wird ein Mann seinen Vater und seine Mutter verlassen und**

sich mit seiner Frau verbinden. Die zwei sind dann eins mit Leib und Seele (1. Mose 2,24) Wörtlich heisst es da, dass sie „ein Fleisch“ sein werden. Das ist die antike Form zu beschreiben, dass sie Sex haben. Aber es ist eben viel mehr, als nur eine körperliche Vereinigung. Mit „Fleisch“ ist hier der Mensch als Ganzes gemeint, nicht nur sein Körper. Darum ist es eine gute Entscheidung zu übersetzen „eins mit Leib und Seele“. Im Hebräischen Denken gibt es keine Trennung zwischen dem, was wir Seele oder Geist nennen und dem Körper. Der Mensch ist eins. Erst später im griechischen Denken dachte man, dass der Körper der niedere Teil des Menschen ist und das Unsichtbare, der Geist, der höhere, wahre Mensch. Dieses Bild hält sich bis heute. Menschen sagen manchmal, dass man sie für ihre wahre Persönlichkeit, ihr Inneres lieben soll. Aber der Körper gehört zu unserer Person dazu - untrennbar.

Aus Sicht der Bibel ist Sex also nicht nur körperliche Vereinigung oder Spass für Erwachsene, sondern Mann und Frau werden bis ins Innerste, bis in die Seele hinein, zusammengefügt. Die Unterschiede verschwimmen in diesem Moment. Und Sex zu haben bedeutet daher auch, jemanden bis ins Innerste seiner Seele zu kennen. Diese unglaublich starke sexuelle Energie kann nur eine einzige Beziehung aushalten, nämlich der Bund der Ehe: Dieses Versprechen seinen Körper exklusiv einer anderen Person hinzugeben.

Dieser Vers wird im neuen Testament von Jesus und von Paulus an verschiedenen Stellen aufgegriffen und bestätigt, z.B. im Korintherbrief. Korinth war wild, eine Hafenstadt in Griechenland, wo Sex sehr freizügig ausgelebt wurde. Paulus schreibt davon, dass er gehört hat, dass Christen zu Prostituierten gehen, denn sie dachten genau auch, dass dieser Sex nur ihr Körper betrifft. Sie sagten: **»Das Essen ist für den Bauch da und der Bauch für das Essen.« (1. Kor. 6,13)** Oder anders gesagt: „Wenn ich Hunger habe, dann esse ich. Wenn ich Lust habe auf Sex, dann befriedige ich meine Lust“. Paulus hält dagegen: **Oder wisst ihr nicht, dass ein Mann, der mit einer Prostituierten verkehrt, mit ihr eins wird? Denn in der Schrift heisst es: »Die beiden werden zu einer Einheit.« (V. 16)** Paulus verwendet hier diesen Vers aus 1. Mose 2,24 um deutlich zu machen, dass es beim Sex um viel mehr geht. Es ist immer auch eine Verbindung, die ganz tief geht. Was Paulus hier deutlich macht: Alles was wir mit unserem Körper tun, hat Einfluss auf unser ganzes Menschsein. So tief geht Sex.

Was heisst das? Sex ist etwas so wertvolles, dass es einen schützenden Rahmen dafür braucht. Beim Sex machen wir uns verletzlich, wir offenbaren unser Innerstes. Wenn wir Sex haben, ohne das öffentliche Versprechen, füreinander da zu sein, dann kann einer der Partner einfach davonlaufen, von einem Tag auf den anderen. Tim Keller formuliert es so: **Die Bibel sagt uns: Vereinige dich nur dann körperlich mit einer Person, wenn du auch bereit bist, dich emotional, persönlich, sozial, ökonomisch und legal mit ihr zu vereinigen.** Sex ist so wertvoll, dass wir es nicht an den erstbesten verschwenden sollen. Wir haben als Paar mit Sex gewartet bis zur Hochzeitsnacht. Es ist heute eine meiner schönsten Erinnerungen, dass ich meine Frau ausziehen und das erste Mal Sex mit ihnen haben durfte. Ich war auch sehr nervös und ungeschickt, aber wir haben über die Jahre viel gelernt.

Viele Studien zeigen mittlerweile, dass Paare, die früh in ihrer Beziehung mit Sex beginnen, weniger lang zusammen sind. Oder auch: Wer vor dem Heiraten zusammenzieht, hat eine höhere Chance, dass die Beziehung *nicht* hält. Weil Sex so tief geht, können Beziehungen auch länger dauern, als es gut ist. Zwei Menschen sind zusammen, obwohl es nicht gut ist für sie, aber weil sie Sex haben, ist da eine so tiefe Verbindung, dass die Beziehung weitergeht und dann mit viel mehr Schmerz endet, als wenn die beiden kein Sex gehabt hätten. Darum kommt Tim Keller zum Schluss: **Ausserehelicher Sex macht mich nicht freier, sondern wendet sich am Ende gegen mich und vermindert meine Fähigkeit, eine verbindliche, vertrauensvolle Beziehung zu einem anderen Menschen einzugehen.**

.: Eine schönere Sicht auf Sex

Die andere Seite ist, dass die Bibel nicht nur eine wertvollere Sicht auf Sex hat, sondern auch eine schönere, als wir oft meinen. Schon die alten Griechen dachten, dass Sex eigentlich etwas Dreckiges und Erniedrigendes ist. Dieses Denken hat leider auch Einzug gehalten in grossen Teilen der Kirche. Viele Christen denken bis heute, dass Sex etwas Peinliches oder Dreckiges ist.

Doch wenn man den Anfang der Bibel aufmerksam liest, dann entdeckt man, dass Sex von Gott geschaffen wurde und etwas Schönes ist. Als Gott die Menschen schuf mit ihren Körpern als Mann und Frau, sagte er, dass es „sehr gut“ ist. Da gehört auch der Sex dazu. Der erste Auftrag Gottes an die Menschen war: **»Seid fruchtbar und vermehrt euch« (1. Mose 1,27)**. Das war der direkte Auftrag, Sex zu haben! Und am Ende des 2. Schöpfungsberichts heisst es: **Der Mann und seine Frau waren beide nackt, aber sie schämten sich nicht voreinander (1. Mose 2,25)**. Was ich damit deutlich machen will: Der Mensch war sexuell aktiv bevor er gesündigt hatte. Sex wurde von Gott erfunden, zur Freude für die Menschen und es ist etwas Gutes. Aber weil es so etwas Schönes und Wertvolles ist, wurde es vom Bösen und der Sünde aufs Schärfste angegriffen, entstellt und zerstört.

Wir sehen diese schönere Sicht auf Sex auch in anderen Büchern der Bibel. Das Buch Hohelied hat einige ziemlich explizite Beschreibungen vom menschlichen Körper und von Sex. Anscheinend dürfen Orthodoxe jüdische Männer das Buch erst ab 30 lesen, wegen den expliziten Stellen. Den Theologen war das so unangenehm, dass viele sagen, es sei ein Bild für die Beziehung der Gemeinde zu Jesus. Das mag auch sein, aber zuerst wird die körperliche Liebe zwischen Mann und Frau gefeiert. Kapitel 4 ist die Beschreibung der Hochzeitsnacht, als die Frau sich vor ihrem Mann auszieht. Das geht beim Kopf los und dann weiter hinunter: **Dein schlanker Hals ist so herrlich anzusehen wie der Turm Davids, dein Schmuck gleicht tausend prachtvollen Schilden, die daran hängen. 5 Deine Brüste sind wie junge Zwillinge einer Gazelle, die zwischen Lilien weiden. 6 Abends, wenn es kühl wird und die Nacht ihre Schatten über das Land breitet, will ich zu dir kommen – zu dem Hügel, der nach Myrrhe und Weihrauch duftet (Hohelied 4,4-6)** Was mit dem Hügel gemeint ist, ist wohl ziemlich klar. Für unsere Ohren tönen diese Vergleiche nicht sehr schön, aber es sind poetische und vor allem nicht pornographische Beschreibungen eines schönen weiblichen Körpers. Es gibt noch einige solcher Beschreibungen in diesem Buch, die uns zeigen, wie schön Sex ist und wir es geniessen dürfen.

Wer denkt, dass das neue Testament und vor allem Paulus eher sexfeindlich ist, dem möchte ich eine Stelle nur ein Kapitel nach der Warnung vor den Prostituierten zeigen. Dort gebietet er, dass Ehepaare regelmässig Sex haben sollen: **Der Ehemann soll sich seiner Frau nicht entziehen; dasselbe gilt für die Ehefrau ihrem Mann gegenüber. Die Ehefrau gibt ihrem Mann das Recht über ihren Körper, und ebenso gibt der Ehemann seiner Frau das Recht über seinen Körper (1. Kor. 7,2-3).** Diese Aussagen waren in jener Zeit völlig revolutionär. In der Antike hatte ein Mann das Recht über den Körper der Frau, aber ganz sicher nicht umgekehrt. Hier macht Paulus deutlich, dass Sex gegenseitig - für beide! - schön und befriedigend sein soll!

Doch was ist, wenn du schon lange verheiratet bist und das erste Feuer und die grosse Leidenschaft für Sex etwas vorbei ist? Oder was, wenn sich der Partner durch das Kinderkriegen, das Alter und andere Umstände verändert? Hier ein paar Tipps:

1.) Sex als Geschenk sehen. Ich bin derjenige der öfter Sex möchte als meine Frau. Das hat zu Spannungen geführt. Was uns hilft, ist die Idee, dass nicht beide immer einen Orgasmus haben müssen beim Sex. Die Frau kann ihren Körper bewusst auch dem Mann schenken oder umgekehrt und dem anderen die Befriedigung schenken. Ich glaube, dass sexuelle Gedanken für uns Männer die grösste Herausforderung ist und meine Frau hilft mir ungemein, wenn wir regelmässig Sex haben. Und: Die Male, bei denen wir dann beide wollen, sind so schön, wie sie vor 15 Jahren nicht waren.

2.) Sex braucht Zeit und Worte. Für mich als Mann könnte Sex fast immer und an vielen Orten sein. Aber für meine Frau muss das Setting stimmen. Das heisst nicht unbedingt Kerzen usw. Sondern wir müssen Zeit haben, um viel zu reden und auch zu kuscheln und Zeit zu haben, dass unsere Seelen sich ganz nahe kommen. Ich meinerseits wurde früher schnell zornig, wenn meine Frau kein Sex wollte. Ich musste lernen, darüber zu sprechen und gemeinsame Wege zu finden.

3.) Sex als Test sehen. Das heisst nicht, dass wir „gut“ im Sex sein müssen. Vielmehr kann fehlender Sex ein Anzeichen sein, dass die Beziehung ein tieferes Problem hat. Wenn wir wütend sind aufeinander, dann ist diese Distanz im Herzen und auch körperlich zu spüren. Sex ist für uns ein Zeichen, dass wir uns auch sonst nahe sind.

.: Schluss

Wenn du eher die Sicht hast, dass Sex etwas Dreckiges und Peinliches ist, möchte ich sagen, dass wir uns nicht schlecht fühlen müssen, wenn wir starke sexuelle Gedanken haben. **Das Evangelium ist weder gesetzlich noch gesetzlos.** Wir müssen uns nicht schämen, das wäre gesetzlich, aber wir sollen ungute sexuelle Gedanken auch nicht pflegen, das wäre gesetzlos. Wir können nichts für unsere Gedanken, die Frage ist, ob wir sie pflegen und hegen oder unsere Gedanken auf Jesus ausrichten.

Vielleicht hast du aber auch einiges erlebt beim Thema Sex wofür du dich im Nachhinein schämst. Dir möchte ich sagen: Jesus ist stärker als die Scham. Als Jesus am Kreuz gestorben ist, hat er diese Schande auf sich genommen. Er wurde öffentlich blossgestellt, damit du das nicht mehr musst. Und Jesus möchte dich reinigen. Das ist eine Bedeutung des Kreuzes. Du musst dich nicht mehr schämen, du darfst diese Dinge ans Licht bringen vielleicht bei einem Seelsorger oder einem Freund. Und es gibt immer die Chance von nun Sex als wertvoll und schön zu sehen.