

Gottes Plan für die Ehe

11. Sexualität (Teil 2)

Ziel: Sexuelle Probleme lösen.

EINLEITUNG

- I. Niemand muss davon überzeugt werden, dass es früher oder später zu sexuellen Problemen in der Ehe kommt.
 - A. Die meisten Ehepaare haben schon sexuelle Probleme gehabt.
 - B. Das ist ganz normal, denn die Ehe stellt uns immer wieder vor neue Herausforderungen.
 - C. Viele Ehen zerfallen an ihren sexuellen Problemen, weil sie sie nicht lösen können.
 - D. Auch christliche Ehen sind davon betroffen.
 - E. Wie können sexuelle Probleme in der Ehe gelöst oder gar vermieden werden?
- II. In dieser Lektion heute morgen geht es nicht um Lösungsvorschläge von Soziologen, Psychologen, Seelsorgern oder Familientherapeuten usw.
- III. Die folgenden Gedanken befassen sich mit der Frage: Was hat die Bibel zu sagen über die Sexualität in der Ehe?

HAUPTTEIL

I. Die Bibel sagt ausdrücklich: Sex ist natürlich und gut!

- A. Wie schon gesagt in der vorhergehenden Lektion (über voreheliche Beziehungen):
 1. Sex ist ein natürlicher Teil des Ehelebens.
 2. Gott unser Schöpfer hat uns Menschen als sexuelle Wesen geschaffen.
 3. Im Schöpfungsbericht lesen wir, dass Gott der Herr alles ansah, was er gemacht hatte, und mit Zufriedenheit feststellte: „*Es war sehr gut*“ (Gn. 1,31).
 4. Dies beinhaltete auch den sexuellen Trieb des Menschen.
- B. Gleichzeitig stellte der Herr aber auch etwas Negatives fest (Gn. 2,18a): „*Es ist nicht gut, dass der Mensch allein ist. Ich will ihm eine Hilfe machen, ihm gemäss.*“
 1. Wenn es nicht gut war, dass der Mann allein war, dann war es umso besser, wenn er mit einer Frau zusammen sein durfte.
 2. Das bedeutet auch, dass es gut ist in Gottes Augen, wenn der Mann mit einer Frau in der Ehe sich vereint und mit ihr Sex hat.
 3. So schuf Gott aus der Rippe des Mannes eine Frau, die für ihn allein schon deshalb attraktiv war, weil sie sexuelle Unterschiede aufwies.
 4. So ergänzt nun die Frau den Mann in seinen sexuellen Bedürfnissen, aber auch in seelischen Bedürfnissen des Zusammenseins.
 5. Durch Jesus wird die Ehe und der Sex in der Ehe bestätigt und gutgeheissen, indem er auf die Schöpfung zurückblickend sagte (Mt. 19,5): „*Darum wird ein Mann Vater und Mutter verlassen und seiner Frau anhängen, und die beiden werden ein Fleisch sein.*“
- C. Es muss betont werden, dass Sex in Gottes Augen positiv und gut ist.
 1. Zu oft wurde in der Vergangenheit von religiösen Kreisen der Sex als schmutzig, unrein, anstössig und böse dargestellt.
 2. Es gibt Ansichten, die vertreten sogar die Meinung, dass der Sex ein notwendiges Übel sei, um die menschliche Fortpflanzung zu garantieren.
 3. Deshalb sei es Sünde durch den Sex Vergnügen oder gar Befriedigung zu empfangen.
 4. Woher diese Theorien auch kommen; sie stammen nicht von Gott, sondern sie sind menschliche Erfindungen!
 5. Wichtig ist, dass alle Neuvermählten in Christus wissen, dass Gott den Sex geschaffen hat zu ihrem Vergnügen und zur Vertiefung ihrer Beziehung.

6. Sex in der Ehe ist absolut natürlich und gut! (Spr. 5,19b)
7. Dies muss auch deshalb wiederholt gesagt und betont werden, weil es vielleicht Gläubige gibt, die von Kind auf vor Unzucht und vorehelichem sexuellen Umgang gewarnt wurden.
8. Dies könnte dazu geführt haben, dass sie nun als Ehepaare in Bezug auf den Sex gewisse Hemmungen haben.
9. Doch was einst verboten war, das ist nun erlaubt!
- D. Wer Gottes Plan für die Ehe ganzheitlich verstehen will, der muss zugeben, dass auch der sexuelle Teil zur Ehe gehört und genossen werden darf.
- E. Im Hohelied Salomos wird der Sex gefeiert und ausführlich beschrieben:
Hohelied 1,1-4; 7,11-14
 1. Es wird zwar alles ein bisschen sehr poetisch formuliert, aber die sexuellen Gedanken und Phantasien werden sehr eindeutig und klar enthüllt und angeregt.
 2. In diesem Buch wird dargestellt, wie befriedigend eine sexuelle Beziehung zwischen Mann und Frau sein kann.
 3. Sie wächst ganz natürlich aus -
 - a) einer gegenseitigen Anziehung (Er: 1,10.15-16; 2,14; 4,1-7.9-15; 6,4-9; 7,1-9/ Sie: 2,3-4.8-9, 5,10-16),
 - b) dem Wunsch nach körperlicher Nähe (3,1-4),
 - c) dem verbalen Austausch (4,10; 7,10),
 - d) den sexuellen Handlungen (1,2; 2,6; 7,6-13).
 4. Die Bibel ist zwar kein Buch zur Anleitung über Sex.
 5. Aus dem Hohelied kann man aber durchaus Gedanken und Anregungen finden, die das Sexleben in der Ehe bereichern können.

II. Die Bibel warnt: Der Missbrauch von Sex muss vermieden werden!

- A. Wenn der sexuelle Appetit missbraucht wird, dann folgt daraus Sünde.
 1. Wie der Mensch jeden Appetit oder Wunsch missbrauchen kann, so verhält es sich auch mit dem sexuellen Trieb.
 2. Wenn ich zum Beispiel Heißhunger kriege, dann kann ich etwas gesundes essen, oder ich kann mir den Magen vollschlagen mit fettigem und kalorienreichem „Fastfood“.
 3. Auch der Wunsch nach Selbsterfüllung ist grundsätzlich nichts falsches, aber wenn wir unsere Selbsterfüllung suchen, die auf die Kosten des andern gehen, dann kann sie nicht gutgeheissen werden.
 4. So ist auch der sexuelle Appetit nichts Falsches; nur der Missbrauch ist falsch!
- B. Das AT nennt einige sexuelle Sünden beim Namen und verurteilt sie mit der Todesstrafe (Lv. 20,10-17), z. Bsp.:
 1. Ehebruch, Inzest,
 2. Homosexualität, Sodomie usw..
- C. Im NT werden alle diese Sünden und noch mehr vermutlich in einem griechischen Begriff zusammengefasst und zwar mit dem Wort Porneia = Unzucht, Hurerei (Eph. 5,3; 1. Thess. 4,3).
 1. Konkret gesagt, wer will, dass seine Ehe hält, der muss sich vor Ehebruch und vor Unzucht jeglicher Art in acht nehmen.
 2. Denn Ehebruch und Unzucht kann eine Ehe zerstören.
 3. Deshalb heisst es im Hebräer 13,4: „*Die Ehe werde bei allen in Ehren gehalten, und das Ehebett bleibe unbefleckt.*“
 4. Bei der Trauung geloben sich Mann und Frau die lebenslange Treue.
 5. Zu oft brechen Ehen auseinander, weil einer der Partner seinem Gelöbnis untreu geworden ist.
- D. In den Sprüchen werden Männer vor der Ehebrecherin gewarnt (Spr. 5,1-23; 6,20 – 7,27): **Sprüche 7,1-5.16-27**
 1. Ehebruch beinhaltet schreckliche Konsequenzen für eine Ehe.

2. Gott will, dass wir Männer uns der Frau unserer Jugendzeit erfreuen (Spr. 5,18).
- E. Um einen Ehebruch zu vermeiden, gilt es für Mann und Frau folgendes zu beachten:
1. Meide Situationen, in denen du in Versuchung geraten könntest!
 - a) Das heisst; halte dich nicht allein zusammen mit einem anders geschlechtlichen Menschen in einem Raum auf (Bsp. Wohnung).
 - b) Besprich auch deine Eheprobleme nicht mit einem Menschen, den du sexuell attraktiv findest, oder umgekehrt.
 - c) Wenn sich jemand für dich unschicklich interessiert, dann meide diese Person.
 2. Konzentriere dich darauf, mit deinem Ehepartner sexuelle Befriedigung zu finden!
 - a) Diszipliniere deine Gefühle und Gedanken so, dass keine andere Person in Frage kommt, mit der du deine sexuellen Leidenschaften pflegen möchtest.
 - b) Spar dir deine sexuelle Lust für die nächste Begegnung mit deinem Ehepartner auf.
 3. Diene deinem Ehepartner so, dass er oder sie sexuell befriedigt wird!
 - a) Das Ziel ist nicht Erfüllung, sondern Befriedigung.
 - b) Niemand behauptet, dass jeder in der Ehe die sexuelle Erfüllung findet.
 - c) Es ist aber mindestens möglich, dass beide sexuelle Befriedigung erzielen können.
 - d) Dazu zählt, dass jeder nicht nur an seine Befriedigung denkt, sondern auch an die des Andern.
 - e) Das heisst; diene deinem Partner so, dass du ihm oder ihr immer besser Vergnügen bereiten kannst, während eurer intimen Zeit, die ihr zusammen verbringt.
 - (1) Es kann heute gesagt werden, dass bei einem Ehebruch der „Unschuldige Teil“ oft nicht ganz unschuldig war.
 - (2) Der Grund ist meistens der, dass er sich zu wenig um den Andern gekümmert hat.
 - (3) Paare, die einander in sexueller Hinsicht dienen, sind weniger gefährdet für Ehebruch und Unzuchtshandlungen.
 - f) Auch der sexuelle Umgang erfordert ein aktives und unermüdliches Interesse und auch Bemühen um den andern.
 - (1) Man lernt nie aus!
 - (2) Es ist wie bei allem andern in der Welt: Es ist noch kein Meister vom Himmel gefallen!
 - (3) Um auf irgendeinem Gebiet Experte zu werden, braucht es viel Wissen und Erfahrung!

III. Die Bibel lehrt: Niemals soll der Ehepartner des Sexes beraubt werden!

- A. Kein Ehepartner hat das Recht, sich dem andern zu entziehen oder den andern gar mit Sexentzug zu bestrafen: **1. Korinther 7,1-5**
1. Hier wird gesagt, dass der Sex in der Ehe nicht nur der Vermehrung dient.
 - a) Sexuelle Intimität in der Ehe dient schon dazu, Kinder zu kriegen.
 - b) Sex dient auch dazu, die Einheit und die Liebe in der Ehe zu fördern.
 - c) Sex befriedigt biologische und psychologische Bedürfnisse.
 2. Es wird gesagt, dass beide, Männer und Frauen sexuelle Bedürfnisse haben.
 - a) Jedes Paar ist dabei unterschiedlich.
 - b) Es ist nicht in jeder Paarbeziehung so, dass nur der Mann diesbezüglich seine Wünsche hat.
 - c) Es gibt auch Paare, wo die Frau sexuell aktiver ist als der Mann und deshalb diesbezüglich grössere Erwartungen hat als der Mann.
 3. Es wird ausdrücklich betont, dass keiner den andern des Sexes berauben soll.
 - a) Denn weder der Mann noch die Frau besitzen die Vollmacht über ihren eigenen Körper, sondern der Ehepartner (ohne Missbrauch!)

- b) Sex als eine Waffe zu benützen ist gegen den Geist Gottes.
- c) Die Welt mit ihren gottlosen Filmen übt einen starken Einfluss auf uns Christen aus, doch wir dürfen Gottes Prinzipien nicht mit den falschen Ideen der Welt eintauschen.
- 4. Es ist von einer Ausnahme die Rede, in der sich ein Ehepaar dem Sex entziehen soll.
 - a) Drei Konditionen sind mit dieser **Ausnahme** verknüpft:
 - (1) um Zeit für das Gebet zu pflegen,
 - (2) für eine relativ kurze Zeit,
 - (3) im gegenseitigen Einverständnis.
 - b) Aus diesen Aussagen können wir gleichzeitig entnehmen, dass in der Ehe ein regelmässiger sexueller Umgang zum Vergnügen normal ist.
- B. Das alles wird in der Bibel über Sex in der Ehe gelehrt.

IV. Die Bibel erklärt: Das Eheleben hat nicht nur mit Sex zu tun!

- A. Sex ist weder der einzigste, noch der wichtigste Aspekt in einer Ehe.
 - 1. Wir leben in einer Gesellschaft, die von Sex besessen ist.
 - 2. Überall wird der Sex betont, sei es in der Werbung oder in der Unterhaltung.
 - 3. Deshalb sind die Meisten davon überzeugt, dass eine gute Ehe nur dann gut sei, wenn sie ein grossartiges Sexleben aufweise.
 - a) Viele sind der Meinung, dass zu jeder Ehe ein bestimmter Leistungsstandart erfüllt werden muss, damit eine Ehe nicht fehlschlägt.
 - b) Das ist völliger Unsinn!
 - c) Nur unsere gottlose Gesellschaft misst dem Sex in der Ehe einen solch hohen Stellenwert bei.
 - d) Die Bibel bestätigt diese Meinung in keiner Weise!
- B. Die Bibel lehrt, dass der Sex natürlich und gut ist, aber nirgends wird gesagt, dass der Sex in der Ehe grundsätzlich notwendig ist für eine glückliche Ehe.
 - 1. Viele meinen fälschlicherweise, dass wenn das Sexleben nach einigen Jahren ein bisschen mehr in den Hintergrund rückt, ihre Ehe auch am zerbröckeln sei.
 - 2. Sex ist keine Leistung, in der Ehepaare erfolgreich sein müssen, um eine glückliche Ehe führen zu können.
 - 3. Für uns Christen ist es wichtig, dass wir uns von den fleischlichen Ideen der Menschen absondern und verstehen, dass die sexuelle Intimität in der Ehe nicht überbetont werden darf.
 - 4. Es gibt Paare mit einem guten Sexleben, aber mit einer schlechten Ehe.
 - 5. Und es gibt Paare, die sich sexuell nicht richtig verstehen gelernt haben, aber eine ausgezeichnete Ehe führen.
 - 6. Es ist nirgends erwiesen, dass es zu einer glücklichen Ehe auch ein erfüllendes Sexleben braucht.
- C. Viel wichtiger, als ein Experte in sexuellen Techniken zu sein, ist die Fähigkeit, den Ehepartner
 - 1. zu lieben mit der Agape-Liebe,
 - 2. zu verstehen in seiner Art, vergebend zu sein,
 - 3. selbstlos und dienend zu sein,
 - 4. ertragend und geduldig zu sein usw.
- D. Wenn ein Ehepaar diese Charakterzüge entwickeln kann, dann wird es gemeinsam glücklich.
 - 1. Sex in der Ehe sollte deshalb als einen Teil eines ganzen Pakets betrachtet werden.
 - 2. Es sollte niemals überbetont werden!
 - 3. Denn das, was es auf allen Gebieten des Ehelebens zu jeder Zeit braucht, ist nicht Eros, sondern Freundlichkeit und Einfühlsamkeit usw.

4. Diese Eigenschaften spielen im Zusammenleben eines glücklichen Paares eine weit grössere Bedeutung als Sex.

SCHLUSSTEIL

- I. Gottes Wege bringen Glück und Zufriedenheit in jede Ehe!
 - A. Seine Anleitungen bringen Erfüllung auf jedem Gebiet des Lebens, die sexuelle Beziehung miteingeschlossen.
 - B. Wenn Ehepaare sich bemühen das umzusetzen, was die Bibel über Sexualität lehrt, dann werden sie die sexuellen Probleme lösen können, die auf sie zukommen.
- II. In jeder Ehe gibt es Probleme!
 - A. Doch Probleme sind dazu da, um mit Gottes Hilfe gelöst zu werden!
 - B. Je grösser und stärker unser Glaube ist, desto besser können alltägliche Probleme gelöst und überwunden werden!
 - C. Möge der Herr unseren Glauben mehren, damit wir mit den Herausforderungen in unseren Ehen erfolgreich umgehen können!