

## Überblick

# Was ist das oberste Gebot im Schlafgemach?

Und dann trat  
Jesus in unser  
Schlafzimmer...

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

In die Berge oder  
ans Meer?

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 freudig für eheliche Sexualität.
- Welche Regeln / Gebote gelten dort?



## Das oberste Gebot (Mt 22,36-40 NBH)

„Was ist das wichtigste Gebot von allen?“, fragte [der Gesetzesgelehrte 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.“



## Das oberste Gebot (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: Gilt das auch für „den Nächsten“ im Ehebett“? Ja! Ihm gehört alles, was ich (in Substanz) mir selber wünsche. D.h.: 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.“ (verfügen = herrschen / Das Recht auf Kontrolle haben: Dasselbe Wort wie in Lk 22, 25; Mt 20:25; 1Kor 11,3)



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

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?



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

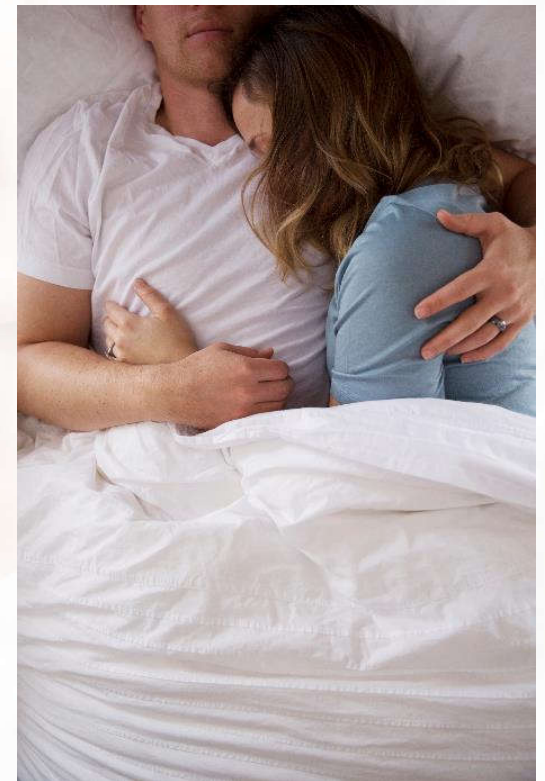
Die Forscher zweifeln und geben ihrer Studie ein vergiftetes Motto: »Wie man den Kuchen verschenkt und ihn trotzdem verputzt«. Denn die generöse Geste ist scheinheilig und zeigt, wie man auch noch Freundlichkeit und Empathie zum Gegenstand eiskalten Kalküls machen kann. Der Mensch ist ein mieses Monster.

VON BURKHARD STRASSMANN (Die ZEIT Nr. 41/2018)



# Geben ist seliger als nehmen

- Jesus zitiert in Apg 20,25
- Ein wichtiger Grundsatz – kein Gebot für jeden Teil einer Minute!
- Es muss auch jemanden geben, der nimmt!
- Praxistipp
- Tötet durch den Grundsatz nicht das Ziel des Grundsatzes!



## In die Berge oder ans Meer?

- Bekannt aus der Urlaubsplanung: Gleichzeitig geht manches oft nicht.
- Was sagt die Vernunft?
- Warum nicht auch ein Team sein im Intimleben?
- 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

- Gib dich deinem Partner hin und erfülle seine Bedürfnisse.
- Spontaneität ist prima. aber nicht, wenn du Familie hast. Also macht euch einen Plan.
- Sage, wenn du heute eigentlich nichts empfangen magst. „Heute bin für dich da. Lehn dich zurück und lass mich machen.“ (Gib dir dennoch „on the way“ eine Chance. Ihr seid ein intimes Team, keine Lieferanten-Kunden-Beziehung!)
- »Ich schlafe mit meinem Mann, damit er nicht mit anderen schläft.“. La Hays: „Männliche Erotik, die zu Hause erfüllt wird, lechzt nicht draußen nach mehr.“ (Tipp, aber keine Rechtfertigung!)