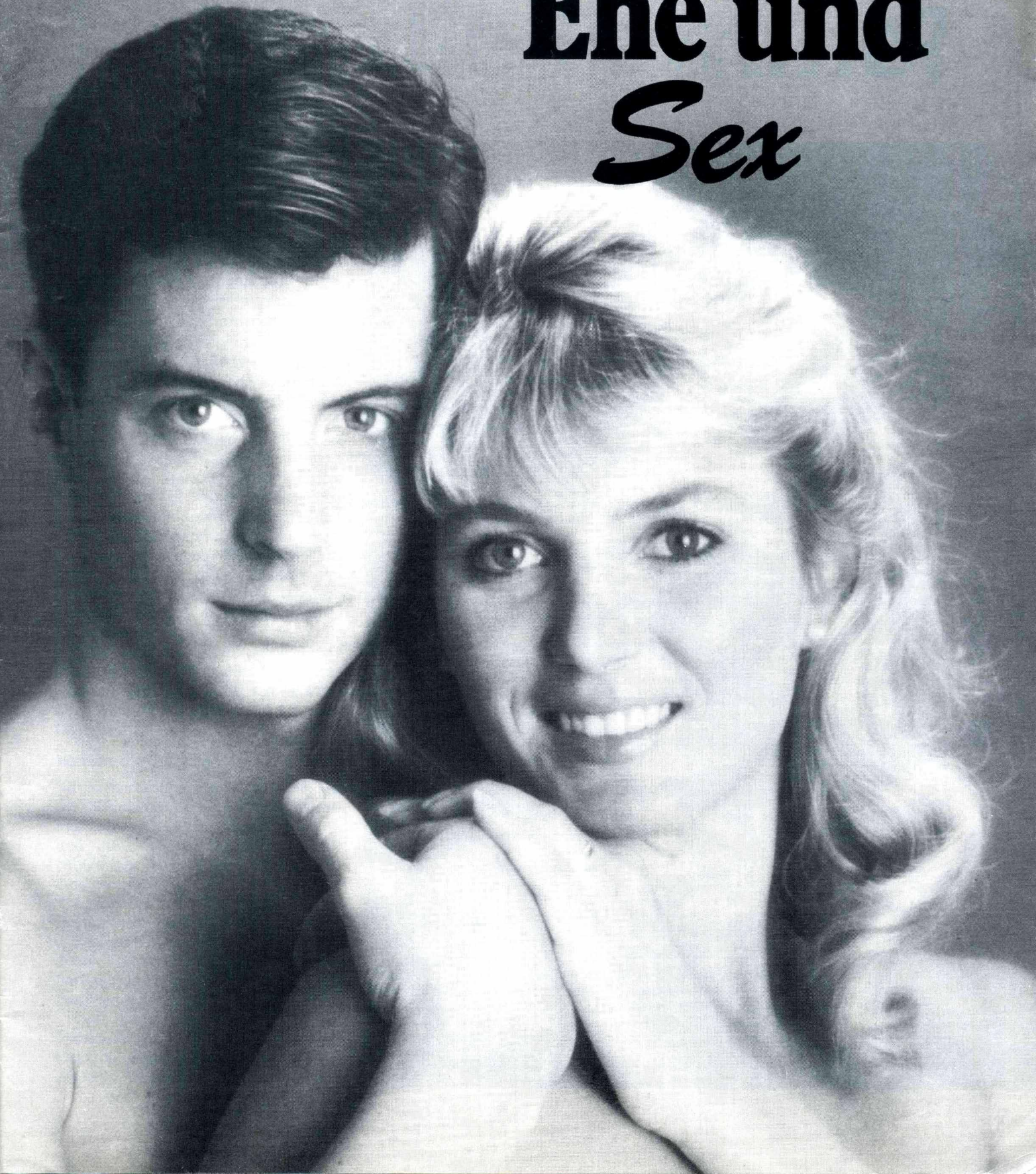


Liebe, Ehe und *Sex*



„Warum die Familie?“ — von Herbert W. Armstrong (1892-1986)
© 1985 Ambassador College

„Liebe, Ehe und Sex!“ — von Ronald D. Kelly
© 1984 Ambassador College

„Bevor Sie Ihr Ja-Wort geben“ — von Gary Antion
© 1982 Ambassador College

„Fünf Wege, Ihren Partner zu lieben“ — von Earl H. Williams
© 1983 Ambassador College

„Das größte Geschenk, das Sie Ihren Kindern machen können“ — von Ronald D. Kelly
© 1985 Ambassador College

„Geständnisse eines vielbeschäftigten Vaters“ — von Earl H. Williams
© 1985 Ambassador College

„Familienbindungen stärken“ — von Ronald D. Kelly
© 1983 Ambassador College

„Gewalt in der Familie: Die heimliche Sünde“ — von Ronald D. Kelly
© 1984 Ambassador College

„Die Wechseljahre — jetzt darauf vorbereiten!“ — von Ronald D. Kelly
© 1985 Ambassador College

„Die Kunst, Großeltern zu sein“ — von Ronald D. Kelly
© 1985 Ambassador College

Titelfoto: Nathan Faulkner

Alle Rechte vorbehalten

FOTOS: Seite 1: Hal Finch; Seite 5: Hal Finch; Seite 7 – 8: G.A. Belluche Jr. & Warren Watson;
Seite 10 – 12: G.A. Belluche Jr., Nathan Faulkner, Hal Finch, Warren Watson; Seite 15 – 16:
Hal Finch; Seite 18: Nathan Faulkner; Seite 19: Hal Finch; Seite 21: Hal Finch; Seite 24 – 25:
Hal Finch; Seite 27: Hal Finch.

Halten Sie nun einen Moment inne und überlegen Sie: Warum ist die menschliche Lebensgemeinschaft Ehe von Gott gewollt?

Tiere pflanzen sich fort, aber sie heiraten nicht! Sie haben einen angeborenen Instinkt und bedürfen geringer oder gar keiner Unterweisung. Sobald ein Kalb zur Welt gekommen ist, wird es anfangen, sich unsicher zu erheben, während die Kuh nur wartend daneben steht. Sie braucht ihrem Kalb nicht beizubringen, wie es sich zu bewegen, zu fressen oder irgend etwas anderes zu tun hat. Wenn auch noch etwas schwankend und unsicher in den ersten Minuten, so ist das Kalb doch bald auf den Beinen und bewegt sich davon.

Aber bei den Menschen ist all das anders. Das Neugeborene steht nicht auf und holt sich nicht sogleich seine Nahrung. Das kleine Baby ist hilflos. Es hat einen Verstand — aber bei seiner Geburt noch keine Kenntnisse; diese müssen ihm vermittelt werden! Dazu bedarf es seiner Eltern! Das Baby entwickelt sich bei weitem langsamer als andere Lebewesen, doch sein Potential ist auch unendlich viel größer! Und um dieser höheren Bestimmung gerecht zu werden, sind elterliche Führung und Familienleben notwendig!

Gott schuf das Vieh „nach seiner Art“. Er machte „alle gefiederten Vögel, einen jeden nach seiner Art“. Den Menschen aber schuf er nach der Gott-Art!

Warum die Familie?

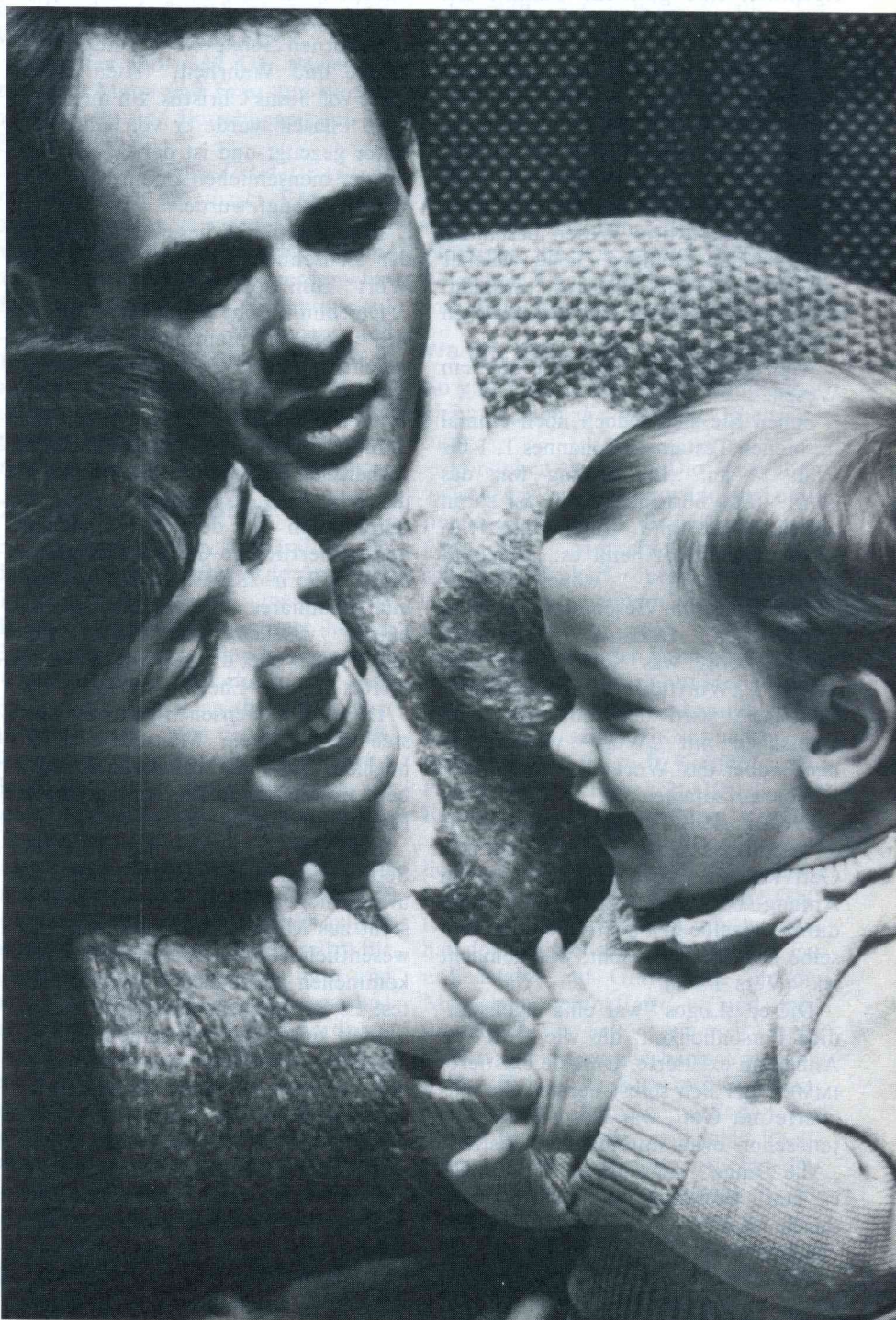
So unglaublich es auch für jene, die die Offenbarung der göttlichen Wahrheit nicht verstehen, klingen mag — und nur eine verschwindend kleine Minderheit begreift sie — Gott ist eine Familie!

Lassen Sie mich diese erstaunlichste Erkenntnis aller Zeiten verdeutlichen!

Kehren Sie zunächst einmal zu den ersten Worten der uns von Gott offenbarten Erkenntnisse zurück: „Am Anfang schuf Gott Himmel und Erde.“

Gott ließ Mose diese Worte auf Hebräisch und nicht wie oben auf Deutsch niederschreiben. Der hier mit „Gott“ wiedergegebene hebräische

WARUM die Familie?



Ausdruck lautet *Elohim*, ein Wort, das für einen Mehrzahlbegriff steht, jedoch wie die Wörter Familie, Gruppe, Mannschaft in der Einzahl gebraucht wird: eine Familie, die jedoch aus mehr als einer Person besteht; eine Gruppe, die, setzte sie sich nicht aus mehreren Mitgliedern zusammen, keine mehr wäre; eine Sportmannschaft bestehend aus zwei oder mehr Spielern neben einer Reihe von Ersatzleuten.

Heute ist fast unbekannt, daß Gott eigentlich eine göttliche Familie ist. Eine Familie. Jene Familie ist EIN Gott.

Ein schlauer Satan hat die Menschen dazu verleitet, sich fast jedes nur erdenkliche andere Bild von Gott zu machen. Die meisten sind dazu verleitet worden zu glauben, Gott stehe nur für DREI Wesen — wobei sie dann Gott auf diese drei Wesen beschränken und den Heiligen Geist, welcher von Gott und Christus ausgeht, fälschlicherweise als ein Einzelwesen betrachten.

Andere glauben, Gott sei nur ein Wesen.

Sehen Sie sich jedoch noch einmal im Neuen Testament Johannes 1, 1 bis 5 u. 14 an: „Im Anfang war das Wort.“ Das hört sich doch fast so an wie die Stelle im 1. Buch Mose 1, 1, nicht wahr? Dort heißt es: „Am Anfang schuf GOTT . . .“, wobei EIN Gott für mehr als ein Wesen steht. Das im griechischen Original verwendete Wort *Logos*, was soviel heißt wie „Wort“, „Wortführer“, „enthüllender Gedanke“, wird bei Johannes 1 im Deutschen mit „Wort“ wiedergegeben, wobei das Wort als Wesen oder Person aufzufassen ist.

Weiter heißt es bei Johannes 1: „. . . und das Wort war bei Gott, und Gott war das Wort. Dasselbe war im Anfang bei Gott. Alle Dinge sind durch dasselbe gemacht, und ohne dasselbe ist nichts gemacht, was gemacht ist“ (Vers 1–4).

Dieser „Logos“ war eine eigenständige Persönlichkeit, die wie Gott von Anbeginn existierte. Und sie existierte IMMER aus sich selbst heraus. Sie existierte mit Gott, war Gott. Beide hatten schon ewig miteinander existiert. „Alle Dinge“ (an anderer Stelle heißt es statt dessen „das All“) wurden durch dasselbe — das Wort, der göttliche Sprecher — erschaffen.

Schauen Sie sich jetzt aber Vers 14 an: „Und das Wort ward Fleisch und

Die Ehe ist ein physischer Bund zweier Menschen; sie ist aber eine göttliche Institution. Sie ist nicht das Ergebnis einer Entwicklung und keine Erfindung des Menschen!

wohnte unter uns, und wir sahen seine Herrlichkeit, eine Herrlichkeit als des eingebornen Sohnes vom Vater, voller Gnade und Wahrheit.“ Hier ist die Rede von Jesus Christus. Im menschlichen Fleisch wurde er von Gott dem Vater gezeugt und ist der einzige, der vor der menschlichen Geburt auf diese Weise gezeugt wurde.

Zum Zeitpunkt dieser Zeugung und der menschlichen Geburt wurde „das Wort“ zum Sohn Gottes.

Der himmlische Vater sagte von Jesus: „Dies ist mein lieber Sohn, an welchem ich Wohlgefallen habe“ (Matth. 17, 5). Im Gebet sprach Jesus Gott mit „Vater“ an — Vater und Sohn, ein familiäres Verwandtschaftsverhältnis. Bei der Auferstehung zu unsterblichem Geistleben wird die Kirche sich mit dem auferstandenen und verherrlichten Christus vermählen (Eph. 5, 25 u. 28). Wir haben hier also ein familiäres Verwandtschaftsverhältnis zwischen Vater, Sohn, Mann und Frau, wobei die geborenen Kinder Gottes für die Ehefrau stehen.

Durch den Menschen vermehrt Gott sich selbst. Dem Menschen ist als höchste Gabe die Möglichkeit gegeben, wahrhaftig in die heilige Gottesfamilie hineingeboren zu werden!

Begreifen Sie, was das bedeutet? Selbstverständlich besteht Gott aus unsterblichem Geist. Der Mensch besteht aus Materie! Der herausragende, wesentliche Punkt aber liegt im vollkommenen geistlichen Charakter Gottes! Es ist hauptsächlich seine Allwissenheit zusammen mit seinem heiligen gerechten Charakter, was Gott von jedem anderen lebenden Wesen unterscheidet. Kein Tier besitzt dieses Potential, aber es ist die wahre Bestimmung des Menschen. Natürlich besitzt Gott auch uneingeschränkte Allmacht. Aber ohne gerechten Charakter wäre diese Macht zerstörend und gefährlich!

Was ist unter diesem rechtschaffe-

nen geistlichen Charakter zu verstehen?

Es ist die willentliche Fähigkeit eines eigenständigen, unabhängigen Wesens zu lernen, das Wahre und Richtige vom Falschen zu unterscheiden, und zudem die Selbstdisziplin aufzubringen, das Richtige zu wollen und es auch wirklich zu tun. Und wo ist festgelegt, was das Richtige ist? Im geistlichen Gesetz Gottes!

Dies setzt voraus, daß jeder einzelne Mensch ein eigenständiges Wesen ist mit einem eigenen Verstand — mit der Möglichkeit, frei über sein Handeln entscheiden zu können. Es erfordert Verstand, um Wissen aufzunehmen, vernünftig zu urteilen, zu denken, zu planen, zu erfinden, Schlüsse zu ziehen, zu wollen und zu handeln.

Leblose Gegenstände haben keinen Verstand, fällen keine Entscheidungen und haben keinen Charakter. Tiere haben Instinkt; sie verfügen jedoch nicht über das dem Menschen eigene Ich-Bewußtsein, nehmen kein Wissen auf und können demzufolge auch nicht abstrakt denken. Tiere schaffen keine ethischen Grundsätze, stellen sie nicht in Frage und entscheiden auch nicht, ob sie sie einhalten sollen.

Menschen besitzen von Geburt an Verstand; sie müssen unterwiesen werden und lernen. Der menschliche Verstand kann Wissen aufnehmen und daraus Schlüsse ziehen — kreativ denken, Pläne formulieren, Entscheidungen treffen, Urteile fällen und Selbstdisziplin üben. Der Mensch hat die Anlage zur Heranbildung von gerechtem Charakter. Dieser bildet sich jedoch nicht von einem Moment zum anderen; seine Entwicklung beruht auf Erfahrung, und Erfahrung erfordert Zeit.

Ein Säugling kommt ohne Wissen auf die Welt, hat jedoch die Anlagen zum Erwerb von Kenntnissen und zur Heranbildung von gerechtem Charakter. Der Mensch hat die unvorstellbar hohe Möglichkeit, mit Gottes eigenem heiligen Geist ausgestattet zu werden, um ihm so das göttliche Wesen zu verleihen und seinen Verstand mit der Fähigkeit zu begaben, offenbartes geistliches Wissen zu verstehen!

Säuglinge bedürfen in ihrer Hilflosigkeit der zärtlichen Umsorgung und liebevollen Unterweisung sowie der geduldigen Übung und Schulung, der herzlichen Zuneigung und Liebe von Mutter und Vater. Sie brauchen die

Wärme, den Schutz und die Sicherheit der Familie und des häuslichen Lebens. Und sie sind von höchster Bedeutung — denn sie sind die potentiellen Erben Gottes!

Tiere haben nie in familiärer Beziehung zueinander gestanden. Auch Engel haben nie Familienstatus genossen. Die Familienbeziehung ist eine Beziehung auf göttlicher Ebene — nicht auf der Ebene von Engeln. Und sie ist eine Gabe Gottes an den Menschen! Denn der Mensch soll in die Familie Gottes hineingeboren werden.

Warum heiraten?

Unter allen Lebensformen der Schöpfung Gottes — ob Pflanze, Tier oder Engel — wurde allein der MENSCH für die Ehe, für ein Heim und ein Familienleben geschaffen!

Der Mensch besteht — gegenwärtig — aus Materie. Doch in ihm, und nur im Menschen, nimmt die Schöpfung Gottes ihren Fortgang! Durch Reue, völlige Ergebenheit gegenüber Gott und Annahme Christi können Menschen in ihrem Wesen und in ihrer Einstellung bekehrt werden, können sie Gottes heiligen Geist empfangen. So werden sie tatsächlich als Gottes Kinder gezeugt. Sie können mit Gott in direktem Kontakt stehen und ihn Vater nennen! Sie sind durch eine Vater-Sohn-Beziehung mit Gott verbunden!

Das ist keinem anderen Lebewesen — nicht einmal Engeln — vergönnt! Engel wurden und können auch nie von Gott gezeugt und geboren werden! Jeder Engel ist eine eigenständige Schöpfung, und keines dieser Wesen kann jemals zur Gottfamilie oder zum heiligen Reich Gottes gehören!

Beachten Sie, was Gott sagt: „Denn zu welchem Engel hat Gott jemals gesagt: ‚Du bist mein Sohn, heute habe ich dich gezeugt‘? und abermals: ‚Ich werde sein Vater sein, und er wird mein Sohn sein‘?“ (Hebr. 1, 5).

Weder Tier noch Engel, noch irgendein anderes Wesen mit Ausnahme des Menschen kann durch einen geistlichen Fortpflanzungsprozeß im wörtlichen Sinne gezeugt und dann wahrhaftig in die heilige Gottesfamilie hineingeboren werden!

Menschen sind — sofern sie durch Jesus Christus bekehrt wurden — Erben der Gottesfamilie. Sie werden in

die göttliche Familie eingehen und sind schon jetzt gezeugte Kinder Gottes. Deshalb hat Gott die Familienbeziehung dem Menschen vorbehalten.

Familienbeziehungen setzen Eheschließungen voraus!

Sie bedingen gleichsam die Beziehung zwischen Mann und Frau! Diese wiederum setzt die Heirat und Treue im Bund der Ehe voraus! Die Kirche Gottes ist nichts anderes als die Gesamtheit der gezeugten Kinder Gottes. Und sie ist in ihrer Gesamtheit die versprochene Braut Christi, die Christus bei der Auferstehung und seiner Wiederkunft zugeführt wird!

Begreifen Sie nun? Die Beziehung zwischen Mann und Frau und die Familienbande sind Beziehungen auf der Ebene Gottes!

Da das eigentliche Ziel der Existenz von Menschen auf dieser Erde darin besteht, gezeugt zu werden und dann in die Gottesfamilie — das Reich Gottes — hineingeboren zu werden, hat der Ewigelebende diese Beziehung auf Gott-Ebene für die Menschen, und nur für sie allein, geschaffen! Welch ein herrliches Vorrecht ist es, Mensch zu sein — dem die Ehebeziehung jetzt gegeben wird, der Christus heiraten und Teil der Gottfamilie werden kann.

Die versprochene Braut

Es gibt eine weitere Begründung für die Institution der Ehe in der menschlichen Familie. Sie soll uns als Lehre dienen, uns ständig an unsere heilige Beziehung zu Jesus Christus erinnern!

Die entscheidende Lehre lautet: „Die Frauen seien untertan ihren Männern als dem Herrn. Denn der Mann ist des Weibes Haupt, gleichwie auch Christus das Haupt ist der Gemeinde, die er als seinen Leib erlöst hat. Aber wie nun die Gemeinde ist Christus untertan, so seien es auch die Frauen ihren Männern in allen Dingen. Ihr Männer, liebet eure Frauen, gleichwie auch Christus geliebt hat die Gemeinde und hat sich selbst für sie gegeben, auf daß er sie heiligte, und hat sie gereinigt durch das Wasserbad im Wort [sofern es gehalten wird, befreit das Wort von Irrtümern], auf daß er sie sich selbst darstellte als eine Gemeinde, die herrlich sei [verklärt — göttlich], die nicht habe einen Flecken oder Runzel oder etwas dergleichen, sondern daß sie heilig sei und unsträflich. So sollen auch die Männer ihre

Frauen lieben wie ihren eigenen Leib . . . Denn wir sind Glieder seines Leibes. ‚Um deswillen wird ein Mensch verlassen Vater und Mutter und seinem Weibe anhängen, und werden die zwei ein Fleisch sein‘. Dieses Geheimnis ist groß; ich rede aber von Christus und der Gemeinde“ (Eph. 5, 22 – 32).

Beachten Sie: Deshalb — wegen der bevorstehenden Eheschließung (im geistlichen Sinne) zwischen Christus und der Kirche, mit der Kirche, die ihm gegenwärtig noch als Braut versprochen ist und mit ihm die Ehe eingehen will — deshalb ist die Ehe eine Institution, die Gott für die Menschen bestimmt hat! Nicht aber für Tiere! Nicht für Engel!

Beachten Sie nun Offenbarung 19, 7, wo von der glorreichen Wiederkunft Christi die Rede ist: „ . . . die Hochzeit des Lammes [Christi] ist gekommen, und seine Braut hat sich bereitet!“ Nur jene, die sich bereitet haben und gerechten Charakter besitzen, werden ihm dann als Braut zugeführt werden!

Warum Heim und Familie?

So gibt es also neben der Familienbeziehung auch die göttliche Ehebeziehung.

Verstehen wir also: Die Beziehung zwischen Mann und Frau und die Familienbeziehung sind Beziehungen auf Gott-Ebene. Menschen haben Entscheidungsfreiheit über ihr eigenes Handeln. Nie zwingt Gott jemandem echte Bekehrung auf — d.h. sein tatsächlich gezeugter Sohn zu werden. Doch die Absicht, die Gott hier auf Erden verfolgt, heißt: seine Familie zu erweitern, sich selbst zu vermehren — durch Christus „viel Kinder . . . zur Herrlichkeit“ (Hebr. 2, 10) in das Reich Gottes hineinzuführen.

Da das eigentliche Ziel der menschlichen Existenz auf dieser Erde darin besteht, gezeugt und dann in die Gottesfamilie hineingeboren zu werden, hat der Ewigelebende jetzt diesen Familienstatus auf Gott-Ebene für die Menschen geschaffen — und ausschließlich für sie!

Was für ein wunderbares Vorrecht, in den Genuß der Ehe- und Familienbeziehung zu kommen, auf daß wir bereit sind für die geistliche Ehelichung Christi und den göttlichen Familienstatus, für die Ewigkeit im Reich Gottes! □

Liebe, Ehe und Sex!

Die richtige Reihenfolge ist von großer Bedeutung.

Diese drei überaus wichtigen Lebenselemente werden oft schrecklich durcheinandergebracht.

Manche Paare verlieben sich, heiraten aber nie. Andere heiraten, lieben sich jedoch nicht. Millionen versuchen es mit Sex, ohne daß Liebe dabei ist. Wieder andere lieben sich und sind verheiratet, aber ihnen entgeht die Bedeutung einer gesunden, geregelten Sexualbeziehung.

Nur wenige scheinen die drei Elemente — Liebe, Ehe und Sex — in die richtige Ordnung zu bringen.

Liebe baut eine Beziehung auf

Sie kennen sicher den seltsamen, aufregenden Kitzel, der gar kein Ende nehmen will. Man glaubt, Sternschnuppen zu sehen, und hat das Gefühl, man Schwebe auf Wolken. Und man hätte die ganze Nacht durchtanzen können...

Erst später geht einem dann auf, daß das überhaupt keine Liebe war. Die Eltern versuchten einem klarzumachen, daß es nur eine Schwärmerei war, bloße Verliebtheit.

Vielleicht haben Sie diese Art von „Liebe“ sogar drei-, viermal oder noch öfter erfahren und jedes Mal geglaubt, das neue Gefühlserlebnis sei nun wirklich die wahre, ewige Liebe.

Leider machen Tausende schreckliche Fehler, weil sie nicht wissen, wie man mit pubertären Gefühlen umgeht.

Das Ergebnis sind oft voreheliche Intimbeziehungen, die ihrerseits häufig voreheliche Schwangerschaften zur Folge haben — und Millionen unehelicher Kinder pro Jahr.

Andere, die ihre „Liebes“gefühl falsch verstehen, stürzen sich in Frühehen. Viele, die unter solchen Bedingungen heiraten und nicht wieder geschieden werden, sind nicht wirklich glücklich. Um der Kinder willen, aus religiösen oder finanziellen Gründen halten sie an der Ehe fest. Wahre Liebe jedoch kennen sie nicht — tröstlos!

Ebenso herrscht viel Verwirrung darüber, wo und wann die sexuelle Beziehung ihren rechten Platz hat. Unsere „befreite“ Gesellschaft motiviert uns, Sex auf jede beliebige Art zu praktizieren — egal wann, wie und warum. Bei „gegenseitigem Einverständnis“ ist alles erlaubt.

Die von Gott gegebene Formel für Glück und Erfolg in der Ehe wird dabei völlig ignoriert. Diese Formel finden Sie in der Überschrift dieses Artikels: Lieben Sie, heiraten Sie und führen Sie ein gesundes Sexualleben. Sie können keine Ehe ohne Liebe aufbauen. Und Sex sollte *niemals* außerhalb der Ehe vorkommen.

Was ist nun Liebe?

Wenn Sie sich nur ein Wort aussuchen dürften, um Gott zu beschreiben, „LIEBE“ wäre das beste. Der Apostel Johannes hat es ganz einfach ausgedrückt: „...Gott ist Liebe“ (1. Joh. 4, 8).

Gottes Wesen und Gottes Tun

öffnet uns das Verständnis für das tiefe, bedeutsame Gefühl, das man „Liebe“ nennt.

Am deutlichsten hat sich Gottes Liebe geoffenbart in seinem allergrößten Geschenk für die Menschheit: „Denn also hat Gott die Welt geliebt, daß er seinen eingebornen Sohn gab, auf daß alle, die an ihn glauben, nicht verloren werden, sondern das ewige Leben haben“ (Joh. 3, 16).

Liebe ist nämlich nicht ein eigensüchtiges, prickelndes Gefühlserlebnis, wie es etwa ein flammernder Sonnenuntergang an einem orangefarbenen Abendhimmel vermittelt. Sie ist nicht das Gefühl des Begehrens und der Leidenschaft, das so oft mit „Liebe“ verwechselt wird.

Wirkliche Liebe ist die Fähigkeit, seine eigensüchtigen Interessen und Gefühle zurückzustellen und sich ganz darauf zu konzentrieren, einer anderen Person zu GEBEN.

Können Sie sich ein junges Pärchen vorstellen, das auf dem Autorücksitz knutscht und sich zuflüstert: „Ach, wie es mich nach dir gelüftet!“?

Nein, sie werden sagen: „Ach, wie ich dich liebe, ich liebe dich und werde dich ewig lieben.“ In *Wirklichkeit* meinen sie aber: „Es gelüftet mich nach dir.“ Höchstwahrscheinlich wird die Affäre nur kurze Zeit dauern, und die beiden flüstern später jemand anderem genau dieselben Worte ins Ohr.

Liebe — wahre Liebe — ist ohne einen bestimmten Reifegrad gar nicht möglich. Reife Liebe, die ein Paar auf eine lebenslange Ehe und gegenseitige Bindung vorbereitet, entwickelt sich langsam und wächst ständig. Wahre Liebe steht niemals still.

Natürlich muß Liebe irgendwo einen Anfang nehmen. Romantische Liebe kann durchaus damit beginnen, daß man sich von einer Person des anderen Geschlechts angezogen fühlt.

Die griechische Sprache verdeutlicht es

Das Deutsche kennt nur ein Wort für die Liebe — und das ist es auch schon: Liebe. Deshalb erfassen nur wenige die volle Bedeutung dieses Gefühls. Im Griechischen hingegen, der Sprache des Neuen Testaments, gibt es drei verschiedene Wörter, die im Deutschen alle mit dem Wort „Liebe“ übersetzt wurden. Wenn man sich ihre unterschiedliche Bedeutung klarmacht, versteht man besser, um welche Art von Liebe man sich in der Ehe bemü-

hen sollte. Da ist zunächst das Wort *Eros* — uns allen in seiner Ableitung „erotisch“ wohlvertraut. Es steht für die Liebe, mit der wir uns bisher in diesem Artikel befaßt haben.

Selbstverständlich ist *Eros* eine sehr wichtige Form der Liebe. H. Norman Wright definiert in seinem Buch *Pillars of Marriage (Die Säulen der Ehe)* *Eros* als die Art Liebe, die sich sinnlich äußert. Es ist das Begehren, die romantische, sexuelle Liebe. *Eros* gründet in der biologischen Struktur des Menschen, mit der er bei der Schöpfung ausgestattet wurde.

Eros an sich ist nichts Falsches. Aber es ist eine Form der Liebe, die niemals allein wirken sollte. Leider ist es die einzige „Liebe“, die viele niemals kennenlernen. Doch ist die romantische, sinnliche Liebe nur ein Teil der von Gott gegebenen Beschaffenheit umfassender Liebe.

Die zweite Art Liebe wird im griechischen Wort *Philia* deutlich. *Philia* steht für Freundschaft, Kameradschaft, Interessengemeinschaft, gemeinsam verbrachte Zeit. Zu ihrem Wesen gehört das Verlangen nach Zusammenarbeit.

Nach H. N. Wright besteht der Unterschied zwischen *Eros* und *Philia* darin, daß *Eros* eine Beziehung von Angesicht zu Angesicht, *Philia* dagegen eine Schulter-an-Schulter-Beziehung ist. Auf die Ehe angewandt, beschreibt *Philia* ein Paar, das zusammenarbeitet — allgemein aber auch Eltern und Kinder oder Geschwister, die etwas gemeinsam tun.

Ein Freund ist jemand, dessen Gemeinschaft man bevorzugt, jemand, mit dem man gern zusammen ist. In jeder guten Ehe gibt es die Liebesform der *Philia* — Mann und Frau möchten zusammensein.

Aber diese beiden Wörter sagen noch nicht alles über die Liebe.

Die höchste Form der Liebe

Das Griechische hat noch ein weiteres Wort, das die tiefe, geistliche Bedeutung der Liebe anspricht. Es heißt *Agape*. *Eros* erzeugt romantische Liebe — macht den Partner zum Liebhaber. *Philia* macht den Partner zum Freund. Aber *Agape* geht weit dar-



über hinaus. *Agape* ist eine Liebe des totalen Engagements. *Agape* bedeutet „Selbstlosigkeit“; sie ist eine Liebe, die rückhaltlos gibt.

Es ist die Liebe, die Gott uns erwies, als er seinen eingebornen Sohn hingab. Er kannte kein Eigeninteresse. Er gab uns das einzige Geschenk, das die Sündenvergebung und die Rettung der Menschheit möglich machte.

Im mitmenschlichen Bereich ist die *Agape*-Liebe Rücksichtnahme, Sorge um das Wohl des anderen, Einfühlungsvermögen in die Bedürfnisse anderer.

Aber *Agape* ist keine naturgegebene Liebesform; wir werden nicht mit ihr geboren. Es ist nicht die Liebe, wie wir sie als Heranwachsende erfahren. *Eros* ist im wesentlichen durch die Schöpfung im Menschen angelegt. *Philia* entwickelt sich sehr natürlich — wir alle möchten Freunde haben. *Agape* dagegen ist das Ergebnis eines Reifeprozesses.

Und diese höchste uns erreichbare Form der Liebe ist ein Geschenk, das Gott uns geben kann. Durch ein übernatürliches Wunder kann Gottes liebendes, gebendes Wesen uns Menschen gegeben werden. Paulus hat geschrieben: „... denn die Liebe Gottes ist ausgegossen in unser Herz durch den heiligen Geist, welcher uns gegeben ist“ (Röm. 5, 5). Das ist die *Agape*-Liebe.

Man hat noch nicht wirklich geliebt, solange man nicht diese selbstlose

Liebe zu geben gelernt hat. Sie zeigt sich, wenn man sein ganzes Tun und Handeln auf den anderen ausrichtet. Jesus sagt: „Niemand hat größere Liebe denn die, daß er sein Leben läßt für seine Freunde“ (Joh. 15, 13).

Von der *Agape* in der Ehe sagt Paulus in Epheser 5, 28 – 29 außerdem: „So sollen auch die Männer ihre Frauen lieben [Paulus verwendet hier das Wort *Agape*] wie ihren eigenen Leib. Wer seine Frau liebt, der liebt sich selbst. Denn niemand hat jemals sein eigen Fleisch gehaßt; sondern er nährt es und pflegt es, gleichwie auch Christus die Gemeinde [er „hat sich selbst für sie gegeben“ — Vers 25]“.

Sich selbst zu lieben ist natürlich. Nicht so natürlich ist es, jemand anders ebensoviel zu lieben. Deshalb sagt Gott, wir sollten in der Liebe zu unserem Ehepartner in solcher Weise wachsen, daß sie das gleiche Ausmaß erreicht, wie die Liebe zu uns selbst.

Zu viele Ehen gründen nur auf einer Art von Liebe — der erotischen. Aber diese Liebe hält Belastungen gewöhnlich nicht stand. Leider ist in vielen Ehen nicht einmal die *Philia*-Liebe vorhanden — die Ehegatten sind nicht einmal gute Freunde.

Liebe führt zur Ehe

In den Teenager-Jahren sollte man viele Freunde beiderlei Geschlechts haben. Im passenden Alter kann man dann auch zu zweit miteinander ausgehen — aber das sollte sich nicht auf eine bestimmte Person beschränken.

Dadurch sammelt man die notwendige Erfahrung mit Angehörigen des anderen Geschlechts und kann um so besser die Wesensart des Menschen einschätzen, mit dem man gemeinsam leben möchte.

Wenn keine auf wachsender Liebe aufbauende Beziehung vorhanden ist, sollte man an Heirat nicht einmal denken. Heiraten Sie weder aus Bequemlichkeit, aus sinnlichem Begehren, aus Sicherheitsstreben oder finanziellen Gründen noch aus irgendeinem anderen einzelnen Grund. Heiraten Sie, weil Sie den Menschen liebgewonnen haben, mit dem Sie Ihr Leben teilen möchten.

Und lassen Sie sich niemals ein auf ein Zusammenleben außerhalb der geheiligten Ehebande.

Von Anfang an hat der allmächtige Gott die Eheschließung als eine heilige Zeremonie eingesetzt. Sie ist der Anfang eines gemeinsamen Lebens — der Beginn einer neuen Familie.

Als Gott Adam und Eva schuf, sagte er: „Darum wird ein Mann seinen Vater und seine Mutter verlassen und seinem Weibe anhängen, und sie werden sein *ein* Fleisch“ (1. Mose 2, 24). In der ersten „Hochzeitszeremonie“ gab Gott Adam Eva zur Frau.

Die Ehe sollte der schönste Teil des Lebens sein und die Hochzeit einer der freudenreichsten Tage, an die man sich erinnert. Als Prediger sage ich zur Einleitung einer Hochzeitszeremonie gewöhnlich: „Es gibt keinen fröhlicheren Anlaß als die feierliche Handlung, die vor uns liegt. Die Ehe ist eine natürliche Gemeinschaft, aber auch eine göttliche Einrichtung, von Gott dem Schöpfer eingesetzt . . .“

Eine schöne Braut in Weiß, ein stattlicher Bräutigam im Smoking oder dunklen Anzug und eine Feier im Familien- und Freundeskreis — das sollte ein fröhliches Ereignis sein, an das man sich gern zurückerinnert.

Wie bedauerlich ist es doch, daß zu viele Ehen nicht auf wahrer Liebe gründen und deshalb nicht lange halten. Freude verwandelt sich schnell in Traurigkeit, Glück in eine Tragödie.

Wenn doch jeder nur auf die richtige Reihenfolge der Dinge achten würde! Zuerst sollte man lernen zu lieben — echt und wahrhaft zu lieben; dann, *bevor* man beginnt, sexuelle Erfahrungen zu sammeln, sollte man eine wunderschöne Hochzeit planen.

Sex — erst nach der Heirat

Nach Gottes Willen soll der Mensch erst in einem ganz bestimmten Lebensabschnitt damit beginnen, sexuelle Erfahrungen zu sammeln — nämlich *nach* der Hochzeitsfeier.

Die Sexualität ist ein Teil der von Gott geschaffenen erotischen Liebe, des *Eros*. Sie gehört zu unserer natürlichen Veranlagung. Wenn die Sexualität in Liebe und in den Grenzen der Ehe ausgeübt wird, ist sie heilig und rein. Der Apostel Paulus hat gesagt: „Die Ehe soll in Ehren gehalten werden bei allen und das Ehebett [Sex in

der Ehe] unbefleckt; denn die Unzüchtigen und die Ehebrecher wird Gott richten“ (Hebr. 13, 4).

Noch vor zwei Generationen unterlag Sex einem Tabu. Oft wurde er fälschlicherweise als „schmutzig“ angesehen. Man sprach darüber nur selten — wenn überhaupt. Die wahre Bedeutung der menschlichen Sexuale Erfahrung war den meisten unbekannt. Oft war das Intimleben in der Ehe unbefriedigend.

Dann kamen die beiden Weltkriege in diesem Jahrhundert. Die Welt stürzte sich in sexuelle Experimente und Promiskuität.

In den 50er Jahren führte Dr. Kinsey seine inzwischen berühmten Untersuchungen zur menschlichen Sexualität durch. Sexuelle Aufklärung fand immer weitere Verbreitung. Inzwischen gibt es zu diesem Thema buchstäblich Hunderte von Büchern und Broschüren.

Gleichzeitig verfiel die Moral, die Kirchen verloren an Einfluß. Der allgemeine Trend hieß Freizügigkeit. Das Ergebnis ist eine moderne Gesellschaft, in der der unverbindliche Probier-Sex grassiert.

Jungfräulichkeit ist ein fast aus dem Gebrauch gekommenes Wort. Gruppendruck und ein unbeherrschtes Gefühlsleben haben zu einer weiten Verbreitung vorehelichen sexuellen Ausprobierens geführt.

Das moderne Argument lautet: „Wer voreheliche Intimerfahrungen hat, ist in der Ehe ein besserer Sexualpartner.“ Wie falsch und bedauerlich dieses Argument doch ist!

Der allmächtige Gott, der uns als Mann und Frau schuf, hat die Ausübung von Sex *nur* in den Grenzen der Ehe vorgesehen. Jede andere sexuelle Betätigung ist Sünde! Vorehelicher Sex ist Unzucht, außerehelicher Sex Ehebruch. Beides sind gravierende Verstöße gegen Gottes heiliges Gesetz! Aber Sex in der Ehe — in Liebe vollzogen — ist sauber, heilig und rein.

Der am deutlichsten ins Auge springende Grund für die Sexualität ist die Fortpflanzung des Menschengeschlechts. Nach Gottes Willen soll das wunderbare menschliche Fortpflanzungssystem innerhalb der Grenzen von Liebe und Ehe seine Aufgabe erfüllen. Eheleute zeugen, durch den

Sexualkontakt, Reproduktionen ihrer selbst — neues Leben.

Eine der wirklich großen Erfahrungen des Lebens ist die Geburt eines Kindes. Aber auch dies wurde von Gott der ehelichen Gemeinschaft vorbehalten und sollte niemals außerhalb der Ehe stattfinden.

Aber es gibt noch eine höhere, weitreichendere Zweckbestimmung der menschlichen Sexualität. Sie kann die drei griechischen Begriffe für Liebe — *Eros*, *Philia* und *Agape* — allesamt in sich vereinen. Bei der Aufrechterhaltung und Festigung der Liebe zwischen den Ehegatten hat Gott der Sexualität eine Schlüsselfunktion zugewiesen.

Das moderne Argument, vorehelicher Sex auf Probe könne das eheliche Liebesleben verbessern, ist eine der größten Lügen, die Satan der Teufel jemals verbreitet hat. Solch unverbindlicher Probier-Sex vor der Ehe oder in außerehelichen Affären kann nur die Reinheit dessen, was Gott gegeben hat, zerstören.

Die Flitterwochen sind nicht als eine Zeit gedacht, in der erfahrene Sex-Profis ihr Können demonstrieren. Vielmehr sollten sie die zarte, schöne, scheue, aufregend-wunderbare Zeit sein, in der zwei Menschen, die sich zu lieben begonnen haben, ihr neues, gemeinsames Leben anfangen — und sie sollten der erste Ausdruck ihrer Freude an der sexuellen Intimität sein.

Sexuelle Erfahrungen sollten gemeinsam gesammelt werden — nach der Hochzeit. Warum sollte man schon alles im voraus lernen wollen — womöglich mit einem ganzen Heer anderer Leute? Warum sich der Möglichkeit sexueller Vergleiche und lebhafter Erinnerungen an allerlei unangenehme Erfahrungen aussetzen?

Die Flitterwochen sollten für ein völlig unerfahrenes Paar der Anfang eines neuen Lebensabschnitts sein — der *Beginn* der gemeinsamen Erfahrungen mit der Sexualität. Sich gegenseitig in den Armen haltend, wachsen sie dann für ihr weiteres Leben in jeder Art Liebe — *Eros*, *Philia*, *Agape*: vor allem aber hierin!

Mit dem richtigen Menschen zur rechten Zeit Liebe, Ehe und Sex in die richtige Reihenfolge zu bringen — das ist eine der größten Leistungen, die man im Leben vollbringen kann. □

„Hiermit erkläre ich euch zu Mann und Frau.“ Schöne Worte, Musik

in den Ohren von Frischvermählten, die ein neues Leben beginnen, eine Familie gründen wollen. Es ist ihr großer Moment — einer der wichtigsten Augenblicke ihres Lebens. Der Ehebund ist geschlossen.

Wie gelangen Menschen an diesen Punkt? Wie bereiten sie sich darauf vor? Was muß man wissen, wenn man selbst oder wenn ein naher Verwandter in die Ehe geht?

Vorbereitet sein

Als Heranwachsender erlebt man mehr oder weniger abrupte „Liebesanfänge“.

Man fängt an, das andere Geschlecht zu beachten. Und je mehr man es beachtet, desto stärkeren Wert legt man auf die eigene Gepflegtheit, die eigene äußere Erscheinung — wie man aussieht, wie man spricht, wie man auf andere wirkt.

Infantile Liebe, Vernarrtheit, Verblendung — das kommt häufig vor. Manchmal weiß der „Geliebte“ gar nicht, daß er „geliebt“ wird. Hin und wieder glauben wir die „wahre Liebe“ gefunden zu haben. Wenn sie zerbricht, kommt das böse Erwachen. Aber unser romantisches Ich erholt sich rasch wieder und ist bereit zu einem neuen Anlauf.

Die meisten Menschen durchlaufen, wie es scheint, beim Heranwachsen solche Phasen. Doch die Ehe, der zweitwichtigste Schritt im Leben eines Menschen (der wichtigste ist, sein Leben Gott zu weihen), ist nichts für Unreife. Sie setzt Reife voraus: körperliche, geistige, seelische, finanzielle und auch geistliche „Ehebereitschaft“.

Manche betrachten die körperliche Reife als einzigen Gradmesser. Hat der Mensch ein bestimmtes Alter erreicht, so sagen sie, dann ist er heiratsfähig. Oder sie machen die äußere Anziehungskraft zum bestimmenden Faktor. Nun muß äußere Anziehung ja auch vor-

Bevor Sie Ihr Ja-Wort geben

Für den, der demnächst heiratet oder einmal heiraten möchte: wichtige Ratschläge, die er beachten sollte.

handen sein: Aber wie steht es etwa mit der Bildung des Heiratskandidaten? Ist sein Denken reif? Die körperliche Anziehung gibt es im Tierreich auch. Die menschliche Ehe jedoch setzt neben physischer auch geistig-seelische Reife voraus.

Gefühlsmenschen sind wunderbar — sie fühlen tief und bringen sich wirksam zum Ausdruck. Aber haben sie ihr Gefühlsleben auch — zumindest in gewissem Maß — in der Hand?

Es gibt auch welche, die dem Faktor „Geld“ zuviel Gewicht beimessen. Sie scheinen zu glauben, sie müßten Millionäre heiraten. Das ist unrealistisch und würde überdies ohne die anderen Voraussetzungen gar nicht gehen.

Andererseits bedarf die Familie natürlich ausreichender Finanzierung. Wieviel verdienen Sie? Haben Sie einen festen Beruf? Ist es ein richtiger Beruf oder eher ein Job? Sprüche 24, 27 rät uns, erst die nötige Grundlage zu schaffen und dann die Familie zu gründen. Erst wenn finanziell die

notwendige Basis da ist, sollte man ans Heiraten denken.

Der wichtigste Faktor ist die geistlich-ideelle Reife. Sie legt — bei Mann wie Frau — erst das Fundament für den Erfolg der Ehe.

Die voreheliche Zeit

Das „Dating“, das Kontaktfinden und Kontakthalten zum anderen Geschlecht, ist eine Kunst, die heute überall verlorenzugehen droht. Viele sind nur daran interessiert, was sie dabei vom anderen „nehmen“ können. Was sie ihm „geben“ können und sollen, das bedenken sie nicht.

Das erste Kennenlernen ist eine Entdeckerzeit. Wir haben gewisse Vorstellungen davon, was wir beim Partner wünschen, und dieses Bild klärt sich bei näherer Bekanntschaft. Möglichst viele Kontakte am Anfang, das hilft das Feld eingrenzen.

Mit je mehr Menschen man in Kontakt



kommt, ehe man sich auf „den einen“ konzentriert, desto besser. Man wird gute und weniger gute Eigenschaften bei ihnen finden. Ein realistischeres Bild von der „Traumfrau“ oder dem „Traumann“, den man sucht, wird sich herauskristallisieren.

Man sollte das „Dating“ nicht allein als Ehepartnersuche ansehen. Beeilen Sie sich nicht allzu sehr, „zur Sache“ zu kommen — mit Gottes Hilfe werden Sie schon zur rechten Zeit den (die) Richtige(n) finden. Und denken Sie an das Prinzip des *Gebens*: Freundschaft für den „Dating“-Partner, Wärme, echtes Interesse, eine gute, saubere Beziehung.

Interessenten verweisen wir auf unser kostenlos erhältliches Buch „Die fehlende Dimension im Sexualwissen“.

Frühzeitig Rat suchen

Die Ehe ist eine von Gott geschaffene Institution (1. Mose 1, 26 – 27; 2, 18 u. 21 – 24), und so sollten wir uns alle Mühe geben, daß sie ein Erfolg wird. Ein Weg dazu ist: die richtige Partnerwahl. Wenn wir einen bestimmten Partner ins Auge gefaßt haben, ist es gut, Rat einzuholen (Spr. 11, 14).

Sprechen Sie mit Menschen, die Sie beide kennen, besonders mit beider Eltern und Familien. Die Eltern kennen Sie, kennen Ihre Schwächen und Stärken. Ihr Urteil über einen potentiellen Partner sollte Ihnen willkommen sein, Sie sollten diesem Urteil Gewicht beimessen.

Seien Sie sich bewußt, daß Ihre Freunde und Altersgenossen zumeist Romantiker sind und in jedem, auf den Sie ein Auge werfen, einen Heiratspartner sehen. Das soll nicht heißen, daß enge Freunde nicht auch gute Ratgeber sein könnten, aber achten Sie darauf, daß deren Urteil auch ehrlich und konstruktiv ist.

Bemühen Sie sich, wenn Sie Rat suchen, um eine grundehrliche Haltung. Wie oft haben wir den allzumenschlichen Wunsch, daß man uns nach dem Munde redet! Um ehelichen Problemen vorzubeugen, ist es aber besser, jetzt ganz offen zu sein. Legen Sie, wenn Sie um Rat bitten, Ihre Gefühle „auf den Tisch“. Die positiven Gefühle wie auch die Vorbehalte. Nehmen Sie die rosarote Brille ab, und versuchen Sie, den Menschen, mit dem Sie Ihr weiteres Leben verbringen wollen, objektiv zu sehen.

Der Mann (und die Ehe ist für Männer, nicht für Knaben) sollte bei

seiner Zukünftigen vor allem auf zwei Dinge achten: Kompatibilität (paßt sie zu mir?) und Anpassungsfähigkeit. Folgt sie Ihrer Führung? Spüren Sie, daß sie Sie respektiert? Sind Sie in der Lage, sie in jeder Hinsicht zu führen (Eph. 5, 22)?

Fragen Sie sich: Liegt mir wirklich viel an ihr? Ist sie für mich der liebste Mensch auf der Welt? Ihr Aussehen, ihre Persönlichkeit muß sie bei Ihnen zur „Nummer eins“ machen (Vers 25). Wie steht es mit ihrer Intelligenz und Reife? Gibt sie eine gute Mutter ab? Will sie Kinder?

Und schließlich: Wie steht sie zum Glauben? Ist sie gottesfürchtig? Wenn das Bestreben, Gott zu gefallen, Triebfeder ihres Lebens ist, dann stehen die Chancen gut, daß sie sich nach Gottes Ehegesetzen richtet, die so notwendig für den Erfolg sind.

Die Frau muß sich nach Vernunft und Verständigkeit des Mannes fragen, den sie heiraten will. Denn wenn er schlechte Entscheidungen trifft oder maßlos in seinen Gewohnheiten ist (Autofahren, Trinken, ungesundes Leben), wird sie ihn dann achten und ihm untertan sein können (Vers 24, 1; Petr. 3, 1)? Zieht er Sie zu Rate, ehe er Entscheidungen trifft?

Wie sehr ist er Ihnen zugetan? Zeigt er Liebe und Aufmerksamkeit, versucht er nicht, Ihre Zukunft mit vorehelichem Sex zu verpfuschen — 1. Korinther 6, 18? Findet er Sie attraktiv, zeigt er Ihnen das durch Zärtlichkeiten und Worte? Finden Sie ihn physisch anziehend?

Hat er einen guten Beruf? Wird er ein guter Versorger für Sie sein? Oder wird Geldmangel zu Streitigkeiten Anlaß geben? Auch wenn Sie vielleicht in der ersten Zeit nach der Hochzeit noch berufstätig bleiben wollen, wenn dann Kinder kommen, ist es wichtig, daß der Mann die Familie ernähren kann. Wird er ein guter Vater sein? Mag er Kinder? Welche Ansichten hat er über Kindererziehung? Stimmen sie mit Ihren Ansichten überein? „Können etwa zwei miteinander wandeln, sie seien denn einig untereinander?“ (Amos 3, 3).

Die Verlobungszeit

Nach reiflicher Überlegung entscheiden Sie sich schließlich: Wir passen zueinander. Was nun? Manche verloben sich, setzen das Hochzeitsdatum fest und teilen das ihren Familien und dem Prediger lediglich in dürren Wor-

ten mit. Das zeigt wenig Respekt vor den Familien und dem Prediger.

Der beste Weg ist: sich mit dem Prediger zu besprechen. Erzählen Sie ihm von Ihrem Interesse füreinander und daß Sie sich verloben wollen. Das gibt ihm Gelegenheit, Ihnen zu helfen, indem er vielleicht zu einer Wartezeit rät oder bestimmte Schwierigkeiten beim Namen nennt, die ihm aufgefallen sind. Er möchte diese Schwierigkeiten vielleicht erst behoben sehen.

Bedenken Sie, Verlobung heißt nicht nur, einen schönen Ring am Finger zu tragen, sondern es ist ein Heiratsversprechen. Tragen Sie dem Ernst dieses Versprechens Rechnung, ehe Sie den Entschluß fassen und die Verlobung offiziell bekanntgeben.

Nach Besprechung mit dem Prediger sollte der nächste Schritt sein, die Eltern der künftigen Braut zu besuchen oder zumindest anzurufen. (Einige mögen dies zuerst tun, bevor sie die Beratung eines Predigers aufsuchen.) Bitten Sie den Vater um die Hand seiner Tochter. Durch Mißachtung dieser Sitte hat sich schon mancher Vater übergangen und hintangesetzt gefühlt, was sich auf die zukünftigen Beziehungen nur schädlich auswirken kann.

Werden die Eltern beider Seiten um Rat angegangen, so haben sie das Gefühl größerer „Mitwirkung“ und werden eher bereit sein, dem Paar zu helfen. Ist die Entfernung ein Problem, sollte man sich, wenn nicht persönlich, so doch telefonisch mit ihnen in Verbindung setzen. Das gegenseitige Verhältnis wird vertrauensvoller und besser, wenn sich Eltern, Kinder und das junge Paar vor der Verlobung treffen und kennenlernen. Geht das nicht, sollte es während der Verlobungszeit nachgeholt werden.

Und wenn die Eltern nun gegen den Partner etwas haben? Nehmen Sie sich elterliche Einwände auf jeden Fall zu Herzen. Hier wird Ihnen eine ernste und intelligente Entscheidung abverlangt. Fragen Sie, was eventuell anders werden müßte, damit die Eltern ja sagen.

Die Eltern zur Zustimmung zu zwingen, kann später Ärger heraufbeschwören, sowohl mit den Eltern als auch zwischen den Eheleuten selbst (Spr. 18, 19).

Die Verlobungszeit schwankt je nach persönlicher Ansicht. Manche halten sie kürzer, andere länger. Es ist nicht ratsam, länger als ein Jahr zu

warten; ist man sich zu lange Zeit nahe (und nahekommen sollte man sich ja), kann die Versuchung übermächtig werden, sich auf vorehelichen Sex einzulassen.

Die Verlobungszeit ist die Zeit, in der man die meisten freien Stunden zusammen verbringen sollte. Die Zeit, wo aus dem „ich“ und „du“ allmählich das „wir“ wird. Beide müssen bedenken, was für „uns“ gut ist. Das kostet Zeit und oft auch Kompromisse.

Faktoren wie Wohnung, Möbel, Essen, Unterhaltung, Auto muß man miteinander beraten. Und vor allem sollte das Paar über seine Lebenshoffnungen sprechen, die Familienpläne, das Finanzielle, den ganzen gemeinsamen Rahmen für das Leben zu zweit.

Hochwichtig natürlich: der Hochzeitstag selbst. Wann soll er sein? Wo soll er sein? Bei der Festsetzung des Datums unbedingt den Prediger zu Rate ziehen, der die Trauung vornehmen soll. Hat man sein Einverständnis, sollen als nächstes die Eltern gefragt werden, ob sie mit dem Termin einverstanden sind, denn vielerorts ist es so, daß der Vater der Braut traditionell den größten Teil der Hochzeitskosten trägt. Er muß unbedingt zu Rate gezogen bzw. der Termin mit ihm abgestimmt werden.

Der Ort der Trauung wird hauptsächlich von der Braut abhängen. Wahrscheinlich wird sie wünschen, daß sie an ihrem Heimatort stattfindet. Die Größe der Räumlichkeiten wird von der Zahl der Teilnehmenden abhängen und davon, ob man ein richtiges Hochzeitsmahl geben oder nur Erfrischungen reichen will. Auch diese Pläne sollten mit Eltern und Prediger abgesprochen werden.

Sind alle Detailvorbereitungen — wann, wo, wer — abgeschlossen, können Einladungen verschickt werden.

Eheberatung

Der nächste Schritt auf den großen Tag hin ist die Eheberatung beim Prediger. Wahrscheinlich wird er dafür mindestens zwei Sitzungen, womög-

lich mehr, mit Ihnen anberaumen.

Er weiß, welche hohe Institution die Ehe ist, und wird alles Erdenkliche tun, um das Glück der Ehe zu sichern, die er schließen wird (meist wird der beratende Prediger auch derjenige sein, der die Trauung vornimmt).

Bei der Eheberatung wird der Prediger Informationen sammeln, um Ihnen zu helfen, die gemeinsame Zukunft zu planen. Er wird nach den Zeichen Ausschau halten, die erfahrungsgemäß für gute Ehen sprechen, und nach solchen, die Probleme ahnen lassen.

Nach Sachverständigenansicht gibt es bestimmte Eigenschaften, die einen Menschen „besonders ehegeeignet“ machen: Anpassungsfähigkeit und Flexibilität, Einfühlungsvermögen, die Kraft, Probleme anzupacken und zu bewältigen, die Fähigkeit, Liebe zu geben und zu empfangen, seelische Ausgeglichenheit, Gleichklang in der familiären Herkunft, Gleichklang zwischen den Partnern selbst, Kommunikation.

Der große Tag

Schließlich ist alles für das große Ereignis bereit. Prüfen Sie noch einmal alles nach. Machen Sie eine Probe der Zeremonie.

Ehe Sie vor den Traualtar treten, bedenken Sie noch einmal die hohe Verpflichtung, die Sie eingehen wollen. Lassen Sie sich die Worte durch den Kopf gehen, die bei der Feier in Gottes Kirche gesprochen werden.

Der Prediger fragt den Mann: „Versprechen Sie, [sein Vorname], und geloben Sie Gott in Gegenwart

dieser Zeugen, daß Sie [ihr voller Name] zu Ihrer gesetzlich angetrauten Ehefrau nehmen wollen, daß Sie bei ihr bleiben werden, bis der Tod Sie scheidet, daß Sie sie lieben, sie ehren und für sie sorgen werden?“

Der Prediger fragt die Frau: „Und versprechen Sie, [ihr Vorname], und geloben Sie Gott in Gegenwart dieser Zeugen, daß Sie [sein voller Name] zu Ihrem gesetzlich angetrauten Ehemann nehmen wollen, solange Ihr irdisches Leben währt, und daß Sie, wie Gott es geboten hat, sich ihm unterordnen werden als dem Herrn, daß Sie ihm in allen Dingen untertan sein und ihn respektieren werden?“

Wenn Sie auf diese Fragen hin „ja“ sagen, haben Sie einen Bund geschlossen, der fürs Leben halten soll (Matth. 19, 4–9).

Die Ehe ist von Gott bei der Schöpfung eingesetzt worden, sie versinnbildlicht Gottes Verhältnis zu Israel (Jes. 54, 5; Hesek. 16, 8). Sie symbolisiert auch die geistliche Beziehung zwischen Jesus Christus und der Kirche (Eph. 5, 21–33; Offenb. 19, 7–9). Seien Sie sich also darüber im klaren, um was es geht, wenn Sie am Hochzeitstag „ja“ sagen, und bemühen Sie sich von ganzem Herzen, den Verantwortlichkeiten dieser göttlichen Institution gerecht zu werden.

Mit den Worten „Durch die Vollmacht Jesu Christi erkläre ich euch hiermit zu Mann und Frau“ möge für Sie das Leben als „Einheit“ beginnen, das eheliche Glück, „bis daß der Tod euch scheidet“. □

Wenn Sie auf diese Fragen hin „ja“ sagen, haben Sie einen Bund geschlossen, der fürs Leben halten soll.



Denken Sie doch mal einen Augenblick darüber nach: Wie hoch bewerten Sie die Liebe in Ihrer Ehe auf einer Skala von eins bis zehn? Liegt dieser Wert bei drei? Vielleicht bei sechs? Oder erreichen Sie die seltene Zehn?

Sie wissen, daß Sie einen „IQ“ (Intelligenzquotienten) haben — aber wissen Sie auch, daß jeder Mann und jede Frau (sehen Sie mir es um der Argumentation willen bitte nach) auch einen „LQ“ („Liebesquotienten“) hat?

Gott fordert Ehepaare auf, einander zu lieben und ihren „LQ“ zu steigern! Von Gott inspiriert, hat der Apostel Paulus gelehrt: „Ihr Männer, liebet eure Frauen“ (Eph. 5, 25). Paulus lehrte auch, daß Frauen „ihre Männer lieben“ sollen (Tit. 2, 4).

Gott schuf die Ehe als liebeserfüllte, freudereichste Beziehung. Leider lieben sich jedoch viele Männer und Frauen nicht wirklich. Ihr LQ ist gefährlich niedrig. Sie erdulden ein qualvolles, liebloses Eheleben.

Gott will aber, daß Männer und Frauen in der Ehe einander lieben. Ich möchte Ihnen fünf Wege aufzeigen, wie Sie Ihrem Partner echte Liebe schenken können.

Für immer in Liebe verbunden

Die erste Form der Gattenliebe wird mit dem griechischen Wort *Agape* bezeichnet. Dies ist das Wort, das der Apostel Paulus in 1. Korinther 13 verwendet und das dort mit „Liebe“ übersetzt ist.

Agape bedeutet bedingungsloses, selbstloses Geben. In der Ehe kann man *Agape* definieren als bewußt geübte, entschiedene Verpflichtung, sich ganz dem unvollkommenen Partner zu geben, ohne eine Gegenleistung zu erwarten. Sie treffen bewußt und ohne jede Einschränkung die Entscheidung, sich Ihrem Partner gegenüber zu lebenslangem, unaufhörlichem Geben zu verpflichten.

Gott ist der Fels, aus dem *Agape* fließt. Er ist die Quelle der Kraft, die Sie benötigen, um alle Schwierigkeiten in Ihrer Ehe zu meistern. Ihre Vereinigung muß mit Gott ihren Anfang nehmen. Der Apostel Johannes schreibt: „... und unsere Gemeinschaft ist mit dem Vater und mit seinem Sohn Jesus



Fünf Wege, Ihren Partner zu lieben

Wie hoch ist der „Liebesquotient“ in Ihrer Ehe?

Christus“ (1. Joh. 1, 3).

Die Freude, die *Agape* gibt, zieht in Ihre Ehe ein, wenn Sie zuallererst Gemeinschaft mit Gott halten durch Bibelstudium, Gebet und Gehorsam gegenüber Gottes Geboten. Gottes heiliger Geist gibt Ihnen Zugang zur *Agape* (Röm. 5, 5).

Gott plus Mann plus Frau — das macht eine Ehe voller *Agape*. Es ist die Glücksformel, die in so vielen Ehen fehlt.

Wenn Sie Gottes Gesetzen, die er zur Ehe und zu anderen zwischenmenschlichen Beziehungen erlassen hat, getreulich folgen, wird er die Kraft der *Agape* über Sie ausschütten, die Ihnen hilft, Ihren Partner ganz bewußt und entschieden zu lieben.

In der heutigen Gesellschaft begegnet man oft dem falschen, schädlichen Bild, die Liebe beherrsche den Menschen. Dieser verkehrten Vorstellung gemäß fesselt und versklavt die Liebe den Menschen, er ist ihr hilfloser Gefangener und nicht mehr Herr seiner Gefühle.

Haben Sie nicht auch schon Eheleute sagen hören: „Ich kann sie (oder ihn) nicht mehr lieben, das Gefühl ist nicht mehr da“?

In Wahrheit liegt es in Ihrer Hand, ob Sie lieben oder nicht lieben. *Agape* ist kein Gefühl, sondern eine bewußte, absichtsvolle Handlung, die Ihrer Kontrolle unterliegt.

Gott gebietet uns, einander zu lieben, weil er weiß, daß wir Herr über

die Liebe sind (2. Joh. 5). Geben Sie Ihrer Entscheidung, Ihren Partner zu lieben, Festigkeit und Dauerhaftigkeit, indem Sie sich verpflichten, die Liebe zu geben, die „niemals vergeht“ (1. Kor. 13, 8 — Zürcher Übers.).

Die bindende Verpflichtung schenkt Ausdauer

An Ihrem Hochzeitstag haben Sie in einem Bund mit Gott versprochen, Ihren Ehegatten bis zur Trennung durch den Tod zu lieben. Beten Sie täglich zu Gott um die Kraft, Ihren Partner zu lieben und die Verpflichtung dazu ständig vor Augen zu haben.

Weil *Agape* eine bewußte Entscheidung zum Geben ist, müssen Sie auf Ihren Willen und Ihr Versprechen Taten folgen lassen. Liebe können Sie nicht erzwingen, Sie können sie nur *geben*. Egal, wie viel oder wie wenig an Sie zurückfließt — in Ihrer Ehe wird es nie an Liebe mangeln, weil deren Menge und Qualität davon abhängt, wieviel Sie geben.

In einem Notfall würden Sie sicher nicht zögern, Ihr Leben zu opfern, um Ihren Ehepartner zu retten. Sind Sie aber auch entschlossen, täglich Ihr Leben zu opfern, indem Sie Ihre eigenen Wünsche und Bedürfnisse zurückstellen und die Ihres Partners befriedigen?

Erwarten Sie keine Gegengabe

Der Apostel Paulus ermahnt die Christen: „Tut nichts aus Zank oder um eitler Ehre willen, sondern in Demut achte einer den anderen höher als sich selbst; und ein jeglicher sehe nicht auf das Seine, sondern auf das, was des andern ist“ (Phil. 2, 3 – 4). Bemühen Sie sich, den Zustand zu erreichen, in dem die Erfüllung der Bedürfnisse Ihres Partners nächst Ihrem Einsatz für Gott zum Hauptbedürfnis Ihres Lebens wird. Geben Sie, und Sie haben *Agape*.

Vielleicht sagen Sie jetzt: „Aber mein Partner verdient meine Liebe nicht.“ Doch *Agape* gibt auch dem, der unvollkommen ist, ja sogar dem, der es nicht verdient.

Agape — bedingungsloses, selbstloses Geben — verlangt nicht, daß der andere sich ändert oder perfekt ist. *Agape* kennt weder Bedingungen noch Einschränkungen.

Jesus Christus, der ideale Ehemann und der einzige Mensch, der jemals die *Agape* vollkommen erfüllt hat, hat für uns sein Leben gegeben, obwohl wir noch Sünder waren (Eph. 5, 25;

Röm. 5, 8). Christus hat nicht verlangt, daß wir uns erst ändern — seine Liebe war bedingungslos.

Wir müssen dem vollkommenen Vorbild folgen, das Christus uns in der Liebe gegeben hat. Zwingen Sie sich ganz bewußt, Ihrem Partner zu geben — sich ihm zuzuwenden —, auch wenn er Ihnen unrecht getan hat. Wenn Sie ihm trotz seiner Unvollkommenheiten geben und sich ihm zuwenden, werden sich Ihre Gefühle ihm gegenüber zum Besseren wenden. Petrus hat das Prinzip in 1. Petrus 4, 8 dargelegt: „Vor allen Dingen habet gegeneinander beharrliche Liebe! denn die Liebe deckt eine Menge von Sünden zu“ (Zürcher Übers.). Ihre bedingungslose Liebe wird vielleicht zu einer positiven Reaktion bei Ihrem Partner führen; das sollte jedoch nie das Motiv für das Geben sein (1. Petr. 3, 1 – 2).

Lassen Sie sich nicht enttäuschen. Schnell ernüchert man, wenn man gibt und gibt und keine Antwort erhält, nicht einmal ein Dankeschön. Aber *Agape* erfordert keine Erwidern der Liebe. Liebe gibt nicht, um zu nehmen.

Der Apostel Paulus hat gelehrt, daß unsere Liebe vergebens ist, wenn wir nur geben mit der Erwartung, etwas zurückzuerhalten: „Und wenn ich alle meine Habe den Armen gäbe und ließe meinen Leib brennen und hätte die Liebe nicht, so wäre mir's nichts nütze“ (1. Kor. 13, 3).

Erwarten Sie keine Gegenleistung, und Liebe wird Ihr Herz erfüllen — Raum für Enttäuschung gibt es dann nicht mehr. Jesus Christus hat gelehrt, daß die Freude im Geben liegt: „Geben ist seliger als nehmen“ (Apg. 20, 35).

Agape ist der machtvollste Aspekt der Liebe. Mit ihr steht Ihre Ehe die stärksten Belastungsproben durch.

Liebende gehören einander

Der zweite Weg, Ihren Partner zu lieben, besteht in der gegenseitigen liebevollen Verbundenheit. Sie wird Sie und Ihren Ehegatten noch enger zusammenführen, Ihren LQ um einen weiteren Punkt erhöhen und Ihre Ehe bereichern.

Gott schuf den Menschen mit dem Bedürfnis, jemandem zuzugehören. Gott schaute sich alles an, was er gemacht hatte, und sah, daß es „sehr gut war“ (1. Mose 1, 31). Aber als Gott Adam erblickte, sah er etwas, was

nicht gut war: „Und Gott der Herr sprach: Es ist nicht gut, daß der Mensch allein sei: ich will ihm eine Gehilfin machen, die um ihn sei“ (1. Mose 2, 18).

Adam war einsam. Gott verordnete Adam die liebevolle Verbundenheit mit einem anderen, um ihm zu helfen. Gott gab Adam eine Frau, Eva, zum Lieben. Durch Geben hätte das erste Menschenpaar zur Zusammengehörigkeit finden können.

Dieses Bedürfnis, jemandem zuzugehören, kann nicht durch einen beliebigen anderen Menschen befriedigt werden — weder durch Mutter oder Vater noch durch Bruder oder Schwester —, sondern nur durch den Ehepartner: „Darum wird ein Mann seinen Vater und seine Mutter verlassen und seinem Weibe anhängen, und sie werden sein *ein* Fleisch“ (Vers 24).

Genau wie bei der *Agape* können Sie die verbindende Liebe Ihrem Partner nur *schicken*.

Nehmen Sie Ihren Partner so, wie er ist, nicht, wie Sie ihn gern hätten. Ihr Partner kann kein Zugehörigkeitsgefühl entwickeln, solange er spürt, daß Sie mit ihm nicht zufrieden sind.

Betonen Sie das Positive an Ihrem



Ehegatten. Stellen Sie eine Liste mit allem Guten auf. Rechnen Sie sich an Ihre Verlobungszeit und an alle Eigenschaften, die Sie einmal an Ihrem Partner bewundert haben. Vielleicht sind Sie überrascht, heute noch dieselben Eigenschaften vorzufinden. Denken Sie ständig an diese guten Wesenszüge. Halten Sie nach weiteren Vorzügen Ausschau, die es verdienen bewundert zu werden. Die Verbundenheit bewirkt, daß Ihr Partner sich akzeptiert fühlt.



Lernen Sie, sich in Ihren Partner hineinzusetzen. Vergessen Sie Ihre Sorgen, und konzentrieren Sie sich auf die Ihres Partners. Suchen Sie die rückhaltlose Gemeinschaft mit Ihrem Mann oder Ihrer Frau — nehmen Sie die Sorgen Ihres Partners auf sich, spüren Sie, was ihn verletzt, teilen Sie seine Enttäuschungen, freuen Sie sich mit, wenn er sich freut.

Halten Sie fest zusammen

Der Apostel Paulus ermutigt uns, die Lasten des anderen zu tragen, sie auf uns zu nehmen (Gal. 6, 2). Werden Sie zu einem Ort seelischer Geborgenheit für Ihren Partner — zu einem sicheren Platz, an dem er Wärme und Schutz vor den Stürmen des Lebens finden kann. Sie werden dann beide eine Heimat im Herzen des anderen haben. Ihr Gatte hat einen Platz, an dem er sich zu Hause fühlt, und die Liebe, in der Sie einander zugehören, verbindet Sie noch enger miteinander.

In 1. Mose 2, 24 verlangt Gott von den Eheleuten, daß sie einander „anhangen“. Das Wort „anhangen“ ist eine Übersetzung des hebräischen Verbs *dabaq*, das soviel bedeutet wie „löten“ oder „zusammenschweißen“.

Gott vergleicht die Prüfungen in unserem Leben mit einem Feuer (1. Petr. 1, 7). Wenn Sie den Herausforderungen des Lebens mit festem Zusammenhalt begegnen, dann werden Sie „ein Fleisch“ (1. Mose 2, 24). Körperlich, geistig und geistlich eins zu werden, sollte das Ziel eines jeden Ehepaars sein.

Im Hohenlied Salomos sagte die Braut Sulamit über die Liebesform der Zugehörigkeit, die sie mit ihrem Geliebten zusammen erfahren hat: „Mein Freund ist mein, und ich bin sein“ (Hohes. 6, 3).

Die *Agape*-Liebe und die Liebe der

Verbundenheit sind die beiden Säulen, auf denen Ihre Ehe steht. Sie bilden die Grundlage, auf der die anderen drei Liebesarten aufbauen. Benutzen Sie diese beiden Liebesformen, um Ihren LQ, Ihren Liebesquotienten also, zu erhöhen, und Sie machen Ihre Ehe unerschütterlich.

Es gibt noch drei weitere Wege, Ihren Ehepartner zu lieben und Ihren LQ zu erhöhen. Diesen Aspekt der Ehe könnte man als den der Freude und des Vergnügens bezeichnen. Sehen wir uns doch diese drei Liebesformen einmal näher an.

Wer sich liebt, schätzt sich

Das griechische Wort *phileo* benennt die Liebe durch Wertschätzung. Das Neue Testament verwendet dieses Wort, um brüderliche Liebe, Zuneigung und Wertschätzung zu bezeichnen. Das ist der dritte Weg, Ihren Partner zu lieben.

Paulus hat *phileo* deutlich umrissen, als er schrieb: „Die brüderliche Liebe untereinander sei herzlich. Einer komme dem anderen mit Ehrerbietung zuvor“ (Röm. 12, 10).

„Wertschätzen“ ist das Wort, das wir verwenden wollen, um *phileo* zu benennen. „Wertschätzen“ bedeutet: etwas oder jemandem einen hohen Wert beimessen, ihn in hoher Achtung halten.

In physischer Hinsicht sollte Ihr Ehepartner die wertvollste Person in Ihrem Leben sein und in geistlicher Hinsicht die wertvollste nach Gott. Wertgegenstände behandelt man im allgemeinen mit großer Aufmerksamkeit und liebevoller Sorge.

Genau wie bei allen anderen Liebesarten auch, können Sie *phileo* nicht *nehmen*. Sie können es nur selbst verschenken. Sie können Ihrem Ehegatten Wertschätzung zuteil werden lassen — und Sie erfahren jetzt, wie.

Gemeinschaft halten heißt möglichst viel gemeinsam tun. In Römer 12, Vers 10 bezeichnet Paulus die Liebe durch Wertschätzung als brüderliche Liebe. In biblischen Zeiten nannten sich Ehegatten gegenseitig zärtlich „Schwester“ oder „Bruder“ (Hoheslied 4, 10 und 8, 1).

Wieviel machen Sie wohl gemeinsam mit Ihrem Ehepartner? Sind Sie vielleicht wehr mit Freunden oder Freundinnen zusammen als mit Ihrer Frau oder Ihrem Mann? Ihr ganzes Leben sollten Sie auf angenehme Weise miteinander teilen.

Teilen heißt Dinge gemeinsam tun. Schlagen Sie Ihrem Partner ein gemeinsames Hobby vor. Sie können zusammen musizieren, alte Möbel aufbessern, Sport treiben; Eine Vielzahl schöner Hobbys und interessanter Projekte bietet sich an. Die Hauptsache ist, daß die gemeinsam verbrachte Zeit Ihnen beiden Spaß macht.

Gemeinschaft halten heißt, mit dem Partner Gedanken auszutauschen. Frauen beschwerten sich oft: „Mein Mann redet nicht mit mir!“, während Männer lamentieren: „Sie kennt nur eins — ständig herumzumeckern!“ Solche Bemerkungen sind ein Zeichen dafür, daß keiner von beiden sich auf lebendige Beziehungen versteht.

Ein echter Gedankenaustausch beginnt aber weder beim Zuhören noch beim Reden. Das mag manchen überraschen. Vielleicht haben Sie gedacht, Zuhören und Reden sei schon alles. Wahrer Gedankenaustausch beginnt jedoch, ebenso wie wahre Liebe, mit Geben — mit Sorge um den anderen.

Sie müssen zu verstehen suchen (das ist der Weg des *Gebens*), anstatt Verständnis zu suchen (der Weg des *Nehmens*). Versuchen Sie zu verstehen, was Ihr Partner mit Ihnen gemeinsam tun möchte, statt ihn „dazu zu bringen“, Sie zu verstehen. Wenn Sie Ihren Kommunikationsschwierigkeiten auf diese Weise begegnen, werden sich Ihnen viele neue Möglichkeiten für gemeinsame Unternehmungen eröffnen.

Einander wertschätzen heißt auch einander berühren. Wie oft nehmen Sie Ihren Partner tagsüber in die Arme; vielleicht nur abends im Bett? Könnte man Sie beide etwa die „Unberührbaren“ nennen?

Wenn dem so ist, dann fehlt Ihrer Ehe eine ganze Menge Freude. Verliebte berühren sich oft zu viel, aber nach der Heirat scheint es dann, als



trügen sie Handschellen. Liebende mögen die gegenseitige Berührung. Das Anfassen teilt mit: „Ich liebe dich.“ Es sagt Ihrem Ehepartner: „Du bist mir wichtig, ich schätze dich.“ Fehlt die Berührung, wird genau die entgegengesetzte Botschaft übermittelt.

Seien Sie Ihrem Partner so nahe wie möglich, und Sie schenken ihm *phileo*, die Liebe Ihrer Wertschätzung.

Liebende sind romantisch

Eros ist in der griechischen Literatur das Wort, um die romantische Liebe zu benennen. Es ist die Art Liebe, über die Gedichte und Balladen geschrieben werden. *Eros* ist die Liebe, die Licht in Ihre Ehe bringen kann, die gewissermaßen aus einem langweiligen Schwarz-Weiß-Stummfilm ein aufregendes Breitband-Wunder in Technicolor und Dolby werden läßt. Damit kommen wir zum vierten Hauptgebiet der ehelichen Liebe.

Vielleicht denken Sie, Romantik, das ist doch bloß ein Hollywood-Schmarren, und bestimmt möchte Gott nicht, daß wir uns mit solch einem sentimental Kram abgeben. Wenn Sie so denken, möchte ich Ihnen etwas sagen, eine gute Nachricht für Ihre Ehe: *Eros*, die romantische Liebe, gehört zum Alltag!

Gott hat ein ganzes Buch der Bibel, das Hohelied Salomos, inspiriert, um die richtige Art romantischer Liebe in der Ehe zu beschreiben.

Die Bibel schildert auch Jacobs Liebe zu Rahel: „So diente Jakob um Rahel sieben Jahre, und es kam ihm vor, als wären's einzelne Tage, so lieb hatte er sie“ (1. Mose 29, 20). Nur romantische Liebe konnte sieben Jahre wie ein paar Tage erscheinen lassen. Jakob war euphorisch. Er war trunken vor *Eros*.

Vielfach fällt es Frauen nicht schwer, die Liebesweise des *Eros* zu verstehen. Nicht selten hungern sie geradezu nach romantischer Liebe. Männer neigen dagegen dazu, die Romantik in der Ehe auszusparen und die Bedürfnisse ihrer Frauen nicht zu erfüllen. Frauen sehnen sich nach Romantik. Romantik geht vor Sex.

Gott möchte, daß Sie Ihrem Partner die Freuden romantischer Liebe schenken. Sind Sie ein Kämpfer oder Liebhaber? Wenn Sie noch nicht zur romantischen Liebe gefunden haben, haben Sie sicher viel kämpfen müssen. Jetzt ist es an der Zeit, daß Sie den

Vergessen Sie Ihre Sorgen, und konzentrieren Sie sich auf die Ihres Partners. Erspüren Sie, was ihn verletzt, teilen Sie seine Enttäuschungen, freuen Sie sich mit, wenn er sich freut.

Kämpfer ablegen und zum Liebenden werden.

Drei Schlüssel führen zur romantischen Liebe: Stimmung, Phantasie und Hingabe.

Romantische Liebe braucht ihr Klima

Für romantische Liebe ist die Stimmung, in der sie geschenkt wird, von großer Bedeutung. *Eros* ist eine Sache der Empfindungsfähigkeit und des Gefühls und braucht, um gedeihen zu können, ein Klima der Wärme und Zärtlichkeit.

Nehmen Sie Ihrem Gatten gegenüber eine herzliche, positive Haltung ein. Bitten Sie Gott, daß er Ihnen alle unguuten Gefühle nimmt, die Sie in der Vergangenheit vielleicht gehegt haben (Eph. 4, 31 – 32). Sie machen damit in Ihrer Beziehung einen neuen Anfang. Seien Sie lebenswürdig und nett, dann haben Sie schon viel getan, um die richtige Stimmung für romantische Liebe zu erzeugen.

Gepflegtes Aussehen, ein angenehmes Äußeres des Liebenden ist ein wichtiger Beitrag zur romantischen Atmosphäre. Da *Eros* sieht, riecht, empfindet, kann ein gepflegtes oder ungepflegtes Äußeres Ihren Partner anziehen oder abstoßen.

Halten Sie auf Sauberkeit. Wenn Sie mit Ihrem Partner zusammenkommen wollen, vergewissern Sie sich, daß Sie nett aussehen. Als Frau sollte man auf eine hübsche, gefällige Frisur Wert legen, als Mann seinen Bart schneiden. Der Wangenkontakt mit einem Kaktus ist nicht unbedingt angenehm. Nehmen Sie es mit Ihrer persönlichen Körperpflege ernst, und benutzen Sie ruhig auch ein bißchen Eau de Cologne oder ein Parfüm, um dem Ganzen etwas Pep zu verleihen.

Achten Sie auf eine adrette Kleidung, auch wenn Sie zu Hause sind. Als Frau sollte man sich für seinen Mann so anziehend wie möglich kleiden, als Mann immer so, daß man seiner Frau gefällt. Finden Sie heraus, wie Ihr Partner Sie gern hätte, dann kleiden Sie sich entsprechend.

Auch der liebevolle Blick schafft eine romantische Atmosphäre. Salomo sprach von der Macht des romantischen Blickkontakts, als er schrieb: „Du hast mir das Herz genommen mit einem einzigen Blick deiner Augen“ (Hohes. 4, 9).

Liebende sehen sich oft in die Augen. Man hat das Auge den Spiegel der Seele genannt. Nicht weniger wahr ist, daß das Auge der Spiegel der Liebe ist. Schaffen Sie durch Blickkontakt eine Atmosphäre romantischer Zweisamkeit. Sehen Sie Ihrem Ehepartner warmherzig in die Augen, wenn Sie sich unterhalten. Befinden Sie sich in der Öffentlichkeit, schauen Sie sich gelegentlich nach Ihrem Gatten um, fangen Sie seinen Blick auf, und lächeln oder zwinkern Sie ihm zu. Die Botschaft „Ich liebe dich“ überträgt sich dann aus Ihren Augen direkt in das Herz Ihres Partners.

Nichts beflügelt die romantische Stimmung mehr als liebevolle Zärtlichkeit. Unsere Generation ist „lieblos und unversöhnlich“ geworden (2. Tim. 3, 3). Gerade in unsere Ehen ist Entfremdung und Kälte eingezogen. Führen Sie Ihre Ehe heraus aus der Eiszeit — schenken Sie Ihrem Partner Herzlichkeit und Wärme.

Der Kuß ist schon immer ein Symbol für Zärtlichkeit und Wärme gewesen. Machen Sie ihn doch zur gewissermaßen offiziellen Form der Begrüßung Ihres Ehegatten.

Ein Kuß am Morgen ist eine schöne Art, den Tag zu beginnen. Ihren Partner während des Tages immer wieder zu küssen, ist eine lebenswürdige Methode, um sich seine Zuneigung den ganzen Tag über zu erhalten.

Salomos Braut war begierig nach den Küssen ihres Gemahls: „Er küsse mich mit dem Kusse seines Mundes; denn seine Liebe ist lieblicher als Wein“ (Hohes. 1, 2). Wein macht das Herz fröhlich, und genauso wirken die Küsse romantischer Liebe.

Oft sind kleine Dinge von großer Bedeutung. Auf keinem anderen Gebiet kann eine Kleinigkeit soviel ausmachen wie in der romantischen Liebe. Haben Sie etwa aufgehört, die

kleinen Liebeszeichen zu tun? Dann ist es jetzt Zeit, wieder damit anzufangen.

Benutzen Sie Ihre Phantasie

Romantik ist eine Sache des geistigen Vorstellungsvermögens. Ihre Phantasie kann Ihnen eine mächtige Hilfe sein, um mehr Romantik in Ihre Ehe zu bringen. Salomo hat gesagt, daß wir sind, was wir denken (Spr. 23, 7 Elberf. Bibel). Wenn Sie romantisch denken, werden Sie auch romantisch handeln.

Jesus Christus hat natürlich auch die sündigen Wirkungen auf den Geist nicht verschwiegen, die daraus folgen können, daß man jemand begehrt, mit dem man nicht verheiratet ist (Matth. 5, 28). Aber haben Sie schon einmal über die andere Seite dieser Schriftstelle nachgedacht? Gewöhnlich gibt es zu jedem Übel ein Gutes.

Es ist ganz offensichtlich falsch, begehrlische Gedanken gegenüber dem Partner eines anderen zu hegen, aber es ist gut, wenn sich Ihr Begehren auf Ihren eigenen Ehepartner richtet. Gott hat Eva gesagt, daß ihr „Verlangen“ nach ihrem Mann sein werde, und das selbe galt für Adam (1. Mose 3, 16).

Salomo lehrt uns, unsere Vorstellungskraft folgendermaßen zu benutzen: „Trinke Wasser aus *deiner* Zisterne und was quillt aus *deinem* Brunnen... Sie ist lieblich wie eine Gazelle und holdselig wie ein Reh. Laß dich von ihrer Anmut allezeit sättigen und ergötze dich allewege an ihrer Liebe“ (Spr. 5, 15 u. 19).

Auch wenn Sie Ihren Partner nicht sehen können, sollten Sie ihn nie aus Ihren Gedanken verlieren. Benutzen Sie Ihr Herz und Ihr Vorstellungsvermögen, um von Ihrem Ehepartner gut und freundlich zu denken (Phil. 4, 8).

In Sprüche 29, Vers 18 heißt es: „Wo keine Offenbarung (in anderen Übersetzungen: keine Weissagung, d. h. keinen Blick in die Zukunft) ist, wird das Volk wild und wüst.“ Man kann ebenso sagen: Wo es keine Zukunftsvision gibt, da gibt es keine romantische Liebe.

Wenn Sie Ihre Phantasie und Ihr

Vorstellungsvermögen richtig einsetzen, werden Ihre Gedanken die romantische Liebe in Ihrer Ehe vertiefen.

Hingabe

Hingabe ist ein weiterer Schlüssel zur romantischen Liebe. Sie müssen alle Reserven ablegen und diese Liebe Ihrem Partner wirklich schenken.

Wir haben gesehen, daß *Eros* — romantische Liebe — zur Wirklichkeit gehört, und die Notwendigkeit, sie in Ihrer Ehe womöglich neu zu beleben, ist deutlich geworden. Sie kennen nun die Prinzipien der romantischen Liebe und wissen, wie man sie anwendet. Alles weitere liegt jetzt bei Ihnen.

Verstoßen Sie nicht gegen den Geist des *Eros*. Geizen Sie nicht mit der romantischen Liebe, die Ihr Ehepartner so sehnlichst von Ihnen wünscht.

Fügen Sie Ihrem LQ einen weiteren Punkt hinzu. Öffnen Sie sich, und lassen Sie der Liebe freien Lauf!

Liebende sollen sich lieben

Der fünfte Weg, Ihren Gatten zu lieben, ist die sexuelle Liebe.

Wie steht es mit Ihrem Liebesleben? Nach Gottes Willen soll es voller Freude sein, und Sie und Ihr Ehepartner haben auch die Fähigkeit, die hohe Stufe sexuellen Genusses zu erreichen. Selbst wenn Ihr Sexualleben bisher unerfüllt war — Sie können es zum Besseren wenden.

Wenn Sie Ihr Sexualleben verbessern wollen, müssen Sie damit anfangen, die anderen vier Liebesformen gewissenhaft zu üben. Die sexuelle Liebe wurde in dieser Darstellung der Liebesformen an den Schluß gestellt, weil ihr Erfolg von der Erfüllung der anderen abhängt.

Die prüde, viktorianische Auffassung, Sex sei eines der notwendigen Übel im Leben, ist unsinnig. Ebenso falsch ist aber auch die moderne „neue Moral“. Wenn Sie Ihren Ehepartner in der richtigen Weise sexuell lieben wollen, brauchen Sie eine positive Einstellung zum Geschlechtlichen, wie sie von Gott gewollt ist.

Gott hat die Sexualität geschaffen, und er hat gesagt, daß sie in der Ehe

gut ist (1. Mose 1, 27 – 28 u. 31).

Unter Gottes Inspiration schrieb Paulus: „Die Ehe soll in Ehren gehalten werden bei allen und das Ehebett unbefleckt; denn die Unzüchtigen und die Ehebrecher wird Gott richten“ (Hebr. 13, 4).

Für „Ehebett“ benutze Paulus das griechische Wort *koite*, das wörtlich Beiwohnung oder Koitus bedeutet. Die Bibelübersetzer haben sich meist gescheut, das Wort „Koitus“ zu benutzen, an seiner Stelle verwendeten sie „Ehebett“.

Aber Gott schämt sich des schönen Liebesaktes nicht. Auch Adam und Eva kannten keine Scham, bevor Satan zu ihnen in den Garten Eden kam (1. Mose 2, 25).

Gott gab ihnen die Verpflichtung, ihrem Ehepartner sexuelle Liebe und Erfüllung zu schenken. Gott fordert die Eheleute auf, einander die sexuellen Bedürfnisse zu befriedigen: „Der Mann leiste der Frau die schuldige Pflicht, desgleichen die Frau dem Manne“ (1. Kor. 7, 3).

Ihr Körper gehört in Wahrheit Ihrem Partner und der Ihres Partners gehört Ihnen (Vers 4). Mit dieser Befugnis geht die Verantwortung einher, für den Körper Ihres Gatten Sorge zu tragen, als sei es Ihr eigener (Eph. 5, 28). Treiben Sie niemals Mißbrauch mit dem Körper Ihres Lebensgefährten. Behandeln Sie ihn mit liebevoller, zärtlicher Sorge. In der sexuellen Liebe sollten Sie sich Ihrem Partner niemals verweigern oder sie als Waffe oder Druckmittel mißbrauchen (1. Kor. 7, 5).

Steigern Sie Ihren Liebesquotienten

Wenn Sie Ihrem Partner diese fünffache Liebe schenken, wird Ihre Ehe freudreicher und erfüllter sein.

Hören Sie zum Schluß noch auf Gottes Mahnung: „Genieße das Leben mit deiner Frau, die du liebgewonnen hast, all die Tage deines flüchtigen Daseins, das dir unter der Sonne geschenkt ist. Das ist dein Teil am Leben für alle die Mühe, die du unter der Sonne hast“ (Pred. 9, 9, Bruns-Übers.). □

Das größte Geschenk, das Sie Ihren Kindern machen können

Es ist weder Geld noch Macht, noch Ansehen! Alle Eltern besitzen es — doch zu viele schenken es niemals.

Die Geburt eines Kindes ist für eine Familie einer der erregendsten Momente des Lebens. Voller Eifer erwarten junge Paare den großen Tag. Monatlanges Warten und Planen, Träumen und Hoffen gipfeln in freudiger Erregung über das neugeborene Leben.

Die meisten Eltern haben für ihre Neugeborenen schon fertige Lebenspläne. Vielleicht planen sie für sie eine große Sportlerkarriere. Oder das Kind soll einmal ein erfolgreicher Arzt oder prominenter Anwalt werden. Wie viele Eltern haben nicht bereits vor der Geburt ihres Kindes einen Fußball, Schlittschuhe oder ein Musikinstrument gekauft?

Vor allem aber möchten wir, daß unsere Kinder gesund sind, glücklich und zufrieden mit dem, was einmal aus ihnen wird.

Elternschaft ist eine Vollzeitbeschäftigung

Aber Eltern haben mit ihren Kindern nicht nur langfristige Ziele. Wie oft hört man Eltern sagen: „Die harten Zeiten, die wir durchgemacht haben, sollen unsere Kinder niemals erleben.“

Die meisten Kinder wachsen heute in besseren Wohnungen auf, brauchen weniger zu arbeiten und haben mehr Kleidung, Freizeit und Komfort als irgendeine Generation vor ihnen.

Um diesen materiellen Überfluß zu ermöglichen, verbringen die Eltern zahllose Stunden an ihrem Arbeitsplatz. Viele Väter üben einen zweiten Beruf aus, um sowohl die Grundbedürfnisse als auch die Luxuswünsche befriedigen zu können. Viele Mütter gehen

außer Haus zur Arbeit, damit sich die Familie mehr und Besseres leisten kann, als das sonst möglich wäre.

Gut für die Familie zu sorgen und den Kindern Zukunftschancen zu bieten — das ist ein ehrenwertes Ziel. Aber indem sie materiellen Gütern nachjagen, versäumen viele Eltern es, ihren Kindern das Wichtigste von allem zu schenken.

Widmen Sie dem ruhig ein paar Gedanken. Stolz bringen Eltern neues Leben zur Welt — Miniaturausgaben von sich selbst. Das Kind hat ihr Aussehen, ihre Wesensart, viele ihrer Begabungen und ihr Temperament. Die meisten Eltern möchten, daß ihre Kinder einmal „ganz der Papa“ oder „ganz die Mama“ werden.

Aber zu viele Paare verlieren während der ersten Lebensmonate des Kindes schnell ihre neugewonnene Begeisterung. Sie lassen die Kinder einfach aufwachsen — zu oft in der Obhut von Kindertagesstätten oder von Babysittern, zu selten unter ihrem eigenen Einfluß.

Wenn diese Kinder dann älter werden, wundern die Eltern sich, warum sie sich mit ihnen nicht mehr verstehen können, warum es zwischen den Generationen eine Kluft gibt. Es geht ihnen, daß diese Kluft schon seit der Geburt bestanden hat — ein echtes Verstehen hat es nie gegeben.

Von der Geburt bis zur Einschulung

Keine Zeit unseres Lebens ist von



größerer Bedeutung als die ersten Lebensjahre. Praktisch unsere ganze künftige Entwicklung wird in diesem Alter eingeleitet und festgelegt.

Man hat festgestellt, daß wir im ersten Lebensjahr mehr lernen als in irgendeinem anderen Jahr unseres Lebens. Das scheint kaum glaubhaft, aber die Wissenschaft besteht darauf.

Kleine Kinder nehmen alles in sich auf — sie lernen laufen, sprechen, denken. Sie entwickeln eine Persönlichkeit und bilden Charakterzüge heraus. *Wie* geht nun das Lernen in diesem Alter vor sich?

Kinder lernen *durch* *Beispiele!*

Alles, was der Erwachsene tut — oder nicht tut —, nimmt das Kind in sich auf. Wenn Ihre Kinder sprechen lernen, übernehmen sie Ihren Akzent, Ihren Stimmfall und Ihren Wortschatz. Ihre Persönlichkeitsmerkmale und guten Gewohnheiten übernehmen sie ebenfalls. Auch die Vorlieben Ihrer Kinder im Hinblick auf Speisen, Freizeitgestaltung und Kunst werden sich ähnlich entwickeln.

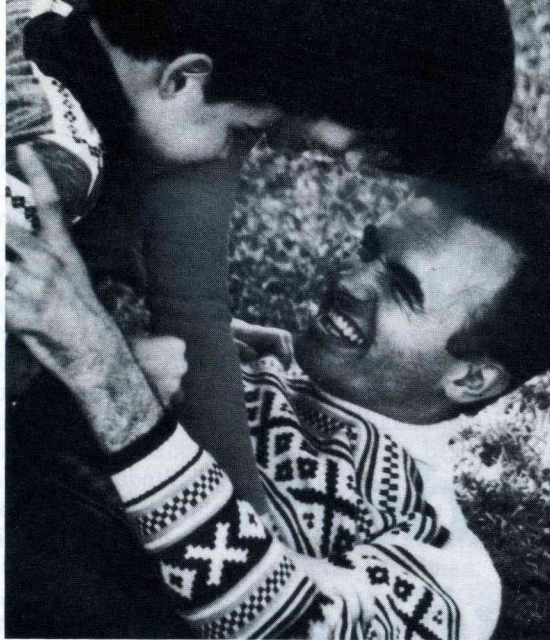
Voraussetzung ist natürlich, daß Sie zu Hause sind und Ihre Kinder beeinflussen können.

Wenn die Eltern nicht anwesend sind, eignen die Kinder sich die Gewohnheiten, Wesenszüge und Vorlieben von anderen an. Das dürfte nicht immer wünschenswert sein. Wenn Sie Ihre Kinder in eine Tagesstätte abschieben, sie einem Babysitter überlassen oder von morgens früh bis abends spät vor einem Fernseher alleinlassen, dann werden Ihre Kinder etwas ganz anderes in sich aufnehmen, als Sie beabsichtigen.

Wie man am besten vorgeht

Obwohl junge Eltern meist mit den besten Vorsätzen beginnen, fallen sie viel zu oft nach kurzer Zeit wieder in ihre alten Gewohnheiten zurück. Eine lange Arbeitszeit und der Kampf mit dem Verkehr am Ende eines ermüdenden Tages sind einem optimalen Erzieherverhalten nicht gerade förderlich.

Und wenn dann das Wochenende naht, ist die alte Routine wieder da: Fußball, Kegeln, Tennis, Angeln oder was die Freizeitbeschäftigungen der Eltern auch immer sein mögen.



Für Eltern, die sich die Zeit nehmen, ihre Kinder ordentlich zu erziehen, gibt es in diesem Leben keine größere Freude.

Vati mag denken, er kann das Ballspielen mit dem Sohn aufschieben bis später, wenn er älter ist. Aber die Gewohnheiten in einer Familie sind meist fest zementiert und später schwer zu ändern. Ein Junge, der den Vater während seiner ersten Lebensjahre mit anderen losziehen sieht, wird nicht plötzlich mit ihm ein paar Bälle kicken wollen, wenn er zwölf wird.

Wenn dagegen Eltern mit ihren Kindern schon auf dem Wohnzimmerfußboden gespielt haben, als sie erst drei Monate alt waren, dann hinter dem Haus, als sie laufen lernten, wenn sie ihnen mit vier das Radfahren beigebracht und, als die Kinder acht waren, mit ihnen auf dem Spielplatz Fangen gespielt haben, dann werden sie auch im Teenager-Alter noch immer zusammen spielen.

Erziehung durch Vorbild

Sicher kennen Sie die alte Redensart, der noch zu viele Eltern anhängen: „Mach nicht, was ich tue, sondern mach, was ich sage.“ Wir wissen aber genau, daß das nicht funktioniert. Eltern, die sich darüber beklagen, daß ihr Kind schon mit zwölf zu rauchen anfängt, haben einen schweren Stand, wenn sie selbst immer noch rauchen.

Der Vater, der sich damit brüstet, daß er das Finanzamt um Steuern betrogen hat, kann nicht erwarten, daß

sein Sohn als ehrlicher Bürger aufwächst. Solche Eltern haben die Schlacht schon verloren. Ihr Vorbild spricht deutlicher als ihre Worte. Manchmal lehrt unser Beispiel genau das Gegenteil von dem, was wir sagen.

In den letzten Jahren hat es einige alarmierende soziale Entwicklungen gegeben. Die Zahl der Alkoholiker ist gestiegen und ebenso die Zahl der Eltern, die ihre Kinder mißhandeln. Wissenschaftler haben dabei überraschende statistische Resultate ermittelt. Bei der Analyse Hunderter von Problemfällen fanden Psychologen heraus, daß ein hoher Prozentsatz der Eltern, die ihre Kinder mißhandeln, selbst mißhandelt worden sind.

Für den Alkoholismus gelten ähnliche Statistiken. Alkoholiker sind oft das Produkt eines Elternhauses, in dem es Alkoholmißbrauch gab.

Unser Ziel ist es, in positiver Weise Einfluß zu nehmen. Ein Elternhaus voller Liebe und Gemeinschaftsinn wird auch Kinder großziehen, die Liebe und Gemeinschaft üben. Wenn die Kinder aus solchen Familien heranwachsen und selbst Eltern werden, dann wird gewöhnlich in ihren Familien dieselbe Freude und dasselbe Glück herrschen.

Voraussetzungen für die Elternschaft

Was sind nun aber die Qualifikationen für die Elternschaft? Welche Fertigkeiten werden für die wichtigste Verantwortung verlangt, die ein Mensch jemals übernehmen kann — nämlich Mutter oder Vater zu sein? Welche Ausbildung ist vorgeschrieben, bevor man ein Kind haben darf? Welches Zeugnis gilt als Beweis, daß man für die Erzieherrolle qualifiziert ist?

Um ein Kind zeugen zu können, braucht man nur die Pubertät zu erreichen. Das ist schon alles:

Jeder Leser wird mir zustimmen, daß ein Dreizehnjähriger noch in keiner Weise für die Elternrolle *qualifiziert* ist. Aber biologisch möglich ist es.

Die Frage lautet also, wann ist man tatsächlich für eine *verantwortungsbewußte* Elternschaft qualifiziert?

Eine Schulausbildung, der Erwerb beruflicher Fertigkeiten und die Ent-

wicklung der nötigen Reife, um die mit der Elternschaft einhergehende Verantwortung tragen zu können — das alles sind wichtige Voraussetzungen. Aber lassen sie sich verbindlich vorschreiben? Auf diesem Gebiet gibt es keinen Gesetzgeber, der Vorschriften erläßt und sie durchsetzt.

Junge Leute wachsen deshalb in der Umgebung auf, die ihre Eltern für sie geschaffen haben. Sie lernen durch das elterliche Beispiel, worum es bei der Elternschaft geht. Und das Resultat ist die Gesellschaft, in der wir leben.

Biblische Beispiele

Aus der Bibel lernen wir, daß es im alten Israel ganz ähnlich zuing. Diese Nation hatte damals einen Priester, der den Dienst Gottes wohl versah. Sein Name war Eli.

Doch Eli versagte bei der Kindererziehung. Gott sagt von seinen Kindern: „Aber die Söhne Elis waren ruchlose Männer; die fragten nicht nach dem Herrn“ (1. Sam. 2, 12).

Zu den Aufgaben der Priester gehörte es, Opfer für das Volk darzubieten. Die Söhne Elis verhöhnten das Opferzeremoniell: „so war die Sünde der Männer sehr groß vor dem Herrn; denn sie verachteten das Opfer des Herrn“ (Vers 17).

Außerdem verhielten sich Elis Söhne auch sexuell unmoralisch. Sie brachten ihren Vater und Gottes Weg sehr in Mißkredit.

Es war eine Schande, daß diese jungen Männer nicht in ihres Vaters Fußtapfen treten konnten, wie sie es hätten tun sollen. Aber Eli machte den tragischen Fehler, den so viele Eltern begehen. Er zog seine Kinder nicht ordentlich auf und unterwies sie nicht. Er war zu sehr beschäftigt — selbst in seinem Dienst als Diener Gottes. Das Ergebnis war katastrophal.

Gott erwählte dann Samuel als Nachfolger Elis im Priesteramt.

Nun sollte man annehmen, daß Samuel die Lektion Elis gelernt hätte, wie man ein richtiger Vater wird und folgsame Kinder aufzieht. Doch die traurige Geschichte wiederholte sich.

Samuel heiratete und bekam Kinder. Es war ganz natürlich, daß er den Wunsch hatte, seine Söhne sollten ihm nachfolgen und Priester und Richter in Israel werden.

Die Geschichte wird in 1. Samuel 8

erzählt: „Als aber Samuel alt geworden war, setzte er seine Söhne als Richter über Israel ein. Sein erstgeborener Sohn hieß Joel und der andere Abia, und sie waren Richter zu Beerseba“ (Vers 1–2).

Aber wie schon Eli vor ihm, so unterließ es auch Samuel, seine Kinder durch sein gutes Beispiel zu belehren und zu beeinflussen. Das Ergebnis?

„... seine Söhne wandelten nicht in seinen Wegen, sondern suchten ihren Vorteil und nahmen Geschenke und beugten das Recht“ (Vers 3).

Die Söhne Samuels genossen im Volk einen so schlechten Ruf, daß es einen Regierungswechsel verlangte. Ein Trauerspiel!

Lassen Sie sich diese Beispiele eine gute Lehre sein, wenn Sie Kinder haben oder eine Familie gründen möchten.

Worin besteht das Geschenk?

Welchen Rat kann ich Ihnen nun geben, der einem Patentrezept für die Kindererziehung am nächsten kommt?

Das Wichtigste, was Sie Ihren Kindern überhaupt schenken können — ist *Ihre Zeit!*

Wenn Sie sich für sie keine Zeit nehmen können, sollten Sie auf Kinder verzichten.

Für Eltern, die sich die Zeit nehmen, ihre Kinder ordentlich zu erziehen, gibt es in diesem Leben nichts Aufregenderes und keine größeren Freuden und Belohnungen. Wenn die Eltern jedoch nicht nach den richtigen Grundsätzen verfahren und sich nicht Zeit nehmen, dann erleben sie keine größeren Sorgen und Enttäuschungen als mit ihren fehlerzogenen Kindern.

Als Eltern sind Sie ständig ein lebendes Beispiel für Ihre Kinder. Die Kinder lernen täglich und in jeder Minute, wie man sein sollte und wie nicht. Sie nehmen Ihr gutes Beispiel wahr — und genauso Ihr schlechtes.

Wenn Ihre Kinder sehen, daß Sie sich streiten, sich anschreien und keine Achtung voreinander haben, dann denken sie, so seien Eheleute nun einmal. Sie haben schließlich nichts anderes kennengelernt.

Neugeborene haben keinen Instinkt. Das ist bei Tieren anders. Ein neugeborenes Kalb oder Fohlen weiß genau, wo es seine Nahrung bekommt. Innerhalb weniger Minuten ist es auf den Beinen.

Menschenkindern dagegen muß al-

les beigebracht werden: durch das Wort, durch das Beispiel. Die Bedeutung von Liebe und Zuwendung, von Sorge und Wärme wird von Kind an gelernt. Es lernt, wie man lacht, wie man weint, wie man lächelt und kichert. Kinder lernen unaufhörlich.

Wie man ein guter Vater oder eine gute Mutter wird, lernen sie am besten durch das Vorbild, das Sie ihnen geben. Aber um als Vorbild wirken zu können, müssen Sie Ihren Kindern Ihre Zeit „schenken“.

Es gibt nur eine Chance

Wenn Sie kleine Kinder haben, dann verbringen Sie soviel Zeit mit ihnen wie nur möglich. Geben Sie ihnen positive Beispiele für die rechte Art zu leben. Die Jahre vergehen schnell. Kinder, die heute gerade das Laufen lernen, verlassen morgen schon die Schule. Ehe Sie sich versehen, machen Sie sich Gedanken über die Berufsausbildung und die Partnerwahl Ihrer Kinder. Und Sie fragen sich dann, wo die Jahre geblieben sind.

Wie viele Familien haben es nicht schon erfahren müssen: Überstunden, beruflicher Aufstieg oder das Streben nach höherem Einkommen können Folgen haben, die man sich am wenigsten wünscht — den Verlust der eigenen Kinder.

Wenn nun aber ein Vater ein prominenter Chirurg, ein erfolgreicher Anwalt, ein angesehener Professor oder der Leiter eines Unternehmens wird? Was soll schon dabei sein?

Ja, was ist dabei, wenn er auf dem Weg dahin seine Kinder verliert, wenn möglicherweise seine Ehe zerbricht und seine Gesundheit Schaden nimmt? Was hat er dann gewonnen?

Wir alle möchten hart arbeiten und das Beste für unsere Kinder erreichen. Aber wenn wir, um an die Spitze der Karriereleiter zu gelangen, unsere Kinder und unsere Familie aufs Spiel setzen, dann ist es das Opfer einfach nicht wert.

Es gibt keine Patentrezepte. Erfolgreiche Erziehung erfordert altmodische, harte Arbeit. Aber wenn Sie wissen möchten, was das größte Geschenk ist, das Sie Ihrem Kind je machen können — es ist Ihre Zeit!

Geben Sie Ihren Kindern dieses kostbare Geschenk — Ihre Zeit! Noch heute! □

Geständnisse eines vielbeschäftigten Vaters

Wer sind die wichtigsten Menschen in Ihrem Leben? „Natürlich meine Familie“, werden Sie wohl sagen. „Für sie würde ich sterben!“

Auch ich dachte das — bis ich dann merkte, daß ich nicht für sie starb, sondern sie im Gegenteil langsam umbrachte: durch Vernachlässigung.



Durch ein Ereignis, das ich nie vergessen werde, ließ mich Gott erkennen, daß ein Vater seiner Familie zu liebe nie „zu beschäftigt“ sein sollte.

Die Agonie

Es war ein ganz normaler Dienstagmorgen, Telefonanrufe waren zu erledigen, Termine einzuhalten. Da erinnerte

mich meine Frau daran, daß heute das größte Sportfest meiner Tochter war, der letzte Wettkampf dieser Saison. „O nein!“ sagte ich. „Ich hab so viel zu tun, daß ich das ganz vergessen habe. Heute bin ich beruflich verhindert — ich kann nicht hin.“

Widerstrebend ging ich nach unten, um meiner Tochter Bescheid zu sagen. An meinem Blick sah sie, was ich ihr mitteilen wollte. Ihre Augen wurden naß. Ich entschuldigte mich, daß ich es verschwitz hatte, und ermutigte sie, ihr Bestes zu geben. Ich sagte, ich würde für sie beten.

Nur: Ich war derjenige, für den eigentlich gebetet werden mußte. Ich war derjenige, der Ermutigung brauchte, das Richtige zu tun — nämlich meine Familie zu lieben.

Sie sagte, sie verstehe, aber ihre Enttäuschung und ihr Schmerz waren offensichtlich. Sie packte ihre Bücher und machte sich auf den Weg zur Schule. Auch ich begab mich in die Schule — Gottes Schule der geistlichen Lektionen.

Zuerst begannen mir Selbstrechtfertigungen durch den Kopf zu gehen: Sie weiß doch, daß ich sie liebe. Zu anderen Sportfesten bin ich ja mitgegangen. Sie weiß, daß ich Prediger bin, daß ich mich der Gemeinde widmen muß. Sie kommt schon ohne mich zu recht.

Aber dann fiel mir eine Stelle aus einer meiner vergangenen Predigten ein: „Wenn die Familie überleben will, müssen Väter der Familie den Vorrang geben! Der Vater ist die wichtigste Person im Leben der heranwachsenden Tochter.“

Das überwältigte mich. Ich sank auf die Knie und bereute vor Gott. Und ich dankte ihm, daß er mir gezeigt hatte, daß meine Prioritäten bei meiner Familie zu liegen hatten. Ich stand auf, verschob meine Termine und freute mich nun sehr darauf, bei meiner Tochter zu sein.

Die Freude

Als ich auf dem Sportplatz ankam, sah ich meine Tochter auf der gegenüberliegenden Seite des Feldes. Sie schien ein bißchen niedergeschlagen — sie fragte sich wohl, warum andere Leute für mich wichtiger waren.

Erinnerungen kamen mir, wie ich sie als kleines Kind getröstet, wie ich sie auf meinen Armen geschaukelt hatte. Wie ich ihr Mut gemacht hatte, als sie hinfiel und sich weh tat. Und ich sah sie jetzt vor mir als heranwachsende Frau: Auch jetzt wollte ich ihr Mut machen.

Ich rief ihren Namen. Erstaunt blickte sie auf, sah mich, und ihre Agonie verwandelte sich in Freude.

Jetzt wußte sie, daß ich sie wirklich liebte. Jetzt war sie sicher, daß die Familie für mich auf Platz eins stand.

Goldmedaillen hat sie an diesem Tag nicht gewonnen, aber den ersten Platz im Herzen ihres Vaters, und das ist besser als Gold.

Übrigens, auch Gottes Werk wurde am diesem Tag getan. Wie, fragen Sie? Der große Gott gebietet den Vätern, ihr Herz den Kindern zuzukehren (Mal. 3, 24). Daher, wenn Sie Vater sind, tun Sie Gottes Werk! Geben Sie den Kindern Ihre Zeit, Ihr Leben.

Von den Freundinnen meiner Tochter sagte mehr als eine auf dem Sportplatz: „Mensch, dein Vater muß dich aber wirklich liebhaben. Meiner hatte heute keine Zeit, um herzukommen.“ Trotz meiner anfänglichen Blindheit bediente sich Gott jenes Tages, um sowohl Studenten als auch Lehrern einen Vorgeschmack der tiefen Liebesbindung zu geben, die alle Eltern und Kinder in der Welt von morgen miteinander teilen werden.

Wer sind die wichtigsten Menschen in Ihrem Leben? Wenn es die Familie ist: Seien Sie nicht zu beschäftigt, sie zu lieben. Geben Sie ihr Ihr Leben — geben Sie ihr Ihre Zeit. □

Die allgemeine Zerrüttung unserer Zeit — sie hat auch vor der Familie nicht haltgemacht. Wir leben in einer so hektischen Gesellschaft.

Für ein Essen bei den Großeltern, für einen großen Familientreff haben wir kaum noch Zeit. Und weil wir uns die Zeit nicht nehmen, zerbröckelt langsam das, was die Familie „im Innersten zusammenhält“.

Es ist Zeit, einige „altmodische“ Werte wiederzubeleben und die Familienbindungen zu festigen. Möglicherweise trägt es dazu bei, Ihre Familie zu retten.

Essen bei den Großeltern

Nehmen wir etwa den alten Brauch, daß sich sonntags die ganze Familie bei den Großeltern traf, wo es ein Mittagessen gab mit selbstgezogenem Gemüse, am Nachmittag drei Arten selbstgebackenen Kuchen. Wenn das in Ihrer Familie Sitte war, haben Sie wahrscheinlich heute noch den herrlichen Geschmack des Essens im Mund. Wer könnte die ausgelassenen Spiele vergessen, wo am Ende alle Nachbarskinder mitmachten? Und denken Sie noch an die ruhigen Nachmittage, wo Sie im Schatten der alten Eiche saßen und zusahen, wie die Wolken vorbeizogen? Und wissen Sie noch, wie Sie draußen mit den Cousins spielten, während die Eltern beisammensaßen und sich stundenlang unterhielten?

Wenn das Teil Ihres Lebens war, werden Sie es wohl nie vergessen. Warum gibt es das heute nicht mehr? Interessiert es keinen mehr? Und kann man denn nicht den Versuch machen, solche schönen Familientraditionen wiederzubeleben?

Doch, man kann.

Natürlich, wenn die Großeltern Hunderte oder Tausende von Kilometern entfernt leben, kann man sich nicht so oft zum Essen treffen. Wenn sie aber in der Nähe wohnen, kann man es durchaus wieder zum einigermaßen regelmäßigen Brauch machen. Doch auch bei großer räumlicher Trennung ist nicht alles verloren.

Familienbindungen wollen gepflegt sein!

Ein wichtiges — oft mißachtetes — Prinzip kann Ihnen helfen, den inneren Zusammenhalt der Familie zu fördern und zu stärken.



Der große Familien-Treff

Eine weitere schöne Tradition ist es einmal gewesen, daß die ganze Familie einmal im Jahr oder alle zwei Jahre zusammenkam — ich meine die ganze Familie, auch die Verwandten zweiten Grades, die „Sippe“. Es gibt nichts, was sich damit vergleichen ließe.

Bei uns in den westlichen Demokratien wird „Mobilität“ großgeschrieben. In den USA zieht die statistische Durchschnittsfamilie alle fünf Jahre um. Oft über eine Entfernung von Hunderten oder Tausenden von Kilometern. Ein Gefühl des Verwurzelteins können die Kinder dabei nicht entwickeln.

Ergebnis dieses Vagabundierens ist eine ganze Generation, die nicht mehr weiß, „wer sie ist“. Wer dagegen unter den Fittichen seiner Eltern und Großeltern aufwuchs, dürfte kaum Identitätsprobleme gehabt haben. Wer ein rasch aufbrausendes Temperament hatte, konnte es bei Großvater wiedererkennen, wenn er eine Kuh anbrüllte, weil sie den Milcheimer umgestoßen hatte. Und wer eine gute Stimme hatte, konnte sie zum Beispiel von der Großmutter geerbt haben: Wenn sie Nachtlieder sang, gab es kaum einen Zweifel, wo man die Stimme herhatte.

Ein neues Traditionsbewußtsein im familiären Rahmen ist — zumindest in Amerika — durch Alex Haleys Buch und Fernsehserie *Roots* ausgelöst worden. In vielen erwachte dadurch der Wunsch, ihre „Wurzeln“ zu suchen, die Familienlinie und -tradition zurückzuverfolgen.

Dieses Bewußtsein der Kontinuität und Tradition scheint heute in vielen Familien zu fehlen. Der Opa mußte zum Beispiel schon früh „auf Rente“, seiner ungebrochenen Schaffenskraft zum Trotz; vielleicht ist er durch die erzwungene Untätigkeit auch schon früh gestorben. Großmutter wurde ins Altenheim abgeschoben, wo sie ihren Lebensabend in Isolation und Langeweile verbrachte. Welch eine Tragödie. Und dabei hätten sie noch so viel helfen können.

Geben Sie, wenn irgend möglich, Ihren Kindern Gelegenheit, die Großeltern kennen- und liebezulernen. Planen sie bei frühester Gelegenheit ein Familientreffen. Leben die Großeltern

nicht mehr, erzählen Sie den Kindern Begebenheiten und Erfahrungen von der älteren Generation. Mit Erstaunen werden Sie sehen, wie sehr sich ihr Identitätsgefühl dadurch stärkt.

Nicht-Traditionen

Anstatt positiver Traditionen haben allzu viele Familien heute, wie ich es nennen möchte, Nicht-Traditionen. Was sind Nicht-Traditionen? Es sei an einem Beispiel erklärt: Das typische Frühstück in der westlichen Normalfamilie.

Früher, auf dem Land, auf dem Bauernhof, war das Frühstück eine „große Sache“. Die ganze Familie saß am Tisch versammelt. Das Frühstück

war reichlich, es gab Selbstgekokochtes und Selbstgebackenes. Papa umriß die Tagesarbeit. Das war Tradition.

Eine Nicht-Tradition ist genau das Gegenteil. Vater beispielweise hat den ganzen Morgen schlechte Laune, weil er sich gleich mit dem Auto durchs Verkehrschaos kämpfen muß. In Eile nippt er an einer Tasse Kaffee, isst schnell ein Brötchen.

Wo ist Mutter? Womöglich selber berufstätig, macht sie sich rasch die Haare, um gleich zur Arbeit fahren zu können.

Und die Kinder? Sich selbst überlassen, gehen sie den leichtesten Weg und verschlingen eine Portion bereits fertig gesüßter Corn-flakes oder dergleichen.

Das ist es, was wir unter Nicht-Tradition verstehen. Aus derartigem Lebensstil erwächst nichts von bleibendem Wert. Nichts, was sich an die nächste Generation weitergeben ließe. Keine positiven Familienbindungen werden geschaffen.

Daß dem Abendessen ein größerer „familiärer Wert“ zufällt, darf ebenfalls bezweifelt werden. Hauptunterschied zum Frühstück ist, daß ununterbrochen der Fernseher läuft, der schlimmste Gesprächstöter, den es gibt. Auf Fernsehkomik aus der Konserve oder auf alte Filme starrend, dabei vorgefertigte Fabrik-Kost löffelnd, die man nur in der Backröhre zu erhitzen braucht, kommt die Familie kaum noch dazu, sich untereinander kennenzulernen, geschweige denn Großeltern und Cousins Zeit zu widmen.

So entstehen tragfähige Familienbindungen jedenfalls nicht.

Das Erlernen eines Handwerks

Kontinuität kann auch heißen: Weitergabe handwerklicher und beruflicher Fähigkeiten. Früher lernten die Kin-

der meistens den Beruf direkt vom Vater, wie dieser ihn von seinem Vater gelernt hatte.

Weil die moderne Gesellschaft dies größtenteils aufgegeben hat, gehen Kunstfertigkeiten verloren, die über Jahrhunderte Bestand gehabt haben.

Auch wenn das Kind heute nicht in die Fußtapfen des Vaters tritt: Hat es vom Vater etwas Praktisches gelernt, dann hat es etwas, worauf es notfalls zurückgreifen kann.

Erstaunlich, wie viele junge Männer sich heute nicht mehr aufs Handwerkliche verstehen, nicht mehr reparieren und anstreichen, nicht mehr das Öl wechseln, den Wagen warten können. Und wie viele junge Mädchen nicht mehr richtig stopfen und nähen, nicht mehr richtig kochen können!

Um dergleichen zu lernen, muß man nämlich viel Zeit mit Vater und Mutter und auch mit den Großeltern verbringen.

Die meisten von uns leben nicht mehr auf dem Bauernhof und verstehen daher nichts mehr vom Anbau und Ernten, von Verarbeiten und Haltbarmachen von Nahrung. Selbst für den Gemüsegarten fehlt das „Know-how“. Eltern mittleren Alters haben aber meist noch gärtnerische Kenntnisse — und die Generation der Großeltern mit Sicherheit; sie ist größtenteils noch auf dem Land aufgewachsen. Warum sind diese nützlichen und schönen Kenntnisse nicht weiterüberliefert worden?

Falls Sie bei sich in der Familie solche Traditions- und Kenntnislücken entdecken: Nehmen Sie sich die Zeit, die fehlenden Künste von Ihren Eltern zu lernen und sie an die Kinder weiterzugeben.

Es liegt an Ihnen

Vielleicht war es Ihnen bisher nicht so klar, aber es gibt grundsätzlich nur

zwei Wege. Entweder Aufbau sinnvoller und bleibender Traditionen in der Familie, oder Abrutschen in „Nicht-Traditionen“, die den vielleicht ohnehin gefährdeten Zusammenhalt in der Familie entscheidend schwächen und unterminieren.

Mein Vorschlag ist, setzen Sie sich heute abend einmal zusammen und sprechen Sie darüber, welche Art von Beziehungen Ihrer Familie am meisten nützen könnte. Holen Sie die alten Fotoalben, lassen Sie Erinnerungen wach werden an Großmutter und Großvater, vielleicht sogar die Urgroßeltern. Vielleicht „graben“ Sie dabei längst verschüttete Teile der Familiengeschichte aus, von denen Ihre Kinder noch nie etwas gehört haben.

Sprechen Sie dann darüber, welche neuen Familienbräuche Sie eventuell bei sich einführen möchten.

Nicht jede Familie wird im Skilaufen die ideale Urlaubsbeschäftigung sehen. Aber gerade in den Ferien kann man Aktivitäten nachgehen, die das „Familiäre“ besonders betonen. Wandern, gemeinsame lange Fahrradtouren, Camping, Angeln und vieles andere mehr — es gibt unzählige Dinge „für die ganze Familie“.

Und nicht zu vergessen auch die — im Artikel erwähnten — großen Familientreffs, für die sich die Ferienzeit ebenfalls besonders gut eignet.

Für welche der vielen Möglichkeiten Sie sich auch entscheiden: Lassen Sie sich konkrete Schritte einfallen, die Familienbindung zu stärken. Sie werden nachträglich sehr froh darüber sein. Ihre Enkelkinder werden Ihnen dereinst dankbar dafür sein, daß Sie Familienbande geschmiedet haben, die weiterüberliefert werden an deren Kinder und Kindeskin-



Gewalt in der Familie

Die heimliche Sünde

Das Problem der Frauen- und Kindesmißhandlung muß erkannt, angegangen und gelöst werden.

Es gibt Themen, die so schrecklich sind, daß kein Mensch davon hören möchte. In dieser Welt zunehmender Gewalt muß man jedoch diesen Problemen ins Auge sehen.

Die anschwellende Lawine häuslicher Gewalt — Mißhandlung von Ehefrauen, Kindern, selbst alternenden Eltern — hat eine ehemals heimliche Sünde, die nur hinter verschlossenen Türen begangen wurde, ins öffentliche Bewußtsein gezwungen. Eine weitere tragische Tatsache: Ein Klima der Hysterie ist entstanden, in dem unschuldige Menschen solcher Verbrechen fälschlicherweise beschuldigt werden von boshaften Nachbarn oder

von Beamten, die öffentliches Ansehen für sich gewinnen wollen.

Nicht mehr heimlich

Noch immer ist es außerordentlich schwierig, öffentlich über die „Privatsünde“ zu sprechen. Aber: Wir müssen darüber sprechen.

Es handelt sich tatsächlich um ein weltweites Problem von erschreckenden Dimensionen. Frauenmißhandlung und familiäre Gewalt allerorten: in Europa, Australien, Südamerika, Afrika — man kann es sich praktisch „aussuchen“.

Eine weltbekannte Vorkämpferin gegen Frauenmißhandlung ist die Engländerin Erin Pizzey. Sie lebte zunächst den größeren Teil ihres Lebens außerhalb Englands und kehrte 1960 in die Heimat zurück.

1971 gründete sie die Gruppe *Womens' Aid* (Frauenhilfe) und hat seit-

her eine Reihe von Frauenhäusern eingerichtet. Eines ihrer Bücher mit dem schockierenden Titel *Scream Quietly or the Neighbors Will Hear* (Schrei leise, sonst hören es die Nachbarn) erzählt die Horrorstorys zahlreicher britischer Frauen und Kinder, die vor körperlicher und seelischer Grausamkeit Zuflucht gesucht haben.

Jedes ihrer „Schutzhäuser“, das die Tore öffnete, war sofort überlaufen. Es herrscht Mangel an Räumlichkeiten und Geld zur Einrichtung neuer Häuser. Soweit das Problem in Großbritannien.

Nicht minder schreckenerregend die Zahlen aus den Vereinigten Staaten.

In der Zeit, da fast 39 000 US-Soldaten im versumpften, sinnlosen Krieg in Vietnam ihr Leben ließen (1967 bis 73), starben an der „Heimatfront“ 17 570 Frauen und Kinder durch häusliche Gewalt.

Nach FBI-Angaben wird in den USA alle 30 Sekunden eine Frau geschlagen. Das heißt im Jahr mehr als eine Million (zum Zeitpunkt der Abfassung dieses Artikels)!

Ehe wir aber den unzutreffenden Schluß ziehen, Gewaltanwendung beschränke sich auf „Mann gegen Frau“, muß noch ein weiterer, oft stillschweigend übergangener Aspekt der heimlichen Sünde erwähnt werden: Mannesmißhandlung, so seltsam es klingt.

Von Suzanne Steinmetz, Soziologin an der Universität von Delaware, stammt ein weiteres aktuelles Buch zum Thema: *The Cycle of Violence* (Teufelskreis der Gewalt). Schätzzahl aus ihren Untersuchungen: Jedes Jahr werden in den USA mehr als eine Viertelmillion Ehemänner geschlagen und verletzt. Bei häuslichen Gewaltakten.

Bedarf es noch mehr Beweises, welch horrenden Ausmaße das Problem in aller Welt angenommen hat?

Lösungsansätze

Das öffentliche Problembewußtsein in diesem Punkt ist noch jung. Vor 1970 gab es kaum irgendwelche Buchveröffentlichungen über Frauenmißhandlung. An neuen Büchern wären zu nennen: „Gewalt in der Ehe“ von Sarah Haffner (1978), „Aggressionsopfer Frau: Körperliche und seelische Mißhandlung in der Ehe“ von Susanne Lau, Sieghild Boss, Ursula Stender (1979), „Die ganz gewöhnliche Gewalt in der Ehe“ von Cheryl Benard und Edith Schlaffer (1980).

All diese Publikationen erzählen die leidvolle Geschichte ehelicher Zerrüttung, aus dem Haus getriebener Frauen und Kinder, erzählen von Knochenbrüchen und Verstümmelungen als Folge beispielloser familiärer Gewalt. Und sie alle heben hervor, wie wenig bis vor kurzem zur Bekämpfung des Problems getan wurde.

Jetzt sind Hilfsbemühungen angegangen: von kommunaler und staatlicher Seite, von engagierten Personen, Gruppen und Bürgerinitiativen, finanziert aus Spendengeldern und Steuermitteln. Nottelphone stehen für akute Fälle zur Verfügung, Beratungszentren sind eingerichtet worden, und vor allem gibt es jetzt auch Frauen- und Kinderhäuser, wo Betroffene Schutz suchen können.

Dennoch ist dies kaum mehr als ein Tropfen auf den heißen Stein. Nur ein sehr kleiner Prozentsatz der Mißhandelten kennt die Hilfsmöglichkeiten oder hat den Mut, den ersten Schritt zu tun und sich mit einem Pfarrer, Arzt, Sozialarbeiter oder der Polizei in Verbindung zu setzen.

Familiäre Gewalt bedroht — wenn man ihr nicht Einhalt gebietet — das innerste Gefüge der Gesellschaft. Sie ist eine von vielen Geißeln einer von Satan beeinflussten Welt, die immer rascher auf die selbstverschuldete Vernichtung zuzueilen scheint.

Warum nur?

Weshalb die Gewalt in der Familie? Warum schlagen Männer ihre Frauen? Warum schlagen Eltern ihre Kinder?

Wo kein Keim der Gewalt liegt, kann auch keine Gewalt aufkommen; ein Mann, der das Ehegelöbnis ernst nimmt, wird nie im Traum daran denken, seine Frau zu mißhandeln.

Ein Kritiker schrieb bei der Besprechung eines der genannten Bücher über innerfamiliäre Gewalt: „Das Buch ist fesselnd, wenn auch streckenweise kaum zu ertragen. Man liest weiter und weiter, um Antworten auf Fragen zu bekommen, die unbeantwortet bleiben: Wie können sie das tun? Und warum tun sie es? Die Autoren geben zu, daß über die Mißhandler nur wenig bekannt ist, nur ‚Studierstuben-Spekulation‘ und die unklaren Beschreibungen der Mißhandelten.“

Die Kritik spiegelt die Ratlosigkeit fast aller Beteiligten. Auch Experten auf dem Gebiet der Soziologie haben

noch nicht genügend Anhaltspunkte, um zu klaren Schlüssen zu kommen.

Trotzdem haben die bisherigen Untersuchungen handfeste Ergebnisse gebracht: So mancher Mythos und Irrglaube über geschlagene Frauen und ihre Mißhandler hat sich in Luft aufgelöst bzw. ist widerlegt worden.

Eine Auswahl aus *The Battered Woman* (Die geprügelte Frau) von Leonore Walker, Seite 18–30: Mythos 1: Mißhandelte Frauen sind nur eine winzige Minderheit der Bevölkerung. Widerlegung: Es gibt nachgewiesenermaßen Millionen mißhandelter Frauen und Kinder in aller Welt. Mythos 2: Die Mißhandelten stammen zumeist aus ethnischen Minderheitengruppen und aus der Unterschicht. Widerlegung: Mißhandelte Frauen gibt es in allen Gesellschaftsschichten und ethnischen Gruppen. Mythos 3: Mißhandelte Frauen verdienen geschlagen zu werden, und haben sogar masochistische Freude daran, sonst würden sie ja aus dem Haus gehen. Widerlegung: Keine Frau mit einem Funken Selbstachtung „will“ geschlagen werden. Schmerz ist nicht lustvoll. Und daß die meisten Frauen nicht von zu Hause fortlaufen, hat Gründe: Sie haben kein eigenes Geld, sie haben Angst, daß sie wieder eingefangen und noch schlimmer geschlagen werden, und Angst um die Kinder.

Im Buch von Dr. Walker werden noch viele weitere Mythen ad absurdum geführt. Wir haben oben nur die gängigsten aufgeführt.

Kann man die wahren Ursachen finden?

Innerfamiliäre Gewalt hat es in der Menschheitsgeschichte von Anfang an gegeben. Die erste überlieferte Gewalttat war die Tötung Abels durch seinen Bruder Kain.

Die Gesellschaft, die folgte, „war verderbt vor Gottes Augen und voller Frevel“ (1. Mose 6, 11). Gott beobachtete, daß „der Menschen Bosheit groß war auf Erden und alles Dichten und Trachten ihres Herzens nur böse war immerdar“ (Vers 5).

Woher diese Gewalt — damals und heute?

Die Antwort erschließt sich aus der Geschichte unserer Ureltern im Garten Eden.

Die ersten Menschen im Garten Eden bekamen von Gott „Grundinstruktionen“. Dazu zählte das Verbot, von einem bestimmten Baum im Gar-

ten zu essen — dem Baum der Erkenntnis des Guten und Bösen. Eine bekannte Geschichte. Von Satan, dem Teufel, verführt, aß Eva von dem Baum. Und Adam tat es ihr nach.

Was versinnbildlichte dieser Baum? Nicht nur Erkenntnis des Guten und Bösen. Indem der Mensch davon aß, maßte er sich die Entscheidung über „richtig“ und „falsch“ selber an: beschritt, mit anderen Worten, den Weg des menschlichen Experimentierens, Ausprobierens. Er verwarf offenbarte Erkenntnis von Gott.

Diesen Weg beschreitet die Menschheit seither grundsätzlich. Gott hat es ihr gestattet, ja. Aber er hat die Menschheit nicht ohne Erkenntnis gelassen. Sein geschriebenes Wort, die Bibel, enthält sein offenbartes Wollen — seine Orientierung für unser Leben. Doch die meisten Menschen verwerfen diese offenbarte Grunderkenntnis.

Die Rechnung nicht ohne den Teufel machen

Ich weiß, daß Skeptiker, Zweifler, Agnostiker nur lachen über die Existenz eines sehr realen Geistwesens namens Satan oder Teufel. Dennoch: Sein Einfluß steht als starke Kraft hinter innerfamiliärer Gewalttätigkeit.

Jesus selbst beschreibt den Teufel folgendermaßen: „Der ist ein Mörder von Anfang und steht nicht in der Wahrheit; denn die Wahrheit ist nicht in ihm. Wenn er die Lüge redet, so redet er von seinem Eigenen; denn er ist ein Lügner und der Vater der Lüge“ (Joh. 8, 44).

Weiter nennt ihn die Bibel „Gott dieser Welt“, der Nichtgläubige verblendet (2. Kor. 4, 4). Und im Buch der Offenbarung: „Und es ward gestürzt der große Drache, die alte Schlange, die da heißt Teufel und Satan, der die ganze Welt verführt“ (12, 9).

Satan versucht, das Familienleben ebenso zu untergraben und zu zerstören wie jeden anderen Teil der göttlichen Schöpfung. Warum? Das sollte auf der Hand liegen.

Durch Ehe und Fortpflanzungsvermögen bekommt der Mensch physisches Leben. Jedem Menschen ist das Potential gegeben, in die Gottfamilie hineingeboren zu werden, in Gottes Herrschaftsordnung ewig zu dienen und sogar darin Mitherrscher zu werden: Mitrichter über Satan und die

gefallenen Geister, die ihm gefolgt sind (1. Kor. 6, 3).

Kein Wunder, daß Satan das Familienleben zu zerrütten, die Kindererziehung zu unterminieren, die Liebe zwischen Mann und Frau zu vergiften sucht.

Vielleicht erklärt dies — wenn Sie es bisher noch nicht durchschaut haben — all die unsägliche und „unerklärliche“ Gewalt und Not, die die Weltgeschichte durchzieht. Die Welt war und ist größtenteils von Gott abgeschnitten, eine Welt unter Satans Einfluß, die ihre sittlichen Maßstäbe durch eigenes Experimentieren zu finden sucht.

Die familiäre Gewalt in der heutigen Zeit bildet da durchaus keine Ausnahme.

Wo liegt dann die Lösung?

Zwar gibt es keine einfache Antwort auf komplexe Fragen, aber: Es gibt Antworten. Wir können Ihnen anhand der Bibel sagen, wie ein Mann seine Frau und seine Kinder zu behandeln hat. Das Problem übergreift alle ethnischen, nationalen und sozioökonomischen Grenzen. Also muß auch die Lösung „grenzübergreifend“ sein. Es läuft auf die Frage hinaus, ob ein Mensch, der Frau und/oder Kinder mißhandelt, bereit ist, die Lebensprinzipien anzuwenden, die zum Glück führen.

Frauenhäuser, Nottelefone und dergleichen sind nur eine Teillösung. Eine sehr notwendige Teillösung, zugegeben. Aber sie packen das Übel nicht an der Wurzel. Sie kurieren „nach bestem Bemühen“ nur Symptome. Grundsätzlich Einhalt gebieten kann der Sünde nur derjenige, der sündigt, und vielleicht eine familiäre Versöhnung herbeiführen im Geist der Liebe zu Frau und Kindern.

Dr. James Dobson hat das einmal treffend formuliert. Zwar geht es in seinem Buch *Straight Talk to Men and Their Wives* (Offene Worte an Männer und ihre Frauen) nicht ausdrücklich um familiäre Mißhandlung, aber er schreibt da: „Wenn Amerika [anwendbar auch auf alle anderen Nationen] die unglaublichen Belastungen und Gefahren überleben will, vor denen es jetzt steht, dann nur dadurch, daß Ehemänner und Väter

wieder die Familie an die erste Stelle in ihrer Prioritätenliste rücken!“ Nichts Wahreres könnte zum Thema Frauen- und Kindesmißhandlung gesagt werden.

Der erste und wichtigste Schritt, das Übel grundsätzlich anzugehen, ist: Männer, die Ehemann und Vater geworden sind, müssen sich auf die Größe der Verantwortung besinnen, die sie auf sich genommen haben. Eine Frau zu lieben, zu versorgen und zu schützen ist von unendlich höherer Wichtigkeit als Ruhm und Reichtum im Beruf. Den Kindern Zeit zu widmen, sie zu erziehen und zu lieben — dagegen verblassen alle sonstigen Leistungen in diesem Leben!

Der Apostel Paulus muß unsere Zeit vor Augen gehabt haben, als er die Gesellschaft der Endzeit beschrieb: „Denn es werden die Menschen viel von sich halten, geldgierig sein, ruhmredig, hoffärtig, Lästere, den Eltern ungehorsam, undankbar, gottlos, lieblos, unversöhnlich, Verleumder, zuchtlos, wild, ungütig, Verräter, Frevler, aufgeblasen, die die Lüste mehr lieben als Gott . . .“ (2. Tim. 3, 2–4). Was kann damit gemeint sein, wenn nicht die zweite Hälfte des zwanzigsten Jahrhunderts?

Derselbe Apostel hat uns anschauliche, klare und liebevolle Lehranweisungen über die Gestaltung der Ehebeziehung hinterlassen.

So schreibt er in Epheser 5, 25–29: „Ihr Männer, liebet eure Frauen, gleichwie auch Christus geliebt hat die Gemeinde und hat sich selbst für sie gegeben, auf daß er sie heiligte . . . auf daß er sie sich selbst darstellte als eine Gemeinde, die herrlich sei, die nicht habe einen Flecken oder Runzel oder etwas dergleichen, sondern daß sie heilig sei und unsträflich. So sollen auch die Männer ihre Frauen lieben wie ihren eigenen Leib. Wer seine Frau liebt, der liebt sich selbst. Denn niemand hat jemals sein eigen Fleisch gehaßt; sondern er nährt es und pflegt es, gleichwie auch Christus die Gemeinde.“

Wie sähe unsere Welt aus, wenn allein diese eine einzige Stelle allen als Eherichtschnur diene!

Wenn auch nur ein einziger Ehemann, der seine Frau mißhandelt hat, diesen Artikel liest und den Vorsatz

faßt, sich zu bessern, dann war es schon der Zeit und Mühe wert.

Es gibt unter keinen Umständen auch nur die leiseste Ausrede dafür, daß ein Mann seine Frau — oder irgendeinen Menschen — schlägt, tritt, verletzt, mißhandelt.

Petrus mahnt die Männer: „Desgleichen, ihr Männer, wohnt bei ihnen [den Frauen] mit Vernunft und gebet dem weiblichen als dem [körperlich] schwächeren Geschlecht seine Ehre. Denn auch die Frauen sind Miterben der Gnade des Lebens, und euer gemeinsames Gebet darf nicht gehindert werden“ (1. Petr. 3, 7).

Als Gott den Menschen nach seinem Bilde schuf, machte er zuerst Adam, den Mann. Aber Adam war wesensmäßig „unvollkommen“, einer Ergänzung bedürftig. Ein paar Stunden ließ ihn Gott fühlen, was das heißt: allein sein. Im Tierreich fand sich kein passender Gefährte für Adam.

Deshalb ließ Gott ihn in einen tiefen Schlaf fallen und machte aus seinem Bein und Fleisch die erste Frau: Eva. Gemeinsam konnten sie lieben, teilhaben, sich mehren. Nichts davon war allein möglich.

Die Frau ist nicht als Unterart geschaffen, als mindere Kreatur. Als Eigentum, das man an den Haaren herumschleifen kann.

In der gesamten Weltgeschichte, in Antike und Moderne, hat es keine einzige Kultur gegeben, die diese Grundwahrheit voll verstanden hat. Satan hat sie alle verblendet.

Mit Gottes Hilfe aber können Sie verstehen.

Mann und Frau sollten einander, ihre Kinder und ihre Eltern niemals mißhandeln. Ihr Sinnen und Trachten sollte sein: ständige Liebe, wachsende Liebe, Schaffung und Erhaltung einer starken Familie, geführt von einem liebenden Ehemann und Vater, der seine verständnisvolle Familie lenkt.

Dann, und erst dann, wird es die heimliche Sünde nicht mehr geben, geschlagene Frauen und Kinder, die sich angstvoll hinter verschlossenen Türen zusammenkauern.

Wenn man Gottes Weg geht, herrschen Würde und Liebe in der Familie. Es ist der einzige auf die Dauer gangbare Weg. □

Als Frau, liebe Leserin, wird von Ihnen heute weit mehr erwartet als noch von Ihrer Mutter oder Großmutter. Nicht nur eine moderne Hausfrau, Ehegattin und Mutter sollen Sie sein, Sie müssen auch mit den wachsenden Belastungen finanzieller Verantwortung fertigwerden und mit dem Wissensstand einer sich rasch wandelnden Welt Schritt halten.

Wenn Sie jedoch die bewußten Lebensjahre erreichen, stellen sich die gleichen körperlichen, hormonalen, geistigen und emotionalen Änderungen ein, wie Frauen sie schon seit Jahrtausenden erleben. Für viele Frauen ist es eine niederschmetternde Erfahrung.

Die Hoffnung, ja die feste Überzeugung war verbreitet, die aktive, sich selbst verwirklichende Frau von heute sei kein Opfer irrationaler Ängste mehr. Zum modernen Lebensstil scheinen sie so gar nicht zu passen.

Anstatt nun aber diese Lebensphase als Zeit der Neuorientierung anzusehen — als den richtigen Zeitpunkt, um in früheren Jahren zurückgestellte Interessen neu zu beleben und weiterzuentwickeln —, blicken manche Frauen eines Morgens in den Spiegel und sehen ein vage vertrautes Gesicht



Wechseljahre...

Bereiten Sie sich jetzt schon darauf vor!

Der natürliche Lebenszyklus will verstanden sein!

und eine Figur, die ihnen nicht besonders gefällt. Das Haar hat bereits einen merklichen Stich ins Graue. In den Augenwinkeln haben sich Fältchen gebildet. Die Waage zeigt ein paar Pfund extra. Kommen noch ein Gefühl der Lustlosigkeit, vermehrte depressive Verstimmungen, gelegentliche Hitzewallungen und nächtliche Schweißausbrüche hinzu, sind sie schon mit den Nerven fertig.

All das zusammen ergibt die „Wechseljahre“ — oder das Klimakterium, die Menopause, wie die Fachausdrücke lauten. Gott hat den weiblichen Körper so eingerichtet, daß im Leben jeder Frau eine Zeit kommt, in der sie ihre Gebärfähigkeit verliert. Es ist eine Zeit körperlicher und emotionaler Veränderungen. Für zu viele Frauen wird allerdings eine Krise daraus.

Kampf mit Hormonschwankungen

Frauen, die in die mittleren Jahre eintreten, haben den Kampf mit den Hormonschwankungen auszufechten, ob sie es sich eingestehen oder nicht. Für viele ist er kaum mehr als ein leichtes Geplänkel; manche erleben ihn aber als ausgewachsenen Krieg. Es liegt ganz bei Ihnen, ob Sie wohlvorbereitet

und gerüstet in diesen Kampf gehen oder ob Sie der Herausforderung körperlich und geistig unvorbereitet gegenüberstehen.

Die Wechseljahre sind ein sehr wichtiger Lebensabschnitt. Tatsächlich steht das Glück Ihres restlichen Lebensdrittels dann auf dem Spiel. Wie man gut durch die Wechseljahre kommt und dabei Vorsorge für die Zukunft trifft, ist leider einer jener Problembereiche des Lebens, denen entschieden zu wenig Aufmerksamkeit geschenkt wird.

Jedermann sollte sich darüber klarwerden, daß die Probleme der Lebensmitte handfeste Probleme sind und nicht Einbildungssache.

„Sachkenntnis“ — der erste Schritt

Informiert zu sein ist in jeder Lebensphase von sehr großer Bedeutung — in den Wechseljahren ist es aber vielleicht noch wichtiger als zu jeder anderen Zeit. Die Menopause ist als das Gegenteil der Pubertät bezeichnet worden. Ein Mädchen erreicht die Pubertät im Alter von 12 oder 13 Jahren. Das ist eine aufregende Lebenszeit — und es ist sehr wichtig, daß die Eltern ihre Kinder über diese neue Phase aufklären.

Ein Mädchen reift jetzt zu einer jungen Frau heran, und ihr Körper beginnt mit den Vorbereitungen für eine künftige Mutterschaft. Während der nächsten vier Lebensjahrzehnte

werden die Eileiter mehr als 400 Eizellen freigeben.

All das ändert sich jedoch normalerweise in den mittleren oder späten Vierzigern. Die Jahre der Mutterschaft sind nun vorüber, und nach Gottes Plan verliert der weibliche Körper jetzt die Fähigkeit zur Empfängnis. Diese Veränderung vollzieht sich gewöhnlich im Laufe einiger Jahre.

Frühgeschichtliche und vom Aberglauben geprägte Gesellschaften haben geglaubt, es gehe nicht alles mit rechten Dingen zu. In manchen war man der Auffassung, während der Menopause bekämen die Frauen weiße Haare. Vielfach waren die Frauen dem Verdacht ausgesetzt, sie verlören ihre Geisteskräfte. Welch eine Tragödie! Generationen von Frauen haben mit Unwahrheiten und in unnötigen Ängsten gelebt, bloß weil es an entsprechendem Wissen fehlte.

Die Wechseljahre sind ein ganz normaler Teil des Lebens. Etwa 85 Prozent der Frauen durchleben das Klimakterium mit verhältnismäßig leichten Symptomen des Unwohlseins. Die restlichen 15 Prozent haben stärkere Beschwerden; geeignete medizinische Hilfe und Führung vermag ihnen jedoch die wenigen Jahre der Menopause zu erleichtern.

Nicht selten stellen Frauen fest, daß die verbleibenden Jahre zu den persönlich befriedigendsten, lohnendsten und glücklichsten ihres Lebens gehören.

Ein verständnisvoller Gatte

Eine der besten Hilfen überhaupt für verheiratete Frauen in den Wechseljahren kann ein verständnisvoller Ehemann sein. Viele Männer sind über die Wichtigkeit dieser Zeit im Leben einer Frau einfach nicht genügend aufgeklärt und lassen es daher an der erforderlichen Unterstützung fehlen.

Viele Männer haben sich nicht die Zeit genommen, ihre Frauen in dieser manchmal entscheidenden Lebensphase zu verstehen.

Vielleicht mehr als zu irgendeiner anderen Zeit in der Ehe braucht eine Frau in den Wechseljahren Liebe, Anerkennung und *Verständnis*.

Es steht außer Frage, daß im Hormonhaushalt Veränderungen vor sich gehen. Stimmungsschwankungen, Depressionen, Hitzewallungen und Erschöpfungszustände sind mehr oder weniger stark ausgeprägte Symptome.

Ein Mann sollte sich durch diesen

Lebensabschnitt niemals verleiten lassen, ein Auge auf eine andere Frau zu werfen oder seine Gattin zu vernachlässigen. Es ist für beide Ehepartner ein Lebensalter, in dem sie noch mehr Zeit miteinander verbringen sollten. Es ist ein Alter, in dem ein Mann seiner Frau versichern sollte, sie sei schöner denn je. Denken Sie immer daran, daß Sie beide zusammen älter werden. Und wenn sich bei der Frau ein paar graue Haare zeigen, wenn sie einige Fältchen im Gesicht und ein oder zwei Pfund zugenommen hat, dann gilt für den Mann vermutlich das gleiche.

Womit Sie rechnen müssen

Die meisten Frauen können damit rechnen, daß die Menopause in den späten Vierzigern einsetzt. Das Durchschnittsalter ist 47. Untersuchungen haben gezeigt, daß die Erbanlagen einen starken Einflußfaktor bilden — eine Tochter kann davon ausgehen, daß ihr Klimakterium etwa im gleichen Alter beginnt wie bei ihrer Mutter.

Zu Beginn des Klimakteriums kann sich der Monatszyklus etwas verändern. Die monatlichen Perioden sind vielleicht nicht so regelmäßig wie zuvor. Die Zahl der Tage, die der Menstruationsfluß andauert, kann sich ändern; er wird im Laufe einiger Jahre abnehmen, bis der Prozeß schließlich völlig zum Stillstand kommt.

Wenn die menstruelle Aktivität abnimmt, produziert der weibliche Körper gewöhnlich weniger Hormone.

Zusammen mit anderen Anpassungsvorgängen und Belastungen des mittleren Lebensalters kann dies zu verstärkter Nervosität und depressiven Stimmungen führen — oft ohne ersichtlichen Grund. Auch kann es zur Gewichtszunahme kommen, ohne daß man mehr gegessen hat, und zeitweilig schläft man vielleicht nicht so gut wie gewohnt.

Manchmal kribbelt es in den Händen und Füßen. Und gelegentlich treten Juckreiz und ein Hitzegefühl in bestimmten Körperregionen auf; letz-



teres wird meist als „fliegende Hitze“ oder „Hitzewallung“ bezeichnet. Diese Erscheinungen sollten kein Grund für Besorgnis sein. Sie entstehen dadurch, daß sich zahlreiche Blutgefäße im Körper unregelmäßig zusammenziehen und wieder ausdehnen. Auch diese Symptome werden mit der Zeit wieder verschwinden.

Die meisten Frauen werden einen merklichen Leistungsabfall erfahren. Das Leistungsvermögen kann in diesem Alter um bis zu einem Drittel absinken.

Das soll nun nicht heißen, daß im Haus jetzt ständig Rufe ertönen wie: „Ach Susi, könntest du nicht mal eben mit dem Staubsauger durchs Haus gehen, die Mama ist so schrecklich erschöpft. Ich bin jetzt in den gewissen Jahren, weißt du.“ Sicher kann Mutter jetzt ein bißchen Extrahilfe im Haus gut gebrauchen, aber dazu bedarf es nicht solcher Anspielungen.

Wenn Kinder zu Hause sind, sollten sie selbstverständlich ihren gerechten Anteil am Saubermachen und all den anderen Haushaltspflichten haben (eigentlich sollten sie ja schon immer daran beteiligt gewesen sein).

Und es wäre auch nicht gerade die schlechteste Idee, wenn der Ehegatte einige Haushaltspflichten übernehme und zum Beispiel gelegentlich mit sei-

ner Frau zusammen den Abwasch erledigte. Er könnte auch ruhig mal staubsaugen oder eine Mahlzeit zubereiten.

Vor allem aber können Sie sicher sein, daß das Klimakterium eine vorübergehende Lebensphase ist. Sie werden sich nicht immer wohlfühlen, und einige Frauen müssen auch mit überdurchschnittlich starken Beschwerden rechnen. Aber einmal wird damit Schluß sein.

Was man tun kann

Um es zu wiederholen: Gut informiert zu sein und Bescheid zu wissen ist äußerst wichtig. Lesen Sie Bücher und Zeitschriftenartikel zum Thema Wechseljahre. Informieren Sie sich über das Spektrum möglicher Beschwerden. Oft kann Ihr Hausarzt Ihnen hilfreichen Rat geben und wenn nötig empfehlen, was Sie tun sollten.

Und dann begegnen Sie dieser Zeit der Lebenswende mit einer positiven Einstellung. Dr. Marion Hilliard beschreibt in ihrem Buch *A Woman Doctor Looks At Love and Life* (Liebe und Leben aus der Sicht einer Ärztin), wie sie auf Patientinnen reagiert, die in ihre Praxis kommen und ihr zuflüstern: „Frau Doktor, ich glaube, ich bin in den Jahren.“ Dr. Hilliard stößt dann einen Freudenschrei aus: „Die Jahre! Na, da haben Sie eine interessante Zeit vor sich. Ich kann Ihnen versprechen, daß die besten Jahre Ihres Lebens vor Ihnen liegen.“

Irgendwie ist die Meinung immer noch verbreitet, das Klimakterium sei eine Krankheit, die mit Medikamenten oder gar stationär im Krankenhaus behandelt werden müsse. Zwar mag das in den sehr wenigen Fällen, in denen ganz besonders starke Beschwerden auftreten, zu empfehlen sein, es ist aber nicht das, was die Mehrzahl der Frauen braucht.

Auch eine gesunde Ernährungsweise ist für eine erfolgreiche Bewältigung der Wechseljahre von großer Bedeutung. (Selbstverständlich sollte man darauf das ganze Leben über achten.) Aber wegen all der im Körper stattfindenden Veränderungen *muß* eine Frau sich jetzt ausreichend und ausgewogen ernähren.

Klugheit und vernünftiges Abwägen sind auf diesem Gebiet wesentlich. Die meisten Ärzte wissen, daß risikoreiche und überhöhte Hormongaben keine Lösung sind.

Und doch gehen viele Frauen automatisch davon aus, eine Östrogenzufuhr sei jetzt das Richtige. Tatsächlich ist sie aber in vielen Fällen *nicht* das Richtige. Warum sollte man das Risiko lebensverkürzender Nebenwirkungen auf sich nehmen, nur um ein paar beschwerliche Jahre zu entgehen?

In Wirklichkeit gibt es gegen das Älterwerden kein Mittel, weder ein natürliches noch ein chemisches. Wir alle durchlaufen den Alterungsprozeß und unterliegen den Gesetzen der verschiedenen uns nacheinander ereilenden Lebensstufen.

Als wir jünger waren, konnten wir uns noch erlauben (hätten es aber besser unterlassen), mit unserer Gesundheit Raubbau zu treiben, ohne sofort dafür zu büßen. Aber während des mittleren und späten Lebensalters fordern unsere schlechten Gewohnheiten einen merklichen Tribut.

Wenn wir älter und oft weniger aktiv werden, gehen in unserem Stoffwechsel Veränderungen vor sich. Eine Ernährungsweise, bei der wir früher schlank blieben, kann jetzt zur Gewichtszunahme führen. Die Muskeln verlieren langsam ihren Tonus, was die Körperhaltung beeinträchtigt. Vielfach sind Rückenschmerzen die Folge.

Ein häufiges Leiden vieler Frauen in den Wechseljahren ist der mit Kalziumverlust einhergehende Knochenschwund, Osteoporose genannt. In dieser Altersstufe ist regelmäßige körperliche Bewegung von großer Bedeutung. Zusammen mit geeigneter Kalziumzufuhr ist körperliche Aktivität das einzige bekannte Mittel, um das Knochenwachstum anzuregen.

Hier können wieder die Ehemänner eine Hilfe sein. Beginnen Sie sich planmäßig mehr Bewegung zu verschaffen, indem Sie gemeinsam drei- oder viermal in der Woche ausgedehnte Spaziergänge unternehmen. Fangen Sie mit einem knappen Kilometer an und arbeiten Sie sich bis zu sechs und acht Kilometer vor. Fast jeder kann auf diese Weise Bewegung bekommen, und die Gespräche beim Spaziergang können gleichzeitig Ihre Ehe stärken.

Aber nicht nur die körperlichen Symptome des Klimakteriums gilt es zu kennen und zu bewältigen, sehr wichtig ist auch, daß wir den gleichzeitig ablaufenden Umbruch der Gefühle richtig verstehen.

Wiederkehrende depressive Stimmungen und Gereiztheit sind keine Anzeichen einer beginnenden Geisteskrankheit. Es sind einfach in wechselnder Stärke auftretende Emotionen, mit denen man in diesem Lebensabschnitt fertigwerden muß. Es wird gute Tage geben, und es wird schlechte Tage geben. Zuweilen mag eine Frau sogar den Namen ihrer besten Freundin vergessen. Und sie kann zwischen Zornausbrüchen und Gefühlen der Liebe hin- und hergerissen werden.

Störungen des hormonalen Gleichgewichts spielen zwar bei der Gefühlsverfassung eine bedeutsame Rolle, aber ebenso können äußere Faktoren mitwirken. Eine stark gestresste Frau wird viel eher Stimmungsschwankungen ausgesetzt sein als eine Frau, die in einer liebe- und verständnisvollen Umgebung lebt und arbeitet.

Jede Frau muß die Tatsache akzeptieren, daß sie in die Wechseljahre hinein *und hindurch* gelangen wird. Das Klimakterium ist keine Krankheit, sondern ein ganz normaler, vorhersehbarer Lebensabschnitt.

Es ist eine Phase, in der der Mann seiner Frau mehr Liebe, Verständnis und Zeit schenken muß als je zuvor. Auch Kinder, Verwandte und Freunde müssen mithelfen, eine stabile und liebevolle Umgebung zu schaffen.

Außerdem ist es eine Zeit, in der man sich auf noch ungefähr ein Lebensdrittel voller Glück und Erfüllung freuen sollte.

Wenn Sie bereits in den Wechseljahren sind oder kurz davorstehen — nehmen Sie es gelassen. Sie werden einige Veränderungen durchmachen, daran besteht kein Zweifel. An manchen Tagen wird man Sie nur schwer genießen können. Sie werden sich auch hin und wieder ausgesprochen unwohl fühlen. Aber solche Tage werden weniger werden und immer seltener vorkommen. Und einmal ist dann vollkommener Schluß damit.

Bleiben Sie regsam und aktiv. Verschaffen Sie sich planmäßig körperliche Bewegung. Ernähren Sie sich gesund und ausgewogen.

Dann werden Sie vielleicht auch der Dame zustimmen, die geschrieben hat: „Die Wechseljahre beginnen mit 45, aber glauben Sie mir, das Leben beginnt erst mit 50!“ □

Wie schnell doch die Jahre vergehen. Es scheint, als wäre es erst gestern gewesen, die Zeit, als Sie jung und sorgenfrei waren und zu Hause unter elterlicher Obhut lebten.

Dann kamen die Studienjahre, oder aber Sie entschieden sich, gleich voll berufstätig zu sein.

Als nächstes folgte die Eheschließung. Dann kamen Kinder. Ehe Sie sich versehen, sind sie groß, studieren oder sind berufstätig. Ihre Kinder sind verheiratet, Sie sind Schwiegereltern.

Und dann erhalten Sie eines Tages die bedeutende Nachricht, daß Sie bald Großeltern sein werden.

Das ist der Lauf des Lebens.

Das Großeltern-Dasein kann jedoch einer der anregendsten Lebensabschnitte sein. Leider ist in vielen Teilen der westlichen Welt die Kunst, Großeltern zu sein, verlorengegangen.

In der heutigen überaus mobilen Gesellschaft ziehen sehr viele junge Familien fort, um fernab von zu Hause dem Beruf nachzugehen. Großeltern können da den so nötigen Stabilitätsfaktor und eine Verbindung zu den familiären Wurzeln darstellen. Es ist wichtig, ihre Erfahrungen zu nutzen und ihre Liebe und Fürsorge anzunehmen.

Die Bibel lehrt uns, das Alter und die damit einhergehende Weisheit zu achten. Gott ließ uns durch Mose wissen: „Vor einem grauen Haupt sollst du aufstehen und die Alten ehren und sollst dich fürchten vor deinem Gott ...“ (3. Mose 19, 32).

Nehmen wir zum Beispiel eine überfüllte U-Bahn in Tokio. Wenn ein älterer Mann oder eine ältere Frau zusteigt, bietet ein jüngerer Fahrgast oftmals seinen Platz an und läßt den Älteren nicht stehen. In den meisten Gesellschaften ist diese Art von Achtung heute rar. Junge Leute drängen sich in die öffentlichen Verkehrsmittel, ohne Älteren zu helfen, wenn ein Bus oder Zug überfüllt ist.

Mit diesem immer mehr abnehmenden Respekt vor dem Alter geht ein Mangel an Achtung vor der Erfahrung und Weisheit einher. Ein junger Mensch handelt klug, wenn er sich das Wissen seiner Großeltern zunutze macht.



Die Kunst, Großeltern zu sein

In der Familie sind sie mit die Wichtigsten:
unsere Großeltern!

Vergessen Sie die Vergangenheit nicht

Unsere zwölfjährige Tochter verbrachte den Sommer letzten Jahres bei ihren Großeltern in Texas. Sie sind jetzt beide in den 70ern und haben die vielen Veränderungen des zwanzigsten Jahrhunderts durchlebt und kennengelernt. Mein Beruf hat mehrere Umzüge erforderlich gemacht, und wir leben jetzt ungefähr 2400 km von unseren Eltern entfernt. Aber wir wissen um die Bedeutung von Großeltern und ihren Einfluß.

In der Familie meiner Frau gibt es zwanzig Enkelkinder. Als maßgebendes Vorbild der ganzen Familie haben

ihre Eltern nicht nur ihren eigenen sieben Kindern, sondern auch ihren Enkelkindern ein gutes und nachahmenswertes Beispiel gegeben.

Im letzten Jahr war also unsere jüngste Tochter an der Reihe, den Sommer bei ihren Großeltern zu verbringen. In der Buchhandlung fanden wir ein speziell für Enkelkinder gedachtes Buch, womit sie die Großeltern nach ihren Interessen und Erfahrungen befragen und darin deren Antworten schriftlich festhalten können.

Sie nahm das Buch an sich und schrieb Geschichten aus der Jugend ihrer Großmutter nieder. Sie hörte Dinge, die ihre Eltern nie erfahren

hatten. Vielleicht haben wir uns einfach nicht die Zeit genommen, uns mit den Eltern hinzusetzen, um sie zu hören. So viele dieser wunderbaren Erfahrungen wären nicht weitergegeben und somit vergessen worden, hätte unsere Tochter sie nicht aufgeschrieben.

Die noch verbleibenden Jahre werden schnell vergehen. Wir planen deshalb für einen künftigen Besuch eine mehrstündige Bandaufnahme, die die interessanten Zeiten und Erlebnisse einiger derer festhalten soll, die die schnelllebige Zeit der gesamten Menschheitsgeschichte miterlebt haben. Vielleicht sehen sich viele von Ihnen dazu animiert, das gleiche zu tun.

Der Rat eines Großvaters

Vor mehreren Jahren verbrachte unsere älteste Tochter die Ferien bei ihren Großeltern. Es war ihr letztes Schuljahr an der High School, und so rang sie heftig mit sich nach einer ihre Zukunft bestimmenden Entscheidung. Sollte sie zu Hause wohnen bleiben und eine nahegelegene Universität besuchen? Sollte sie in die Nähe ihrer Großeltern ziehen und auf ein Junior College gehen? Oder sollte sie das Ambassador College in Kalifornien besuchen, das auch ihr Großvater, ihr Vater und ihre Mutter absolviert hatten?

Die Entscheidung fiel ihr schwer. Sie war sich nicht sicher, ob sie nach Kalifornien ziehen sollte (wir lebten zu der Zeit in einem anderen Bundesstaat). Meine Frau und ich versuchten, uns nicht einzumischen — wir wollten, daß sie die Entscheidung alleine trifft.

Während ihres Besuches führte sie ihr Großvater eines Abends zum Essen aus, um mit ihr über ihre Zukunft zu sprechen. Ruhig und liebevoll lenkte er unsere Tochter beim Abwägen der Vor- und Nachteile einer jeden Möglichkeit. Aber aus seiner innigen Liebe zum Ambassador College heraus sagte er: „Trotz aller Fehler und Mängel, die das Ambassador College in deinen Augen vielleicht haben mag, ist es doch besser für dich als jede andere Institution.“

Jene klugen Worte taten ihre Wirkung. Obwohl sich unsere Tochter an einem oder mehreren anderen Colleges beworben hatte und dort auch angenommen worden war, war sie, als sie vom Besuch ihrer Großeltern zurückkehrte, fest entschlossen, das Ambassador College zu besuchen — eine

Entscheidung, die sie nie bereut hat. Unsere Tochter absolvierte vier College-Jahre, machte dort ihren Abschluß und traf dort auch ihren jetzigen Mann, mit dem sie sehr glücklich verheiratet ist.

Während der Hochzeit im Sommer vergangenen Jahres waren beide Großeltern anwesend. Wie ihre Schwester, die ein Jahr zuvor geheiratet hatte, so baten mich auch meine älteste Tochter und mein jetziger Schwiegersohn, ihre Trauung zu vollziehen.

Es ist ein besonderes Privileg, die entzückende junge Braut nicht nur auf ihrem Weg zum Altar zu begleiten, um sie dem Bräutigam zuzuführen, sondern dann auch noch vor das Paar treten zu dürfen, um den Traugottesdienst abzuhalten. Wie Sie sich sicher gut vorstellen können, sind dies sehr bewegende Momente.

Meine Frau war etwas besorgt, daß ich die Haltung nicht voll würde bewahren können — daß mir die Stimme brechen oder mir die Tränen kommen könnten. Sie war sich sicher, daß sie, in der erste Reihe sitzend, mit den Tränen (Freudentränen natürlich) würde kämpfen müssen.

Der bedeutende Tag kam, und ich blieb erstaunlich gefaßt — so dachte ich. Der Hochzeitsmarsch setzte ein, und ich begleitete meine Tochter zum Altar. Nachdem ich vor das Paar getreten war, begann ich: „Es gibt keinen fröhlicheren Anlaß als die feierliche Handlung, die vor uns liegt.“

In der ersten Reihe konnte Großpapa seine Tränen einfach nicht mehr zurückhalten. Alles, was ich tun konnte, um ihm darin nicht zu folgen, war, meinen Kopf hinter dem Trautext zu verbergen und bis zu dessen Ende weiterzulesen. Ich kenne die Freuden eines Vaters als Brautführer seiner Töchter, aber Großpapa versichert mir, daß auf mich Emotionen ganz besonderer Art warten, wenn meine Enkelkinder soweit sind.

Irgendwie schien es ein passender Schluß zu sein, der hier dem Rat des Großvaters an seine Enkelin fast fünf Jahre später folgte.

Man unterschätze nie den Einfluß der Großeltern.

Ruf nach der Großmama

Es gibt eine ganz bestimmte Zeit, da braucht man unbedingt eine Großmutter, und das ist die Zeit der Geburt der eigenen Kinder. Irgendwie wissen Großmütter alles, was man dann wis-

sen muß, und die frischgebackenen jungen Eltern anscheinend so wenig, obwohl sie vielleicht mehr als ein Dutzend Bücher über das Kinderkriegen und die Säuglingspflege gelesen haben.

Tausende junger Väter wären wahrscheinlich fast vor Hunger umgekommen, wenn Großmama nicht gekommen wäre, um nach der Ankunft des neuen Erdenbürgers den Haushalt zu versorgen.

Als wir unser erstes Kind bekamen, kam die Oma für die erste Woche. Es war so angenehm, sie bei uns zu haben, daß sie auch bei der Geburt unserer weiteren vier Kinder zumindest für eine Woche zu uns kommen mußte.

Einmal waren Großmama und Großpapa die ganze Zeit über dabei. Als unser drittes Kind und einziger Sohn geboren wurde, wohnten wir nur wenige Kilometer von den Großeltern entfernt. Um ca. vier Uhr morgens riß mich meine Frau aus dem Schlaf: „Liebling, wach auf, wach auf, das Baby kommt.“ Es war einige Tage „vor der Zeit“.

Ich sprang aus dem Bett und rief den Arzt an. „O nein!“ rief seine Frau aus. „Mein Mann ist zum Fischen gegangen. Auf dem See ist er unmöglich zu erreichen.“

Ich rief die Hebamme an. Die aber wohnte 45 Minuten von uns entfernt. „In welchen Abständen kommen die Wehen?“ wollte sie wissen. Ich eilte ins Schlafzimmer zurück, um meine Frau zu fragen. „Mach lieber schnell“, drängte sie, „die Wehen kommen alle zwei Minuten.“ „Alle zwei Minuten“, berichtete ich der Hebamme. „Ich bin sofort da“, brach es aus ihr hervor.

Die meisten Eltern, die ein Kind erwarten, haben in Büchern gelesen, was in solchen Notfällen zu tun ist. Aber man glaubt ja nicht, daß man dieses Wissen auch anwenden muß. Diesmal war es bei mir der Fall. Von allen Entbindungen, die hätten schnell verlaufen können, mußte meine Frau ausgerechnet diese wählen. Unserem ersten Kind waren ungefähr sieben Stunden Wehentätigkeit vorausgegangen, und unser zweites Kind hatte acht oder neun Stunden gebraucht. Ich nahm natürlich an, viel Zeit zu haben; bestimmt so lange, bis die Hebamme und auch der Arzt, von seinem morgendlichen Fischen zurückgekehrt, da sein würden.

Ich rief Großmama und Großpapa an und sagte ihnen, das Baby käme jetzt. Sie antworteten, sie wären gleich

bei uns — es würde vielleicht eine halbe Stunde dauern. Fünfundvierzig Minuten nach der ersten Wehe befand sich das Baby auf dem Weg in die strahlende Welt. Da stand ich nun alleine und versuchte, selber ruhig zu bleiben und auch meine Frau zu beruhigen. Es ging tatsächlich alles glatt, das stramme Bürschchen war da.

Ich hatte den Jungen wohl gerade aufgenommen, da stürzten Großmama und Großpapa ins Zimmer. „Was mach ich jetzt?“ fragte ich, der Ratlosigkeit nahe. „Ich denke, du solltest ihm besser einen leichten Klaps auf den Popo geben“, lautete Großpapas prompte Antwort. Das tat ich. Der Kleine schrie. Großmama übernahm die Pflege der Mutter und des Neugeborenen.

Als die Hebamme ankam, war alles in Ordnung. (Übrigens, der Arzt kam erst am späten Abend zurück.) Und der Rest ist Geschichte. Unser Sohn ist jetzt fast zwanzig Jahre alt, ca. 1,90 m groß und besucht das Ambassador College.

Und ich versichere Ihnen, die Großeltern haben sein Leben sehr beeinflusst — in seinem Fall vom ersten Atemzug an.

Halten Sie Ihre Erfahrungen für die Nachwelt fest

Ich möchte Sie, die Sie in den Herbst des Lebens eintreten, dazu ermuntern, Ihre Erinnerungen und Erfahrungen für Ihre Kinder und Kindeskinde festzuhalten.

Eines meiner Lieblingsbücher ist das eines treusorgenden, umsichtigen Vaters und Großvaters an die Seinen. Aber Millionen anderer haben sich daran erfreut und davon profitiert. Es ist *The Autobiography of Herbert W. Armstrong* (die in englischer Sprache erschienene Autobiographie Herbert W. Armstrongs), des Gründers vom Ambassador College und kürzlich verstorbenen Herausgebers der *Plain Truth (Klar & Wahr)*.

Im letzten Jahrzehnt des vergangenen Jahrhunderts geboren, hat Herr Armstrong den Wandel von Pferd und Wagen bis hin zur Raumfahrt miterlebt. Er verfolgte die wunderbaren technischen Fortschritte, nahm jedoch auch das Paradoxon einer Gesellschaft zur Kenntnis, die ihre menschlichen Probleme nicht zu lösen vermag. Er

lernte sicherlich eine Menge in seinem abwechslungsreichen, bewegten und aktiven Leben.

Sie müssen jedoch kein professioneller Schriftsteller sein, um Ihre eigenen Erlebnisse zu Papier zu bringen. So viele von Ihnen, die Sie Großeltern sind, haben den beiden folgenden oder noch mehr Generationen eine Menge zu sagen. Ich hoffe, daß Sie jetzt, da noch Zeit ist, so viel von Ihren Erfahrungen niederschreiben oder berichten, wie Sie können. Das ist Teil der verlorengegangenen Kunst, Großeltern zu sein, die Sie sich vielleicht gern wieder aneignen möchten.

Ein Erbe aufbauen

Die Bedeutung des Großeltern-daseins kommt vielleicht am besten in den Sprüchen Salomos, Kapitel 17, Vers 6, zum Ausdruck: „Der Alten Krone sind Kindeskinde, und der Kinder Ehre sind ihre Väter.“ In jenen späteren Lebensjahren mag die größte Freude darin bestehen, die Enkelkinde heranwachsen zu sehen und zu verfolgen, wie sie ihren Platz in der Welt einnehmen.

Wenn Sie sie ein Stück ihres Lebens begleitet haben, ihnen ihr Erbe gezeigt und ihre Entscheidungen beeinflusst haben, können Sie jene Jahre in dem Wissen vollenden, einen bedeutenden Beitrag zum Leben Ihrer Kinde und Kindeskinde geleistet zu haben.

Salomo schrieb auch: „Der Gute wird vererben auf Kindeskinde“ (Spr. 13, 22). Vieles spricht dafür, ein Erbe anzulegen; die Jahre harten Arbeitens und Ansammelns von weltlichen Gütern können von Generation zu Generation weitervererbt werden.

Unsere moderne Gesellschaft ist in zu vielen Bereichen zu einer Wegwerfgesellschaft geworden. Wir kaufen etwas, gebrauchen es und werfen es weg, sobald es abgenutzt ist — was gewöhnlich nicht allzulange dauert.

Viele Familien aber besitzen schöne Erbstücke, antike Möbel oder Familienschmuck, die unter den Kindern und Enkeln aufgeteilt werden können. Vielleicht befinden sich diese Werte seit mehreren Generationen im Familienbesitz. Ich habe einen guten Freund, der in einem wunderschönen, umgestalteten Bauernhaus wohnt, das ursprünglich sein Urgroßvater nach dem amerikanischen Bürgerkrieg erbaute. Das Gehöft strahlt Geschichte

und Charme aus. Wie schön ist es doch, wenn solche Werte der Familie über Generationen erhalten bleiben.

Aber vielleicht ist das wertvollste Gut, das Großeltern weitergeben können, ihre Erfahrung. Das Leben erteilt uns eine Fülle von Lehren. Klug ist, wer aus den Erfahrungen anderer lernt, anstatt alle Fehler selber zu machen.

Und bei all diesen Erfahrungen muß es sich nicht um bedeutende Lehren handeln, die uns zu einer Anhäufung von Reichtümern oder zu millionenschweren Geschäftsentscheidungen verhelfen. Es können einige der einfachen, jedoch oft übersehenen alltäglichen Lebenserfahrungen sein.

Den älteren Frauen schrieb der Apostel Paulus: „... daß sie die jungen Frauen lehren züchtig sein, ihre Männer lieben, Kinder lieben, sittig sein, keusch, häuslich, gütig, ihren Männern sich unterordnen ...“ (Tit. 2, 4 – 5).

Junge Männer wissen oft nicht, wie sie sich als liebevoller und verständnisvoller Ehemann verhalten und ihrer Führungsrolle gerecht werden sollen. Jungen Frauen fehlt es häufig an der rechten Motivation als Hausfrau und Mutter, und oft wissen sie sich dem Manne nicht unterzuordnen.

Liegt es daran, daß es sie die ältere Generation nie gelehrt hat, oder daran, daß sie ihr nie zugehört haben?

Vielleicht ist dies zumindest ein Teil der Antwort.

Ja, Großeltern zu sein ist eine wahre Kunst. Viele von Ihnen, die Sie diese Zeilen lesen, sind bereits Großeltern — und sogar Urgroßeltern. Viele andere, die jetzt Eltern sind, werden in nicht allzu ferner Zukunft Großeltern sein. Selbst unsere jungen, noch unverheirateten Leser werden feststellen, daß die Jahre wie im Fluge vergehen und schnell für sie die Zeit jener aufregenden und produktiven Jahre kommt.

Zu allen Zeiten und auf allen Ebenen gab und gibt es nur wenige Menschen, die für die Familiengemeinschaft, ja sogar für das Ganze eines Volkes wichtiger sind als die Generation der Großeltern.

Es stünde uns allen gut an, unsere Aufmerksamkeit und Achtung jenen wundervollen Menschen zuzuwenden, die soviel zu geben haben — den GROSSELTERN. □

POSTANSCHRIFTEN

- VEREINIGTE STAATEN**
Worldwide Church of God
Pasadena, California 91123
- GROSSBRITANNIEN,
EUROPA UND
DER NAHE OSTEN**
The Plain Truth
P.O. Box 111
Borehamwood, Herts,
England WD6 1LU
- KANADA**
Worldwide Church of God
P.O. Box 44, Station A
Vancouver, B.C. V6C 2M2
- KANADA**
(französischsprachig)
Le Monde à Venir
B.P. 121, Succ. A
Montreal, P.Q. H3C 1C5
- MEXIKO**
Institución Ambassador
Apartado Postal 5-595
06502 México D.F.
- SÜDAMERIKA**
Institución Ambassador
Apartado Aéreo 11430
Bogotá 1, D.E., Colombia
- WESTINDIEN**
Worldwide Church of God
G.P.O. Box 6063
San Juan, Puerto Rico 00936-6063
- FRANKREICH**
Le Monde à Venir
B.P. 64
75662 Paris Cédex 14
- ITALIEN**
La Pura Verità
Casella Postale 10349
I-00144 Roma E.U.R.
Italien
- SCHWEIZ**
(französischsprachig)
Le Monde à Venir
Case Postale 10
91 rue de la Servette
1211 Genève 7, Suisse
- SCHWEIZ**
(deutschsprachig)
Ambassador College
Talackerstrasse 17
CH-8065 Zürich
- BR-DEUTSCHLAND**
Ambassador College
Postfach 1129
D-5300 Bonn 1
- ÖSTERREICH**
Ambassador College
Postfach 4
A-5027 Salzburg
- HOLLAND UND BELGIEN**
Ambassador College
Postbus 444,
3430 AK Nieuwegein, Nederland
- BELGIEN**
Le Monde à Venir
B.P. 31
6000 Charleroi 1, Belgique
- DÄNEMARK**
The Plain Truth
Box 211
DK-8100 Aarhus C
- NORWEGEN**
The Plain Truth
Postboks 2513 Solli,
N-0203 Oslo 2
- SCHWEDEN**
The Plain Truth
Box 5380, S-102 46
Stockholm
- AUSTRALIEN**
Worldwide Church of God
P.O. Box 202,
Burleigh Heads,
Queensland 4220
- INDIEN**
Worldwide Church of God
P.O. Box 6727
Bombay 400 052
Indien
- SRI LANKA**
Worldwide Church of God
P.O. Box 1824
Colombo, Sri Lanka
- MALAYSIA**
Worldwide Church of God
P.O. Box 430
Jalan Sultan
46750 Petaling Jaya
Selangor
Malaysia
- SINGAPUR**
Worldwide Church of God
P.O. Box 111
Farrer Road Post Office
Singapur 9128
- NEUSEELAND
UND DIE PAZIFIKINSELN**
Ambassador College
P.O. Box 2709
Auckland 1, New Zealand
- PHILIPPINEN**
Worldwide Church of God
P.O. Box 1111
Makati, Metro Manila 3117
- ISRAEL**
Ambassador College
P.O. Box 19111
Jerusalem
- SÜDAFRIKA**
Ambassador College
P.O. Box 5644
Kapstadt 8000
- SIMBABWE**
Ambassador College
Box UA30, Union Avenue
Harare
- NIGERIA**
Worldwide Church of God
PMB 21006
Ikeja, Lagos State
- GHANA**
Worldwide Church of God
P.O. Box 9617
Kotoka International Airport
Accra
- KENIA**
Worldwide Church of God
P.O. Box 47135
Nairobi
- MAURITIUS
UND SEYCHELLEN**
Ambassador College
P.O. Box 888
Port Louis, Mauritius

DIESE BROSCHÜRE IST UNVERKÄUFLICH. Sie wird von Ambassador College als unentgeltlicher Dienst im Interesse der Allgemeinheit herausgegeben. Dies wurde durch Beiträge von Menschen ermöglicht, die zur Unterstützung dieses weltweiten Werkes freiwillige Mitarbeiter wurden. Ambassador College, eine Privatstiftung, ist assoziiert mit der Worldwide Church of God. Ein Teil des finanziellen Bedarfs wird von dieser Kirche gedeckt. Freiwillige Spenden nehmen wir dankbar entgegen, halten aber an dem Grundsatz fest, niemals die Öffentlichkeit um finanzielle Unterstützung zu ersuchen.