

PURE INTIMACY

– REINE INTIMITÄT –

Wie deine Ehe von der Natürlichen
Familienplanung profitieren kann



JASON EVERT

PURE INTIMACY

– REINE INTIMITÄT –

Wie deine Ehe von der Natürlichen Familienplanung
profitieren kann

Jason Evert

Pure Intimacy

Jason Evert

© 2009 Catholic Answers

2. Edition

Übersetzung aus dem Amerikanischen von Johanna Latzel

Alle Rechte vorbehalten. Abgesehen von Zitaten darf kein Teil dieses Buches in irgendeiner Form oder mit irgendwelchen Mitteln ohne vorherige schriftliche Genehmigung des Herausgebers, vervielfältigt oder reproduziert werden – einschließlich Fotokopien, Aufzeichnungen, das Hochladen ins Internet oder durch ein Informationsspeicher- und -abrufsystem.

Original veröffentlicht von Catholic Answers.

2020 Gillespie Way

El Cajon, California 92020

catholic.com

Gestaltung der Originalbroschüre von Devin Schadt / Russell Design

ISBN der Original-Broschüre:

978-1-933919-22-5

Viele Paare haben noch nie eine angemessene Erklärung dafür gehört, warum die Kirche in der Frage der Empfängnisverhütung „feststeckt“. Infolgedessen behaupten viele, dass die Kirche im Schlafzimmer nichts zu suchen hat, und fragen sich, was ein Haufen zölibatärer Männer wohl über die Förderung des Eheglücks wissen könne. Wenn die Kirche die veraltete „Rhythmushmethode“ zur Vermeidung einer Schwangerschaft zulässt, so das Argument, warum dann nicht auch die Pille?

Das sind berechnigte Fragen, und deshalb verdienen sie eine ernsthafte Betrachtung – das ist der Zweck dieser Broschüre. Auch wenn nicht alle Paare das Bedürfnis haben, Geburten zu regulieren, so gibt es doch berechnigte Gründe für den Aufschub einer Schwangerschaft. Wenn dem so ist, nehme ich an, dass du bereit wärest, eine von der Kirche zugelassene Methode zur Aufschiebung von Geburten in Erwägung zu ziehen, die zu 99% wirksam ist,¹ wenig oder nichts kostet und keine Nebenwirkungen hat.

Du fragst dich vielleicht: „Wo ist der Haken? Wenn diese Methode so perfekt ist, würde sie dann nicht schon jedes Paar anwenden?“ Die meisten haben die Natürliche Familienplanung (NFP)² nie in Betracht gezogen, weil sie

¹ Vgl. P. Frank-Herrmann, et al., „The Effectiveness of a Fertility Awareness Based Method to Avoid Pregnancy in Relation to a Couple’s Sexual Behaviour During the Fertile Time: A Prospective Longitudinal Study,“ *Human Reproduction* doi:10.1093/humrep/dem003 (Februar 2007): 1-10; R. E. J. Ryder, „Natural Family Planning: Effective Birth Control Supported by the Catholic Church,“ *British Medical Journal* 307 (1993): 723-726.

² Anmerk. d. Übers.: NFP ist ein international gebräuchlicher Überbegriff für natürliche Methoden, um gezielt eine Schwangerschaft

sie mit der unwirksamen „Rhythmusmethode“ verwechselt haben. Andere, die gehört haben, dass NFP-Paare an bestimmten Tagen im Monat auf Sex verzichten, wollen keine weiteren Details hören. Was sie nie gehört haben, ist der Unterschied zwischen NFP und Verhütung, wenn es um die Ehe, den Körper und die Seele einer Person geht.

Was ist NFP?

Natürliche Familienplanung ist eine Methodik zur Vermeidung oder Herbeiführung einer Schwangerschaft durch Beobachtung der Veränderungen im Körper der Frau, die ihre Fruchtbarkeit anzeigen. Jedes Paar kann die fruchtbare Zeit der Frau genau bestimmen und eine Empfängnis vermeiden, indem es während der fruchtbaren Zeit auf Sex verzichtet.

Die NFP wird oft mit den weniger wirksamen „Kalender“- oder „Rhythmus“- Methoden der frühen 1900er Jahre verwechselt. Bei diesen Methoden wurden die Tage ab dem ersten Tag der Menstruation einer Frau gezählt, um den Zeitpunkt zu bestimmen, an dem sie vermutlich fruchtbar war. Diese Methoden zur Vermeidung einer Schwangerschaft hatten hohe Misserfolgsquoten, da sie die Tatsache nicht berücksichtigten, dass viele Frauen einen unregelmäßigen Zyklus haben und der Zyklus einer jeden Frau einzigartig ist. Die NFP hingegen ist weitaus

zu vermeiden bzw. anzustreben. Im deutschen Sprachraum ist jedoch der Begriff „Natürliche Empfängnisregelung“ (NER) zu bevorzugen, da die Bezeichnung „Planung“ irreführend ist. Denn letztendlich ist nicht der Mensch Herr über das Leben. Gott ist der Schöpfer und die Schaffung neuen Lebens liegt in seiner Hand; der Mensch kann „lediglich“ zum Mitschöpfer von neuem Leben werden.

zuverlässiger. Im *British Medical Journal* heißt es: „Die sich häufenden Daten bestätigen, dass die natürliche Familienplanung genauso wirksam sein kann wie jede andere Methode der Familienplanung [Verhütung].“³

Im Gegensatz zur Kalender-/Rhythmusmethode wird bei der NFP die Fruchtbarkeit der Frau genau überwacht. Die moderne Wissenschaft hat herausgefunden, dass Indikatoren für die Fruchtbarkeit einer Frau ihre Temperatur, die Position ihres Gebärmutterhalses und die Beschaffenheit ihres Zervixschleims sind. (Allerdings verwenden nicht alle Formen der NFP jeden dieser Indikatoren).

Da die NFP ein tiefes Verständnis für den Zyklus einer Frau vermittelt, kann sie auch zur Erkennung von Fruchtbarkeitsproblemen eingesetzt werden. Wenn ein Paar Schwierigkeiten hat, schwanger zu werden, können die Informationen, die sie durch die Überwachung der Fruchtbarkeitszyklen der Frau sammeln, sie auf reproduktive Anomalien aufmerksam machen und dem Arzt helfen, das Paar wegen dieser Probleme zu behandeln. Und auch wenn es keine Schwierigkeiten gibt, schwanger zu werden, können die NFP-Tabellen den Arzt auf andere gesundheitliche Probleme aufmerksam machen.

Da die Kirche nicht erwartet, dass Paare mehr Kinder bekommen, als sie handhaben können, bietet die NFP einen sicheren, moralischen und effektiven Weg, eine Familie zu planen.

³ Ryder, „Natural Family Planning,“ 725.

Welchen Unterschied macht die NFP in meiner Ehe?

Studien haben gezeigt, dass im Gegensatz zu Paaren, die andere Formen der Empfängnisverhütung anwenden, die Scheidungsrate bei Paaren, die NFP praktizieren, unter 3% liegt.⁴ Einige argumentieren, dass dieser Zusammenhang besteht, weil Paare, die Natürliche Familienplanung anwenden, oft tief religiös sind und solche Paare weniger wahrscheinlich eine Scheidung als Lösung für Eheprobleme sehen. Daran ist zwar etwas Wahres dran, aber es gibt viele Gründe, warum die NFP Ehen stärkt, unabhängig vom Grad der religiösen Hingabe des Paares.

Erstens vertieft NFP die Intimität zwischen den Eheleuten. Wie eine Frau, die von der Empfängnisverhütung zu NFP wechselte, sagte: „Ich kenne jetzt die wahre Bedeutung des Wortes *Intimität*.“⁵ Da NFP die „Barrieren“ des empfängnisverhütenden Geschlechtsverkehrs beseitigt, wird dem Paar ein verstärktes Gefühl der Nähe vermittelt – sowohl physisch als auch psychologisch. Der All-Pro-NFL-Quarterback Philip Rivers wies darauf hin, dass Selbstbeherrschung „nicht aufhört, wenn man heiratet. Keuschheit ist immer noch Teil der Ehe“. Er und seine Frau praktizieren NFP, und er merkte an, dass „es manchmal unglaublich hart sein kann. Aber es macht uns stärker und wir lieben uns mehr. Es erlaubt einem, auf viele verschiedene Arten zu lieben. ... Dieser Teil unserer

⁴ Vgl. Mercedes Arzú Wilson, „The Practice of Natural Family Planning Versus the Use of Artificial Birth Control: Family, Sexual, and Moral Issues,“ *Catholic Social Science Review* 7 (November 2002); Couple to Couple League, „What’s Wrong with Contraception?“

⁵ Nona Aguilar, *No-Pill No-Risk Birth Control* (New York: Rawson & Wade, 1980), 102.

Beziehung hat uns gestärkt“.⁶ Da die NFP geplante Zeiten des Verzichts auf den ehelichen Akt beinhaltet, hilft sie den Paaren, andere Wege zu finden, ihre Zuneigung zueinander auszudrücken. Infolgedessen vertieft sich die Intimität zwischen ihnen. Selbst der Verzicht auf den Geschlechtsverkehr kann eine liebevolle Geste sein, da es für die Familie vielleicht nicht das Beste ist, zu diesem Zeitpunkt weitere Kinder zu bekommen.

Zweitens hält die Notwendigkeit der Selbstbeherrschung die Eheleute davon ab, sich gegenseitig als selbstverständlich anzusehen. Da die Eheleute dem anderen nicht ständig sexuell „zur Verfügung“ stehen, erhält die Beziehung Raum zum Atmen. Ein Ehemann sagte: „Es ist wunderbar, weil es fast die Flitterwochen immer wieder neu aufleben lässt“.⁷ Diese Vorfreude auf den ehelichen Akt intensiviert dessen Freude. Empfängnisverhütung bietet diesen Vorteil nicht, sondern schwächt die Zurückhaltung und begünstigt und fördert die Maßlosigkeit bzw. das Sich-gehen-lassen, was das Gegenteil von sich selbst hingebender Liebe ist. Ein anderer Ehemann erklärte: „[NFP] hat mich dazu aufgerufen, meine Frau zu schätzen, anstatt mich nur nach ihr zu sehnen“.⁸ Die Kirche schließt sich diesen Bemerkungen an, indem sie sagt, dass NFP „bei den Gatten gegenseitige Achtung und Besorgtsein füreinander [fördert und] den Eheleuten [hilft], ungezügelte

⁶ Cyril Jones-Kellett, „Charger Quarterback Lends Voice to Chastity Conference,“ *The Southern Cross* (21. Juni 2007), 11.

⁷ Charlotte Hays, „Solving the Puzzle of Natural Family Planning,“ *Crisis*, Dezember 2001, 15.

⁸ *Faithful to Each Other For Ever: A Catholic Handbook of Pastoral Help for Marriage Preparation* (Washington D.C.: United States Catholic Conference, 1989), 46.

Selbstsucht, die der wahren Liebe widerspricht, zu überwinden; [außerdem vermehrt] sie bei ihnen das Verantwortungsbewusstsein“.⁹

Drittens fördert die NFP die Kommunikation und das Verständnis zwischen den Eheleuten. Im Gegensatz zu anderen Formen der Familienplanung verlangt die NFP von Mann und Frau, dass sie die Verantwortung für diesen Aspekt des Ehelebens gemeinsam tragen. Dies wiederum bietet den Eheleuten die Möglichkeit, ihre Pläne und Hoffnungen hinsichtlich der Größe ihrer Familie zu besprechen. Da NFP eine gemeinsame Anstrengung erfordert, gewinnt der Mann eine neue Wertschätzung dafür, wie der Körper seiner Frau funktioniert. Anstatt ihre Fruchtbarkeit zu unterdrücken, um sich seinen Wünschen anzupassen, passt der Ehemann, der NFP anwendet, seine sexuellen Wünsche aus Ehrfurcht vor der Art und Weise an, wie seine Frau geschaffen wurde.

Und schließlich vermeidet ein Paar, das in der Ehe Keuschheit praktiziert und die kirchliche Lehre über die Sexualität befolgt, jegliche Schuldgefühle oder Ängste, die mit dem anderen Lebensstil verbunden sind. Die Vereinigung ihres Willens mit dem Willen Gottes ermöglicht es ihnen, ihr geistliches Leben zu vertiefen und sich gegenseitig vollkommener zu lieben.

Ich bin mir nicht sicher, ob mein Ehepartner da mitmacht...

Es ist verständlich, dass der Gedanke, zeitweise auf Sex zu verzichten, anfangs nicht gut ankommt. Ein Ehemann

⁹ *Humanae Vitae* 21.

erzählte mir, dass er und seine Frau, als sie Fruchtbarkeitsprobleme hatten, von ihrem Arzt gebeten wurden, einen Monat lang auf Sex zu verzichten, damit er den Zustand der Frau genauer beurteilen könne. „Einen Monat?“, rief der Ehemann aus.

Die anwesende Krankenschwester war zufällig eine 70 Jahre alte Nonne. Sie sah den Ehemann an, nickte und versicherte ihm: „Sie werden das überstehen.“ In diesem Moment verstand er, dass er einen Monat der Enthaltksamkeit überleben konnte.

Sexuelle Enthaltksamkeit ist ein normaler Bestandteil des Ehelebens, sei es wegen einer Reise, einer Krankheit, einer Geburt oder auch nur aus Rücksicht auf einen erschöpften Ehepartner. Gesunde Ehen überstehen diese Zeiten und werden stärker, und NFP-Paare wissen aus Erfahrung, dass die Zeit ohne Sex sie einander näherbringt. Untersuchungen zeigen aber auch, dass NFP-Paare nicht weniger oft Geschlechtsverkehr haben als andere Paare. Sie legen den Zeitpunkt nur anders fest.¹⁰

Entgegen den Befürchtungen mancher Ehegatten wird NFP sowohl von Ehemännern als auch von Ehefrauen ausdrücklich befürwortet. Ein Mann erklärte mir, dass NFP „die Leidenschaft am Leben erhält“. Ein anderer beschrieb sie als „das bestgeschütete Geheimnis“. In vielen Fällen stellen die Ehemänner fest, dass ihre Frauen nach der Umstellung auf NFP tatsächlich empfänglicher für sie sind. Ich habe einmal einen Brief von einer Frau erhalten,

¹⁰ Vgl. Irit Sinai and Marcos Arévalo, „It’s All in the Timing: Coital Frequency and Fertility Awareness-Based Methods of Family Planning,“ *Journal of Biosocial Science* 38:6 (November 2006): 763-777.

die sagte, dass sie sich, während sie und ihr erster Mann verhüteten, wie ein „Spielzeug oder ein Freizeitfahrzeug“ fühlte. Inzwischen ist sie kirchlich verheiratet und wendet seit Jahren NFP an. In ihren Worten: „Eine keusche Ehe ist das Nonplusultra!“

Nun, wann hast du das letzte Mal eine Frau sagen hören, dass die Verwendung eines Spermizids „das Nonplusultra“ ist oder, dass sie nach einer Depo-Provera-Spritze endlich weiß, was Intimität bedeutet? Der Enthusiasmus war noch nie da, denn tief im Inneren will keine Frau verhüten. Sicher, sie will vielleicht eine Schwangerschaft vermeiden und scheint mit der Methode zufrieden zu sein. Aber trotz der Freude, mit der die Frauen in der Werbung für Verhütungsmittel auftreten, würden die meisten Frauen lieber keinen chemischen Krieg gegen ihre eigene Fruchtbarkeit führen.

Ein Beweis dafür ist das Folgende: Eine der besten Möglichkeiten, die Zufriedenheit eines Paares mit einer Familienplanungsmethode zu beurteilen, besteht darin, sich anzusehen, wie viele Paare sie im Laufe der Zeit weiterhin anwenden. Bei Spermiziden beispielsweise liegt die jährliche Weiterverwendungsrate bei 42%, beim Kondom bei 53%, bei der Spritze bei 56%, beim Diaphragma bei 57% und bei der Pille bei 68%.¹¹ Was ist mit NFP? Eine Umfrage unter 1876 Paaren, die das Creighton-Modell der NFP anwenden, ergab, dass die

¹¹ Vgl. R.A. Hatcher, et al., *Contraceptive Technology: Nineteenth Revised Edition* (New York, N.Y.: Ardent Media, 2007).

jährliche Fortführungsrate bei 89% liegt – und damit höher als bei jeder anderen Form der reversiblen Verhütung.¹²

Warum erlaubt die Kirche verheirateten Paaren nicht, zu verhüten?

Die Kirche wird niemals ein Paar zwingen, NFP zu benutzen.

Vielmehr lädt die Kirche uns sanft und nachdrücklich zur Tugendhaftigkeit ein. Um es mit den Worten von Papst Johannes Paul II. zu sagen: „Die Kirche und die Welt brauchen heute mehr denn je Ehepaare und Familien, die sich großzügig von Christus belehren lassen“.¹³

Um das moralische Problem der Empfängnisverhütung zu verstehen, ist es hilfreich, ihre Geschichte zu kennen. Viele nehmen an, dass die Geburtenkontrolle in den 1960er Jahren erfunden wurde, aber die Praxis ist nicht neu. Verschiedene Methoden der künstlichen Geburtenkontrolle gibt es seit mehr als viertausend Jahren. In der Antike schluckten die Menschen Tränke, um vorübergehend unfruchtbar zu werden. Andere benutzten Leinen, Wolle, Krokodilmist oder Tierhäute als Barrieremethoden, oder sie räucherten die Gebärmutter einer Frau aus, um zu verhindern, dass sie Leben austrägt. Selbst zur Zeit Christi wurde die Empfängnisverhütung von den Römern praktiziert. Im Mittelalter enthielten orale Verhütungsmittel Arsen, Blei, Quecksilber und

¹² Vgl. Thomas Hilgers, et al., „Creighton Model NaProEducation Technology for Avoiding Pregnancy. Use Effectiveness,“ *The Journal of Reproductive Medicine* 43:6 (Juni 1998): 495-502.

¹³ Johannes Paul II., „Echte menschliche Liebe spiegelt die [...] göttliche Liebe wider“, 25. September 1993.

Strychnin!¹⁴ In den frühen 1930er Jahren empfahlen Frauenzeitschriften sogar die Verwendung von Lysol oder Mittel gegen Fußpilz als Spermizid!¹⁵ Die Christen hoben sich jedoch stets von solchen Kulturen ab, weil sie sich weigerten, Verhütungsmittel zu verwenden.¹⁶ Das war Teil des christlichen Glaubens.

Alle christlichen Konfessionen verurteilten die Empfängnisverhütung bis 1930, als die anglikanische Kirche beschloss, sie unter bestimmten Umständen zu erlauben. Diesem Schritt folgte eine ähnliche Befürwortung durch den Bundesrat der Kirchen der Vereinigten Staaten (The United States' Federal Council of Churches). Damals waren selbst die säkularen Medien schockiert von der Vorstellung, dass christliche Kirchen Verhütungsmittel befürworten würden. Die *Washington Post* prophezeite, dass ein solcher Schritt „den Tod der Ehe als heilige Institution einläuten würde, indem er entwürdigende Praktiken etabliert, die zu wahlloser Unmoral ermutigen würden. Die Behauptung, dass der Gebrauch von legalisierten Verhütungsmitteln ‚vorsichtig und zurückhaltend‘ sein würde, ist absurd.“ Zwei Tage später fügte die Zeitung hinzu, dass „eine solche Abkehr

¹⁴ Vgl. Baylor College of Medicine, „Evolution and Revolution: The Past, Present, and Future of Contraception,“ *The Contraception Report* 10:6 (Februar 2000): 16.

¹⁵ Vgl. Andrea Tone, „Contraceptive Consumers: Gender and the Political Economy of Birth Control in the 1930s,“ *Journal of Social History* (Spring 1996).

¹⁶ Vgl. „Contraception and Sterilization“ (www.catholic.com/library/contraception_and_sterilization.asp).

von der christlichen Lehre unglaublich und unfassbar ist“.¹⁷

Viele Protestanten stimmten dem zu, etwa Lutheraner und Southern Baptists, die die Empfängnisverhütung als „eine Erneuerung des heidnischen Bankrotts im zwanzigsten Jahrhundert“ bezeichneten, die „der Moral unserer Nation ernsthaft schaden würde“.¹⁸ Ein methodistischer Bischof fügte hinzu, dass die Entscheidung, die Empfängnisverhütung moralisch zu rechtfertigen, „sicherlich nicht die methodistische Kirche repräsentiert, und ich bezweifle, dass sie irgendeine andere protestantische Kirche in dem repräsentiert, was sie zu diesem Thema gesagt hat“.¹⁹

Leider waren diese Proteste nur von kurzer Dauer, und der Protestantismus als Ganzes gab in dieser Streitfrage nach. Aber die katholische Kirche hielt an der Lehre des historischen Christentums fest.

Warum schwimmt die Kirche nicht „mit dem Strom“?

Die moderne Welt hat Schwierigkeiten, die Haltung der Kirche zur Empfängnisverhütung zu akzeptieren, weil sie den Zweck von Sex, wie Gott ihn geschaffen hat, nicht versteht. Frank Sheed bemerkte: „Der moderne Mensch denkt praktisch nie über Sex nach.“ Er träumt davon, er sehnt sich danach, er stellt ihn sich vor, aber er hält nie inne, um tatsächlich über Sex *nachzudenken*. Sheed fuhr

¹⁷ Patrick Fagan, „A ‚Culture‘ of Inverted Sexuality,“ *Catholic World Report* (November 1998).

¹⁸ Patrick Fagan, „A ‚Culture‘ of Inverted Sexuality,“ *Catholic World Report* (November 1998).

¹⁹ Patrick Fagan, „A ‚Culture‘ of Inverted Sexuality,“ *Catholic World Report* (November 1998).

fort: „Der typische moderne Mensch denkt, wenn er überhaupt darüber nachdenkt, von Sex als etwas, das wir glücklicherweise haben; und er sieht alle seine Probleme in der einen Problematik zusammengefasst, wie er das meiste Vergnügen daraus ziehen kann.“²⁰

Als Christen sollten wir uns mehr Gedanken darüber machen und überlegen, was Gott im Sinn hatte, als Er den Sex erfand. Am Anfang schuf Gott Mann und Frau nach seinem Bild und Gleichnis. Gott ist die Liebe, und durch den männlichen und den weiblichen Körper wird diese tiefe Wirklichkeit sichtbar gemacht. Wie Papst Johannes Paul II. sagte, lange bevor er Papst wurde, „hat Gott, der Vater ist, der Schöpfer ist, einen Abglanz seiner schöpferischen Kraft und Macht in den Menschen gelegt. ... Wir sollten Gott, dem Schöpfer, Loblieder singen für diesen Widerschein seiner selbst in uns – und zwar nicht nur in unseren Seelen, sondern auch in unseren Körpern.“²¹

Als Adam und Eva ohne Scham ein Fleisch wurden und Gottes Plan, „fruchtbar zu sein und sich zu vermehren“, befolgten, wurden sie zu einem irdischen Widerschein der lebensspendenden Liebe Gottes. In den Worten von Carlo Kardinal Martini: „In der Bibel ist das Paar Mann-Frau nicht einfach zur Erhaltung der Art gedacht, wie es bei den anderen Tieren der Fall ist. Insofern es dazu berufen ist, Bild und Gleichnis Gottes zu werden, drückt

²⁰ Frank Sheed, *Society and Sanity* (New York: Sheed and Ward, 1953), 107.

²¹ Karol Wojtyła, *The Way to Christ* (San Francisco: Harper, 1982), 55-56.

es auf leibhaftige und greifbare Weise das Antlitz Gottes aus, das die Liebe ist“.²²

Aus diesem Grund lehrt die Kirche, dass *Sex die lebenspendende Liebe der Dreifaltigkeit widerspiegelt*. Der Vater, der Sohn und der Heilige Geist sind eine Vereinigung, eine Einheit von Personen, deren Liebe Leben spendet. Das Gleiche gilt für Ehemann und Ehefrau. Diese Erkenntnis, die in der „Theologie des Leibes“ von Papst Johannes Paul II. gelehrt wird, ist eine wunderbare Art, die eheliche Liebe zu betrachten. Sie erklärt, dass Gottes Plan für uns, so zu lieben, wie er liebt, in unseren Körper eingeprägt ist. Es gibt also wirklich nur eine Frage, die man sich stellen muss, wenn es um Sexualmoral geht: Bringe ich die Liebe Gottes durch meinen Körper zum Ausdruck? Der eheliche Akt, so wie Gott ihn gestaltet hat, ermöglicht es einem Paar, ein Abbild der göttlichen Liebe zu werden! Durch ihre Liebe enthüllen sie die Liebe Gottes.

Dieses Thema – dass die eheliche Liebe ein Abbild Gottes ist – ist nicht neu. In der ganzen Bibel wird die Liebe Gottes zur Kirche mit der Liebe eines Mannes zu seiner Braut verglichen. So sagt Paulus den Ehemännern, dass sie ihre Frauen so lieben sollen, wie Christus die Kirche geliebt hat, indem er sich für sie hingegeben hat, „um sie zu heiligen ... So will er die Kirche herrlich vor sich hinstellen, ohne Flecken oder Falten oder andere Fehler; heilig soll sie sein und makellos. ... Darum wird der Mann Vater und Mutter verlassen und sich an seine Frau binden und die zwei werden ein Fleisch sein. Dies ist ein tiefes Geheimnis; ich beziehe es auf Christus und die Kirche“

²² Kardinal Carlo Martini, *On the Body* (New York: Crossroad, 2000), 49.

(Eph 5,24-32). Das sollte uns dazu veranlassen, uns zu fragen: „Wenn die Vereinigung von Mann und Frau zu einem Fleisch ein Abbild der Liebe zwischen Christus und seiner Kirche ist, wo passt dann die Empfängnisverhütung in dieses Bild? Was ist an der Liebe Christi empfängnisverhütend?“

Die Liebe Christi ist frei, uneingeschränkt, treu und lebensspendend. In ähnlicher Weise erklären die Paare während der Trauung öffentlich, dass ihre Liebe frei gegeben, uneingeschränkt, treu und offen für das Leben ist. Wenn das frisch verheiratete Paar seine Ehe vollzieht, werden seine Versprechen bzw. sein Eheversprechen mit seinen Körpern ausgesprochen. Von da an wird jeder Liebesakt zu einer Erneuerung dieses Eheversprechens. Aber wie kann sich ein Paar einander *ganz* und *uneingeschränkt* hingeben, wenn es die Fruchtbarkeit des anderen ablehnt? Wie können sie *offen für Leben sein*, wenn sie Drogen nehmen oder Geräte benutzen, um den ehelichen Akt zu sterilisieren? In dem Moment, in dem das Paar sein Eheversprechen erneuern sollte, widerspricht es diesem.

Daher spricht die Empfängnisverhütung nicht die „Sprache der Liebe“, eine Botschaft der völligen Selbsthingabe. Ihr Wesen ist Ablehnung – etwas, das einer intimen Ehe nicht förderlich ist. Jedes Mal, wenn sie verhütet, sagt die Frau: „Ich will mit dir schlafen, aber ich werde alle Spermien töten, die mir über den Weg laufen“.²³ Jedes Mal, wenn ein Mann ein Kondom benutzt, sagt er: „Ich schütze mich vor dir“ oder „Ich gebe dir alles, außer meiner Vaterschaft“. Da der Körper die Person

²³ Vgl. Janet E. Smith, *Contraception: Why Not?* (Dayton, Ohio: One More Soul, 1999).

offenbart, ist eine Ablehnung des Körpers eine Ablehnung des Ehepartners.

Manchen Paaren fällt es schwer, dies zu verstehen, weil unsere Kultur einen Keil zwischen die beiden Zwecke des Geschlechtsverkehrs getrieben hat: Fortpflanzung und Vereinigung (Babys und Bindung).²⁴ Doch was Gott verbunden hat, darf niemand trennen. Ein Paar, das einen Liebesakt sterilisiert und nur die Bindung sucht, könnte mit einem Paar verglichen werden, das nur um der Fortpflanzung willen Geschlechtsverkehr hat und dabei versucht, jede emotionale Bindung zu vermeiden. Keine der beiden Handlungen entspräche den Plänen Gottes für das Geschenk der Sexualität.

Nur wenige christliche Paare gehen mit der Absicht in die Ehe, überhaupt *keine* Kinder zu haben. Die meisten verstehen, dass Kinder ein Teil davon sind, worum es in der Ehe geht. Dennoch meinen einige, dass dies bedeutet, dass sie planen, irgendwann einmal Kinder zu bekommen, anstatt jeden ihrer sexuellen Akte auf die Zeugung auszurichten. Obwohl der Zweck des ehelichen Aktes sowohl die Vereinigung als auch die Fortpflanzung ist, glauben einige Paare, dass es möglich ist, den einen Zweck beiseite zu lassen und trotzdem den anderen zu erfüllen. Dies ist jedoch kein Sex, wie Gott ihn vorgesehen hat.

In der christlichen Ehe geht der Zweck des ehelichen Aktes über die Fortpflanzung hinaus zur Vereinigung, zur Einheit – und letztlich zur Heiligung. *Sex ist dazu bestimmt und geschaffen, die Eheleute heilig zu machen.* Das mag seltsam klingen, denn unsere Gesellschaft assoziiert Sex fälschlicherweise mit dem, was schmutzig, unanständig,

²⁴ Vgl. *Katechismus der Katholischen Kirche* 2363.

anrühlich und von Gott verboten ist. Aber in der Ehe stärkt die Vereinigung zu einem Fleisch das Band zwischen den Eheleuten und hilft ihnen, ihre von Gott gegebene Berufung zu erfüllen. Wenn ein Paar reinen Herzens ist, verleiht dies dem ehelichen Akt Ehrfurcht. Nur ein keusches Ehepaar ist in der Lage, die volle Kraft dieser Art von Vereinigung zu erleben. Wenn Gottes Absicht bei der Erschaffung des Sex geehrt wird, hilft ihnen die eheliche Intimität, heilig zu werden.

Wenn Sex für Babys und Bindungen designt ist, warum ist es dann in Ordnung, während der unfruchtbaren Zeit des Monats Sex zu haben?

Da sich die Kirche gegen die Empfängnisverhütung ausspricht, gehen viele Menschen fälschlicherweise davon aus, dass die Kirche der Meinung ist, dass Sex nur zum Zweck des Kinderkriegens erlaubt ist. Aber Gott hat die Frauen nur an einigen Tagen im Monat empfängnisfähig gemacht. Nehmen wir also einmal an, Gott wollte nicht, dass Ehepaare Geschlechtsverkehr haben, außer wenn sie fruchtbar sind. Das würde bedeuten, dass das Paar etwa fünfundzwanzig Tage im Monat enthaltsam leben müsste, und wenn sie schwanger würden, müssten sie fast ein Jahr lang enthaltsam leben. Sobald die Frau in die Wechseljahre gekommen und nicht mehr fruchtbar ist, könnten sie nie wieder eheliche Beziehungen haben.

Gott hat dies nicht gewollt, denn auch wenn eine Frau nicht fruchtbar ist, stärkt der Liebesakt immer noch eine Ehe, indem er die Eheleute in einer uneingeschränkten Selbsthingabe vereint. Unabhängig von der Fruchtbarkeit ist dieses einander Schenken des Paares eine Reflexion der

lebensspendenden trinitarischen Liebe, *vorausgesetzt*, das Paar unternimmt nichts, um seine Vereinigung zu sterilisieren, zu unterbrechen oder zu behindern. Daher ist es einem verheirateten Paar moralisch erlaubt, auch in Zeiten der Unfruchtbarkeit miteinander zu schlafen. Da sie Gott und einander durch das Geschenk des Geschlechtsverkehrs näher kommen, wird ihnen dies helfen, bessere Eltern zu sein, wenn Gott sie mit Kindern segnet.

Dennoch sollte es eine persönliche Entscheidung sein. Schließlich betrifft sie niemanden sonst.

Es handelt sich zwar in der Tat um eine persönliche Entscheidung, aber die Auswirkungen deiner Wahl gehen weit über dich hinaus. Wie jede Sünde hat die Empfängnisverhütung Auswirkungen auf die Familie und die Gesellschaft als Ganzes.

Bedenke, was die Empfängnisverhütung der Gesellschaft gebracht hat. Als die Empfängnisverhütung in der christlichen Gemeinschaft immer mehr Akzeptanz fand, warnte die katholische Kirche die Welt vor dem Schaden, den dies für Beziehungen bedeuten würde. Untreue in der Ehe würde immer häufiger vorkommen, weil die Ehepartner untreu werden könnten, ohne eine Schwangerschaft befürchten zu müssen. Da die Empfängnisverhütung eine einfache Möglichkeit bietet, den Folgen eines Verstoßes gegen das Sittengesetz zu entgehen, würde dies auch zu einer allgemeinen Abnahme der Moral führen, und die Kirche befürchtete, dass „Männer, die sich an empfängnisverhütende Mittel gewöhnt haben, ... die Ehrfurcht vor der Frau verlieren

[könnten], und, ohne auf ihr körperliches Wohl und seelisches Gleichgewicht Rücksicht zu nehmen, sie zum bloßen Werkzeug ihrer Triebbefriedigung erniedrigen und nicht mehr als Partnerin ansehen, der man Achtung und Liebe schuldet.“²⁵

Mit der zunehmenden Verwendung von Verhütungsmitteln würde es immer schwieriger werden, Sexualität als Zeichen der Liebe Gottes zu betrachten. Außerdem: Wenn die Menschen „Liebe machen“ und „Leben machen“ voneinander trennen könnten, wären Verbote gegen andere Arten unfruchtbarer sexueller Aktivitäten (wie homosexueller Sex oder Selbstbefriedigung) nicht mehr begründet und nachvollziehbar.

Darüber hinaus schwächt die Empfängnisverhütung die Fähigkeit der Eltern, Kinder zu erziehen, die in Reinheit leben. Denn wie können Eltern einem Kind glaubhaft vermitteln, dass es die Lehren der Kirche zur Sexualität *vor* der Ehe befolgen soll, wenn sie nicht gewillt sind, der Kirche *innerhalb* der Ehe zu gehorchen? Keuschheit ist eine Tugend, und deshalb ist sie leichter imitiert als gelehrt. Wenn Eltern wollen, dass ein Kind Selbstbeherrschung praktiziert und in Reinheit lebt, ist das wirksamste Mittel, diese Werte zu vermitteln, sie vorzuleben. Es wurde schon oft gesagt, dass Kinder zwar nicht immer ihren Eltern gehorchen, aber sie ahmen sie immer nach!

Aus all diesen Gründen ist die Empfängnisverhütung ein Krebsgeschwür in der Zivilisation. Echte, authentische eheliche Liebe hingegen hält eine Ehe zusammen. Eine

²⁵ HV 17.

starke Ehe hält die Familie zusammen. Starke Familien halten die Gesellschaft zusammen, und eine Zivilisation steht und fällt damit. „Die Zukunft der Menschheit“, so die Kirche, „geht über die Familie!“²⁶

Mein Priester sagt, dass die Entscheidung, Verhütungsmittel zu benutzen, meinem Gewissen überlassen bleibt.

Wenn dies sein Rat war, dann war er unvollständig. Das Gewissen neigt dazu, das Gute zu tun, wenn man weiß, was das Gute ist. Doch es reicht nicht aus, nur den *Wunsch zu haben*, das Gute zu tun. Man muss auch *wissen*, was gut ist, und es dann *tun*. Alle drei Schritte sind notwendig. Du würdest zum Beispiel niemals einen Chirurgen, einen Bauunternehmer oder sogar einen Taxifahrer einstellen, der zwar nicht über die nötigen Fähigkeiten verfügt, aber gute Absichten hat und sich bereit erklärt, zu arbeiten. So wie in natürlichen Angelegenheiten Wissen für die Vollendung einer guten Arbeit unerlässlich ist, so ist es auch in übernatürlichen Angelegenheiten notwendig.

Die Kirche ruft immer dazu auf, dass man auf sein Gewissen hört und ihm gehorcht. Wir müssen jedoch zunächst unser Gewissen in der Wahrheit bilden – d. h. nach den Maßstäben des Gesetzes Gottes – und bereit sein, nach den Forderungen zu leben, zu denen die Liebe uns aufruft. Christus wird deutlich zu uns sprechen, wenn wir den Mut haben, auf ihn zu hören. Wenn ein Mensch sein Gewissen nicht im Licht der Wahrheit formt, ist er wie jemand, der nachts ohne Scheinwerfer fährt und aufrichtig

²⁶ *Familiaris Consortio* 86.

behauptet, keinen Unfall bauen zu wollen. Aufrichtigkeit ist gut, aber sie ist nicht genug.

Christopher West, eine angesehene katholische Koryphäe auf dem Gebiet der menschlichen Sexualität, schreibt: „Liebe ist nicht beliebig. Liebe ist nicht so, wie wir sie gerne hätten. Liebe ist nicht nur ein intensives Gefühl oder das Teilen von Vergnügen. Liebe bedeutet, nach dem Bild zu leben, nach dem wir geschaffen sind. Liebe bedeutet, sich frei, uneingeschränkt, treu und fruchtbar in Nachahmung von Christus zu verschenken. Der empfängnisverhütende Geschlechtsverkehr widerspricht all dem.“²⁷

Da sich der Papst nicht unfehlbar über die Empfängnisverhütung geäußert hat, steht sie dann nicht zur Diskussion?

Einige Lehren der Kirche werden durch eine *ex cathedra* (unfehlbar oder „von der Kathedra aus“) Erklärung des Papstes definiert. Andere werden unfehlbar vom Lehramt gelehrt.²⁸ Die Unsittlichkeit der Empfängnisverhütung ist ein Beispiel für eine Lehre, die die Kirche durch die ständige Lehre des ordentlichen Lehramtes unfehlbar festgelegt hat. Mit den Worten von Papst Johannes Paul II. „Die Lehre der Kirche über die Empfängnisverhütung gehört nicht in die Kategorie der Dinge, die unter Theologen frei diskutiert werden können. Das Gegenteil

²⁷ Christopher West, *Good News about Sex and Marriage* (Ann Arbor, Mich.: Servant Publications, 2000), 110.

²⁸ Vgl. *Lumen Gentium* 25.

zu lehren, bedeutet, das moralische Gewissen der Eheleute in die Irre zu führen“.²⁹

Ein weiteres Dokument der Kirche, das *Vademekum für die Beichtväter*, verdeutlicht ebenfalls den endgültigen Stand der kirchlichen Lehre: „Die Kirche hat stets gelehrt, dass die Empfängnisverhütung, das heißt jeder vorsätzlich unfruchtbar gemachte Akt, eine in sich sündhafte Handlung ist. Diese Lehre ist als definitiv und unabänderlich anzusehen.“³⁰

Welche Befugnis hat die Kirche, uns zu sagen, was wir in unserer Ehe zu tun haben?

Hinter dieser Frage verbirgt sich eine viel tiefere Frage: „Welche Autorität hat die Kirche überhaupt in meinem Leben?“ Können wir ehrlich sagen, dass wir unser Leben *jemals* der Autorität der Kirche unterstellt haben? Einige Katholiken gestehen der Kirche die Autorität über die Rituale ihrer Hochzeitszeremonie zu, solange die Kirche keine Forderungen stellt, sobald sie in der Suite ihrer Flitterwochen angekommen sind. Aber wie ein Mann bemerkte: „Es gibt nur wenige bessere Tests dafür, ob jemand ein Leben in Unterordnung unter Gott führt oder nicht, als den, was er oder sie mit seiner oder ihrer Sexualität tut. Sex ist ein so starkes und bedeutungsvolles Verlangen, dass es ein echtes Zeichen der Anbetung ist, darauf zu verzichten und Gott in diesem Bereich zu

²⁹ Johannes Paul II., „The Church’s Teaching on Contraception is not a Matter for Free Discussion among Theologians,“ *L’Osservatore Romano* (6. Juli 1987).

³⁰ *Vademekum für die Beichtväter* in einigen Fragen der Ehemoral, 2:4, par. 33.

gehören.“³¹ Gott zu gehorchen, wenn es um unsere Sexualität geht, ist ein echtes Zeichen dafür, dass wir ihn mehr lieben und ihm mehr vertrauen als uns selbst.

Da einige der Gebote Gottes die Sexualität betreffen und Christus seiner Kirche aufgetragen hat, alles zu lehren, was er gebietet (vgl. Mt 28,20), hat die Kirche die Pflicht und die Autorität, uns weiterzugeben, was Gott über die Sexualmoral offenbart hat. Aus der Heiligen Schrift geht eindeutig hervor, dass Jesus eine Kirche mit einer solchen Mission eingesetzt hat. Sie würde Christus untreu werden, wenn sie diese Aufgabe, diesen Ruf nicht erfüllen würde.

Bei der Aussendung von Einzelpersonen, zu gehen und seine Botschaft zu verkünden, betonte Jesus: „Wer euch hört, der hört mich, und wer euch ablehnt, der lehnt mich ab“ (Lk 10,16). Christus stattete die Kirche mit Seiner eigenen Lehrautorität aus, weil Er wusste, dass Er nicht ewig mit den Aposteln auf Erden sein würde. Er setzte eine Kirche mit Bischöfen ein, die „in der gesunden Lehre unterweisen“ (Titus 1,9). Die Gläubigen sollen sich diesen geistlichen Führern unterordnen und sich ihrer Autorität beugen (Hebr 13,17), damit sie nicht durch fremde und unterschiedliche Lehren verführt werden. Die Autorität der Apostel wurde im Laufe der Jahrhunderte an die Bischöfe weitergegeben, wie sie von Mose an Josua weitergegeben wurde: durch Handauflegung (vgl. Dtn 34,9).

Die Pforten der Hölle werden diese eine Kirche nicht überwältigen (vgl. Mt 16,18), die die Säule und das Fundament der Wahrheit sein soll (vgl. 1 Tim 3,15). Der

³¹ Henry Cloud and John Townsend, *Boundaries in Dating* (Grand Rapids, Mich.: Zondervan, 2000), 252.

Heiliger Geist leitet die Kirche (vgl. Joh 14,26), damit sie lehrt, was Gott ihr anvertraut hat. Die Kirche wacht über ihre Kinder, wie eine Mutter über ihre Jungen wacht. Die Kinder mögen die Gründe der Mutter für ihre Regeln nicht immer verstehen, aber sie täten gut daran, darauf zu vertrauen, dass ihre Gebote aus einem liebenden Herzen kommen und nicht aus den Launen eines Diktators.

Sagt die Bibel etwas zur Empfängnisverhütung?

Obwohl das Wort „Empfängnisverhütung“ in der Heiligen Schrift nie erwähnt wird, wird die Handlung selbst verurteilt. So missbilligt Gott beispielsweise die Sterilisation in Deuteronomium 23,2 und den Coitus Interruptus in der Geschichte von Onan (Gen 38).

Diese Geschichte liefert das deutlichste biblische Argument gegen die Empfängnisverhütung. Gemäß den damaligen Gepflogenheiten nahm Onan die Witwe seines Bruders als seine eigene Frau, um im Namen seines toten Bruders Kinder zu zeugen. Doch „sooft er mit ihr verkehrte, ließ er den Samen zur Erde fallen und verderben“ (Gen 38,9), um sicherzustellen, dass es nicht zu einer Schwangerschaft kam. Im nächsten Vers heißt es, dass Gott Onans Handeln „sehr missfiel“ und Er ihn sterben ließ. Entgegen der eindeutigen Aussage des Textes argumentieren manche, dass Gott ihn tötete, weil er das Levirat-Gesetz (der Witwe seines Bruders Kinder zu schenken) nicht erfüllt hatte. Doch die Schrift weist darauf hin, dass die Strafe für die Verletzung dieses Gesetzes die öffentliche Demütigung war (vgl. Dtn 25,5-10), nicht die Todesstrafe. Was wäre, wenn Onan seinen Samen nicht vergeudet hätte, sondern sich einfach dafür entschieden

hätte, keinen Geschlechtsverkehr zu haben? Hätte Gott ihm dann das Leben genommen? Die Schrift sagt nein.

Warum sollte Gott dieses Ereignis so ernst nehmen? Weil es eine ernste Angelegenheit ist, das Geschenk unserer Sexualität zu entweihen. In der ganzen Bibel verwendet Gott das Bild von Braut und Bräutigam, um uns ein sichtbares Zeichen seiner Liebe zu geben. Deshalb wird die Kirche auch die „Braut Christi“ genannt. Bis zur Vollendung dieser Vereinigung im Himmel besteht die Aufgabe des Ehepaares darin, die Liebe Gottes auf der Erde sichtbar zu machen – durch die uneingeschränkte Selbsthingabe. Mit den Worten des berühmten Malers Salvador Dalí: „Die einzige Art, Liebe zu machen, ist als Sakrament.“³²

Die frühen Christen waren sich der Würde des ehelichen Aktes sehr bewusst und nahmen das Gebot der Heiligen Schrift ernst, dass „das Ehebett unbefleckt bleiben soll“ (Hebr 13,4). Aus diesem Grund verurteilten sie ausdrücklich die Empfängnisverhütung. Um 195 n. Chr. schrieb Clemens von Alexandrien: „Wegen seiner göttlichen Einsetzung zur Vermehrung des Menschen soll der Samen weder eitel und vergeblich ejakuliert, noch beschädigt oder vergeudet werden.“³³ Hippolyt von Rom bezeichnete im Jahr 255 diejenigen, die Unfruchtbarkeitsmittel verwendeten, als die „so genannten Gläubigen“.³⁴

³² *Time* (Europäische Edition), 10. November 1980, 64, zitiert aus Donald DeMarco, *New Perspectives on Contraception* (Dayton, OH.: One More Soul, 1999), 54.

³³ Clemens von Alexandrien, *The Instructor of Children* 2:10:91:2.

³⁴ Hippolyt von Rom, *Refutation of All Heresies* 9:12.

Im fünften Jahrhundert schrieb der heilige Augustinus: „Ich nehme also an, wenn du [mit deiner Frau] um der Zeugung von Nachkommenschaft willen nicht lügst, dass du auch nicht um der Begierde willen ihre Zeugung durch ein böses Gebet oder eine böse Tat hinderst. Diejenigen, die das tun, obwohl sie Ehemann und Ehefrau genannt werden, sind es nicht; noch bewahren sie irgendeine Realität der Ehe, sondern mit einem ehrbaren Namen bedecken sie eine Schande. Manchmal geht diese lüsterne Grausamkeit oder grausame Begierde so weit, dass sie sich sogar Unfruchtbarkeitsgifte [d.h. Verhütungsmittel] beschaffen. ... Gewiss, wenn Mann und Frau so sind, sind sie nicht verheiratet, und wenn sie von Anfang an so waren, kommen sie nicht in der Ehe zusammen, sondern in der Verführung.“³⁵

Diese christliche Lehre hat sich durch die Jahrhunderte hindurch gehalten, und sogar die protestantischen Reformatoren und andere religiöse Würdenträger haben die Empfängnisverhütung verurteilt. Martin Luther sagte: „Die äußerst üble Tat des Onan, des gemeinsten aller Schufte, ... ist eine höchst schändliche Sünde. Sie ist weit entsetzlicher als Inzest und Ehebruch. Wir nennen sie Unkeuschheit, ja, eine sodomistische Sünde. Denn Onan geht zu ihr hinein, das heißt, er liegt bei ihr und kopuliert, und wenn es zur Befruchtung kommt, verschüttet er den Samen, damit die Frau nicht schwanger wird. Sicherlich sollte jedoch in einem solchen Fall die von Gott festgelegte natürliche Ordnung der Fortpflanzung eingehalten werden. ... Daher war es ein höchst schändliches Verbrechen. Folglich hat er es verdient, von Gott getötet zu werden. Er hat eine böse Tat begangen. Deshalb hat

³⁵ Augustinus, *Marriage and Concupiscence* 1:15:17.

Gott ihn bestraft.“³⁶ Johannes Calvin pflichtete Luther bei, indem er Empfängnisverhütung als „monströs“³⁷ bezeichnete, und John Wesley sagte, dass diejenigen, die die Sünde des Onan begehen, ihren Körper entehren und „ihre eigene Seele zerstören“³⁸.

Diese Verachtung für die Empfängnisverhütung ging über das Christentum hinaus. Gandhi sagte: „Der Mann hat die Frauen für seine Begierde schon genug erniedrigt, und die Empfängnisverhütung, egal wie gut es die Befürworter auch meinen mögen, wird sie noch mehr erniedrigen“.³⁹ Er fügte hinzu: „Zügellosigkeit und das Sich-gehen-lassen mit Verhütungsmitteln mag das Entstehen von Kindern verhindern, aber sie wird die Lebenskraft von Männern und Frauen schwächen, vielleicht mehr die der Männer als die der Frauen“.⁴⁰

³⁶ Martin Luther, in *Luther's Works*, vol. 7, S. 20-21, zitiert aus Charles D. Provan, *The Bible and Birth Control* (Monogahela, Pa: Zimmer Printing, 1989), 14.

³⁷ Johannes Calvin, *Commentary on Genesis 38:8-10* (Latein-Übersetzung), zitiert aus Provan, *The Bible and Birth Control*, 15.

³⁸ John Wesley, *Commentary on Genesis, 38:7*, zitiert aus Provan, *The Bible and Birth Control*, 91.

³⁹ West, *Good News*, 119.

⁴⁰ Mahatma Gandhi, *Wisdom for all Time: Mahatma Gandhi and Pope Paul VI on Birth Regulation*, aufbereitet von A.S. Antonisamy, (Pondicherry, India: Family Life Service Center, 1978), 26, zitiert aus DeMarco, *New Perspectives*, 86.

Wie unterscheidet sich die Anwendung von NFP von der Empfängnisverhütung, wenn es darum geht einen größeren Abstand zwischen Geburten einzuhalten?

Nehmen wir an, ein Ehepaar verwendet Verhütungsmittel aus demselben Grund wie ein anderes Paar, das die NFP praktiziert. Beide Paare haben bereits Kinder und hoffen, weitere zu bekommen. Aber aus guten Gründen müssen sie die nächste Geburt um ein paar Jahre hinausschieben. Beide Paare haben die gleiche Absicht. Die gute Absicht eines Paares reicht jedoch nicht aus, um die Moral ihres Handelns zu bestimmen.

Zum Vergleich: Wenn zwei Frauen Übergewicht vermeiden wollten, würde eine von ihnen eine Diät machen und die andere sich mit Fressanfällen und Erbrechen (Bulimie) behandeln. Beide mögen vielleicht schlank bleiben, aber die eine übt die Tugend der Mäßigung, während die andere die ungesunde Praxis der Völlerei in Verbindung mit der körperlich schädlichen Praxis des herbeigeführten Erbrechens ausübte.⁴¹

In ähnlicher Weise lehnt die Kirche die Empfängnisverhütung nicht deshalb ab, weil ein Paar zwangsläufig schlechte Absichten hat, sondern weil die *Mittel*, die sie zur Erreichung ihres Ziels einsetzen, unmoralisch sind. Verheirateten Paaren steht es frei, an jedem beliebigen Tag Geschlechtsverkehr zu haben (oder zu vereinbaren, darauf zu verzichten), unabhängig von der Fruchtbarkeit der Frau. Aber wenn sie sich zu einem Fleisch verbinden, dürfen sie nicht Gottes Pläne

⁴¹ Vgl. Couple to Couple League, „What’s Wrong with Contraception?“, Smith, *Contraception*.

durchkreuzen. Es ist Gott allein, der die Macht hat, eine unsterbliche Seele als Ergebnis des ehelichen Aktes zu schaffen, und zu verhüten bedeutet, dass Gottes Gegenwart nicht erwünscht ist. Anstatt Gott als „Herrn und Spender des Lebens“ zu ehren, wird durch die Empfängnisverhütung seine Rolle im ehelichen Akt eliminiert. Es ist also klar, dass ein Paar, das aus einem gerechten Grund auf Sex verzichtet, nicht mit einem Paar verglichen werden kann, das seinen Liebesakt sterilisiert, um den Genuss des sexuellen Aktes für sich allein zu haben.

Die Kirche ist nicht gegen die Empfängnisverhütung, weil sie künstlich ist. Schließlich erlaubt die Kirche die Verwendung zahlloser künstlicher Medikamente und anderer technischer Errungenschaften. Diese sollen jedoch dazu dienen, Dysfunktionen zu heilen und das ordnungsgemäße Funktionieren des Körpers zu fördern, wie Gott es vorgesehen hat. Empfängnisverhütung bewirkt das Gegenteil: Sie verhindert das ordnungsgemäße und gesunde Funktionieren eines Körpersystems (des Fortpflanzungssystems), indem sie einen dysfunktionalen Zustand (Sterilität) herbeiführt oder simuliert.

Daher gibt es einen großen moralischen Unterschied zwischen NFP und Empfängnisverhütung. Empfängnisverhütung unterbricht, sterilisiert und wirkt dem ehelichen Akt, wie Gott ihn vorgesehen hat, absichtlich *entgegen*, während NFP dies nicht tut. Paare, die NFP praktizieren, respektieren Gottes Plan für den Sex, einschließlich der Fruchtbarkeit der Frau, und arbeiten *mit* diesem Plan, um eine Empfängnis hinauszuschieben.

Ein Ehemann merkte an, dass es legitime Gründe gibt, die Schwangerschaft zu vertagen, „aber Gott hat sich bereits darum gekümmert. Er hat seine Absichten so tief in uns eingegraben, dass der Körper einer Frau nicht ständig Früchte trägt, sondern auch Jahreszeiten hat. ... er sorgt nicht nur dafür, dass Babys zur Welt kommen, sondern auch dafür, dass sie in Abständen geboren werden. Es besteht keine Notwendigkeit, den Plan zu durchkreuzen und die Fruchtbarkeit während einer natürlich fruchtbaren Zeit künstlich zu blockieren. Man muss nur ein paar Tage abwarten. Wenn das für uns zu schwierig ist, stimmt etwas nicht.“⁴²

Wenn du der Meinung bist, dass es keinen moralischen Unterschied zwischen den beiden Methoden gibt, warum dann nicht NFP praktizieren? Sofort magst du darauf hinweisen, dass die Empfängnisverhütung einfacher zu handhaben und bequemer ist. In der Tat ist die NFP anspruchsvoller. Sie erfordert Disziplin, Geduld, Opferbereitschaft und Hingabe an den Willen Gottes. Aber da sich die NFP in der *Art und Weise*, wie die Geburten zeitlich auseinander gehalten werden, so sehr von der Empfängnisverhütung unterscheidet, sollte man erkennen, dass es auch einen großen *moralischen* Unterschied zwischen den beiden gibt.⁴³

Ein weiterer moralischer Unterschied zwischen Empfängnisverhütung und NFP ist die Tatsache, dass einige Verhütungsmethoden zu Frühabtreibungen führen

⁴² J. Budziszewski, in Sam and Bethany Torode, *Open Embrace* (Grand Rapids, Mich.: Eerdmans, 2002), xvi.

⁴³ Vgl. Janet E. Smith, *Contraception: Why Not?* (Dayton, Ohio: One More Soul, 1999).

können. Zum Beispiel: Die Spirale,⁴⁴ das Pflaster,⁴⁵ das Implanon,⁴⁶ der NuvaRing,⁴⁷ Depo-Provera,⁴⁸ die „Pille danach“⁴⁹ und die Antibabypille⁵⁰ wirken manchmal so, dass sie die Einnistung eines neu empfangenen Kindes in die Gebärmutter verhindern. Dies führt zu einem Schwangerschaftsabbruch im ersten Trimester – ohne dass die Mutter es überhaupt merkt.

Leider sind sich nicht alle Ärzte darüber im Klaren, dass diese Medikamente abtreibend wirken können. Dr. Walter Larimore gab zu, dass er die Pille fast zwanzig Jahre lang verschrieben – und in seiner eigenen Ehe verwendet –

⁴⁴ Vgl. ParaGard Patient Package Information, Duramed Pharmaceuticals, Inc. (Mai 2006); J.B. Stanford and R.T. Mikolajczyk, „Mechanisms of Action of Intrauterine Devices: Update and Estimation of Postfertilization Effects,“ *American Journal of Obstetrics and Gynecology* 187:6 (Dezember 2002): 1699-1708; Y.C. Smart, et al., „Early Pregnancy Factor as a Monitor for Fertilization in Women Wearing Intrauterine Devices,“ *Fertility and Sterility* 37:2 (Februar 1982): 201-204.

⁴⁵ Vgl. *Physicians' Desk Reference*, (Montvale, N.J.: Thomson, 2006), 2402. ⁴⁶ Vgl. Implanon Patient Insert, Organon USA, Inc., (Juli 2006), 1.

⁴⁷ Vgl. Implanon Patient Insert, Organon USA, Inc., (Juli 2006), 1.

⁴⁸ Vgl. NuvaRing Physician's Insert, Organon USA Inc. (2005).

⁴⁹ Vgl. *Physicians' Desk Reference*, (Montvale, N.J.: Thomson, 2006): 2620.

⁵⁰ Vgl. *Physicians' Desk Reference*, (Montvale, N.J.: Thomson, 2006): 1068; Chris Kahlenborn, et al., „Postfertilization Effect of Hormonal Emergency Contraception,“ *The Annals of Pharmacotherapy* 36 (März 2002): 465-470; Department of Health and Human Services, *Federal Register* Notice 62:37 (25. Februar 1997): 8611.

⁵¹ Vgl. Larimore, et al., „Postfertilization Effects of Oral Contraceptives and Their Relationship to Informed Consent,“ *Archives of Family Medicine* 9 (2000): 126-133; *Physicians' Desk Reference*, (Montvale, N.J.: Thomson, 2006): 2414.

hatte, bevor ihn jemand darüber informierte, dass sie eine solche Wirkung haben könnte. Als ein anderer Arzt ihn darauf hinwies, sagte er, dass er noch nie von so etwas gehört habe und dass die Behauptungen „haarsträubend, übertrieben und unzutreffend“ seien.⁵¹

Also begann er, die medizinische Literatur zu durchforsten, „um diese Behauptungen gegenüber meiner Partnerin, mir selbst und allen Patienten, die danach fragen könnten, zu widerlegen“. Was er jedoch entdeckte, bewog ihn dazu, die Pille in seinem medizinischen und persönlichen Leben nicht mehr zu verwenden. Auf seiner Suche nach Informationen stellte er fest, wie viele Ärzte (und Patientinnen) das abtreibende Potenzial der Pille nicht kannten. Es war eine demütigende Erkenntnis, wenn man bedenkt, dass seit den 1970er Jahren in den Beipackzetteln von Antibabypillen erklärt wird, wie das Medikament die Wahrscheinlichkeit einer Einnistung verringert.⁵² Nachdem er seine Kollegen informiert hatte, bemerkte Dr. Larimore, dass „einige sagten, sie dächten, dass dies die Art und Weise ändern würde, wie Hausärzte ihre Patienten über die Pille und ihre möglichen Auswirkungen informieren würden“.⁵³

Und schließlich haben Verhütungsmittel auch eine Reihe von Nebenwirkungen, die bei NFP nicht auftreten. Jede Verhütungsmethode birgt ein gewisses Risiko für schädliche Nebenwirkungen, von denen viele in unserer

⁵¹ Walter Larimore and Joseph Stanford, „Postfertilization Effects of Oral Contraceptives and Their Relationship to Informed Consent,“ *Archives of Family Medicine* 9 (Februar 2000): 133.

⁵² Vgl. *Federal Register* 41:236 (7. Dezember 1976): 53,634.

⁵³ Walter Larimore and Joseph Stanford, „Postfertilization Effects of Oral Contraceptives and Their Relationship to Informed Consent,“ *Archives of Family Medicine* 9 (Februar 2000): 133.

Verhütungskultur heruntergespielt werden. Ein Beispiel ist der Zusammenhang zwischen der Pille und Brustkrebs. Einige Risiken sind häufiger als andere, aber Männer und Frauen müssen über alle möglichen Folgen genau informiert werden.

Unser Arzt hat uns gesagt, dass Geburtenkontrolle sicher ist. Warum sollten wir etwas anderes denken?

Beschäftige dich mit den folgenden möglichen Nebenwirkungen von Verhütungsmitteln und frage dich dann, ob du diese Methoden als „sicher“ ansehen würdest:

Antibabypille

- Laut der Zeitschrift der Mayo-Klinik haben 21 von 23 Studien mit Frauen, die die Pille vor der Geburt ihres ersten Kindes eingenommen haben, gezeigt, dass diese Frauen ein erhöhtes Risiko haben, an Brustkrebs zu erkranken.⁵⁴ Der Zusammenhang mit Brustkrebs wurde auch von den Unternehmen, die Antibabypillen herstellen, und der Weltgesundheitsorganisation anerkannt.⁵⁵

⁵⁴ Vgl. Chris Kahlenborn, et al., „Oral Contraceptive Use as a Risk Factor for Premenopausal Breast Cancer: A Meta-analysis,“ *Mayo Clinic Proceedings* 81:10 (Oktober 2006): 1290-1302.

⁵⁵ Vgl. *Physicians' Desk Reference*, (Montvale, N.J.: Thomson, 2006) 2415; World Health Organization, „IARC Monographs Programme Finds Combined Estrogen-Progestogen Contraceptives and Menopausal Therapy are Carcinogenic to Humans,“ International Agency for Research on Cancer, Press Release 167 (29. Juli 2005).

- Die Pille erhöht auch das Risiko einer Frau für Gebärmutterhalskrebs,⁵⁶ Leberkrebs,⁵⁷ und potenziell tödliche Blutgerinnsel.⁵⁸
- Eine häufige Beschwerde von Pillenanwenderinnen ist eine Abnahme des Sexualtriebs. Dies liegt zum Teil daran, dass die Pille den SHBG-Spiegel (Sexualhormon-bindendes Globulin) der Frau erhöht,⁵⁹ wodurch die im Körper verfügbare Testosteronmenge sinkt. Man hatte angenommen, dass diese unerwünschte Nebenwirkung reversibel sei. Eine im *Journal of Sexual Medicine* veröffentlichte Studie zeigte

⁵⁶ Vgl. Smith, et al., „Cervical Cancer and Use of Hormonal Contraceptives: A Systematic Review,“ *Lancet* 361 (2003): 1159-1167.

⁵⁷ Vgl. World Health Organization, „IARC Monographs Programme Finds Combined Estrogen-Progestogen Contraceptives and Menopausal Therapy are Carcinogenic to Humans,“ International Agency for Research on Cancer, Press Release 167 (29. Juli 2005); La Vecchia, „Oral contraceptives and cancer,“ *Minerva Ginecologica* 58:3 (Juni 2006): 209-214.

⁵⁸ Vgl. *Physicians' Desk Reference*, 2415; Kemmeren, et al., „Third Generation Oral Contraceptives and Risk of Venous Thrombosis: Meta Analysis,“ *British Medical Journal* 323 (Juli 2001): 131-134; Parkin, et al., „Oral Contraceptives and Fatal Pulmonary Embolism,“ *The Lancet* 355:9221 (Juni 2000): 2133–2134; Hedenmalm, et al., „Fatal Venous Thromboembolism Associated with Different Combined Oral Contraceptives,“ *Drug Safety* 28:10 (2005): 907-916; Samuelsson, et al., „Mortality from Venous Thromboembolism in Young Swedish Women and its Relation to Pregnancy and Use of Oral Contraceptives,“ *European Journal of Epidemiology* 20:6 (2005): 509-516.

⁵⁹ Vgl. *Physicians' Desk Reference*, (Montvale, N.J.: Thomson, 2006), 2414; Julia Warnock, et al., „Comparison of Androgens in Women with Hypoactive Sexual Desire Disorder: Those on Combined Oral Contraceptives (COCs) vs. Those not on COCs,“ *The Journal of Sexual Medicine* 3:5 (September 2006): 878-882.

jedoch, dass der SHBG-Spiegel bei Frauen ein Jahr nach Absetzen der Pille immer noch doppelt so hoch war.⁶⁰ In einem Artikel mit dem Titel „Kann die Einnahme der Pille das Verlangen einer Frau für immer dämpfen?“ befürchteten dieselben Wissenschaftler: „Es besteht die Möglichkeit, dass sie eine Frau für den Rest ihres Lebens prägt“.⁶¹

Kondom

- Wissenschaftler der State University of New York fanden heraus, dass Frauen, deren Partner keine Kondome benutzen, seltener depressiv sind. Der Grund dafür ist, dass mehrere stimmungsverändernde Hormone des Mannes, darunter Testosteron, in den Körper der Frau aufgenommen werden und innerhalb weniger Stunden nach dem Geschlechtsverkehr in ihrem Blutkreislauf nachgewiesen werden können.⁶²
- Laut *The Journal of the American Medical Association* ist die Wahrscheinlichkeit, dass Frauen, die mit Barrieremethoden verhüten, während der Geburt eine Präeklampsie (Schwangerschaftsvergiftung) erleiden, mehr als

⁶⁰ Vgl. Panzer, et al., „Impact of Oral Contraceptives on Sex Hormone-Binding Globulin and Androgen Levels: A Retrospective Study in Women with Sexual Dysfunction,“ *Journal of Sexual Medicine* 3:1 (Januar 2006): 104-113.

⁶¹ „Can Taking the Pill Dull a Woman's Desire Forever?“ *New Scientist* (27. Mai 2005), 17.

⁶² Vgl. G.G. Gallup Jr., et al., „Does Semen Have Antidepressant Properties?“ *Archives of Sexual Behavior* 31:3 (Juni 2002): 289-93; „Hormones in Semen Shown to Make Women Feel Good,“ *Reuters* (16. Juni 2002).

doppelt so hoch.⁶³ Der Grund dafür ist folgender: Während des Geschlechtsverkehrs entwickelt das Immunsystem der Frau eine Toleranz gegenüber dem Sperma und der Samenflüssigkeit des Mannes.⁶⁴ Mehrere Stunden lang nach dem Geschlechtsverkehr sammeln die Immunzellen der Frau die fremden Proteine und ganzen Spermazellen des Mannes ein und transportieren sie von ihrem Gebärmutterhals zu ihren Lymphknoten, wo ihr Immunsystem lernt, seine Gene zu erkennen.⁶⁵ Entscheidet sich das Paar jedoch für eine Barrieremethode der Geburtenkontrolle über einen längeren Zeitraum, bevor es Kinder bekommt, so ist die Gebärmutter nicht an die Spermien gewöhnt, und das Immunsystem der Frau kann sie als Fremdkörper behandeln. Dies kann das empfindliche Gleichgewicht der Hormone stören und dazu führen, dass sich die Blutgefäße der Frau verengen, was zu einem erhöhten Blutdruck bei der werdenden Mutter führt.⁶⁶ Dieser Zustand ist

⁶³ Vgl. H.S. Klonoff-Cohen, et al., „An Epidemiologic Study of Contraception and Preeclampsia,“ *The Journal of the American Medical Association* 262:22 (8. Dezember 1989): 3143-3147.

⁶⁴ Vgl. S.A. Robertson, et al., „Transforming Growth Factor Beta – A Mediator of Immune Deviation in Seminal Plasma,“ *Journal of Reproductive Immunology* 57:1-2 (Oktober/November 2002): 109-128.

⁶⁵ Vgl. Douglas Fox, „Gentle Persuasion,“ *New Scientist* (9 February 2002); Douglas Fox, „Why Sex, Really?“ *U.S. News and World Report* (21. Oktober 2002): 60-62.

⁶⁶ Vgl. S.A. Robertson, et al., „The Role of Semen in Induction of Maternal Immune Tolerance to Pregnancy,“ *Seminars in Immunology* 13 (2001): 243; John B Wilks, *A Consumer's Guide to the Pill and*

die dritthäufigste Ursache für den Tod von Frauen während der Geburt.⁶⁷ Das Sperma des Mannes hat jedoch eine schützende Wirkung gegen Präeklampsie, da das Immunsystem der Frau sein Baby eher erkennt. In gewissem Sinne haben Paare, die ein Kondom benutzen, also *ungeschützten* Geschlechtsverkehr, weil der Mann den Körper der Frau nicht durch die positiven Wirkungen seines Samens schützt.⁶⁸

Depo-Provera (Die Spritze)

- Frauen haben die Hersteller der Spritze auf 700 Millionen Dollar verklagt.⁶⁹ Ein Grund dafür ist,

Other Drugs 2nd ed. (Stafford, Virginia: American Life League, Inc., 1997), 136.

⁶⁷ Vgl. A. Hirozawa, „Preeclampsia and Eclampsia, While Often Preventable, Are Among Top Causes of Pregnancy-Related Deaths,“ *Family Planning Perspectives* 33:4 (Juli/August 2001): 182; Andrea Mackay, et al., „Pregnancy-Related Mortality From Preeclampsia and Eclampsia,“ *Obstetrics & Gynecology* 97 (2001): 533-538.

⁶⁸ Vgl. S.A. Robertson, et al., „Seminal ‚Priming‘ for Protection from Pre-Eclampsia-A Unifying Hypothesis,“ *Journal of Reproductive Immunology* 59:2 (August 2003): 253-265; G.R. Verwoerd, et al., „Primipaternity and Duration of Exposure to Sperm Antigens as Risk Factors for Pre-eclampsia,“ *International Journal of Gynaecology and Obstetrics* 78:2 (August 2002): 121-126; J. I. Einarsson, et al., „Sperm Exposure and Development of Preeclampsia,“ *American Journal of Obstetrics and Gynecology* 188:5 (Mai 2003): 1241-1243; M. Hernandez-Valencia, et al., „[Barrier Family Planning Methods as Risk Factors Which Predisposes to Preeclampsia],“ *Ginecologia y Obstetrica de Mexico* 68 (August 2000): 333-338; Dekker, et al., „Immune Maladaptation in the Etiology of Preeclampsia: A Review of Corroborative Epidemiologic Studies,“ *Obstetrical and Gynecological Survey* 53:6 (Juni 1998): 377-382.

⁶⁹ CTV.ca News, „Class Action Suit Filed Over Birth Control Drug,“ (19. Dezember 2005).

dass die Spritze die Knochen einer Frau ausdünn⁷⁰. Nach jahrelanger Verabreichung von Verhütungsspritzen könnte eine junge Frau die Knochen einer 50- bis 60-Jährigen haben. Aus diesem Grund hat die FDA (Food and Drug Administration – US-Behörde für Lebens- und Arzneimittel) die Spritze mit einer „Black Box Warning“ versehen, der schwerwiegendsten Warnung, die einem verschreibungspflichtigen Medikament beigelegt werden kann.⁷¹

- Nach Angaben des Unternehmens, das die Verhütungsspritze herstellt, haben Kinder von Frauen, die Depo-Provera nehmen, mit größerer Wahrscheinlichkeit schwimmhäutige Zehen und Finger sowie Chromosomenanomalien. Bei Jungen ist die Wahrscheinlichkeit doppelt so hoch, dass sie Missbildungen im Genitalbereich haben, und bei Mädchen ist die Wahrscheinlichkeit größer, dass die Chemikalien des Medikaments eine Vermännlichung bewirken, die zu Anomalien im Genitalbereich führt.⁷²
- Wegen der Verbindung zu Brustkrebs haben Tierärzte aufgehört, Depo-Provera für Hunde zu

⁷⁰ Vgl. U.S. Food and Drug Administration, „Black Box Warning Added Concerning Long-Term Use of Depo-Provera Contraceptive Injection,“ FDA Talk Paper (17. November 2004).

⁷¹ Vgl. U.S. Food and Drug Administration, „Black Box Warning Added Concerning Long-Term Use of Depo-Provera Contraceptive Injection,“ FDA Talk Paper (17. November 2004).

⁷² Vgl. Physician Information, Depo-Provera CI, Pharmacia & Upjohn Company (November 2004); Patient Labeling, Pharmacia & Upjohn Company, Oktober 2004.

verschreiben.⁷³ Frauen wird es jedoch immer noch verabreicht, und Kinderschändern wird es oft als Strafe gespritzt, um ihren Sexualtrieb zu töten!⁷⁴

Ortho Evra (Das Pflaster)

- Die Associated Press berichtete 2005, dass sie bei der FDA eine Datenbank mit 16.000 verschiedenen Berichten über unerwünschte Reaktionen auf das Pflaster angefordert hat. Unter den Berichten waren 23 Todesfälle im Zusammenhang mit dem Pflaster, 17 davon im Zusammenhang mit Blutgerinnseln.⁷⁵
- Aufgrund der zahlreichen Nebenwirkungen des Verhütungspflasters⁷⁶ sehen sich die Hersteller des Produkts mit Klagen im Zusammenhang mit Todesfällen und anderen gesundheitlichen

⁷³ Vgl. „The Case Against Depo-Provera: Problems in the U.S.,” *Multinational Monitor* 6:2-3 (Februar/März 1985); DepoProvera, Patient Labeling, Pharmacia & Upjohn Company (Oktober 2004).

⁷⁴ Vgl. T.A. Kiersch, „Treatment of Sex Offenders with DepoProvera,” *The Bulletin of the American Academy of Psychiatry and the Law* 18:2 (1990): 179-187; Assembly Bill 3339, „An act to repeal and add Section 645 of the Penal Code, relating to crimes,” California State Senate, Amended 20. August 1996; 2005; California Penal Code, 645.

⁷⁵ Vgl. Associated Press, „Birth Control Patch Linked to Higher Fatality Rate,” MSNBC (17. Juli 2005).

⁷⁶ Vgl. U.S Food and Drug Administration, „Ortho Evra (norgestromin/ethinyl estradiol) Information,” Department of Health and Human Services (20. September 2006).

Schäden von Tausenden von Frauen konfrontiert.⁷⁷

Sterilisation

- Bei Männern, die sich einer Vasektomie unterziehen, ist das Risiko, Nierensteine zu entwickeln, zweieinhalb Mal so hoch.⁷⁸
- Nach einer Vasektomie produzieren die Hoden eines Mannes weiterhin jeden Tag Millionen von Spermien. Da die Samenleiter jedoch durchtrennt oder blockiert wurden, können die Spermien nicht auf natürlichem Weg freigesetzt werden. Wenn die Samenleiter verstopft sind, führt der Druck der aufgestauten Spermien häufig zu einem Aufplatzen des Nebenhodens, was sehr schmerzhaft sein kann. Unweigerlich gelangen die Samenzellen in den Blutkreislauf, wo Antikörper gebildet werden, die sie zerstören.
- Sterilisationsoperationen sind für Frauen wesentlich risikoreicher als für Männer, da der Eingriff invasiver ist. Es überrascht nicht, dass die Wahrscheinlichkeit, dass eine Frau sich sterilisieren lässt, umso geringer ist, je besser sie aufgeklärt ist.⁷⁹

⁷⁷ Vgl. Johnson & Johnson, SEC Filing, Annual Report for Period Ending 12/31/07; Associated Press, „Birth control patch linked to higher fatality rate,“ 20. Juli 2005.

⁷⁸ Vgl. R.A. Kronmal, et al., „Vasectomy and Urolithiasis,“ *The Lancet* 331 (1988): 22-23.

⁷⁹ Vgl. William Mosher, et al., „Use of Contraception and Use of Family Planning Services in the United States: 1982-2002,“ *Advance Data From Vital and Health Statistics* 350, Centers for Disease Control (10. Dezember 2004): 10.

- Männer und Frauen, die sich einer Sterilisation unterziehen, leiden oft unter den Schuldgefühlen und dem Bedauern darüber, ihren Körper verstümmelt zu haben. Sie erleben oft eine geringere Zufriedenheit in der Ehe.

Weitere Informationen über diese – und andere – Formen der Empfängnisverhütung findest du unter www.chastity.com.

Wenn wir uns für NFP entscheiden, woher wissen wir dann, ob unsere Gründe, eine Schwangerschaft zu vermeiden, aus Sicht der Kirche gültig sind?

Da die NFP die Geburten so wirksam reguliert, ist es möglich, dass Paare, die die NFP anwenden, eine „Verhütungsmentalität“ entwickeln und sich dem Geschenk des Lebens verschließen. Daher muss die NFP verantwortungsbewusst praktiziert und nur dann zur Geburtenregelung eingesetzt werden, wenn es einen gerechten Grund dafür gibt.

Die Größe einer jeden Familie ist etwas, das nur von den Eheleuten selbst bestimmt werden kann. Daher können weder die Kirche noch der Staat die Zahl der Kinder begrenzen oder vorschreiben. Die Kirche ermutigt die Paare allerdings, einen gerechten Grund für größere Abstände zwischen den Geburten, bzw. für die Begrenzung der Geburtenzahl zu haben und sich zu vergewissern, dass ihre Entscheidung „nicht auf Egoismus beruht, sondern der angebrachten Großmut einer

verantwortlichen Elternschaft entspricht“.⁸⁰ Bei der Planung einer Familie sollte ein Paar die Interessen seiner Familie, der Gesellschaft als Ganzes und der Kirche berücksichtigen. Dabei ist zu bedenken, dass diese Interessen nicht nur materielle, sondern auch spirituelle Bedürfnisse umfassen. Papst Johannes Paul II. sagt:

„Die Entscheidung über die Zahl der Kinder und die dafür zu erbringenden Opfer darf nicht nur unter dem Gesichtspunkt der Bequemlichkeit und der Erhaltung bzw. Sicherstellung einer friedlichen Existenz getroffen werden. Wenn die Eltern vor Gott über diese Dinge nachdenken, mit den Gnaden, die sie aus dem Sakrament schöpfen, und geleitet von der Lehre der Kirche – dann werden sie sich daran erinnern, dass es sicherlich weniger schwerwiegend ist, ihren Kindern bestimmte Annehmlichkeiten oder materielle Vorteile vorzuenthalten, als ihnen die Anwesenheit von Geschwistern zu versagen, die ihnen helfen könnten, in der Menschlichkeit zu wachsen und die Schönheit des Lebens in jedem Alter und in all seiner Vielfalt zu erkennen“.⁸¹

Wie der Heilige Vater andeutete, ist das Geschenk von Geschwistern unersetzlich. Als ich auf einem örtlichen Spielplatz war, sah die Mutter eines vierjährigen Einzelkindes, dass ich zwei Söhne unter vier Jahren hatte, und fragte: „Wie machen Sie das? Wir haben nur ein kleines Mädchen, und ich bin völlig erschöpft.“ Während meine Jungs sich gegenseitig in unzähligen Runden um die Rutsche jagten, dachte ich darüber nach: „Vielleicht bist

⁸⁰ KKK 2368.

⁸¹ Johannes Paul II., Homilie an der Washington Mall, 7. Oktober 1979, zitiert aus John F. Kippley, *Marriage Is for Keeps* (Cincinnati, Ohio: Foundation for the Family, 1994), 73.

du so müde, weil du den ganzen Tag lang Mutter sein und gleichzeitig die Rolle einer zweijährigen Schwester spielen musst.“

Leider ist die moderne Kultur von einer empfängnisverhütenden Mentalität durchdrungen, die Kinder als Abzüge statt als Bereicherung betrachtet. Als ich vor nicht allzu langer Zeit jemandem mitteilte, dass meine Frau und ich ein Mädchen erwarten, meinte sie: „Das ist gut. Ihr hattet die Jungs, und jetzt habt ihr euer Mädchen.“ Ich war versucht zu sagen: „Ja, jetzt habe ich die ganze Serie, also kann ich aufhören zu sammeln.“ Dadurch habe ich mich gefragt, wie viele Menschen Kinder nur um ihrer selbst willen bekommen.

Bei einer anderen Gelegenheit erzählte ich einem Bekannten, dass meine Frau und ich unser drittes Kind erwarteten. Mit weit aufgerissenen Augen bemerkte er: „Drei? Ihr seid also fertig, stimmt's?“ Hätte ich ihm gesagt, dass wir ein drittes Auto oder ein dreistöckiges Haus kaufen würden, hätte er nicht mit der Wimper gezuckt. Aber drei Kinder? Das ist geradezu zügellos und unverantwortlich! Oder doch nicht? Vorausgesetzt, meine Frau und ich sind in der Lage, für sie zu sorgen – und vorausgesetzt, wir kommen für uns selbst zu der Erkenntnis bei klarem Verstand zu sein –, gibt es kein größeres Geschenk, das wir ihnen machen könnten, als das Geschenk des Lebens. Im Gegenzug retten sie uns vor uns selbst, schenken uns unvorstellbare Freude und lehren uns zu lieben.

Wenn ein Ehepaar älter wird, hört man es nie klagen, dass es zu viele Kinder hatte. Könntest du dir vorstellen, dass eine Mutter oder ein Vater sagt: „Ja, wir hätten wahrscheinlich bei zwei aufhören sollen. Die Kinder drei

bis fünf haben unsere Lebensqualität wirklich beeinträchtigt“? Wenn überhaupt, dann bedauern Paare oft, dass sie zu wenige Kinder bekommen haben.

Ich habe einmal von einer Mutter in den Vierzigern gelesen, die eine kleine Familie großzog. Sie saß mit ihren Kindern am Esstisch und dachte sich, dass jemand fehlte. Hätte sie in ihrer Jugend gewusst, wie unbezahlbar jedes einzelne Leben ist, wäre sie vielleicht bereit gewesen, noch ein paar Jahre schlafloser Nächte zu opfern, nur um ein weiteres Kind zu bekommen.

Warum ist es falsch Kontrolle über meinen eigenen Körper haben zu wollen?

Die Kirche erkennt unser Recht an, Kontrolle über unseren Körper zu haben. Denn nur wenn man die Kontrolle über seinen Körper hat, ist man in der Lage, sich selbst zu verschenken.

Leider möchte die Verhütungsindustrie ihren Kunden weismachen, dass Verhütung ihnen die Kontrolle über ihren Körper und ihre Beziehungen und die Freiheit in ihrem Sexualleben gewährt. Aber Verhütung kann nicht „freier“ sein als Kastration. Freiheit kann nur durch Selbstbeherrschung erlangt werden.

Empfängnisverhütung kann Frauen niemals frei machen. Eine Schwangerschaft wie eine Krankheit zu behandeln, impliziert, dass etwas an der Art und Weise, wie Frauen geschaffen sind, also an ihrem Wesen defekt ist – dass die Fruchtbarkeit einer Frau eine Last ist. Das ist keine sehr befreiende Erfahrung für eine Frau. Die NFP ist eine wunderbare Alternative, weil sie den Körper der Frau nicht

so behandelt, als müsse er mit Medikamenten gebändigt oder hinter Latexbarrieren abgeschirmt werden. Sie lädt den Mann dazu ein, die Fruchtbarkeit der Frau mit Ehrfurcht statt mit Geringschätzung oder gar Verachtung zu behandeln.

Das ist wahre sexuelle Befreiung.

In den Worten von Christopher West: „Wenn das wirkliche Problem hinter der Unterdrückung der Frauen darin besteht, dass die Männer sie nicht angemessen als Personen behandeln, dann ist die Empfängnisverhütung ein sicherer Weg, die Frauen in Ketten zu halten“.⁸² Die ersten Feministinnen lehnten die Empfängnisverhütung aus genau diesem Grund ab, und einige moderne Feministinnen sind sich immer noch bewusst, dass die Empfängnisverhütung der Feind der Frauenbefreiung ist.⁸³

Fairerweise muss man sagen, dass sich nicht jede Frau, die verhütet, von ihrem Mann benutzt fühlt, und auch Paare, die NFP anwenden, können mit Egoismus zu kämpfen haben. Dennoch kann nur das Paar wirklich frei sein, das die Tugend der Keuschheit lebt, d. h. den Sex nach dem Plan Gottes lebt. Nur Tugendhaftigkeit befreit dich von wichtigen Fragen wie diesen: „Schade ich meinem Körper (oder dem meines Ehepartners)?“ „Beleidigen wir Gott?“

Befreit von diesen Zwängen und mit einem ruhigen Gewissen lebend, ist ein Paar frei, Gott in seinen Körpern zu verherrlichen und die Freude zu erleben, Gottes Liebe

⁸² West, *Good News*, 122.

⁸³ Vgl. Donald DeMarco „Contraception and the Trivialization of Sex.“ (www.cuf.org).

jedes Mal gegenwärtig zu machen, wenn sie ihre Vereinigung zu einem Fleisch ausdrücken.

Wenn du dich nach Freiheit sehnst, kann nur ein Leben in Tugend dich erfüllen. Gott hat uns die Freiheit geschenkt, damit wir sie um der Liebe willen nutzen und nicht, um den Forderungen der Liebe zu entkommen. Um es mit den Worten von Papst Johannes Paul II. zu sagen: „Wenn man dem Menschen einmal die Wahrheit genommen hat, ist die Behauptung, ihn befreien zu wollen, reine Illusion. Wahrheit und Freiheit verbinden sich entweder miteinander oder sie gehen gemeinsam elend zugrunde.“⁸⁴

Zu glauben, dass man frei wird, wenn man gegen Gottes Gesetze verstößt, ist so, als ob man denkt, dass ein Autofahrer am freiesten wird, wenn er die Leitplanke über- und eine Klippe hinunterfährt. Eine solche illusorische Freiheit beraubt uns dessen, Gottes Bestes in unserem Leben zu haben. Nur wenn wir unseren Willen der Wahrheit über die Liebe unterordnen, werden wir frei sein.

Was lehrt die Kirche über Praktiken zur Förderung der Fruchtbarkeit, wie bspw. die *In-vitro*-Fertilisation oder die künstliche Befruchtung?

Die Medizintechnik ist dazu da, das richtige Funktionieren unseres Körpers zu fördern. Da Unfruchtbarkeit eine Funktionsstörung des Fortpflanzungssystems ist, kann der Einsatz von Medikamenten und sogar chirurgischen Eingriffen zur Förderung einer gesunden Funktion des Fortpflanzungssystems moralisch akzeptabel sein.

⁸⁴ *Fides et Ratio*, 90.

Allerdings müssen diese Maßnahmen verantwortungsvoll eingesetzt werden. So kann beispielsweise der Einsatz von Fruchtbarkeitsmedikamenten zwar zulässig sein, doch muss ein Paar alle möglichen Folgen berücksichtigen. Wenn mehr als eine Eizelle befruchtet wird, ist es zulässig, sie alle auszutragen – befruchtete Eizellen durch „selektive Reduktion“ (ein anderes Wort für „Abtreibung“) zu zerstören, ist nicht zulässig.

Obwohl manche Menschen erwarten, dass sich die Fruchtbarkeit wie ein Lichtschalter ein- und ausschalten lässt, hat niemand außer Gott die absolute Kontrolle über das Geschenk des Lebens. Wenn Paare dies aus den Augen verlieren, nehmen sie die Dinge manchmal selbst in die Hand und beginnen, Kinder als ein *Recht* zu betrachten. Was dann folgt, ist oft ein ungezügelter Versuch, Leben in die Welt zu bringen, sogar auf Kosten ihrer ungeborenen Kinder. Um ein Kind zu bekommen, werden oft viele andere weggeworfen.

In einer Ansprache an Präsident George W. Bush sagte Papst Johannes Paul II., dass „der Mensch der Herr, nicht das Produkt seiner Technologie“ sein muss.⁸⁵ Während die Kirche anerkennt, dass einige Maßnahmen zulässig sind, um das Fortpflanzungssystem zu heilen, sind medizinische Verfahren wie *In-vitro*-Fertilisation und künstliche Befruchtung nicht zulässig. Hierfür gibt es mehrere wichtige Gründe:

- *Es verletzt die Würde des Kindes und der ehelichen Vereinigung.* Bei der künstlichen Befruchtung wird das Sperma eines Mannes in die Gebärmutter injiziert oder in den Gebärmutterhals

⁸⁵ Ansprache an Präsident Bush in Castel Gondolfo, (23. Juli 2001).

der Frau platziert. Jedes Kind sollte jedoch durch einen Akt der Liebe zwischen seinen Eltern gezeugt werden und nicht durch einen Forscher, der an Zellen in einer Petrischale herumtüftelt. Wenn die Spermien von einem anderen Mann als dem Ehemann entnommen werden, verletzt dies das Recht des Kindes, von einem ihm bekannten Vater und einer ihm bekannten Mutter geboren zu werden, und es verrät das eheliche Versprechen der Eheleute, nur durch einander Vater und Mutter zu werden. (Hinzu kommt, dass in vielen Staaten keine Tests auf Geschlechtskrankheiten für Samenspenden vorgeschrieben sind, so dass HIV und andere Viren während des Vorgangs übertragen werden können).

- *Sie tötet viele ungeborene Kinder.* Bei der In-vitro Fertilisation wird in einem Labor Leben gezeugt und die befruchteten Eizellen werden in die Gebärmutter der Frau übertragen. Dieser Vorgang tötet viele ungeborene Kinder. Während des Verfahrens werden zusätzliche Embryonen befruchtet, die oft eingefroren und für einen späteren Versuch aufbewahrt, gespendet, für Experimente verwendet oder zerstört werden. In anderen Fällen kommt es vor, dass Embryonen, die mittels In-vitro-Fertilisation in die Gebärmutter eingesetzt werden, sich dort nicht einnisten. Es ist offensichtlich unmoralisch, so viele Leben zuerst zu schaffen und dann zu zerstören, in dem Versuch eines zum Leben zu bringen.
- *Sie trennt den vereinigenden vom prokreativen Aspekt der Sexualität.* Die

Reproduktionstechnologie kann den sexuellen Akt bei der Zeugung neuen Lebens unterstützen, darf ihn aber niemals ersetzen. Mit anderen Worten: So wie die Empfängnisverhütung versucht, Liebe zu machen, ohne Babys zu machen, so versuchen In-vitro-Fertilisation und künstliche Befruchtung, Babys zu machen, ohne Liebe zu machen. Beide Handlungen sind unmoralisch, denn Leben und Liebe sind untrennbar.

Wenn diese Methoden unmoralisch sind, warum lässt Gott dann die Empfängnis zu?

Gott hat uns das Geschenk der Sexualität anvertraut, und er wird uns nicht daran hindern, diese Freiheit zu missbrauchen. Wenn zum Beispiel ein uneheliches Kind gezeugt wird, ist der Akt unmoralisch, aber Gott lässt trotzdem zu, dass daraus Leben entsteht. Nur weil es zu einer Empfängnis kommt, können wir daraus nicht schließen, dass die Mittel, um dieses Ziel zu erreichen, gut waren. Tatsächlich wird von allen Möglichkeiten, Leben in die Welt zu bringen (eheliche Liebe, Unzucht, Ehebruch, Vergewaltigung, Inzest, In-vitro-Fertilisation, künstliche Befruchtung usw.) nur eine (eheliche Liebe) der Würde der menschlichen Person und Gottes Geschenk der Sexualität voll gerecht.

Viele glauben, dass In-vitro-Fertilisation und künstliche Befruchtung die einzigen Möglichkeiten sind, die einem unfruchtbaren Paar zur Verfügung stehen, um ein eigenes Kind zu bekommen. Das ist nicht der Fall, denn es gibt viele Ärzte, die sich darauf spezialisiert haben, die

Ursache der Unfruchtbarkeit zu finden und die Frau oder den Mann zu heilen, anstatt ihre Unfruchtbarkeit durch Technik zu ersetzen. Siehe zum Beispiel das Saint Paul VI Institute for the Study of Human Reproduction (Institut Hl. Papst Paul VI. für menschliche Fortpflanzung – oder für den deutschsprachigen Raum das Institut für Natürliche Empfängnisregelung⁸⁶ – beides im Anhang).

Paare, die nicht schwanger werden können, brauchen die Hoffnung, Eltern zu werden, jedoch nicht aufzugeben. Adoptionen, sowohl im Inland als auch international, sind gang und gäbe. Die Pflegeelternschaft ist eine weitere, weniger kostspielige Option, die Kindern, die dringend ein liebevolles Zuhause brauchen, Leben und Hoffnung bringt. Der *Katechismus der Katholischen Kirche* ermutigt unfruchtbare Paare, „sich mit dem Kreuz des Herrn, dem Quell aller geistigen Fruchtbarkeit, zu vereinen. Sie können ihren Großmut zum Ausdruck bringen, indem sie verlassene Kinder adoptieren.“⁸⁷

Ist es akzeptabel, Verhütungsmittel zu rein medizinischen Zwecken zu verwenden?

Hormonelle Verhütungsmittel haben andere, legitime medizinische Anwendungsbereiche, die nichts mit Verhütung zu tun haben. So wird die Pille häufig verschrieben, um Erkrankungen wie Endometriose, Eierstockzysten, unregelmäßige Zyklen und schmerzhaftes Krämpfe zu behandeln. In einigen Fällen können Frauen, die an diesen Krankheiten leiden, die Pille trotz ihrer empfängnisverhütenden Wirkung rechtmäßig anwenden,

⁸⁶ Anmerkung des Übersetzers.

⁸⁷ KKK 2379

solange die empfängnisverhütende Wirkung nicht beabsichtigt ist. Für diese Beschwerden gibt es jedoch oft alternative Heilmittel ohne die empfängnisverhütenden Wirkungen oder Nebenwirkungen der hormonellen Verhütung. Wenn es ein alternatives Mittel gibt, sollte es bevorzugt werden. Das Saint Paul VI Institute for the Study of Human Reproduction hat sich auf solche Alternativen spezialisiert. Du kannst dich über die Informationen im Anhang an dieses Institut wenden. Das „NFP-Only Directory“ unter www.omsoul.com ist ebenfalls eine hilfreiche Quelle. [Im deutschsprachigen Raum empfiehlt sich die Kontaktaufnahme mit dem Institut für Natürliche Empfängnisregelung (s. Anhang).⁸⁸]

Wie geht es jetzt weiter?

Erstens: Wenn du derzeit verhütet, höre damit auf. Nimm dies mit ins Gebet, gehe zur Beichte und lege deinem Ehepartner diese Broschüre vor. Sollte er oder sie bereit sein, etwas über NFP zu lernen, besucht gemeinsam einen Kurs. Deine Pfarrei oder Diözese sollte solche Kurse für interessierte Paare anbieten, und du kannst deinen Priester fragen, wie du dich für einen Kurs anmelden kannst. Wenn aus irgendeinem Grund in deiner Gegend kein Kurs angeboten wird, ruf eine der Nummern im Verzeichnis im Anhang an.

Wenn dein Ehepartner sich weigert, mit der Empfängnisverhütung aufzuhören, dann bist du nicht moralisch für seine oder ihre Entscheidung verantwortlich. Solange du nicht etwas Unmoralisches tust, darfst du um

⁸⁸ Anmerkung des Übersetzers.

der Ehe willen weiterhin den ehelichen Akt vollziehen. Die Kirche erklärt jedoch: „Es ist notwendig, die Frage der Mitwirkung zum Bösen entsprechend zu beurteilen, wenn zu Mitteln gegriffen wird, die eine mögliche abtreibende Wirkung haben.“⁸⁹ Bete weiter für deinen Ehepartner und sprich mit ihm/ihr, damit sich sein/ihr Herz in dieser Frage ändert.

Die NFP erfordert zuweilen Opfer, aber wenn du Gott gegenüber so großzügig bist, besteht kein Zweifel, dass Er dich segnen wird: „Gebt, dann wird auch euch gegeben werden! Ein gutes, volles, gehäuftes, überfließendes Maß wird man euch in den Schoß legen; denn nach dem Maß, mit dem ihr messt, wird auch euch zugemessen werden“ (Lk 6,38). Es ist ein Opfer, aber, um es mit den Worten von Papst Johannes Paul II. auszudrücken: „Es ist gerade das Kreuz, das die Familie zur Fülle ihres Wesens und ihrer Liebe reifen lässt.“⁹⁰

Möge Gott dich mit einer glücklichen Ehe und einer heiligen Familie segnen.

⁸⁹ Für mehr Information, siehe *Vademekum für die Beichtväter*, Päpstlicher Rat für die Familie, 13:3 (12. Februar 1997).

⁹⁰ *Familiaris Consortio*, 86.

Anhang

(*Das Sternchen markiert deutschsprachige Angebote)

NFP Verzeichnis

- *Institut für Natürliche Empfängnisregelung:
www.iner.org,
Deutschland: +49 (0) 35952 - 566 63
Österreich: +43 (0) 76 72 - 233 64
Schweiz und Fürstentum Lichtenstein:
+41 (0) 71 - 855 55 03
Südtirol: +39 (0) 473 - 29 23 21
- *Perle e.V.: www.perle-ev.de
- *Fertility Care und Naprotechnology:
www.fertilitycare.de
- Billings Ovulation Method Association:
www.boma-usa.org
- Couple to Couple League: www.ccli.org
- Family of the Americas Association:
www.familyplanning.net
- Northwest Family Services: www.nwfs.org
- One More Soul: www.omsoul.com
- Saint Paul VI Institute for the Study of
Human Reproduction: www.popepaulvi.com
und www.naprotechnology.com

Ressourcen, um deine Ehe zu stärken

Bücher

- **Für immer Ja: ein Kurs in Sachen Liebe*,
Dominik Schwaderlapp.
- **Sexualität als Liebeskraft leben*, Leo Tanner,
Birgit und Corbin Gams.

- **Familiaris Consortio* (über die Aufgaben der christlichen Familie in der Welt von heute), Papst Johannes Paul II.
- **Liebe und Verantwortung*, Karol Wojtyła (Papst Johannes Paul II.).
- **Liturgie der Liebe*, Corbin Gams.
- **Natürliche Empfängnisregelung: Die sympto-thermale Methode – gesund, sicher, partnerschaftlich*, Josef Rötzer, Elisabeth Rötzer.
- **Liebe wählt aus*, Wilma Lerchen.
- *By Love Refined: Letters to a Young Bride*, Alice von Hildebrand.
- *Good News about Sex and Marriage*, Christopher West.
- *Marriage, a Path to Sanctity*, Javier Abad and Eugenio Fenoy.
- *Natural Family Planning Blessed Our Marriage: 19 True Stories*, Fletcher Doyle.

CDs

- *Contraception: Why not?* Janet Smith.
- *Pure of Heart: Breaking free from Porn*, Jason Evert.
- *Sex and the Modern Christian*, Christopher West.
- *Why NFP?* Jason Evert.

Chastity.com

Die Neue Sexuelle Revolution Ist Hier.



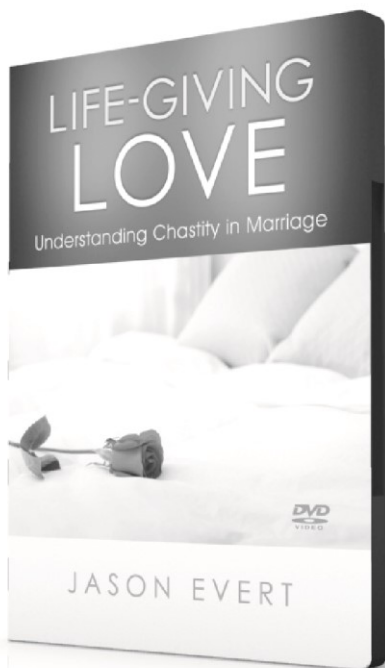
Seitensprünge, Freunde mit gewissen Vorzügen, Safe Sex und jetzt Safer Sex? Unsere Generation hat auf die harte Tour herausgefunden, dass nichts davon uns die Liebe gibt, nach der wir uns sehnen.

Eine Liebesgeschichte ohne Reue gibt es aber. Wenn du jedoch die wahre Liebe willst, musst du bereit sein, Opfer zu bringen. Nur dann wirst du erkennen, dass der Frieden und die Freude, die aus der Keuschheit erwachsen, mehr wert sind als alle Vergnügungen der Welt.

Auf den Seiten von **Chastity.com** wirst du unverblünte, ehrliche und ermutigende Gründe dafür finden, warum es sich lohnt, auf dich zu warten. Keine Angstmacherei. Keine Schuldzuweisungen. Nur die Forderungen der authentischen menschlichen Liebe.

LIES die Antworten von Hunderten von Teenagern auf ihre Fragen zum Thema Dating. | **MACHE** ein Quiz, um herauszufinden, ob es Liebe oder Begierde ist. | **SHOPPE** im Online-Shop Ressourcen, die dir helfen, stark zu bleiben. | **HÖRE** dir Crystalinas und Jasons Vortrag „Romance without Regret“ an. | **STUDIERE** eine Online-Bibliothek mit Ressourcen, die deinen Lebensstil der Reinheit unterstützen. | **VERANSTALTE** einen Vortrag über Keuschheit an deiner Schule. | **STARTE** einen Pure Love Club in deiner Gegend. | **LERNE**, wie man einen Vortrag über Keuschheit hält.

Ein großartiger Crash-Kurs in den Themen
Theologie und Biologie der menschlichen
Sexualität, bei dem du sicher etwas lernst, was
du noch nicht über Gottes Plan für eheliche
Liebe und Fortpflanzung wusstest.



Um die DVD zu bestellen,
gehe auf chastity.com.

ZUERST KOMMT DIE LIEBE, DANN KOMMT DIE EHE... UND DANN WAS?

Welche Möglichkeiten gibt es für katholische Paare
in Sachen Kinderkriegen?

In einem leicht verständlichen Frage- und
Antwortformat erklärt *Pure Intimacy* die
biologischen, geistlichen und beziehungsbezogenen
Vorteile der Natürlichen Familienplanung (NFP).

Jason Evert enthüllt darin Gottes Plan für das
Geschenk der Sexualität und hilft Paaren, stärkere
Ehen und damit stärkere Familien aufzubauen.

FINDE UNS AUF



CHASTITY.COM



JASON EVERT hat zu mehr als einer Million Menschen auf sechs
Kontinenten gesprochen und ist Bestsellerautor von mehr als
fünfzehn Büchern, darunter *Raising Pure Teens* und *Theologie des
Leibes in einer Stunde*. Er leitet das Chastity Project und dessen
Website chastity.com.