



Familie ist für mich die Gemeinschaft von Ehepaar und Kindern, in der Leben, Liebe und Vertrauen ihren besonderen Platz haben. Ehe und Familie stehen unter Gottes Segen, und sie werden auch besonders geschützt vom Grundgesetz unseres Landes. Ich freue mich, dass trotz mancher gesellschaftlicher Veränderungen und Probleme die Familie ein Lebensideal für viele Menschen ist – und dass viele dieses Ideal mit Mut und Kraft in die Tat umsetzen! Dazu will die Kirche als verlässliche Partnerin an der Seite stehen und Hilfen anbieten, wo immer dies möglich ist. Möge auch das nun neu aufgelegte »Christliche Hausbuch für die Familie« diesem Zweck dienen, ein guter Begleiter »durch das Jahr und durch das Leben« sein und so eine interessierte Leserschaft finden. Gottes Segen!

*Kardinal Karl Lehmann, Bischof von Mainz*

**Durch das  
JAHR  
durch das  
LEBEN**

**Das christliche Hausbuch  
für die Familie**

**Kösel**

## Durch das Jahr – durch das Leben

Das christliche Hausbuch für die Familie

verfasst von Hermann Garritzmann, Leopold Haerst,  
Heinrich Heming, Peter Neysters, Hubert Rüenauer,  
Karl Heinz Schmitt, Klaus Tigges

Neuausgabe 2012

durchgesehen und bearbeitet von  
Peter Neysters und Karl Heinz Schmitt

Illustrationen von  
**Mascha Greune, München**



Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100

Das für dieses Buch verwendete FSC®-zertifizierte Papier *Hello Fat Matt 1,1*  
liefert Condat, Le Lardin Saint-Lazare, Frankreich

Copyright © 2012, 1982 Kösel-Verlag, München,  
in der Verlagsgruppe Random House GmbH  
Umschlag: fuchs\_design, München, unter Verwendung  
einer Illustration von Mascha Greune  
Gestaltung und Herstellung: Armin Köhler, Vaterstetten  
Repro: Helio Repro GmbH, München  
Druck und Bindung: Mohn Media, Gütersloh  
Printed in Germany  
ISBN 978-3-466-37048-1

Weitere Informationen zu diesem Buch und unserem gesamten  
lieferbaren Programm finden Sie unter  
[www.koesel.de](http://www.koesel.de)



## Liebe Leserin, lieber Leser!

Sie haben das Buch vielleicht geschenkt bekommen oder selbst gesucht und gefunden. Sie denken vielleicht daran, in nächster Zeit zu heiraten, Sie leben in einer Partnerschaft, in einer Familie als Mutter oder Vater, mit einem oder mehreren Kindern, eigenen oder adoptierten, aus der jetzigen oder auch aus früheren Beziehungen, alleinerziehend oder mit einem Partner ...

Bunt und vielfältig sind die Bedingungen und Lebensformen von Familie und Partnerschaft. Selbst angesichts manches Scheiterns und mancher auch persönlich erlebter Schwierigkeiten bleibt die Hoffnung, dass es doch gelingen sollte: Eine glückliche Familie, eine glückliche Partnerschaft, das war und ist auch heute die Sehnsucht vieler Menschen. Aber wie kann das gehen? Ungeachtet aller Anforderungen von außen, von Kindergarten und Schule, von Gesellschaft und Beruf, von Moden und Trends – immer prägt die

Biografie der Partner entscheidend das Familienleben. Offen oder unausgesprochen entstehen Erwartungen, in bewusster oder unbewusster Erinnerung an das Leben in der eigenen Herkunftsfamilie: »Bei uns zu Hause gab es an Weihnachten immer ... Wir haben sonntags meist ... Ich durfte als Kind auch nicht ...«

Vielleicht sind Sie katholisch oder evangelisch, vielleicht gehören Sie einer anderen oder keiner Religion an. Viele Menschen suchen auch in ihrer religiösen Überzeugung Hilfe und Anregung zur Gestaltung des Familienlebens. Selten allerdings sind beide Partner noch in gleicher Intensität von einem gemeinsamen katholischen, evangelischen oder auch allgemein christlichen Glauben geprägt. Häufiger ist es nur ein Partner, der eine gewisse religiöse Bindung mitbringt. Zunehmend treffen verschiedene Religionen, etwa Christentum und Islam, aufeinander.

der. Entstehen so nicht zusätzliche Konflikte? Sollte man deshalb Religion nicht, ähnlich wie Politik, aus der Familie heraushalten? Oder kann nicht Religion gerade auch bei der Suche nach einem glücklichen oder wenigstens halbwegs gelingenden Familienleben hilfreich sein?

Wir selbst sind überzeugt: Richtig verstandene Religion kann Lebenshilfe und Lebenskraft sein. Christlich glauben heißt: Ich verlasse mich darauf, dass Gott bei uns ist und mit uns geht. In guten und in bösen Tagen. Denn sein Versprechen ist: »Ich will, dass sie das Leben haben und es in Fülle haben« (Johannes 10,10). Deshalb wollen wir hier Anregungen weitergeben, mit denen christliche Eltern bei der Gestaltung ihres Familienlebens gute Erfahrungen gemacht haben – ein »Prüfangebot« vielleicht auch für Nichtchristen.

Vor 30 Jahren, 1982, ist dieses Buch zum ersten Mal erschienen. Hunderttausenden von Familien ist es seither ein guter Begleiter gewesen. Die Zeiten ändern sich, und so haben wir das Buch immer wieder überarbeitet und die Anregungen vieler Familien aufgegriffen. Nun liegt es wieder neu durchgesehen, ergänzt und aktualisiert vor.

## Über dieses Buch

Dieses Buch möchte Hilfen zu einem Familienleben in Gottes Namen geben. Es informiert, regt zum Nachdenken an und zeigt Möglichkeiten zur Gestaltung des Alltags, der Sonn- und Feiertage des Lebens und des Jahres auf. Es ist ein Nachschlagewerk über manch Wissenswertes und Nachahmenswertes im Leben einer Familie – durch das Jahr und durch das Leben.

### Durch das Leben

Zunächst werden verschiedene Etappen des vorehelichen, ehelichen, familiären und nachfamiliären Lebens in den Blick genom-

men. Ein solcher Lebenslauf kennt viele Haltepunkte. Da gilt es innezuhalten und einander Halt zu geben. Da wissen wir: Solche Ereignisse müssen einfach gefeiert werden. Das sind die Feste im Lebenslauf des Einzelnen und der Familie. Der Begriff »Fest« macht es deutlich. Hier wollen wir etwas »fest«-machen und es deshalb auch »fest«-lich begehen. → S. 13 ff.

### Sakramente – Feiern des Glaubens

Christen feiern bestimmte Situationen im Leben auch, um sich neu der Gegenwart Gottes zu vergewissern. Mit allen Sinnen wollen wir spüren, dass Gott da ist. Diese Feiern werden Sakramente genannt. Es sind die Feiern des Vertrauens auf Gottes Gegenwart in besonderen Lebenssituationen → S. 194 ff.; zu den einzelnen Sakramenten siehe im Kapitel »Durch das Leben« → S. 13 ff.

### Unter dem Segen Gottes

Das ganze Leben und alles, was uns umgibt, können wir unter den Segen Gottes stellen. Unser Wort »segnen« kommt aus dem Lateinischen *signare*; es bedeutet »besiegeln«. Mit dem Namen Gottes besiegeln. Ein anderes Wort für »segnen« ist im Lateinischen auch »benedicere«, wörtlich übersetzt = »Gutes sagen oder wünschen«. Segnen kann so auch bedeuten: Gottes Güte und Gottes Gegenwart wünschen. → S. 200 ff.

### Das Leben ins Gebet nehmen

Wir dürfen unser Leben auch ins Gebet nehmen. Beten heißt, sein Leben vor Gott bringen. Gott lässt sich ansprechen. Er ist da. Er braucht zwar nicht unser Gebet. Denn er weiß, was uns guttut. Wir selbst brauchen das Beten, um uns nicht in uns selbst zu verschließen, sondern unser Leben in Worten, Gedanken und Gefühlen zum Ausdruck und zur Sprache bringen zu können. In Lob und Dank, in Bitte und Klage, in Worten und Gesten, laut oder leise. Unser Beten geht nicht ins Leere: Gott ist da! → S. 208 ff.

## Durch den Jahreskreis

Jeder persönliche und familiäre Lebenslauf ist eingebettet in den Lauf der Zeit, in den Jahreskreis. Das Kirchenjahr unterscheidet sich zeitlich von dem weltlichen Jahr. Es beginnt mit der Advents- und Weihnachtszeit. Feste und Bräuche, die sich am Lebenslauf Jesu orientieren – wie Weihnachten, Ostern und Pfingsten – oder auch Gedenktage großer Heiliger geleiten uns durch das Jahr. Es sind Feste und Haltepunkte, wo wir uns getragen wissen in einer großen Gemeinschaft der Christen und vieler Menschen, die gemeinsam versuchen, ihr Leben durch das Jahr im Vertrauen auf das Dabeisein Gottes zu gestalten. In den Festen des Jahres vergewissern wir uns immer wieder neu in vielen Zeichen und Bräuchen seiner Gegenwart. → S. 232 ff.

## Nachbarn im Glauben

Es gibt nicht nur Christen in unserem Land, in unserer Stadt, in unserer Nachbarschaft oder auch in unseren Familien. Viele gehören anderen Religionen an, mit denen uns Christen manches verbindet, von denen uns aber auch vieles unterscheidet. Zusehends mehr Menschen gehören keiner Religion oder Konfession an. Mit allen aber verbindet uns die gleiche Menschenwürde. Wir alle, jede und jeder Einzelne, sind Ebenbilder Gottes. So können wir in jedem »Ebenbild«, in jedem menschlichen Leben etwas von Gott entdecken. Die verschiedenen Religionen wird man am ehesten kennenlernen, wenn man ihre Feste nachvollziehen oder sogar mitfeiern kann. → S. 408 ff.

## Namenstage

Der große Namenskalender kann dazu dienen, einen Namen für ein Kind zu finden bzw. sich seines eigenen Namens neu zu vergewissern und diesen auch als Namenstag zu begehen. »Ich habe dich bei deinem Namen gerufen«, sagt Gott und meint dies ganz persönlich. Bei der Feier des eigenen Namenstages kann dies neu bewusst werden. → S. 434 ff.

## Begriffe des Glaubens

Über einzelne Aspekte und Begriffe des christlichen Lebens und den Inhalt dieses Buches informieren Sie sich am schnellsten, indem Sie im »Kleinen Glaubenslexikon« oder im Register nachschlagen. → S. 446 ff. und 453 ff.

## Das Leben ist wie ein Baum

Das Symbol des Baumes prägt dieses Buch. Das Leben – gerade in und mit der Familie – ist wie ein Baum. Wie er kennt der Lebenslauf Zeiten des Wachsens und Neuwerdens, des Aufblühens und der Blüte, des Fruchtbringens und der Ernte und nicht zuletzt auch des Vergehens und vorläufigen Absterbens. Wenn der Stamm und die Zweige aber tragfähig genug und fest verwurzelt im lebensschaffenden Grund sind, dürfen wir immer wieder mit neuem Leben rechnen. Im tragenden Kreuz des Baumes liegt die Kraft und Verheißung zum Leben.

Wir hoffen, dass Sie beim Blättern, Lesen und Suchen in diesem Buch Mut und Zuversicht und viele gute Anregungen für Ihr Familienleben finden.

*Karl Heinz Schmitt*

*Peter Neysters*



# Inhalt

## Durch das Leben

13



### Verliebt, verlobt, verheiratet . . . 14

Die erste Liebe 16 Der richtige Partner 18 Sexualität und Zärtlichkeit – mit allen Sinnen lieben 20 Der lange Weg zur Ehe 22 Radikale Veränderungen 22 Zur Ehe fähig werden 24 Verlobung feiern 24 Die Trauung 25 Das Sakrament der Ehe 26 Kirchlich heiraten: Den Lebens-Bund feiern 28 »Mischehe« – heute noch ein Problem? 29 Leben in einer konfessionsverbindenden Ehe 30 Eine Ehe, zwei Religionen – die christliche-islamische Ehe 31 Wenn einer der Partner nicht (mehr) glaubt 31 Hochzeitsvorbereitungen 32 Die Feier der Trauung 37 Hochzeitsjubiläen 40



### Die Ehe leben . . . . . 42

Ehe – eine Lebensgeschichte 44 Bis dass der Tod uns scheidet 47 In guten wie in bösen Tagen 49 Konflikte austragen 50 Wenn Ehen zerbrechen 51 Über den Tod hinaus 54



### Geburt und Taufe . . . . . 56

Leben weitergeben 58 Schwanger sein 59 Ein Kind entsteht 60 Das Kind ist da! 62 Das Kind braucht einen Namen 62 Und wenn wir keine eigenen Kinder bekommen können ... 65 Wir lassen unser Kind taufen 67 Die Taufpaten 69 Die Feier der Taufe 69



### Mit Kindern leben . . . . . 74

Gemeinsam die Welt entdecken 76 Kinder erziehen 77 Geschwister haben 78 Wenn das Kind behindert ist 79 Zeit haben für die Kinder 80 Was man mit Kindern alles machen kann 80 Spiele für einen Kindergeburtstag 81 Mit Kindern glauben lernen 83 Die eigenen Kinder loslassen können 86



### Kommunion feiern . . . . . 88

Beim Wort genommen: Was bedeutet Kommunion – Eucharistie – Messe – Abendmahl? 90 Tischgemeinschaft: Mit dem an einem Tisch? 92 Die heilige Messe 94 Das Fest der Erstkommunion 97





## Schuld und Versöhnung . . . . . 104

Schuld und Versöhnung im Leben der Familie 106 Das Gleichnis von der Güte des Vaters zu seinen beiden Söhnen 109 Die Zehn Gebote Gottes – An-Gebote zur Freiheit 112 Wir feiern Versöhnung 114 Kleine Geschichte des Bußsakraments 114 Das Bußsakrament heute 115 Gewissensbildung mit Kindern 117 Sünde ist zu wenig Liebe – Eine Gewissenserforschung 120



## Firmung – verantwortlich leben . . . . . 124

Die Qual der Wahl 126 Christen – vom Geist Gottes begabt 128 Auf dem Weg zur Firmung 129 Die Feier der Firmung 132 Auch im Glauben erwachsen werden 135 Zum Dienst in der Kirche berufen: Alle Christen sind berufen – Vielfältige Berufungen in der Kirche 137



## Krank sein . . . . . 140

Durch Krankheit wird vieles anders 142 Jesus begegnet Kranken 144 Wenn in unserer Familie jemand krank wird 145 Die Krankensalbung 147



## Alt werden . . . . . 152

Alt werden und jung bleiben? 154 Zwischen den Generationen 155 Zwischen

jungen Kindern und alten Eltern 157 Miteinander wohnen ..? 158 Großeltern als Miterzieher 158 Vom Ruhestand zum Un-Ruhestand 160 Sein Testament machen 162 Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht 163 Anfragen an den Glauben 164 Goldene Hochzeit 165



## Sterben und Tod . . . . . 168

Begegnung mit dem Tod 170 Trost suchen 172 Wenn ein Mensch stirbt 173 Die Phasen des Sterbens 173 Wie können wir einem Sterbenden helfen? 175 Das Sterbesakrament 176 Wenn jemand gestorben ist 178 Todesanzeigen und Totenzettel 178 Kränze und Kranzschleifen 180 Die Totenwache 180 Die kirchliche Begräbnisfeier 181 Feuerbestattung und Urnenbeisetzung 181 Beileidskarten 181 Danksagungen 182 Gedächtnis der Toten 182 Durch die Trauer zu neuem Lebensmut 183 Mit Kindern über den Tod sprechen 184 Sterben lernen – bewusster leben lernen! 188



## Feste und Feiern des Lebens – Sakramente: Feiern des Glaubens . . . . . 190

Ein Fest feiern 192 Sakramente – Feiern des Glaubens an wichtigen Stationen des Lebens 194 Feiern des Glaubens in alltäglichen Lebenssituationen: Sakramentalien 195 Damit es ein Fest wird ... 196

**Durch den Tag –  
durch die Woche** 199



**Unter dem Segen Gottes . . . . . 200**

Segenszeichen: Kreuzzeichen – Weihwasser – Wettersegnen – Reisesegen – Segnung von Gegenständen 202 Die Segnung des Hauses oder der Wohnung 204



**Durch den Tag . . . . . 206**

Dem Tag ein Gesicht geben 208 Morgengebete 208 Mitte des Tages – Tischgebete 210 Abendgebete 212 Gute Nacht 214 Grundgebete des Glaubens 215



**Durch die Woche . . . . . 216**

Die Zeit gestalten 218 Mensch und Arbeit 220 Arbeiten, um zu leben – leben, um zu arbeiten 220 Keine Arbeit haben 221 Der Sonntag 222 Freier Tag oder Feiertag? 222 Kleine Geschichte des Sonntags 224 Eine Stunde, die mir guttut 226 »... auf dass Sonntag wird« 228

**Durch das Jahr** 231



**Namensfeste und Bräuche  
im Jahreskreis . . . . . 232**

Unser Kalender 234 Der Gregorianische Kalender 234 Der Hundertjährige Kalender 235 Winter 236 Januar 241 Namenstage im Januar 243 Februar 246 Namenstage im Februar 247 Frühling 249 März 254 Namenstage im März 255 April 257 Namenstage im April 258 Mai 260 Namenstage im Mai 261 Sommer 264 Juni 269 Namenstage im Juni 270 Juli 273 Namenstage im Juli 274 August 277 Namenstage im August 278 Herbst 281 September 287 Namenstage im September 288 Oktober 291 Namenstage im Oktober 293 November 296 Namenstage im November 297 Dezember 300 Namenstage im Dezember 301



**Advents- und Weihnachtszeit . . . 304**

Warum Bräuche wichtig sind 306 Sankt Martin (11. November) 307 Advent 311 Adventskranz 311 Adventskalender 312 Barbara (4. Dezember) 313 Nikolaus (6. Dezember) 314 Adventskrippe/Adventsspiel 320 Weihnachten 322 Kleine Geschichte des Weihnachtsfestes 322 Weihnachtsbräuche 324 Der Heilige Abend 326 Die Frohe Botschaft von Weihnachten 327 Die Geburt Christi 328 Weihnachtsgedichte 330 Advents- und Weihnachtslieder 332 Fest der Solidarität: Adveniat 334 Tag der Unschuldigen Kinder (28. Dezember) 335 Jahres-

wende (Silvester) 336 Fest der Erscheinung des Herrn (Dreikönig; 6. Januar) 339 Sternsingen 341 Die Legende vom vierten König 342



## Fastenzeit und Osterzeit . . . . . 344

Fastnacht – Fasching – Karneval 346 Die Fasten- und Osterzeit 349 Aschermittwoch 351 Die Liturgie der Fastenzeit: Die sechs Fastensonntage 355 Mit dem Sonnengesang des heiligen Franziskus durch die Fastenzeit 362 Der Kreuzweg 365 Die Karwoche 374 Palmsonntag 374 Gründonnerstag 374 Karfreitag 375 Karsamstag 375 Ostern 378 Vorbereitungen für das Osterfest: Ostereier – Ostersträuße – Ostermobiles 378 Kleine Geschichte des Osterfests 379 Das Osterfeuer 380 Die Feier der Osternacht 381 Die Osterbotschaft 382 Emmausgang am Ostermontag 382 Christi Himmelfahrt 383 Pfingsten 385 Kleine Geschichte des Pfingstfestes 385 Pfingstbrauchtum 388 Der Pfingstausflug 388 Spiele für draußen 390 Fronleichnam – das Fest vom leibhaftigen Gott 393



## Maria und Marienfeste . . . . . 396

Marienfeste im Kirchenjahr 399 Hochfest der ohne Erbsünde empfangenen Jungfrau und Gottesmutter Maria (8. Dezember) 399 Hochfest der Gottesmutter Maria – Oktavtag von Weihnachten (1. Januar) 399 Hochfest der Verkündigung des Herrn – Mariä Verkündigung (25. März) 400 Fest Mariä Heimsuchung (2. Juli) 401 Hochfest der Aufnahme Mariens in den Himmel (15. August) 402 Fest Mariä Geburt (8. September) 402 Weitere Formen der Marien-

verehrung 403 Gebete zu Maria 404 Der Rosenkranz 405



## Unsere Nachbarn im Glauben: Juden – Muslime – Hindus – Buddhisten . . . . . 408

Alle Menschen sind Ebenbilder Gottes 410  
Der Glaube und die Feste der Juden 411  
Der Glaube und die Feste der Muslime 415  
Der Glaube und die Feste der Hindus 421  
Der Glaube und die Feste der Buddhisten 424

## Anhang 429

Stammbaum der jungen Familie 430 Wichtige Lebensstationen und Sakramentenkalender 432 Namenstage 434 Kirchliche Feiertage von 2013 bis 2033 442 Feste der Religionen von 2013 bis 2023 444 Kleines Glaubenslexikon 446 Stichwortverzeichnis 453 Quellenverzeichnis 460 Die Autoren 464



# Durch das LEBEN





**WORT AN WORT**

**Wir wohnen  
Wort an Wort**

**Sag mir  
dein liebstes  
Freund**

**meines heißt  
DU**

**Rose Ausländer**



A photograph of several fabric hearts hanging from a string against a bright blue sky with light clouds. The hearts are made of various patterned fabrics, including stripes, plaid, and geometric patterns. Some are held in place by wooden clothespins. The overall mood is romantic and cheerful.

**Verliebt, verlobt,  
verheiratet ...**

## Die erste Liebe – für jede und jeden anders

Irgendwann bricht sie auf, die Liebe zwischen Jungen und Mädchen, zwischen Mann und Frau ...

Da hat es gefunkt: Bei diesem Paar auf den ersten Augen-Blick; bei jenem Paar erst später, auf den zweiten Blick. Aber irgendwann und irgendwie springt er über, der Funke der Faszination: Unglaublich, was passiert, wenn die erste, die ganz große Liebe, plötzlich und unerwartet uns »überfällt«.  
In England sagt man zu Recht: »to fall in love«.

»Nie hätte ich gedacht, dass ich so an Thomas hängen könnte. Aber jetzt ist er weg und ich weiß nicht, wo. Ich bin sehr einsam. Manchmal führe ich Selbstgespräche, manchmal fange ich an zu schreien. Ich liebe ihn doch! Ich werde damit nicht fertig! Wie soll bloß alles weitergehen? Ich kann nur noch weinen. Kein anderer kann mir Thomas ersetzen ...«

»Wir lernten uns beim Tanzen kennen. Irgendwo in einer Disco. Wir haben uns dann wieder verabredet und uns mehrmals getroffen. Irgendwann merkte ich dann, dass ich so richtig verliebt in ihn war. Wann das passierte? – Das kann ich auch nicht genau sagen. Es war irgendwann da ...«

»Als ich Melanie kennenlernte, verstanden wir uns beide auf Anhieb, ja, wir waren richtig verliebt ineinander, einfach unzertrennlich. Dann lernte ich im Urlaub ein anderes Mädchen kennen. Ich habe Melanie den Laufpass gegeben. Sie hat sehr darunter gelitten, aber das war mir damals egal. Nach längerer Zeit traf ich sie dann wieder. Mir wurde plötzlich klar, was ich gemacht hatte ...«

»Wir kannten uns schon seit unseren Kindertagen. Wir haben miteinander gespielt, sind zusammen in die Schule gegangen, später sind wir zusammen tanzen gewesen. Aber da war nichts ... Nach einigen Jahren haben wir uns zufällig wieder getroffen. Da hat es bei uns beiden ganz schön gefunkt. Wir wussten, wir gehören zusammen und wir bleiben zusammen ...«

»Für Peter und mich war es eigentlich schnell klar, dass wir zueinander passten. Bis es dann seine Eltern merkten ... Ich war »nur« Sekretärin, er studierte; ich kam aus einfachen Verhältnissen, sein Vater leitete ein großes Unternehmen; unsere Familie war aus der Kirche ausgetreten, seine Familie ziemlich katholisch ... Es war eine schlimme Zeit; seine Eltern setzten alles daran, uns auseinanderzubringen. Aber wir haben zusammengehalten ...«



## Wege der Liebe

Die Wege der Liebe verlaufen selten geradlinig und ungebrochen. Sie sind immer weniger vorhersehbar, schon gar nicht berechenbar. Es gibt unterwegs Höhen und Tiefen, Aufstiege und Abstiege, gelegentlich sogar gefährliche Gratwanderungen. Und es gibt Umwege, Irrwege, »Holzwege« bis hin zur Ausweglosigkeit, aber auch immer wieder Auswege und neue Wege zueinander.

Die Beziehung zweier Menschen ist nie etwas Fertiges, Abgeschlossenes, Endgültiges. Sie kennt keinen Stillstand, wohl aber Bewegung. Zwei Menschen machen sich auf den Weg, bewegen sich aufeinander zu und sind »bewegt«: innerlich angerührt, mitunter sogar aufgewühlt von den vielfältigen Erfahrungen, die sie miteinander machen. Der Weg ist das Ziel – und hoffentlich nie das Ende.

Jede Generation muss ihren Weg finden, für sich neue Zugänge zu Liebe und Ehe erschließen. Das geht nicht ohne Spannungen und Widerstände. Sich verabschieden – sich trennen – sich neu binden. In jeder Familie geschieht das auf je eigene Weise. Wer aufbricht, muss zurücklassen können.

### Aufbruch

*Den Anker lösen,  
abstoßen vom Ufer  
und offen sein*

*für neue Begegnungen,  
die auf uns warten.*

*Die alten eingefahrenen Wege  
verlassen können  
und spüren:*

*wir sind getragen  
im Strom des Lebens.*

Barbara Cratzius

### Wahnsinnig verliebt

*Einerseits will ich es dir  
mit einem Flugzeug  
an den Himmel schreiben,  
andererseits will ich es dir  
nur unter der Bettdecke  
in dein Ohr flüstern.*

*Jedenfalls schreibe ich dir  
einen wunderschönen Brief  
und lege ihn in den Kühlschrank,  
damit er schön frisch bleibt.*

Norbert Höchtlein



*Leg mich wie ein Siegel auf dein Herz,  
wie ein Siegel an deinen Arm!  
Stark wie der Tod ist die Liebe,  
die Leidenschaft ist hart wie die Unterwelt.  
Ihre Glut sind Feuergluten,  
gewaltige Flammen.  
Auch mächtige Wasser  
können die Liebe nicht löschen;  
auch Ströme schwimmen sie nicht weg.*

Das Hohelied 8,6–7a

## Der richtige Partner ...

*Für die Ehe ist es nicht so wichtig,  
den richtigen Partner zu finden,  
sondern der richtige Partner zu sein.*

Griechenland

Wählen können bedeutet Alternativen haben: aussuchen – abwägen – prüfen – entscheiden. Bei der (endgültigen) Partnerwahl ist es nicht viel anders. Die Erfahrungen in verschiedenen Partnerschaften sind die »Prüfsteine« für eine letztverbindliche Entscheidung: für sie, für ihn – und für keine andere, für niemand anderen! Eine solche verbindliche Zusage für einen Menschen schließt Absagen an andere Menschen ein – jetzt und zukünftig. Im Für und Wider, im Pro und Kontra, erfahren junge Paare ganz konkret die Zwiespältigkeit menschlicher Entscheidungsprozesse, die bis zur »inneren Zerreißprobe« führen kann. Wenn dann aber die Entscheidung endgültig getroffen ist, kann sie erlösend und befreiend wirken.

*Adam und Eva lustwandeln im Paradies.*

*»Liebst du mich?«, fragt Adam zärtlich.*

*Eva: »Wen denn sonst?«*

Eltern sehen die Wahl ihrer Söhne und Töchter nochmals mit ganz anderen Augen: Kann das mit den beiden wohl gut gehen? Passt er oder sie in unsere Familie? Muss es denn ausgerechnet diese Frau, dieser Mann sein? Schade, dass es mit Thomas/mit Petra nicht geklappt hat. Wir hatten uns schon so an ihn/an sie gewöhnt!

Solche oder ähnliche Fragen, Bedenken oder gar Sorgen mögen aus der Sicht der Eltern verständlich sein. Aber nicht sie, sondern die Tochter, der Sohn haben sich zu entscheiden

und ihren Weg zu gehen. Dann sich nicht einzumischen, sich selbst keine Vorwürfe zu machen und – was das Wichtigste ist – weiterhin zum Sohn, zur Tochter zu stehen, das ist unbestritten eine große Herausforderung an die elterliche Liebe.

Den alten Griechen war eine seltsame Geschichte überliefert, die die Anziehungskraft zwischen Mann und Frau in überaus bildhafter Sprache zu erklären versucht: Ganz am Anfang gab es Menschen, die waren rund. Jeder dieser Menschen hatte vier Füße und vier Hände, zwei Gesichter und zwei verschiedene Geschlechtsteile. Diese »Kugelmenschen« wurden mit der Zeit mächtig und bedrohten die Götter in ihrer heiligen Wohnung. Die Götter schlugen zurück. Sie wollten die Menschen nicht ausrotten, sondern nur schwächen. So beschlossen sie, die »Kugelmenschen« auseinanderzuschneiden: Die eine Hälfte zu einer Frau, die andere Hälfte zu einem Mann. Seit dieser Zeit – so der griechische Mythos – haben Mann und Frau Sehnsucht nach der fehlenden Hälfte, Sehnsucht nach ihrer »Ganzheit«.

*Wir können gerade von dem Menschen,  
den wir lieben, am wenigsten sagen,  
wie er sei. Wir lieben ihn einfach.*

*Das ist das Erregende, das Abenteuerliche,  
das eigentlich Spannende, dass wir  
mit den Menschen, die wir lieben,  
nicht fertig werden: weil wir sie lieben,  
solang wir sie lieben.*

Max Frisch

### BUCHEMPFEHLUNG

Auf dem Weg zu zweit kann folgendes Büchlein helfen: Peter Neysters, Zueinander Ja sagen.

Das Abenteuer der Liebe wagen, München 2011.

## Lebensweisheiten zu Liebe, Glück und Ehe

Dass sich Sprichwörter so oft widersprechen,  
darin liegt die Weisheit.

*Liebe bezahlt sich mit Liebe – was darüber  
hinausgeht, sind leere Worte.*  
Spanien

*Wenn man über etwas,  
das wunderbar ist, sich nicht wundert,  
hört es auf, wunderbar zu sein.*  
China

*Liebe ist ein Glas, das zerbricht,  
wenn man es unsicher oder zu fest anfasst.*  
Russland

*Wo es Liebe regnet,  
wünscht keiner einen Schirm.*  
Dänemark

*Wenn Mann und Frau auch auf dem  
gleichen Kissen schlafen, so haben sie doch  
verschiedene Träume.*  
Mongolei

*Zwei Menschen, die sich lieben,  
reißen ein Gebirge nieder.*  
Arabien

*Wenn wir heiraten, übernehmen wir  
ein versiegeltes Schreiben,  
dessen Inhalt wir erst erfahren,  
wenn wir auf offener See sind.*  
Schottland

*Die Liebe gleicht einem Ring,  
und der Ring hat kein Ende.*  
Japan

*In der Liebe fügen sich Himmel  
und Erde zusammen.*  
Brasilien

*Das Lächeln, das du aussendest,  
kehrt zu dir zurück.*  
Indien

# Sexualität und Zärtlichkeit – mit allen Sinnen lieben

## Widersprüchliche Erfahrungen

Sexualität kann beglücken, erfüllen, selig machen, Menschen vereinen. Sexualität kann enttäuschen, ausbeuten, demütigen, Menschen entzweien.

Kein Grat ist so schmal wie der zwischen Lust und Verlust, Leidenschaft und Leid, Verlässlichkeit und Verlassenheit.

Diese widersprüchlichen Erfahrungen – im Positiven wie im Negativen – erleben gerade auch junge Menschen buchstäblich »am eigenen Leib«. In kaum einem anderen Lebensbereich sind Menschen zum einen so empfänglich und zum anderen so empfindlich wie in Liebe, Zärtlichkeit, Sexualität.

## Sinn(en)vielfalt menschlicher Sexualität

Menschliche Sexualität ist auf vielfache Weise sinnensfreudig und sinnvoll zugleich. Sie bedarf dieser verschiedenen Deutungen, damit sie den Menschen – ob Jung oder Alt – zur bedeutsamen Liebes- und Lebenserfahrung wird.

## Identität

Sexualität zeigt uns an, wer wir sind. Über Körper und Sinne nehmen wir uns in unserer Umwelt wahr. Wir legen viel Wert auf unser Aussehen, weil es uns Ansehen verleiht. Sexualität ist **identitätsstiftend**: Wir fühlen uns wohl in unserer Haut, zu Hause in unserem Körper, wissen uns bestätigt und nehmen uns an, so wie wir sind.

## Beziehung

Wer wir wirklich sind, lassen uns andere wissen. Lust, Gefühl, Sinn erfahren wir in der Beziehung zu anderen. Die Worte, die uns lieben und leben lassen, hören wir von ande-

ren: Ich liebe dich! Ich verzeihe dir! Ich verlass mich auf dich!

Sexualität ist **beziehungsstiftend**: Menschlich leben heißt, in Beziehungen leben.

## Lust

Sexualität hat mit Lust zu tun, mit dem lustvollen Wechselspiel von Spannung und Entspannung, mit dem lustvollen Erleben des eigenen Körpers und dem des anderen.


Sexualität ist **luststiftend**: Über Körper und Sinne wird die Liebe sichtbar, hörbar, riechbar, (be-)greifbar.

## Fruchtbarkeit

Sexualität schafft Lust auf Leben – im Doppelsinn des Wortes. Sie hält die Liebe zweier Menschen lebendig, voller Leben. Und sie schenkt neues Leben, wird fruchtbar im Kind. Sexualität ist **lebensstiftend**: Sie verhilft zum Leben, sie lässt Menschen leben.

Wenn auch der Aspekt der Fruchtbarkeit in der Sexualität junger Menschen vorerst noch keine Rolle spielt, so kommen doch die Sinnaspekte Identität, Beziehung, Lust bereits zur Geltung. Das macht den exklusiven Wert ihrer Liebe, Zärtlichkeit und Sexualität aus. Christen können diese Wert-Schätzung noch vertiefend begründen, wenn sie darauf verweisen, dass Liebe und Sexualität gute Gaben des Schöpfergottes sind. Es ist die Aufgabe der Menschen, mit dieser Gabe Gottes verantwortlich umzugehen und sie kreativ in ihren Liebesbeziehungen fruchtbar werden zu lassen.





Wenn in der HI. Schrift von Geschlechtsverkehr die Rede ist, dann wird das Wort »erkennen« gebraucht: Mit dem Partner eins werden, ihn so erkennen, wie er ist, in seinem Handeln und Denken, in seinem Wollen und Fühlen, in seiner Sehnsucht und Liebe. Dieses »Erkennen« will hören und sehen und riechen und schmecken und tasten und berühren – den anderen »umfassend« kennenlernen. Zärtlich zu sein will gelernt werden. Junge Menschen, die sich lieben, freuen sich über Liebkosungen und Zärtlichkeiten. Sie sind erfinderisch darin, doch bisweilen sind sie unsicher und wissen nicht, wo sie Grenzen setzen sollen. Entscheidend in solchen Situationen ist, dass sie den Mut haben und zu lernen bereit sind, mit dem Partner über alles zu sprechen, was sie denken, fühlen und erwarten – und damit auch über die Ausdrucksformen ihrer Zärtlichkeit. Spielraum und Stufen der Zärtlichkeit sind weit; sie sind wie ein spannender Weg durch vielfältige und immer wieder überraschende Landschaften. Ein ganzes Leben ist nötig, sie zu erkunden, und doch bleibt das Wunder des anderen unergründlich.

## Der lange Weg zur Ehe

Die Entwicklung ist unübersehbar: Es wird immer später geheiratet (wenn überhaupt). Die Ausbildungszeiten haben sich verlängert; das Alter bis zur beruflichen Etablierung hat sich erhöht. Der weitaus größte Teil der jungen Paare lebt vor der Eheschließung über Jahre unverheiratet zusammen. Der Beginn der Elternschaft verlagert sich bis in die dreißiger Lebensjahre, immer mehr Paare heiraten erst nach der Geburt des ersten Kindes.

### Radikale Veränderungen

Erst Liebe, dann Ehe, später Familie – dieses Phasenmodell früherer Generationen hat heute seine Selbstverständlichkeit verloren. Die Vielfältigkeit des Lebens und aller Lebensbereiche spiegelt sich auch in den Familien, in den Partnerschaften und nicht zuletzt in den Lebens- und Liebesformen der jungen Menschen wider. Entsprechend bunt gestaltet sich die heutige Beziehungslandschaft: vom Single und lockeren Wochenendbeziehungen über Partnerschaften mit und ohne Trauschein bis hin zu Familien mit leiblicher oder sozialer Elternschaft.

(Junge) Paare heiraten heute nicht mehr, um endlich zusammenleben zu können; oft reift dieser Entschluss erst, wenn sie ein Kind bekommen wollen oder dieses bereits »unterwegs« ist. Die meisten aber leben vorher schon über Jahre zusammen. Weit seltener als noch vor einigen Jahren gehen solche Partnerschaften in eine Ehe über. Immer häufiger werden sie nach Jahren aufgelöst und neue Partner bzw. Partnerinnen gesucht.

Die Ursachen und Hintergründe dieser Entwicklung sind zunächst einmal in den gewaltigen Umwälzungen im Lebenslauf junger Erwachsener zu suchen. In einer Lebensphase, in der noch ihre Eltern traditioneller-

weise geheiratet und eine Familie gegründet haben, müssen sie die vielfachen Probleme um den Ausbildungsabschluss und Berufseintritt bewältigen. Oft ist auch noch ganz unklar, wo sie einen Arbeitsplatz finden und danach auch ihren Wohnort suchen. Pendeln und Wochenendbeziehungen prägen häufig diese Phase. Erst, wenn das alles geklärt ist, fühlen sie sich frei für die weitere Lebensplanung.

Was frühere Generationen Ende zwanzig mehr oder weniger abgeschlossen hatten, steht der heutigen mit dem 30. Geburtstag erst noch bevor: endlich erwachsen werden, materiell unabhängig vom Elternhaus sein und auf eigenen Füßen stehen können. Erst in den dreißiger Lebensjahren werden die Weichen für den weiteren Lebensweg gestellt. Und die Wege führen immer häufiger in eine ungewisse Zukunft – mit wachsender Perspektivlosigkeit, gerade für die jüngere Generation.

*Mein Grund für eine Heirat wäre kein vernünftiger. Ich bin unvernünftig romantisch, wenn ich so ein »Ja« ausspreche. Und zwar als Superlativ von: Ich liebe dich. Und dann viele Kinder, die einen Vater bekommen, der seine Frau liebt und von ihr geliebt wird. Eine Familie, die zusammenlebt.*  
Markus, 25 Jahre

### Leben mit »Ja, aber ...«

So steht das junge Erwachsenenalter unter den Vorzeichen von *Ungewissheit, Unsicherheit, Unentschiedenheit, Unverbindlichkeit* und *Vorläufigkeit*. Die weithin noch ungeklärte und nach allen Seiten offene Lebenssituation führt zu einer Haltung des vorsichtigen Abwägens und Abwartens, des Zögerns und

Zauderns. Das ganze Leben steht gewissermaßen noch unter dem Vorbehalt des »Ja, aber ...«. Da sind auch die Liebesbeziehungen nicht ausgenommen.

### Wichtige Fragen

- › Können junge Menschen in einer Zeit *unverbindlicher* Lebensbedingungen bereits *verbindliche* Lebensentscheidungen treffen?
- › Können sie sich *ohne zuverlässige* Lebensperspektiven überhaupt auf *verlässliche* Liebesbeziehungen einlassen?
- › Schließt nicht vielfach erfahrene »*Leben auf Widerruf*« – Kündigung inbegriffen – in den verschiedensten Lebensbereichen eine »*Zusage ohne Widerruf*« einem anderen Menschen gegenüber vorläufig aus?
- › Lassen die leidvollen Erlebnisse des Scheiterns menschlicher Beziehungen im Elternhaus, unter Geschwistern, Freunden und Kollegen nicht misstrauisch werden gegenüber der eigenen Bindungsfähigkeit wie auch der Bindungsbereitschaft anderer Menschen?
- › Können junge Paare in einer Lebensphase, die entscheidend von *Vorläufigkeiten und Vorbehalten* geprägt ist, einander eine *endgültige und bedingungslose* Zusage geben »bis dass der Tod uns scheidet«?

Vor diesem Hintergrund wird es verständlich, wenn zusehends mehr junge Paare zunächst eine Lebensgemeinschaft bevorzugen, die noch nicht die letztverbindliche Konsequenz einer Ehe verlangt. Aus einem anfangshaft noch zögernden und zaudernden »Ja, aber« kann sich später dann ein eindeutiges »Ja, ohne Wenn und Aber« entwickeln. Aus einem begrenzten, noch überprüfbaren Miteinander kann schließlich ein unbefristetes und vor allem überzeugtes Füreinander erwachsen.

Unsere Überlegungen haben gezeigt, dass es die nichteheliche Lebensgemeinschaft als solche nicht gibt. Alles kommt darauf an, mit sensiblem Unterscheidungsvermögen die verschiedenen einzelnen Situationen einschätzen und differenzieren zu lernen. Am wichtigsten ist die Gruppe derer, die eine Ehe nicht von vornherein ausschließen (»Probe-Ehe«). Man darf solche Lebensgemeinschaften nicht pauschal gleichsetzen mit beliebig abbrechbaren Partnerschaften und von vornherein als ganze diffamieren. Oft ist in ihnen nämlich die Sehnsucht nach der Gewissheit in der Liebe verborgen gegenwärtig. In vielen Gemeinschaften dieser Art lebt eine aufrichtige Gesinnung und ein ernsthafter Wille, den wirklich verlässlichen Partner zu finden.

*Kardinal Karl Lehmann*

### Stellenwert der Ehe

Von Ehe und Familie erwartet auch die junge Generation (wieder) *soziale Stabilität* und eine gewisse *ökonomische Sicherheit*. Beides ist im jungen Erwachsenenalter oft noch längst nicht gegeben! Von daher ist das voreheliche Zusammenleben eher als eine »typische« Lebensform für diese Lebensphase zu sehen und zu bewerten. Ist sie nicht gleichsam eine Antwort auf die zahlreichen ungewissen und ungeklärten Zukunftsfragen dieser Generation? Wer für sich und das eigene Leben (noch) keine Zukunft sieht, wird sich (vorerst) wenig Hoffnung machen für das gemeinsame Leben in einer Ehe.

Dennoch hat die Ehe auch für die jüngere Generation einen ungebrochen hohen Stellenwert. Vielleicht halten gerade die Wertschätzung der Ehe und die oft überhöhten Anforderungen an die Qualität der ehelichen Partnerschaft sie noch davon ab, den entscheidenden Schritt zu tun und sich auf das Wagnis einer Ehe einzulassen. Nicht die



### **Durch das Jahr - durch das Leben**

Das christliche Hausbuch für die Familie.

Bearbeitet und durchgesehen von Peter Neysters und Karl Heinz Schmitt

Gebundenes Buch, Halbleinen, 464 Seiten, 16,5 x 24,0 cm

ISBN: 978-3-466-37048-1

Kösel

Erscheinungstermin: Juli 2012

„Durch das Jahr – durch das Leben“ begleitet durch alle Höhen und Tiefen des Lebens: Liebe und Partnerschaft – Hochzeit und Ehe – Geburt und Taufe – Mit Kindern leben – Kommunion und Firmung – Krank sein – Alt werden – Sterben und Tod.

„Durch das Jahr – durch das Leben“ leistet christliche Lebenshilfe für den Alltag. Es stärkt den Zusammenhalt von Familien und lädt zur Entdeckung alter Bräuche ein: Rituale für den Alltag – Christliche Grundgebete – Den Sonntag feiern – Feste und Bräuche im Jahreskreis – Advents- und Weihnachtszeit – Fastenzeit und Ostern – Heiligen- und Namenstagskalender.

„Durch das Jahr – durch das Leben“ ist das Geschenk zur Hochzeit und zu Ehejubiläen, zur Geburt oder Taufe eines Kindes, zur Erstkommunion oder Firmung, zu Weihnachten und vielen anderen Familienfesten: schön gestaltet, ein willkommener Ratgeber für ein ganzes Leben.

 [Der Titel im Katalog](#)