

1. Auflage 2024

© 2024 by CLV e. V. und Gemeindehilfsbund

CLV – Christliche Literatur-Verbreitung e. V.  
Ravensberger Bleiche 6 · 33649 Bielefeld  
[www.clv.de](http://www.clv.de)

Gemeindehilfsbund (gemeinnütziger Verein)  
Mühlenstr. 42 · 29664 Walsrode  
[www.gemeindehilfsbund.de](http://www.gemeindehilfsbund.de)

Satz: EDV- und Typoservice Dörwald, Steinhagen  
Umschlag: Lucian Binder, Marienheide  
Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck

Artikel-Nr. 256430  
ISBN 978-3-86699-430-0

# Inhalt

Vorwort des Herausgebers	7
Jörg: Mit Gottes Hilfe ist Veränderung möglich	13
Björn: Wie ich den Schlüssel zur Veränderung fand	23
Astrid: Wunderbare Heilung aus ungewollter Prägung	43
Sebastian: Was mir geholfen hat	51
Carina: Gibt es wahre Liebe?	60
Johann: Wirklich frei!	93
Wie entsteht Homosexualität?	101
Ist Homosexualität veränderbar?	114
Nachwort	121
Literaturempfehlungen / Kontakt	126

# Vorwort des Herausgebers

**E**twa zweieinhalb Millionen Ergebnisse zeigt eine Internet-Suchmaschine für den Begriff »Coming-out-Literatur« an. Dass Menschen sich zu ihren homosexuellen Gefühlen und ihrem schwulen, lesbischen und/oder queeren Lebensstil bekennen, ist weithin normal geworden. Wer jedoch dazu steht, seine homosexuelle Orientierung nicht als naturgegeben und noch weniger als von Gott gewollt anzusehen und nach Veränderung zu streben, dem bläst ein scharfer Wind ins Gesicht. »Die eigentliche sexuelle Orientierung mit den daran geknüpften Gefühlen, den erotischen und sexuellen Phantasien sowie den sozialen Präferenzen lässt sich jedoch nicht verändern«<sup>1</sup> – das ist eine sowohl in der Fachwelt als auch in der Gesamtgesellschaft verbreitete Meinung.

Selbst im wissenschaftlichen Bereich ist es inzwischen schwierig geworden, einen alternativen Standpunkt zu vertreten oder sich überhaupt sachlich zu diesem Thema zu äußern. Lawrence S. Mayer schreibt im Vorwort der Metastudie *Sexuality and Gender*: »Beim Verfassen dieses Berichts habe ich eine Reihe von Personen zu Rate gezogen, die bei der Danksagung nicht namentlich

---

<sup>1</sup> <https://lsbk.ch/stellungnahme-von-udo-rauchfleisch/>  
(abgerufen am 21.06.2024).

genannt werden möchten. [...] Am schwersten wiegt jedoch, dass manche Repressalien an ihren eigenen Universitäten befürchteten, wenn sie so kontroverse Themen ansprechen, und das unabhängig vom Inhalt des Berichts – eine traurige Feststellung zur akademischen Freiheit.«<sup>2</sup>

Unter dem Vorsitz von Robert L. Spitzer wurde 1987 Homosexualität aus der Liste der Störungen im amerikanischen Diagnostikverzeichnis DSM III-R gestrichen. 2003 veröffentlichte er eine Studie über Veränderungen in der sexuellen Orientierung, die er später zurückzog. Über ein Gespräch mit ihm schrieb Gerard J. M. van den Aardweg, ein Wissenschaftler, der sich zeit seines Berufslebens mit Homosexualität befasste: »Prof. Spitzer von der Columbia University veröffentlichte [...] seine Studie über die Auswirkungen hilfreicher Behandlung für zweihundert männliche und weibliche Homosexuelle: Eine Minderheit habe sich tiefgreifend verändert, die meisten anderen hätten sich sowohl in Bezug auf die sexuelle Orientierung als auch auf das allgemeine emotionale Gleichgewicht verbessert. Keine Anzeichen von Schäden, aber eine bemerkenswerte Abnahme von Depressionen. Ein Hurrikan des Hasses seitens der Schwulenbewegung fiel über ihn her, mit solcher Wut, dass er sich als gebrochener Mann fühlte. Er versicherte mir ein paar Monate später, dass er sich nie wieder und unter keinen Umständen

---

2 [https://www.thenewatlantis.com/wp-content/uploads/legacy-pdfs/20161012\\_TNA50PrefaceDE.pdf](https://www.thenewatlantis.com/wp-content/uploads/legacy-pdfs/20161012_TNA50PrefaceDE.pdf) (abgerufen am 21.06.2024).

in dieses schreckliche Thema der Homosexualität einmischen würde.«<sup>3</sup>

Wahrscheinlich entscheidet sich die Mehrheit der Menschen in unserer Kultur, die sich sexuell vom gleichen Geschlecht angezogen fühlen, ihre Neigung als normal anzusehen und sie auszuleben. Ein erheblicher Anteil fühlt sich jedoch unwohl mit der homosexuellen Orientierung und will keine »Identität« als »schwul« annehmen und so leben.<sup>4</sup> Diese Gruppe hat kaum eine Stimme im öffentlichen Leben und wird vom homosexuellenfreundlichen Mainstream diskriminiert. Vertreter dieser Minderheit kommen in diesem Buch zu Wort. Ihnen danken wir sehr für ihren Mut und ihre Bereitschaft, tiefe Gefühle und existenzielle Erfahrungen offenzulegen. Sie schreiben über Verletzungen, die sie erlitten und anderen zufügten, ihre Enttäuschungen und Hoffnungen, ihre Irrwege und zielführenden Erfahrungen. Es handelt sich um zwei Frauen und vier Männer. Skeptiker mögen ihnen unterstellen, ihre Veränderung von homo- zur heterosexuellen Orientierung wäre nicht von Dauer. Sie alle berichten jedoch über ihre Erfahrungen im Abstand von mehreren Jahren, teilweise von Jahrzehnten. Zwei von ihnen schrei-

---

3 Gerard van den Aardweg: *De »normalisering« van homoseksualiteit en Humanae Vitae*,

<https://geziningevaar.nl/artikelen/de-normalisering-van-homoseksualiteit-en-humanae-vitae> (Übersetzung vom Verfasser, abgerufen am 21.06.2024).

4 Zum Beispiel empfinden laut einer Umfrage von 2012 unter 356 Frauen, die sexuelle Beziehungen zu Frauen pflegen, 26 Prozent ein großes seelisches Unbehagen, 32 ein mittleres:

<https://www.kath.net/news/51936> (abgerufen am 21.06.2024).

ben unter einem Pseudonym. Fünf Autoren veröffentlichten bereits ähnliche Beiträge in anderen Printmedien und im Internet. Fünf leben heute in einer (heterosexuellen) Ehe, eine Frau lebt als Single.

Die Autoren dieses Buches eint der Standpunkt, dass nicht die Homosexualität ihre wahre Bestimmung ausmacht. Sie haben Erfüllung in ihrer Beziehung zu Gott gefunden. Ein wichtiger Orientierungspunkt für sie ist, dass Gott uns als Mann und Frau schuf, mit einem männlichen und weiblichen Körper und mit einer dazu passenden männlichen und weiblichen Identität. Im Labyrinth ihrer Erfahrungen sind sie zu der Überzeugung gelangt, dass der Weg zu einem befreiten Leben über das Vertrauen auf die Aussagen der Bibel führt.

Dieses Buch ist jenen gewidmet, die sich unsicher sind, wie sie ihre homosexuellen oder bisexuellen Gefühle beurteilen sollen, und die im Wirrwarr der heutigen Meinungen Orientierung suchen. Zum anderen wünschen wir uns Leser, die Menschen mit homosexuellen Neigungen seelsorgerlich begleiten, ihnen Freunde und Ratgeber sind. Unser wichtigstes Anliegen ist, zu bezeugen, dass Jesus Christus lebt. Er trägt den Namen »Retter« völlig zu Recht. Die Christen in der antiken Sexmetropole Korinth erinnerte der Apostel Paulus an ihre Vergangenheit. Manche hatten einen schwulen Lebensstil praktiziert. Ihren Status als Christen bilanzierte der Apostel so: »Und solches sind einige von euch gewesen ...« Veränderung

war und ist möglich »in dem Namen des Herrn Jesus und durch den Geist unseres Gottes« (1. Korinther 6,11). Das ist die Kernaussage der sechs Kurzbiografien.

Keiner der Autoren möchte den Eindruck erwecken, der Weg zur Veränderung sei ein leichter gewesen. Im Gegenteil – er führte durch Verzweiflung, Rückschläge und Resignation. Auch soll nicht vorgegaukelt werden, die Geschichten endeten mit einem Sonnenuntergang und der märchenhaften Formulierung: »Sie lebten glücklich und zufrieden bis an ihr Lebensende.« Diesseits des Himmels bleibt jeder Mensch verführbar, die hier zu Wort kommenden Christen auch auf dem Gebiet der (Homo-) Sexualität. Sie haben sich jedoch entschieden, Jesus Christus in ihrem Leben Herr sein zu lassen und von seiner Gnade zu leben.

Wir kennen Christen, bei denen sich trotz ihrer Hinwendung zu Gott die homophile Neigung nicht verändert hat, wohl aber ihre Haltung zum schwulen Lebensstil und das Verständnis vom Kern ihres Wesens. Wir möchten nicht, dass sie sich durch die Ausführungen dieses Buches herabgesetzt oder angegriffen fühlen. Zu dieser Fragestellung empfehlen wir das Buch von Sam Allberry »Ist Gott homophob?«<sup>5</sup>.

---

5 S. Allberry: *Ist Gott homophob? Und andere Fragen über Homosexualität, die Bibel und gleichgeschlechtliche Anziehung*, Dillenburg: Christliche Verlagsgesellschaft, 2021.

Auch den Lesern, die das Buch mit einer maximal kritischen Haltung zur Hand nehmen, möglicherweise mit der Hauptmotivation, Kanonenfutter für Anschuldigungen zu finden, wünschen wir Offenheit für Erfahrungen, die bislang jenseits ihrer eigenen Lebenswelt liegen – ganz im Sinn von Hamlet in Shakespeares gleichnamigem Drama:

»Es gibt mehr Dinge im Himmel und auf der Erde, Horatio, als du dir in deiner Philosophie vorstellen kannst.«

Gerrit Alberts

Jörg

## Mit Gottes Hilfe ist Veränderung möglich

**N**ein, auch ich bin nicht mit diesem Gedanken aufgewacht! Wie bei vielen anderen von Homosexualität Betroffenen ging ein längerer Kampf voraus, bis ich mir eingestehen konnte: »Ich bin schwul.« Als das jedoch geschehen war, stürzte ich mich voll rein ins homosexuelle Leben. Auf einmal wusste ich: »Ich gehöre hier dazu.« Das, was ich mein Leben lang gesucht hatte, erfüllte sich nun: die Sehnsucht nach einem männlichen Freund, einem Gegenüber, die Sehnsucht nach Nähe und Zugehörigkeit. Nun fügten sich auch verschiedene Bausteine, die jahrelang nebeneinanderlagen, wie ein Puzzle zusammen: meine kreative Begabung, mein Sinn für Farben und Design, aber auch meine Sensibilität und besonders mein Gefühl, anders als die anderen zu sein.

Jetzt wurde mir klar, dass mein Abgelehntsein, das schon im Kindergarten begonnen und sich in der Schulzeit fortgesetzt hatte, auch mit meiner zunächst latent vorhandenen Neigung zum gleichen Geschlecht zu tun hatte. Jetzt merkte ich, warum ich meinen Vater ablehnte und

auch er an mich nicht herankam: Wir waren wohl zu verschieden, und die Erwartungen, die wir aneinander hatten, konnten wir nicht erfüllen. Nun aber wollte ich leben, all das Verpasste nachholen und den wahren Freund finden, den Partner fürs Leben. Ganz so einfach, wie ich es erhoffte, gestaltete es sich aber dann doch nicht.

Freundschaft war in der homosexuellen Szene schon zu finden und natürlich Sex. Aber Treue? Weit gefehlt! Liebe, welche sich verletzbar zeigt? Vergiss es! Der Wunsch, miteinander durch dick und dünn gehen zu wollen, war einfach nicht zu finden. Ein sexuell treues Männerpaar war etwas so Seltenes, dass andere Homosexuelle sich nicht vorstellen konnten, dass es so etwas gibt.

## **Was machst du hier?**

Mitten in einer sexuellen Beziehung, am Höhepunkt der Gefühle, hörte ich eine Stimme. Sie verkündigte: »Das, was du da machst, ist falsch. Willst du bis an dein Lebensende so weitermachen?« Solch eine Stimme war seltsam. Wenn ich über Homosexualität etwas zu lesen in die Finger bekam, war es immer wohlwollend: Homosexuelle sind so geboren. Sie können genauso lieben und geliebt werden wie Heterosexuelle. Es gibt keinen Unterschied. Einzig einmal eine Bemerkung meines Vaters war negativ.

Wo also sollte diese Stimme hergekommen sein? Ich fand keine Erklärung. Da es in meiner Freundschaft nicht so klappte und mein Freund nebenher noch andere Sexpartner hatte, machte ich mich auf die Suche nach einem anderen Freund. Wo konnte man da besser fündig werden als auf einem Seminar zu diesem Thema? Durch meine Eltern hatte ich Zugang zu kirchlichen Kreisen. Beim Seminar »Homosexualität – Schicksal oder Sünde?« wollte ich meinen neuen Freund ausfindig machen. Dass Homosexualität Schicksal ist, davon war ich felsenfest überzeugt.

## Ein anderer Weg?

Zu diesem Seminar waren viele junge Leute gekommen. Ich setzte mich gleich neben einen jungen Mann, den ich mir ausgewählt hatte. Was dann geschah, brachte mich völlig aus dem Konzept. Der Referent sprach nicht von Schicksal oder Sünde, sondern davon, dass es einen anderen Weg gibt als denjenigen, seine Homosexualität zu leben oder aber sie zu verdrängen. Er machte klar, dass es einen Weg aus den homosexuellen Gefühlen heraus gibt – einen Weg, der nicht einfach, aber gangbar ist. Irgendwie empfand ich, dass dieser Redner recht haben könnte.

Da fiel mir auch wieder diese Stimme ein, die mir kurz zuvor mitgeteilt hatte, dass das, was ich tat, nicht das

Ende sein musste. Hoffnung keimte in mir auf. Sollte dieser Weg für mich möglich sein? So ganz sicher war ich mir nicht. Bis zu meinem Coming-out hatte ich ja auch schon versucht, diese Gefühle wegzubekommen – oder besser gesagt: sie gar nicht erst aufkommen zu lassen. Dieses Unterfangen war jedoch kläglich gescheitert.

## **Kirche als Ort der Entscheidung**

Am Tag nach dem Seminar besuchte ich in einer Kirche einen Gottesdienst. Auch da war dieser junge Mann, den ich mir eigentlich als nächsten Freund ausgesucht hatte. Die Botschaft, die der Pfarrer dort zum Besten gab, ging mir allerdings unter die Haut. Er sprach davon, dass man mit einem Mann namens Jesus Christus eine Beziehung eingehen könne, welche besser und tragfähiger sei als alle Beziehungen in dieser Welt. Wer diese Beziehung wünschte, der war aufgerufen, nach vorne zum Altar zu kommen, und dann sollte miteinander gebetet werden.

Das Problem: Ich saß auf der Empore und hätte durchs Treppenhaus und dann nach vorne gehen müssen. So dachte ich mir: »Wenn der Mann, der neben mir sitzt, geht, dann gehe ich auch.« Aber keine Menschenseele auf der Empore machte Anstalten aufzustehen. Also blieb ich auch sitzen. Nach einiger Zeit stand ein Mann auf der gegenüberliegenden Seite auf und kam direkt auf mich

zu. Er fragte mich ganz unverblümt, ob ich Jesus mein Leben geben wolle, und ich antwortete: »Ja!« Das war der Anfang meiner Beziehung mit Jesus Christus.

## Unveränderte Gefühle

War ich nun hetero? Schön wär's wohl gewesen. Aber man kann es schon erahnen: Ich war genauso homosexuell wie vorher. Was aber entstanden war, war die neue Gewissheit, dass eine Veränderung meiner Gefühle möglich wäre. Hinterfragt habe ich das, als ich in der folgenden Woche drei verschiedene junge Männer kennenlernte, die sich für mich interessierten. Bei einer dieser Begegnungen half nur noch ein Stoßgebet: »Herr, ich kann nicht mehr, und ich will eigentlich mit diesem Mann intim werden. Mach du was!«

Nach dem Gebet war es, als ob eine Glasscheibe zwischen uns herabgelassen wurde. Die Anziehungskraft zu diesem Mann verschwand. Zu anderen Männern blieb sie aber bestehen. Ungefähr die Hälfte der jungen Männer, denen ich begegnete, war für mich attraktiv.

Dann geschah etwas Merkwürdiges: Ich kam in Kontakt mit ehemals homosexuell empfindenden Menschen. Auf Seminaren und Tagungen berichteten sie aus ihrem Leben. Neue Hoffnung keimte auf. Auch wenn ich nicht von dem Gedanken besessen war, dass dieses Problem in

meinem Leben nun endlich gelöst werden müsste, war es doch ein neuer Lebensabschnitt.

Während dieser Zeit, als ich als Christ lebte und es mir durch Gottes Hilfe gelang, sexuell enthaltsam zu leben, nahmen die homosexuellen Gefühle ab. Ich merkte das daran, dass nicht mehr fünfzig Prozent der jungen Männer für mich sexuell attraktiv waren. Irgendwann waren es vielleicht nur noch fünf Prozent. Ich fragte mich, warum gerade dieser Typus von Mann mich anzog. Dabei wurde mir klar, dass diese Männer etwas verkörperten, was bei mir noch nicht entwickelt war oder was ich an mir noch nicht entdecken konnte.

## **Verliebt – und nun?**

War Gott nun mit mir am Ziel? Ich dachte: Ja! Mit diesen Resten an homosexuellen Gedanken und Gefühlen fand ich es möglich, enthaltsam zu leben und Christ zu sein. Doch Gottes Wirken war noch nicht abgeschlossen. Das, was ich nicht einmal in meinen kühnsten Träumen zu denken gewagt hatte, wurde Wirklichkeit: Ich empfand mit 24 Jahren das erste Mal ein Gefühl für eine Frau. Diese Gefühle gegenüber dem anderen Geschlecht nahmen in der Folgezeit zu, und nach einigen kurzen Freundschaften mit Angehörigen des anderen Geschlechts geschah etwas, womit ich nicht gerechnet

hatte: Ich verliebte mich in eine Frau, und diese Liebe wurde erwidert!

Ich fragte mich natürlich: Kann ich tatsächlich eine Frau lieben? Würde sie bereit sein, so einen wie mich als Freund zu haben? Sie war bereit – und so gingen wir das Wagnis einer Beziehung ein. Nach zwei Jahren verlobten wir uns und ein Dreivierteljahr später heirateten wir. Wir hatten beide Angst, dass die Gedanken an Männer vielleicht wieder hochkommen könnten. Während unserer Freundschafts- und Verlobungszeit hatten wir auf Sex verzichtet.

So war unsere Angst wohl nur zu gut verständlich. Nach der Hochzeit passierte aber nichts von dem, was wir befürchtet hatten. Die Sexualität, die wir nun lebten und genossen, fühlte sich gut an. Da gab es keine Stimme, welche sagte: »Lass das mal lieber!« Ich spürte, dass meine Suche jetzt zu Ende war, weil das, was ganz tief in mir schon angelegt war, nun zum Vorschein kam.

## **War ich möglicherweise niemals schwul?**

War ich vielleicht gar nicht homosexuell gewesen? Diese Frage stellte ich mir auch. Aber da ich bis zu meinem 24. Lebensjahr ausschließlich homosexuelle Empfindungen gehabt hatte, wusste ich, welche tiefgreifende

Veränderung meiner Gedanken- und Gefühlswelt stattgefunden hatte.

Ist nun alles okay? Wenn es um das Thema Homosexualität geht, kann ich sagen: Ja! Ich habe keine homosexuellen Gedanken, Gefühle, Wünsche oder Träume mehr. Gott sei Dank! Mein Leben ist aber nicht ohne *jede* Herausforderung. Gerade bin ich dabei, mithilfe einer Therapeutin eine traumatische Erfahrung meiner Kindheit aufzuarbeiten. Diese hatte zwar nichts mit Homosexualität zu tun, besaß aber die Kraft, mich aus dem Gleichgewicht zu bringen, wenn ich später daran dachte.

Unsere mittlerweile sechs Kinder – fünf wunderbare Jungs und ein wunderbares Mädchen – sind Segen und Herausforderung zugleich. Nicht alle fühlen sich im sportlichen Bereich sicher. Manche sind so sensibel, wie ich es in meiner Kindheit war, und jedem einzelnen meiner Kinder mit genug Aufmerksamkeit und Liebe zu begegnen, fällt nicht immer leicht.

Ein Einschnitt war die Geburt unseres siebten Kindes. Leider war es sehr krank und wurde keinen Tag alt. Die Trauer darüber ist ein noch andauernder Prozess, der uns als ganze Familie herausfordert.

Soziale Kompetenz ist ein Lernbereich, in dem ich schon einige Fortschritte gemacht habe. Der Umgang mit Autoritäten und mit Kritik ist noch immer ein Übungsfeld, in welchem ich hin und wieder versage. Der Weg hat sich aber gelohnt. Veränderung ist möglich, und Gott kann

viel mehr tun, als wir jemals erbitten oder uns auch nur vorzustellen vermögen. Ich kann nicht schweigen von dem, was Jesus an mir getan hat. Das hat mir schon manchen Ärger eingebracht, weil meine Erfahrungen nicht unbedingt politisch korrekt sind. Jedoch möchte ich jedem Betroffenen Mut machen, auch diesen Weg einmal in Betracht zu ziehen und zu bedenken, ob es mit Gottes Hilfe nicht doch möglich ist, die homosexuellen Gefühle zu überwinden und vielleicht einmal auch das Glück zu genießen, eine Familie zu haben, in der Mann, Frau und Kinder unter dem Segen Gottes zusammen sind.

### **Ist Homosexualität noch faszinierend?**

Für mich nicht! Neulich sah ich einen jungen Mann und dankte Gott für sein Aussehen. Homosexuelle Gefühle empfand ich dabei nicht. Ich will und kann auch nicht mehr in die Homosexualität zurück. Denn die Veränderung, die ich erlebte, ist tiefgründig und von Dauer. Seit der Begegnung mit Jesus Christus sind nun dreißig Jahre vergangen. Ich darf bekennen: Das Alte ist vergangen, Neues ist geworden.

Eine Bibelstelle hat mir vor allem am Anfang meines Lebens mit Jesus Christus Mut gemacht. Sie steht im Neuen Testament im ersten Korintherbrief im sechsten Kapitel. Darin berichtet der Apostel Paulus über ehemals

homosexuell empfindende Menschen unter seinen Briefempfängern: »Und solches sind einige von euch gewesen; aber ihr seid abgewaschen, aber ihr seid geheiligt, aber ihr seid gerechtfertigt worden in dem Namen des Herrn Jesus und durch den Geist unseres Gottes« (1.Korinther 6,11).

Wenn das keine Verheißung ist, kein Versprechen Gottes, was kann dann noch helfen? Wage den Weg mit Jesus Christus! Sei gesegnet auf dem Weg in die Freiheit!<sup>6</sup>

---

6 Dieser Lebensbericht erschien erstmals in: J. Hesse (Hrsg.): *Gott kann verändern. Drei Lebensberichte über die Neuausrichtung der Sexualität*, Walsrode: Gemeindehilfsbund, 2020.

Björn

## Wie ich den Schlüssel zur Veränderung fand

### Eine lange Reise

**H**eute bin ich ein glücklicher Ehemann und Vater von drei Kindern. Der Weg von meiner homosexuellen Orientierung zu einem glücklichen Hetero führte über die Versöhnung mit meinem Vater. Wie wurde dieses Wunder möglich? Wie genau hing meine homosexuelle Neigung mit meiner Vaterbeziehung zusammen? Welche Auswirkungen hatte eine veränderte Haltung zu meinem Vater auf meine sexuelle Orientierung?

### Wunden aus der Kindheit

Meine Eltern ließen sich scheiden, als ich das Abitur machte. Ihre Ehe war schon seit vielen Jahren zerrüttet. Oft habe ich als Teenager vermittelnd zwischen ihnen gestanden und meine Mutter getröstet, wenn mein Vater sich wieder danebenbenommen hat. Gelegentlich hat

er mich seiner neuen bzw. alternativen Liebschaft vorgestellt. Ich habe direkt miterlebt, wie er fremdgegangen ist.

Er war ein jähzorniger Mensch. Seine Wutanfälle waren demütigend und beängstigend. Wir Kinder haben das auch körperlich zu spüren bekommen. Er hatte Spaß daran, mich zum Zorn zu reizen. Das höchste Lob, das ich von ihm bekommen konnte, war: »Nicht schlecht, aber das kannst du noch besser machen.« Ich hatte das Gefühl, dass ich seinen Ansprüchen nie genügen konnte. Nichts, was ich tat, schien gut genug zu sein. Ohrfeigen oder den Hintern versohlt zu bekommen, waren fast immer Beigaben, die ich nicht gebraucht hätte. Sie verstärkten das Gefühl, von ihm abgelehnt zu werden.

Bei meiner Mutter war das anders. Bei ihr hatte ich recht viele Freiheiten. Wenn sie mir einmal eine Ohrfeige verpasste, dann nie, weil sie zornig war, sondern weil ich es schlicht und einfach verdient hatte. Anders als bei meinem Vater habe ich das bei ihr immer akzeptiert. Im Anschluss beruhigte sie sich schnell wieder, während mein Vater, nachdem er ausgeteilt hatte, noch immer genervt war und man ihn besser in Ruhe ließ. Meine Mutter war freundlich zu mir, oft aber mit sich selbst beschäftigt, und ging ihren eigenen Interessen nach. Ob ich meine Hausaufgaben machte oder nicht, war ihr egal, solange die Schule sich nicht meldete.

## Sonnenstrahlen durch eine gläubige Großmutter

Meine Großeltern waren gläubige Christen, anders als ihre Kinder einschließlich meiner Eltern.

Zu meiner Großmutter väterlicherseits hatte ich eine intensive Bindung. Sie hat mir eine Freundlichkeit und Liebe entgegengebracht, die ich in dieser Weise von keinem anderen in der Familie kannte, auch nicht von meiner Mutter. Bei Oma fühlte ich mich angenommen. Leider wohnte sie zu weit weg, sodass ich sie meistens nur in den Ferien treffen konnte.

Schon früh, etwa mit sechs Jahren, habe ich zum Glauben an Gott gefunden. Oma hatte Jesus lieb und auch mich, also musste ihr Glaube richtig sein. Aber ich war der Einzige bei uns zu Hause, der gläubig war. In der Schule habe ich meinen Glauben tunlichst verschwiegen und ihn schön zu Hause in meinem Zimmer gelassen. Aber ohne diesen kleinen, halbherzigen Glauben wäre ich noch stärker auf eine abschüssige Bahn geraten. Nach außen war ich ein recht braves und angepasstes Kind. Ich wollte Gunst und Anerkennung bekommen. Daher bemühte ich mich, es meinem Gegenüber recht zu machen. Eine eigene Meinung habe ich mir selten geleistet. Meiner jüngeren Schwester habe ich gelegentlich den Zorn weitergegeben, den ich von meinem Vater zu spüren bekam. Mein durchaus echter Glaube blieb schön im Hintergrund.

Oma hat mir einen Bibelleseplan gesponsert, den ich auch oft gelesen habe. Gelebt habe ich wenig davon. Aber in meinen dunkelsten Stunden habe ich mich dann doch immer wieder an Gott gewandt.

## **Nicht anerkannt und einsam unter Gleichaltrigen**

In der Schule bin ich stets der Außenseiter gewesen. Freunde hatte ich wenige und nur mit oberflächlichen Beziehungen. Sie waren Spielgefährten. Sport habe ich gehasst, weil mich das Imponiergehabe mancher Altersgenossen abstieß. Ich selbst war unsportlich. Kräfte-messen war mir ein Graus. Es bedeutete für mich die Konfrontation mit der eigenen Niederlage. Ich empfand mich als Schwächling – nie gut genug für irgendetwas. Trotzdem war ich bestimmend und nicht selten geltungssüchtig. Meine schulischen Leistungen bestätigten mein Gefühl, zu nichts zu taugen. Die sechste Klasse wiederholte ich. Das hatte ein Gutes: Ich gehörte jetzt zu den Älteren. Allerdings führte das nur zu einer leichten Verbesserung meiner Beziehungen zu den Mitschülern. Ich bin ein sensibler Mensch. Damals habe ich jeden vermeintlich schiefen Blick registriert, jede potenziell kritische Stimmlage erfasst und auf mich gemünzt. Ich ging häufig davon aus, dass ich im Zentrum von

Lästerung und Spott stand. Dies verstärkte meine Minderwertigkeitsgefühle.

Ich habe mich selbst abgelehnt. So entwickelte sich unbewusst eine Sehnsucht danach, jemand anders sein zu wollen. Jungen, die mich beeindruckten, wollte ich ganz für mich haben. So wollte ich auch sein. Oft auf unbeholfene Weise suchte ich ihre Nähe und Freundschaft. Dabei musste ich manchmal die Ablehnung meiner Idole erfahren. An meinen Helden bewunderte ich ihr selbstbewusstes Auftreten, ihre schulischen oder sportlichen Erfolge, die Anerkennung der anderen oder später auch ihr athletisches Outfit.

Das »So will ich auch sein!« wurde zu einem »Ich will er sein!«.

## **Homosexuell und depressiv**

Die Unfähigkeit, jemand anders sein zu können, kompensierte ich mit sexuellen Fantasien, die letztlich die körperliche Vereinigung mit den Idolen zum Inhalt hatten. So wollte ich die Unmöglichkeit, jemand anders sein zu können, umgehen. Das Internet lieferte mir reichlich Material, diese Fantasien anzufeuern und mir weitere unerreichbare Idole vor Augen zu stellen.

Mit fünfzehn Jahren gestand ich mir ein, dass ich mit Frauen nichts anfangen konnte. Ich habe damals

Gott gefragt, ob schwul sein wirklich so schlimm ist. In 3.Mose 20,13 fand ich seine Antwort: »Und wenn ein Mann bei einem Mann liegt, wie man bei einer Frau liegt, so haben beide einen Gräuel verübt ...« Hätte Gott mir nicht ausdrücklich den Geschlechtsverkehr mit Männern verboten, hätte ich sehr wahrscheinlich eine Karriere in der Schwulenszene gestartet. Gerade wenn die Konflikte mit meinem Vater akut waren, habe ich an Flucht gedacht. Ich habe Gottes Wort und Urteil über praktizierte Homosexualität akzeptiert, aber mit einem entscheidenden Fehler: Ich wollte mich selbst ändern.

Verunsichert habe ich mich gefragt, warum ich so bin. Bemitleidet habe ich mich dabei reichlich. Wieder war ich in einer Außenseiterrolle, nicht nur unfähig zu normalen Leistungen, sondern auch noch einer mit einer Neigung zu homosexuellen Sünden.

Auch wenn ich schöne Dinge in diesen Jahren erlebte, war die innere Ablehnung, das Gefühl der Minderwertigkeit immer der Grundton.

## **Ein unerreichbares Ideal**

Mit achtzehn Jahren habe ich an einem Schüleraustausch mit Amerikanern teilgenommen. Die Amis waren ganz versessen auf den Austausch, weil sie gutes deutsches Bier in rauen Mengen trinken wollten. In Amerika war

ihnen das erst ab dem Alter von 21 Jahren erlaubt. Unter diesen ungefähr 25 amerikanischen, meist bierdurstigen Jugendlichen war einer anders. Er war der Sohn eines Missionars. Er hatte eine Bibel dabei, sah gut aus und hatte einen ruhigen, ausgeglichenen Charakter. Er war in der Gruppe sehr beliebt, obwohl er keinen Tropfen Alkohol trank. Er war völlig anders als ich, aber genau so, wie ich sein wollte. Er war cool, männlich und moralisch integer. Christ zu sein und gleichzeitig cool zu sein, das ging also! Ein Traumtyp, der mir indirekt auch deutlich machte, dass mein Vorhaben, mich selbst »umzupolen«, nicht funktionierte. Ich hatte es im Alter von fünfzehn Jahren Gott eigentlich versprochen. Außerdem habe ich sehr langsam verstanden, was mit mir nicht stimmte. Ich erahnte, dass meine homosexuellen Gefühle mit einem tiefer liegenden Problem zu tun hatten. Ich wusste nur nicht, mit welchem. An diesem gläubigen Ami habe ich gesehen, welche Bedeutung eine intakte Familie hat. Schmerzlich spürte ich, dass sie in meinem Leben fehlte. Nach diesem Schüleraustausch habe ich meine Einsamkeit als noch schmerzlicher empfunden.

Von da an war ich mal mehr, mal weniger depressiv. Mit neunzehn Jahren bin ich von zu Hause ausgezogen. Meine Mutter ging mir auf die Nerven, weil sie oft über die Schuld ihres Ex-Mannes sprach. Bis zum Alter von etwa 21 Jahren hatte ich mit Selbstmordgedanken zu tun. Das war überhaupt die schlimmste

Zeit meines Lebens. Mein Selbstmitleid erreichte seinen Gipfel.

## **Neue Eindrücke in einem christlichen Milieu**

Ich hatte meine eigene Wohnung. Interessanterweise hatte eines Tages mein Vater bei einem seiner seltenen Besuche die plötzliche Idee, eine christliche Gemeinde zu besuchen. Ich war völlig überrumpelt von seinem Vorschlag. Meine feste Überzeugung war, dass es neben Leuten, die nur dem Namen nach evangelische oder katholische Christen waren, auch solche mit einem echten, lebendigen Glauben gab. Wo Letztere sich vermehrt aufhielten, wusste ich aber nicht. Oma hatte allerdings schon ein paarmal vorgeschlagen, eine christliche Gemeinde zu suchen. Also folgte ich dem Vorschlag meines Vaters.

Am nächsten Sonntag gingen wir in eine Gemeinde seiner Wahl. Der Besuch hat mich nicht sonderlich berührt. Aber ich wurde angeregt, eine andere Gemeinde aufzusuchen, von der Oma einmal erzählt hatte. Von diesem Tag an ging ich ohne nennenswerte Unterbrechung dorthin.

Schon eine der ersten Predigten handelte von Homosexualität. In der Predigt wurde die Tat verurteilt, aber

eben nicht der Täter. Jeder Mensch ist geliebt von Gott – egal, wie groß seine Sünden sind. Begriffen habe ich das noch nicht. Aber Gott bereitete mich auf weitere Schritte in seiner Schule vor.

Ich fühlte mich sehr wohl in dieser Gemeinde. Die Christen dort haben mich liebevoll aufgenommen. Später konnte ich mich auch dem einen oder anderen seelsorgerlich anvertrauen.

## **Wie das Licht nach der Nacht**

Zunächst fragte ich mich oft, ob ich wirklich ein Christ war. Ich war nicht getauft. Eines Tages fragte mich ein Mitglied der Gemeinde, was mich an einer Taufe hindern würde. Ich fühlte mich ertappt. Ja, ich wusste genau, was mich hinderte: Meine Haltung zur Sexualität entsprach nicht dem, was ich in der Bibel vorfand. Genau genommen habe ich mir in diesem Moment endgültig eingestanden, dass ich die Veränderung auch nicht mehr schaffen würde. Mir wurde klar, dass ich zwar Gott mein Problem gestanden, ihn aber ansonsten davon ausgesperrt hatte. Gerade wollte ich diesem Mann eine ausweichende Antwort geben, da wurde es plötzlich hell. Es war mir, als ob eine Wolkendecke aufriss und die Sonne durchkam, nur eben nicht über mir, sondern eher in mir. Ich hörte eine Stimme, die mir sagte: »Ich habe dich so angenommen,

wie du bist!« Jesus hat in diesem Moment direkt zu mir gesprochen. Ich war voller Freude. Genau das musste ich hören!

Dass ich Sünder war, wusste ich. Auch, dass Gott Sünden vergibt. Aber nun wusste ich: Mir *ist* vergeben! Dieses bedingungslose Angenommensein, diese Liebe war einfach überwältigend. Ich weiß nicht mehr, ob an diesem Tag die Sonne wirklich geschienen hat, aber für mich war es ein Tag voller Licht!

Gott hatte mich lange und liebevoll auf diesen Moment vorbereitet, sodass ich kaum anders konnte, als zu antworten: »Jetzt folge ich dir zu hundert Prozent nach!« Keine Ahnung, wie das mit meinen sexuellen Lüsten gehen sollte. Aber ich habe Jesus in diesem Moment vollständig vertraut, dass er eine Lösung kennt. Ob er mir helfen würde, lebenslang alleinstehend zu bleiben oder eine Frau zu finden, wusste ich nicht. Ich vertraute Gott, dass er mir das eine oder das andere ermöglichen würde. Mein letztes Geheimnis habe ich seitdem dem anvertraut, der mich liebt. Er würde aus meiner mickrigen Existenz schon etwas machen.

## **Alles beim Alten**

So dachte ich. Gut ein halbes Jahr nach der Taufe war das Hochgefühl vorbei. Nichts hatte sich geändert. Ich war so

schwul wie bisher, und auch sonst merkte ich keine Auswirkungen meiner Entscheidung. Wo war Gott? Wenn er mich liebt, wieso macht er nichts? Wo bleibt die Veränderung? Ich wollte doch mein Leben ändern lassen! Viel hatte ich von Menschen gehört bzw. gelesen, die ihr Leben nach einer Bekehrung um 180 Grad geändert hatten. War mein Glaube echt? War Gott real?

Ich musste lernen, dass Gott sich die Zeit nimmt, die er für richtig hält. Einem unreifen, ungeduldigen Menschen wie mir passte das nicht. Ich musste lernen zu warten. Das war eine der ersten Lektionen in der Schule Gottes für mich. Ich war zwischenzeitlich ziemlich verzweifelt. Die Aussicht auf den Himmel hat mich mit Anfang zwanzig nicht wirklich getröstet.

Um die Erwartungen meines Vaters zu erfüllen, hatte ich ein Ingenieursstudium begonnen. Das war eigentlich völlig unangemessen, weil ich Schule gehasst habe. Nach meiner Taufe wollte ich das Studium schmeißen, weil ich es ja aus der falschen Motivation heraus begonnen hatte. Meine Oma meinte aber, ich sollte das Studium für Gott zu Ende bringen. So änderte ich meine Motivation und versprach Gott, das Studium durchzuziehen. Dazu bat ich ihn um Hilfe. Wirklich leichter wurde es nicht, zumal ich noch nebenbei arbeiten musste. Frühschicht, Hörsaal, Hörsaal, Spätschicht. Ich wurde permanent mit meinem Versagen konfrontiert. Für einen Menschen, der ohnehin nicht viel von sich hält und sich gerne selbst bemitleidet,

war das eine kaum zu tragende Last. Somit dachte ich wieder über Selbstmord nach.

## **Eine hilfreiche Männerfreundschaft**

In der Gemeinde lief es ganz gut. Ich freundete mich mit einem jungen Mann in meinem Alter an. Er war in der Gemeinde aufgewachsen und engagierte sich im Gemeindeleben. Er hatte einen ruhigen Charakter. Das beeindruckte mich und tat mir gut. Obwohl ich nun getauft war und die falsche Motivation für mein Studium korrigiert hatte, wusste ich immer noch nicht, wer ich war. Auch konnte ich mich immer noch selbst nicht leiden.

Der junge Mann war, wie ich sein wollte: ruhig, engagiert, selbstbewusst, hetero. Und wie schon früher wurde mein Interesse an Jungen oder Männern, die mich beeindruckten, besonders groß. Ich wollte sein wie sie und wollte mit ihnen befreundet sein. Am besten sollten sie nicht mehr von meiner Seite weichen. Wenn sie mit anderen Zeit verbrachten anstatt mit mir, wurde ich eifersüchtig. Und immer wieder wollte ich mit ihnen intim werden. Allerdings nicht mit diesem jungen Mann. Er war mir heilig. Hier wollte ich keine schmutzigen Gedanken aufkommen lassen. Niemals zuvor hatte ich diese Empfindungen so radikal abgelehnt, und niemals zuvor war mir

das derartig gut gelungen. Gott kennt unsere geheimsten Gedanken. Mir war wichtiger denn je, mich und mein Gegenüber vor Gott reinzuhalten, auch in meiner Gedankenwelt.

Ich durfte an dem Familienleben des jungen Mannes teilhaben. Wir verbrachten viel Zeit miteinander und mit seiner Familie. Ich lernte die Gemeinde und Gottes Wort durch ihn besser kennen. Das alles war Balsam für meine Seele, auch wenn es sich nicht immer so angefühlt hat. Denn mein unreifes Ich machte immer wieder Ärger durch die Unfähigkeit, mit Versagen oder fehlender Aufmerksamkeit umzugehen. Regelmäßig hatte ich depressive Phasen, in der ich mir leidgetan habe.

Meine Sehnsucht, mit Männern intim zu werden, machte mich fast wahnsinnig. Sexuelle Befriedigung fühlt sich toll an – auch in einem Rahmen, der nicht Gottes Willen entspricht. Aber irgendwie spürte ich, dass es eine tiefere Ursache für meine fehlgeleiteten Wünsche gab. Das sexuelle Verlangen war nur eine Ablenkung von diesem eigentlichen, mir verborgenen Bedürfnis. Aber ich konnte einfach nicht verstehen, wieso dies so war und was in mir vorging. Wer bin ich? Warum bin ich so? Was soll aus mir werden? Diese unbeantworteten Fragen waren der Nährboden für meine Depressionen.

## Zugang zu einem tiefer liegenden Problem

Eine Kurzbibelschule brachte schließlich die Wende. Oft hatte ich Gott um eine Antwort gebeten, warum ich so war und was ich dagegen tun konnte.

Nun kam endlich die Antwort. Eine Unterrichtseinheit befasste sich kurz, aber intensiv mit Homosexualität. Gott liebt alle Menschen. Auch Schwule. Im Römerbrief steht zwar, dass Gott Menschen, die Homosexualität praktizieren, ihrem Verlangen »hingegen« hat (Römer 1,26-27). Aber das bedeutet nicht, dass sie sich nicht an Gott wenden können. Sie können umkehren. Wenn sie nicht wollen, lässt er sie eben machen, was sie wollen. Ich wusste, dass Gott mich liebte. Die Erklärung zum Römerbrief an dieser Stelle half mir, Zweifel an dieser Überzeugung abzuwehren. Der Referent machte deutlich, dass homosexuell empfindende Menschen vielleicht mehr als andere auf die Liebe ihrer Mitchristen angewiesen waren. Wie recht er hatte! Weiter erläuterte er mögliche Ursachen für die Entwicklung von homosexuellen Gefühlen. Langsam dämmerte mir, dass Gott dabei war, meine Gebete zu erhören. Lange Zeit hatte ich eine Ahnung gehabt, die wie eine diffuse Wolke in meinem Kopf herumschwirrte. Aber nun schien sich der Nebel im Kopf zu lichten, und ich verstand, weshalb ich so empfand und wo meine sexuellen Gefühle herrührten.

Der Referent empfahl ein Buch zu diesem Thema. Die Ausführungen des Autors zu den Ursachen und einem möglichen Ausweg trafen voll und ganz auf mich zu.

Eine reife Persönlichkeit entsteht nicht von selbst. Gerade durch das Ertragen und Aushalten von inneren Spannungen, durch das schmerzhaft Hinterfragen lieb gewonnener, aber vielleicht ungunstiger Haltungen und Meinungen entsteht eine reife Persönlichkeit.

Sexuelle Gefühle sind oft ein Spiegel unserer inneren Defizite und Bedürfnisse. Es gibt berechtigte Bedürfnisse, die bedient werden müssen. Es gibt auch solche, auf die man verzichten kann, und andere, auf deren Befriedigung man verzichten *muss* – zum Beispiel das Bedürfnis, jemandem, der einem unangenehm ist, Schaden zuzufügen, damit er nicht mehr stört.

Das Bedürfnis nach Geschlechtsverkehr ist von Gott geschaffen, aber in einem speziellen Rahmen. Sex mit dem eigenen Geschlecht oder mit sich selbst zu haben, gehört nicht in diesen Rahmen.

Enthaltsamkeit ist übrigens ein gutes Training zur Erlangung einer reifen Persönlichkeit. Leider verzichten viele auf diese gute Übung.

Ich habe mir meine sexuelle Orientierung nicht ausgesucht. Ich habe sie entdeckt und später mit Gottes Hilfe Veränderung in Richtung Heterosexualität erlebt. Ja, das geht! Das sollte eigentlich in einer Zeit, in der man

behauptet, sogar sein Geschlecht ändern zu können, nicht so schwer vorzustellen sein.

## **Eine neue Sicht auf meinen Vater**

In meinem Fall hat die empfundene Ablehnung durch meinen Vater dazu geführt, dass ich meine Männlichkeit abgelehnt habe. Das war der Knackpunkt in meinem Leben. Die Ablehnung und der gegen mich gerichtete Zorn gaben mir das Gefühl, zu stören, falsch zu sein, unerwünscht zu sein. Einem Kind dieses Gefühl zu geben, ist eine Ursache für massive Fehlentwicklungen in der Persönlichkeit.

Das »Vorbild« meines Vaters, an dem ich lernen sollte, was ein Mann ist, empfand ich als so abstoßend, dass ich mir dachte: »So will ich nie sein! Mit dem will ich nichts zu tun haben!« Dabei will ich gar nicht sagen, dass mein Vater wirklich so schlimm gewesen ist – auch wenn einige Dinge nicht in Ordnung waren. Meine Sensibilität führte dazu, dass sein Verhalten tiefe Wunden bewirkte. Sensibilität, Einfühlsamkeit ist etwas, was viele homosexuell empfindende Menschen auszeichnet. Wer sensibel ist, besitzt tolle Eigenschaften, ist aber auch in besonderem Maße verletzlich.

Manchmal findet ein Kind alternative Vorbilder zur Identifikation mit dem eigenen Geschlecht, zum Beispiel

Brüder, Onkel oder Großväter. Diese standen mir nicht zur Verfügung. Vielleicht hat die Aversion meines Vaters gegen seine Ehefrau auch mein Frauenbild negativ geprägt.

Ich jedenfalls reflektierte mich intensiv wie nie. Es war richtig Arbeit. Nun konnte ich viel konkreter die mir bewusst gewordenen Aspekte mit Gott im Gebet besprechen und diese viel gezielter bearbeiten.

Die wichtigste Lektion, die ich lernen musste, war, meinem Vater zu vergeben. Er war an vielem schuld. Aber ich habe seine Fehler auch genutzt, um von meinen eigenen Fehlern abzulenken. Beim Nachdenken über meine Beziehung zu ihm wurden mir viele schmerzliche Dinge bewusst:

- Ich war emotional abhängig von meinem Vater. Wenn mir beispielsweise zunächst etwas gefallen hatte und ich dann feststellte, dass er es nicht mochte, verlor es auch in meinen Augen an Attraktivität. Als mir das bewusst wurde, war ich zunächst sehr wütend. Ich fühlte mich machtlos. Ich musste mich lösen. Aber wie?
- Ich stellte fest, dass ich in vielen Dingen genauso war wie mein Vater. Das war ein zunächst unerträglicher Gedanke, der mein Selbstmitleid weiter befeuerte. Ich hasste ihn – und nun war ich auch noch wie er? Wozu sollte ich noch leben?

- Ich redete mir ein, mein Vater wäre an allen meinen Problemen schuld: an meinen Lerndefiziten, an meinen sozialen Schwierigkeiten. Er hatte ja den Leistungsdruck aufgebaut. Er hatte mich verunsichert. So machte ich ihn zum Sündenbock für mein Versagen. Wie sollte es weitergehen? Ich hatte eigentlich keine Chance – oder?

Eine Schlüsselantwort auf all die Fragen war: Ich musste meinem Vater vergeben!

Jesus sagt: Wer anderen nicht vergibt, dem wird auch nicht vergeben werden! Fehlende Vergebungsbereitschaft verhindert die Erhörung der Gebete (vgl. Matthäus 6,15).

Wieso hatte sich manches in meinem Leben nicht geändert? Weil ich meinem Vater nicht von Herzen vergeben hatte. Es ging hier nicht darum, zu vergessen oder weniger emotional auf alte Schuld zu reagieren. Es ging um ein bedingungsloses Loslassen der Vorwürfe gegen den anderen – seien diese berechtigt oder nicht.

## **Die Auswirkungen von Vergebung**

Dank Jesus Christus ist meine Bitterkeit gegen meinen Vater »Schnee von gestern«. Gott weiß um meine Fehler.

Er kennt alles, was mir angetan wurde. Er liebt mich und hat mir vergeben. Darum kann ich anderen vergeben.

Wie vergebe ich? Indem ich zunächst meine eigenen Fehler eingestehe und Jesus um Vergebung bitte. Dann bitte ich Gott um die Heilung für meine Wunden, die mir andere zugefügt haben, und bitte ihn um Frieden für jene, die an mir schuldig geworden sind. Die Geborgenheit in Jesus Christus macht unabhängig von der Anerkennung anderer. Damit ist es leichter, ihnen zu vergeben. Ich kann bedingungslos vergeben – auch meinem Vater.

Wie kann ich mich lösen? Das geschieht automatisch, wenn man sich selbst geliebt weiß, seine eigenen Stärken und Schwächen wenigstens grob kennt und wenn man vergeben hat.

Ich war wie er (mein Vater). Wozu noch leben? Mittlerweile liebe ich meinen Vater. Für manche Ähnlichkeiten kann ich dankbar sein. An anderen arbeite ich geduldig. Jesu Liebe hat die Wunden geheilt, sodass ich heute selbst lieben kann – auch meinen irdischen Vater.

Wie sollte es weitergehen? Darauf fand ich eine grundsätzliche Antwort: Vertrauen auf Gottes Führung. Er hat mir meine tiefsten Abgründe gezeigt, mich herausgeholt und zu einem Ehemann und Vater gemacht. Das war und das ist eine spannende Reise voller Segen, natürlich mit Stolpersteinen. Auch die gehören dazu.

Ich hatte nun endlich Frieden in meinem Herzen. Ich wurde geduldiger und ruhiger. Wesentliche Schritte in meiner Persönlichkeitsentwicklung wurden abgeschlossen, sodass ich fähig wurde, eine echte Beziehung zu einer – nämlich meiner – Frau einzugehen.

Ich kenne heute den Unterschied zwischen sexuellem Verlangen und echter Liebe. Echte Liebe fragt nicht in erster Linie, was der andere für einen tun kann. Sie fordert nicht, sondern gibt. Echte Liebe ist das Ja zu dem anderen. Jesus hat mich geheilt. So kann ich heute mit meiner Frau einstimmen in 1. Korinther 15,10: Durch Gottes Gnade sind wir, was wir sind: eine Familie mit drei Kindern.