

A large, stylized tree graphic in a light beige color, centered on a dark teal background. The tree has a central trunk and many branches with elongated, leaf-like shapes. The overall style is minimalist and modern.

MARKUS HOFFMANN (HRSG.)

Weil ich es will

HOMOSEXUALITÄT — WANDLUNGEN — IDENTITÄT

39 LEBENSBERICHTE



Markus Hoffmann (Hrsg.)
Weil ich es will

Markus Hoffmann (Hrsg.)

Weil ich es will

*Homosexualität. Wandlungen.
Identität. 39 Lebensberichte*

fontis

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über www.dnb.de abrufbar.

Der Fontis-Verlag wird von 2021 bis 2024
vom Schweizer Bundesamt für Kultur unterstützt.

© 2023 by Fontis-Verlag Basel

Umschlag: Carolin Horbank, Leipzig
Illustrationen Umschlag: @dreammachine/freepik.com
Satz: Justin Messer, InnoSet, Basel
Druck: Finidr
Gedruckt in der Tschechischen Republik

ISBN 978-3-03848-258-1

Inhalt

Vorwort von Markus Hoffmann	9
1. Wer bin ich? Auf der Suche! Unterwegs!	28
Eva: Ein Clown ohne Manege?	
<i>Vom falschen Idyll zur wahren Eva</i>	30
Anonym: Als die weibliche Hälfte der Menschheit	
<i>Geschlechtsidentität als Prozess</i>	43
Anna: Ein Zwilling lernt zu sich zu stehen	
<i>Gespür für meine emotionalen Grenzen</i>	56
Jasmin: Wer bringt meine Welt wieder in Ordnung?	
<i>Sehnsucht nach Geborgenheit</i>	68
Julia: Der stolprige Weg zu mir	81
Caterina: Weil es das Leben schöner macht!	92
2. Mein Weg im Glauben und in der Gemeinde	107
Markus Hoffmann: Von der Magie zur Begegnung	
<i>Mein Weg im Glauben und seine Wirkung auf meine Homosexualität</i>	109
Franzi Anderssohn: Vom Zerrbild zum Ebenbild	
<i>Dem Hass auf mein Frausein entwachsen</i>	122
Andrés: Die Beichte hat mein Leben verändert	127
Suki: Wie geht Beziehung?	135
Clemens: Monogam kann ich nur mit einer Frau	149
Gabriel: Was ich mir von der Gemeinde wünsche	156
3. Ich kenne die Anziehung zu beiden Geschlechtern	163
Charlotte: Ausflug mit Bernd	
<i>Szenen einer inneren Reise</i>	164
Samuel: Bin ich, wie man sagt, bisexuell?	
<i>Ich glaube nicht!</i>	178
Marius: Zwei Seelen in meiner Brust	188
Michaela: «Ich komm schon allein zurecht» – Denkste!	193

4. Verliebt, verlobt, verheiratet	208
Daniel: Ihr großes Ja gab mir die Sicherheit, um ihre Hand anzuhalten	209
Martin: Wie ich meine Frau erobert habe	218
5. Ledig sein und als Single glücklich leben?	228
Stefan Schmidt: Mein Dasein ist eine Zweierbeziehung	229
Thomas: Ich, der Fußballfan	238
Christoph Kiehne: «Dieser Weg wird kein leichter sein, dieser Weg ist steinig und schwer»	244
6. Vaterschaft leben trotz verunsichertem Mannsein	258
Simon: Der Weg zu meiner Tochter	259
Ralf Fritzsche: Meine Söhne brauchen mich als ihren Vater	265
Peter Rechsteiner im Interview: Meine Kinder sollen wissen, wer ich bin	271
7. Wie bewältige ich mein Trauma?	282
Yvonne: Brief an Yvonne	283
Carla: «Warum weinst du? Wen suchst du?»	292
David Mädicke: Die innere Einsamkeit war mein Geheimnis	305
Marcel Dammert: Was hilft gegen Scham und Selbstablehnung?	315
Hanna: Mein Herz war wie versteinert	322
8. Für mich war es eine Sucht	327
Silas: Ich ging den anderen an die Wäsche	328
Paul: Pornografie war meine Rettungsinsel	337
9. Ich habe gelernt, Freundschaften zu leben	344
Jannis: Auf dem Weg zur Freundschaft	345
Stefan Schmidt: Offener, transparenter, ernsthafter <i>Die ganze Wirklichkeit bejahen</i>	353

10. Ich habe starke Veränderung erlebt!	362
Marco: Es musste mal alles raus!	
<i>Selbstbeobachtung und Wagnis als Schlüssel zur Veränderung</i>	364
Isabell: Transition	
<i>Aus Schmerzstarre in die Lebendigkeit</i>	374
Bernd: Meine Frau ist schön, klug, eigenständig und weiß mich herauszufordern	392
Pascal: Bevaterung half mir auf die Sprünge	398
Johannes: Soweit ich zurückdenken kann, wollte ich Frau und Kinder	406
11. Warum ich es will	414
Jost: Warum ich als Christ nicht homosexuell leben kann – und will <i>Sieben ganz persönliche Gründe</i>	415
Nachwort von Dominik Klenk	423

Vorwort

von Markus Hoffmann

«Weil ich es will» – Dieses Buch ist eine Wortmeldung von Menschen, die homosexuell empfinden. Aber das ist schon falsch. Denn die 39 Personen, die hier aus ihrem Leben berichten, erleben und deuten ihre (Homo-)Sexualität je anders: Marcel oder David empfinden ausschließlich homosexuell. Samuel, der als 18-Jähriger homosexuell empfand, empfindet heute eher heterosexuell. Er hat sich in eine Frau verliebt und ist heute verheiratet. Carla erzählt von mehrfachem sexuellem Missbrauch. Auch sie lebte zeitweise in einer gleichgeschlechtlichen Beziehung, fühlte sich damit aber nicht wohl, denn sie konnte sich in der Beziehung nicht abgrenzen und hatte Schwierigkeiten, ihre eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen. Erst als sie an ihrer Fähigkeit zur Abgrenzung arbeitete, merkte sie, dass sie bei Frauen eigentlich nicht-sexuelle Nähe sucht. Heute kann sie dies in der Gemeinschaft mit Frauen verwirklichen.

Die Beispiele werfen die Frage auf: Welche Personen melden sich mit diesem Buch zu Wort und warum? Es sind Menschen, die nicht in die mittlerweile gewohnten Schablonen von «homosexuell» und «heterosexuell» passen. Auch ihre Lebenssituationen passen nicht zum Typus des «homosexuellen Menschen», der von den Medien vermittelt wird. Denn einige der Autorinnen und Autoren leben bewusst ledig und verzichten auf Sexualität. Sie begründen das entweder mit ihrem christlichen Glauben oder mit einem inneren Konflikt, der es ihnen nicht möglich macht, eine Partnerschaft auf Augenhöhe zu führen. Andere hingegen sind verheiratet, weil sie eine Öffnung ihrer homosexuellen Gefühle in Richtung Heterosexualität erlebt haben. Manche von ihnen haben eine starke Veränderung erlebt, andere nehmen sowohl heterosexuelle als auch homosexuelle Impulse in ihrem Leben wahr.

Fragt man daher, was den Autorinnen und Autoren dieses Buchs gemeinsam ist, dann ist es dies: Hier schreiben Personen, die gelernt haben, ihre homosexuellen Impulse, ob vergangen oder fortbestehend, als Aspekt ihres Lebens anzunehmen, ohne daraus einen Lebensstil oder eine homosexuelle oder queere Identität abzuleiten. Gemeinsam ist ihnen auch, dass sie sich in je unterschiedlichen Lebenssituationen befinden, dass sie sich in ihrem Leben je

andere Fragen beantwortet haben und einen Weg finden mussten, ihren christlichen Glauben in Bezug auf ihre nicht-heterosexuelle Orientierung zu verstehen. Und: Sie mussten zu einer Lebensgestaltung finden, für die es kein Vorbild gibt. Über diese Lebensgestaltung reden sie in diesem Buch unter elf verschiedenen Überschriften und geben damit Einblick in das, was einen Menschen bewegen kann, wenn er sich in seinem Leben vor das Thema Homosexualität gestellt sieht.

So sprechen die Autorinnen und Autoren über die Suche nach einem Umgang mit ihrer sexuellen Orientierung, sie schreiben über die Bedeutung des Glaubens für ihren Weg und sie erzählen über ihren Umgang mit sich und ihren Beziehungen, wenn sie sowohl homosexuelle wie heterosexuelle Impulse in sich spüren. Andere Zeugnisse erzählen von der Gestaltung des Ledigseins und der Enthaltbarkeit, der Elternschaft, der Ehe mit einem gegengeschlechtlichen Partner oder vom Umgang mit der schmerzhaften Erfahrung von Trauma und sexuellem Missbrauch.

Dann wird in den Zeugnissen auch das Thema «Veränderung» angesprochen. Nicht um den simplen Slogan zu bedienen, «Veränderung ist möglich», sondern um zur Sprache zu bringen, dass Menschen dies sehr unterschiedlich erleben. Manche berichten, dass sie heute nur noch heterosexuell empfinden, andere sprechen eher von einer starken Verlagerung ihres Empfindens in Richtung Homosexualität. Oder sie berichten, dass sich der Charakter der homoerotischen Anziehung verändert hat. All diese Schwerpunkte werden in den Zeugnissen nicht fachpsychologisch entfaltet und können auch nicht einfach als Anleitung für einen eigenen Prozess gelesen werden. Vielmehr geben die Zeugnisse einen Einblick in sehr persönliche Prozesse, über die öffentlich kaum oder nie geredet wird. Oder die als Teil der Realität einfach ausgeschwiegen werden.

Mit dem Titel «Weil ich es will» wollen die Autorinnen und Autoren dieses Schweigen durchbrechen. Nicht aus Gründen der Selbstdarstellung, sondern weil sie eine Tür für diejenigen öffnen wollen, die ihre sexuelle Orientierung nicht einfach dem Identitätsbegriff «schwul», «lesbisch» oder «bisexuell» zuordnen wollen und können. Sie selbst sind aufgrund der sexuellen Orientierung ins Fragen gekommen und ermutigen mit diesem Buch daher andere, Fragen zu stellen.

Sie verbinden mit dem Titel des Buches auch den Wunsch, dass Menschen, die ähnlich fühlen, in ihrem Nachdenken nicht gestört werden. Sie selbst haben

erlebt, dass die Gesellschaft ein solches Nachdenken als anstößig oder gar diskriminierend gegenüber denjenigen empfindet, die ihre nicht-heterosexuelle Orientierung als Lebensstil verwirklichen wollen. Das Buch ist daher auch ein Protest gegen eine Gesellschaft, in der die selbstkritische Analyse oder die Infragestellung dessen, was man in gleichgeschlechtlichem Empfinden erlebt, mit Strafe bedroht wird.

Es ist aber auch eine Einladung zum differenzierten Dialog. Denn hinter dem Thema Homosexualität sammeln sich nicht nur Menschen, die mit ihrer sexuellen Orientierung akzeptiert werden wollen, sondern auch Menschen mit konkreten Fragen, Nöten und Lebenssituationen, die vom bekannten Mainstream abweichen.

«Weil ich es will» heißt daher auch: Wir wollen als Menschen, die ihre Sexualität und ihr Personsein anders verstehen, ernst genommen und in Gesellschaft und Kirche nicht an den Rand gedrängt, ausgegrenzt und übersehen werden. Denn wir haben ein berechtigtes Anliegen, einfach schon deshalb, weil wir in Lebenssituationen stehen, in denen wir nach Antworten suchen und uns vor allem auch von der christlichen Gemeinde Orientierung und Wegbegleitung wünschen.

Wer sich auf die Fülle der Perspektiven einlässt, die sich in den unterschiedlichen Zeugnissen spiegeln, versteht, dass diese in einem Vorwort kaum abgebildet werden können. Das Vorwort will dennoch eine gewisse Lese- und Verständnishilfe geben. Dabei stellt sich die Frage: Wer liest dieses Buch? Und welche Orientierung muss eine Lesehilfe daher bieten?

Die Wegbegleiter

Das vorliegende Buch ist aus der Überzeugung entstanden, dass die Stimmen dieser Menschen und ihre Geschichten gehört werden müssen. Fünf Wegbegleiter haben die Geschichten der Menschen zusammengebracht, die sich in diesem Buch eingefunden haben. Sie haben Gespräche und Interviews geführt und den Autorinnen und Autoren Hilfestellung bei der Konkretisierung ihrer Zeugnisse gegeben. Dabei war es ein Vorteil, dass sich ein Teil der Männer bereits über längere Zeit mit ihrer Geschichte und ihrem Weg auseinandergesetzt hatte. Auch die Zeugnisse der Frauen haben sich feinsinnig entwickelt: Die

meisten der Autorinnen haben sich im Laufe des Projektes persönlich kennengelernt. Das war ein großer Schatz und eine enorme gegenseitige Ermutigung.

Der Weg vom Willen, die eigene Geschichte aufzuschreiben, bis zum fertigen Text, brauchte Zeit. In einigen Fällen mehrere Monate. Die Begleitung war lohnend und auch notwendig. Viele der Autorinnen und Autoren sind aufgrund der medialen und gesellschaftlichen Atmosphäre unsicher, wie ihre Lebensberichte in der Öffentlichkeit aufgenommen werden. Manche durchliefen im Entstehungsprozess ihrer Zeugnisse auch Phasen des Zweifels und der Angst. Auch Angst davor, dass jemand sie aufgrund ihrer Geschichte erkennen und diskreditieren könnte.

Diese Realität ist mit ein Grund dafür, dass viele der Zeugnisse unter einem Pseudonym erscheinen. Alle Autorinnen und Autoren, und auch die Wegbegleiter dieses Buches, kennen die Erfahrung von Diskriminierung und die Auswirkung auf die eigene berufliche Karriere, wenn man etwas Differenziertes zum Thema «Homosexualität» sagt, das nicht dem Mainstream entspricht. Schnell fallen dann Worte wie «Homoheiler», «Konversionsbefürworter» oder «Scharlatan». Und mit hoher Wahrscheinlichkeit wird man einem rechten Spektrum zugeordnet und im öffentlichen Diskurs gebrandmarkt.

Wir sind dem Fontis-Verlag daher dankbar, dass er den Mut hat, dieses Buch in sein Verlagsprogramm aufzunehmen. Denn nur dadurch kann unser Wunsch erfüllt werden, der Stimme der in der Gesellschaft und zum Teil auch in der Kirche zum Schweigen Gebrachten Gehör zu verschaffen.

Was kann das Buch leisten – für wen?

Ich stelle mir vier Gruppen von Leserinnen und Lesern vor. Die erste Gruppe sind Menschen, die selbst auf irgendeine Weise vom Thema Homosexualität betroffen sind. Die zweite Gruppe sind Menschen in seelsorgerlichen oder beratenden Berufen. Die dritte Gruppe verschiedene Menschen, denen sich jemand aufgrund seiner gleichgeschlechtlichen Empfindungen anvertraut hat. Und die vierte Gruppe könnten Kritiker sein, die dem Buch mit Argwohn begegnen und jetzt schon beschlossen haben, was sie von ihm zu halten haben.

Was nun können diese unterschiedlichen Gruppen von diesem Buch erwarten?

Zunächst ein Wort an die Menschen, die das Buch als sogenannte «Betroffene» lesen. Da das Thema mein eigenes Leben geprägt hat, kann ich mich in sie besonders gut einfühlen. Vielleicht erwarten Sie als Betroffene in diesem Buch eine Antwort auf die Frage der Veränderung. Diese Antwort kann Ihnen das Buch nicht geben. Auch nicht die Zeugnisse, die von Veränderung erzählen. Denn was ein Mensch als seine Erfahrung berichtet, kann nicht einfach kopiert werden. Denn Veränderung ist nicht einfach möglich. Wer das behauptet, ist unseriös und leitet Menschen in die Irre.

Die beste Antwort, die Sie als Betroffene in dem einen oder anderen Zeugnis finden, kleidet sich meist in die Gestalt einer Frage, die Sie zur eigenen Reflexion einlädt. Etwa die Frage: Wie erlebe ich denn meine nicht-heterosexuellen Empfindungen? Gleichet sie der Annahme von Homosexualität, die in unserer Gesellschaft heute verbreitet ist, oder ist sie doch ganz anders? Vielleicht entdecken Sie in einem Zeugnis auch eine Türe, durch die Sie selbst noch nie gegangen sind, und damit verbunden eine Einladung, den Schritt einer vertieften Reflexion der eigenen Empfindungen zu wagen.

Das Buch kann Sie aber auch zur Gestaltung Ihres Lebens einladen und damit zu folgenden Fragen: Wie gestalte ich meinen Glauben? Dürfen meine nicht-heterosexuellen Empfindungen darin eine Rolle spielen? Wer weiß eigentlich, dass ich von diesem Thema in meinem Leben umgetrieben werde? Weiß meine Gemeinde davon? Weiß, wenn Sie verheiratet sein sollten, Ihr Ehepartner davon? Oder, wenn Sie sich gerade doch, wider Erwarten, in einen gegengeschlechtlichen Partner verliebt haben, haben Sie mit ihm oder ihr darüber gesprochen? Oder: Wie gestalten Sie dann, wenn Sie sich für das Ledigsein entschieden haben, Ihr Leben? Haben Sie Freundinnen und Freunde, die um Sie wissen? Haben Sie einen Ort, an dem Sie sich sicher fühlen und Nähe und Wärme empfangen können?

Auf manche dieser Fragen finden Sie in diesem Buch eine Antwort oder können lesen, wie andere mit dieser Frage umgegangen sind. Vor allem wollen Ihnen die Autorinnen und Autoren dieses Buches eines vermitteln: Sie sind nicht allein! Und Sie brauchen sich für Ihre homosexuellen Gefühle nicht zu schämen! Diese Aussage unterstreichen alle, die hier schreiben, mit ihrem Mut. Lassen Sie sich also ermutigen, bleiben Sie mit Ihren Fragen nicht länger allein!

Dann ein Wort an die Leserinnen und Leser in seelsorgerlichen oder beratenden Berufen: Vor allem wollen wir Sie mit den verschiedenen Zeugnissen zu einem differenzierten Blick auf das Thema «Homosexualität» einladen. Denn es gibt nicht den Typus des Homosexuellen, sondern allenfalls Menschen, die solche Gefühle je unterschiedlich erleben und je anders für sich deuten. Die Entscheidung, ob Sie diese Menschen kennenlernen wollen, liegt an Ihnen. Die Einladung dazu wird in jedem der Zeugnisse ausgesprochen. Sicher, die Menschen, die in diesem Buch schreiben, geben keine objektiven Antworten auf das Phänomen der Homosexualität. Aber als Professionelle wissen Sie das bereits. Denn Sie wissen, dass es auf der einen Seite objektivierbare Kriterien für das gibt, was wir psychischen Konflikt nennen.

Daneben gibt es aber auch die Geschichte, die sich Menschen von ihrem subjektiven Erleben und Leiden erzählen. Diesen Erzählungen mit Respekt einerseits und mit professionellem Verstand andererseits gegenüberzutreten, gehört zum Ethos Ihres Berufes.

Meine Einladung als Mensch, der selbst im Bereich Psychotherapie und Seelsorge ausgebildet ist, wäre daher: Treten Sie bei jedem Zeugnis einen Schritt zurück. Versuchen Sie einfach, zu verstehen, was der Mensch Ihnen erzählt. Wenn Sie dies dann mit Ihrem Fachwissen kontextualisieren, kommen Sie auf neue Fragen, vielleicht auch auf Erkenntnisse, die Sie als Annahme in Ihr theoretisches Forschen oder in Ihre Praxis mitnehmen können. Das z. B. wäre ein Ergebnis, über das sich die Autorinnen und Autoren freuen würden. Denn mit ihren Zeugnissen wollen sie keine wissenschaftliche These aufstellen. Sie wollen vielmehr das Fenster zu einem Erleben und einer Wirklichkeit aufstoßen, die sie bislang vielleicht aufgrund von Denkverboten und Vorbehalten so nicht haben wahrnehmen können.

Machen Sie sich dabei bewusst: Dieses Buch sagt nicht: «Wir haben die Wahrheit!» Es sagt lediglich: Diese Wirklichkeit und dieses Erleben gibt es auch.

Neben professionellen Therapeutinnen und Therapeuten gibt es dann auch den theologisch studierten Menschen, der im Bereich von Seelsorge arbeitet. Vor allem Sie dürfen sich von den Autorinnen und Autoren dieses Buches zur Wahrnehmung der mannigfaltigen Glaubens- und Lebensfragen eingeladen wissen, die in den Zeugnissen zu Tage treten. Denn sie alle verstehen sich als Christen.

Vermutlich sind Sie in Ihrer seelsorgerlichen oder pastoralen Praxis der einen oder anderen ähnlichen Lebensgeschichte begegnet. Haben Sie sich aber schon einmal gefragt, wie Sie einen Menschen mit einer solchen Geschichte und mit seinen Fragen in Ihre Gemeinde integrieren? Wie Sie ihn entlang seiner Fragen und inneren Nöte begleiten können? Oder haben Sie sich schon mal gefragt, wie Sie ihn theologisch für seinen Weg ermutigen können? Die Texte geben auf diese Frage zwar nur zum Teil eine Antwort, wollen Sie aber zum Weiterdenken ermutigen oder dazu, gerade diese Zeugnisse in die gemeindliche oder seelsorgerliche Schulung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern einzubeziehen.

Ganz in der Nähe der eben erwähnten Gruppe befinden sich Freundinnen und Freunde, Schwestern und Brüder einer christlichen Gemeinde oder Familienangehörige, denen sich ein Mensch mit seinen gleichgeschlechtlichen Neigungen anvertraut hat. Vielleicht hat Sie dies verunsichert oder Sie fragen sich, welche Fragen ein solcher Mensch bewegt oder wie Sie ihn unterstützen können. Sicher bilden die Zeugnisse nicht jede Situation und jeden Menschen ab. Aber sie machen doch deutlich, dass betroffene Menschen Beziehung und Freundschaft brauchen. Und dass sie geschützte Orte benötigen, an denen sie über ihre Prozesse, Ängste und Nöte sprechen oder an denen sie verlässliche Beziehungen wagen können. Gerade die Notwendigkeit von neuen Beziehungserfahrungen wird in vielen Zeugnissen unterstrichen. Vielleicht sind Sie als Freundin oder Freund, als Schwester oder Bruder die Person, die eine solche Erfahrung schenken kann.

Vielleicht lesen Sie das Buch aber auch als Ehepartnerin oder Ehepartner eines Menschen, der gleichgeschlechtliche Impulse in seinem Leben kennt, und sind deshalb verunsichert. Nicht selten höre ich von Eheleuten, dass sie Angst haben, dass der gleichgeschlechtlich empfindende Partner oder die Partnerin sich in jemanden vom gleichen Geschlecht verlieben könnte. Ich hoffe, dass Ihnen manche der Zeugnisse helfen, Ihren Ehepartner zu verstehen, und dass es für Sie nachvollziehbar wird, warum gleichgeschlechtliche Freundschaften für das persönliche Wachstum und ihre oder seine Identität wichtig sein können. Trotzdem aber gilt auch das: Keine Ehepartnerin und kein Ehepartner ist der Therapeut oder Seelsorger seines Partners. Verstehen meint daher weder, den

Ehepartner zu retten, noch ihm irgendwelche Bedürfnisse von den Augen abzulesen. Bedürfnisse können in einer Partnerschaft nur auf Augenhöhe ausgehandelt werden.

Schließlich möchte ich jene Leserinnen und Leser ansprechen, die das Buch unter einen Anfangsverdacht stellen. Etwa den, dass sich hier Menschen zu Wort melden, die ihre Homosexualität verdrängen oder die als homophob zu etikettieren sind. Ich bitte Sie, sehen Sie die Autorinnen und Autoren nicht als Gegner oder als Menschen, die durch ihre Lebensentscheidung andere diskriminieren wollen. Erkennen Sie in ihnen vielmehr Menschen, die mit diesem Buch ein Dialogangebot machen. Sie tun das, indem sie einen ehrlichen Einblick in ihr Erleben und ihre Lebensbewältigung geben. Wenn Sie am Ende der Lektüre zur Erkenntnis kommen, dass sich ein Dialog lohnen würde, so sind wir als Herausbergemeinschaft offen dafür. Denn eine Frage wird vom derzeitigen Diskurs nicht beantwortet: Wo haben Menschen mit den hier dargestellten Lebensthemen ihren Platz unter dem Regenbogen?

Eine Lesehilfe

Um Ihnen als Leserin und Leser ein besseres Vor-Verständnis für die Lektüre der Zeugnisse mit auf den Weg zu geben, sind nachfolgend einige Lesehilfen formuliert.

Lesehilfe 1 – Es gibt nicht «den» homosexuellen Menschen

Es wurde eingangs bereits erwähnt, dass die Autorinnen und Autoren nicht in das übliche Schema «des Homosexuellen» passen. Denn von ihm nimmt man an, dass er sich seiner Orientierung gewiss ist, und sollte er daran zweifeln oder sich doch mal in das andere Geschlecht verlieben, dann nur deshalb, weil er noch nicht zu seiner wahren sexuellen Identität stehen kann. Mit diesem Verständnis im Hintergrund wird man es schwer haben, den Autorinnen und Autoren in diesem Buch folgen zu können. Denn sie hinterfragen ihre sexuelle Orientierung, beobachten darin Konflikte, erleben kleine und größere Veränderungen und verlieben sich durchaus über eine längere Zeitspanne hinweg in einen gegengeschlechtlichen Partner oder erleben ihre Sexualität fluide etc. –

Damit stellt sich für Sie als Leserin oder Leser die Frage, wie Sie diese Gruppe einordnen können.

Bedenkt man, dass sich im internationalen Vergleich zwischen 1,5 und 2% der Menschen als ausschließlich homosexuell empfindend definieren, aber 4 bis 6% sich irgendwo zwischen den Polen «homosexuell» und «heterosexuell» platzieren, dann wird deutlich, dass sich in diesem Buch keine Minderheit, sondern eher eine Mehrheit zu Wort meldet. Und diese kann sich vor Lebensfragen gestellt sehen.

Da ist zum Beispiel Samuel (58). Mit 18 Jahren empfand er homosexuell. Als er sich jedoch in seine Frau verliebte, empfand er auf einmal ausschließlich heterosexuell. Dazu musste er seine gleichgeschlechtlichen Empfindungen weder verleugnen noch unterdrücken. Als jedoch Jahre später neben der heterosexuellen Orientierung wieder homosexuelle Gefühle auftauchten, er aber inzwischen Vater geworden war, stand er vor Fragen: Sollte er seine Frau aufgrund von homosexuellen Gefühlen, die neben seinen heterosexuellen auftauchten, verlassen? Sollte er in den homosexuellen Gefühlen das Auftauchen seiner wahren Identität erkennen? Aber wenn die Homosexualität die wahre Identität ist, warum waren da noch heterosexuelle Gefühle für seine Frau?

Wir sind gewohnt, Folgen, die sich aus einer sexuellen Orientierung ergeben könnten, reduziert und individualisiert zu betrachten. Wir reduzieren sie etwa auf die Frage von Lust und Liebe. Reduzieren Sexualität auf das Erleben im Augenblick. Oder individualisieren sie und ermutigen, dass jeder nach seiner Fassung glücklich werden soll. Diese Art der Reduktion klammert aber die Frage der Lebensperspektive aus, die über den augenblicklichen Moment hinausweist. Doch genau dieser Frage haben sich die Autorinnen und Autoren in ihrem Leben gestellt. Johannes (41) zum Beispiel. Er hat eine Öffnung seiner gleichgeschlechtlichen Neigung in Richtung Heterosexualität erlebt. Dennoch nimmt er heute noch homosexuelle Impulse in seinem Leben wahr. Männer und Frauen wie er müssen daher irgendwann eine Entscheidung fällen. Will ich trotz zeitweiser homosexueller Anziehung eine gegengeschlechtliche Partnerschaft eingehen? Wie und wann erzähle ich meiner Partnerin oder meinem Partner von diesen Gefühlen? Wie gestalte ich sie im Rahmen einer Ehe?

Gleichgeschlechtliche Gefühle können dann aber auch andere Entscheidungen notwendig machen. So dann, wenn man wie Charlotte (36) einen Konflikt

darin entdeckt und merkt, dass man sich u. a. deshalb bisher nicht auf Männer einlassen kann, weil man sich von ihnen beschämt, bedroht oder benutzt fühlt.

Oder wie Hanna (67), die merkt, dass ihre Leere auch in einer gleichgeschlechtlichen Partnerschaft nicht ausgefüllt wird.

Charlotte und Hanna haben sich aufgrund ihrer eigenen Wahrnehmung entschieden, ihre Sexualität zu hinterfragen, und sind dabei auf Konflikte gestoßen, für deren Lösung sie sich bewusst entscheiden mussten. Denn ein solches «auf dem Weg sein» ist schmerzhaft und braucht den bewussten Willen, sich darauf einzulassen, wie in vielen Zeugnissen gelesen werden kann.

Und dann kann die Entdeckung, dass sich mit der Sexualität Konflikte verwoben haben, zu weiteren Konsequenzen und Lebensthemen führen.

David (50) hat festgestellt, dass er in seiner Sexualität nur die Unterwerfung unter Männer wiederholt, wie er sie in seinem Missbrauch erlebt hat. Er entscheidet sich daher für ein enthaltsames Leben als Lediger. Damit drängen sich aber Fragen der Lebensgestaltung auf: Wie lebe ich Ledigsein, wie Enthaltbarkeit, wie kann ich den Weg in Freundschaften finden, wo ich durch erlebten Missbrauch von meinen Bedürfnissen abgeschnitten bin, etc.?

Die Beispiele machen deutlich: Mit dem Thema Homosexualität können verschiedene Lebensthemen und Lebensfragen verbunden sein, die weit über die heute in der Kirche favorisierte Frage von Segnung und Ehe hinausgeht. Wer das Thema nur auf diese Frage reduziert betrachtet, übersieht die Fülle von Lebenssituationen, in die Menschen gestellt sind, die gleichgeschlechtliche Impulse in ihrem Leben kennen.

Und wer glaubt, dass selbst Menschen, die ausschließlich homosexuell fühlen, zum Lebensglück nur der passende Partner fehlt, irrt. Denn selbst diese Menschen stehen vor der Frage ihrer Lebensgestaltung, die eben nicht einfach dadurch gelöst wird. Wer die Zeugnisse verstehen will, muss dies mit dem Vorwissen tun, dass «Homosexualität» viele Erlebnisweisen kennt und unterschiedlich mit dem Erleben, dem Schicksal und dem Lebensweg eines Menschen verbunden sein kann.

Lesehilfe 2 – Die Zeugnisse als Suche lesen

Einige Zeugnisse lassen erkennen: Hier ist ein Mensch auf der Suche oder am Anfang eines Weges: Carla (60) zum Beispiel. Sie hat in unterschiedlichen homosexuellen Beziehungen gelebt. Doch trotz äußerer Intimität blieb sie über viele

Jahre innerlich allein. Irgendwann kommt sie in ihrer Not neu ins Fragen und Hinterfragen: ihrer Muster in Beziehung, ihrer Versuche, unter Frauen dazugehören – und auch ihrer homosexuellen Anziehung. Darf sie das? Ist das nicht der Anfang eines falschen Weges oder gar Kennzeichen einer auftauchenden Ablehnung der eigenen sexuellen Orientierung? In der LGBTQ+-Szene, wie auch von Kritikern, wird dies oft als Irrweg oder als «brainwashing» dargestellt. Mit diesem Punkt der Lesehilfe soll dem deutlich widersprochen werden.

Sogar Literatur, die der affirmativen und unterstützenden Therapie bei Fragen der sexuellen Orientierung zugerechnet werden kann, erlaubt Betroffenen, Fragen zu stellen, und sieht in der Verunsicherung, die solche Fragen in der Person bewirken, den Weg zu einer selbstbewussten Entscheidung. Als Beispiel kann Vivienne Cass dienen: Sie findet es völlig normal, wenn Menschen mit homosexuellen Gefühlen in sich eine Identitätskonfusion wahrnehmen, die Fragen aufwirft. Denn immerhin steht das, was diese Menschen in sich entdecken, gegen das Erleben der Mehrheit. Nach Cass darf, kann und muss eine Frau, die homosexuelle Empfindungen in sich spürt, die Frage stellen: «Ist das, was ich da empfinde, homosexuell oder gar Ausdruck einer lesbischen Identität, die ich anstreben sollte?»

Solche Fragen sind weder in den Sexualwissenschaften noch im Kontext von Sexualtherapie ungewöhnlich. Denn dort setzt man die Worte «schwul» oder «lesbisch» nicht einfach dem Begriff der Homosexualität gleich. Denn Homosexualität kann alles Mögliche sein: Es kann eine einmal auftretende Anziehung sein, sie kann neben heterosexuellen Anziehungen gleichzeitig empfunden werden, u. a. m.

«Schwul» oder «lesbisch» hingegen ist eine Selbstbezeichnung, die Menschen nur dann wählen, wenn sie sich sicher sind, dass sie ihre homosexuelle Orientierung als Lebensstil in der Öffentlichkeit leben wollen. Vor einer solchen Entscheidung sollten sich Menschen, so Cass, daher sehr sicher sein, weshalb sie empfiehlt, sich auf einen Weg der Suche, des Fragens, des inneren Fühlens und Prüfens einzulassen.

Auf dem Weg des Suchens und Prüfens kann die Unterscheidung zwischen den Begriffen «sexuelle Identität», «sexuelle Fantasie», «sexuelles Verhalten» oder «sexuelle Orientierung» helfen. Denn es kann vorkommen, dass eine Person zwar gleichgeschlechtliche *Fantasien* hat, sich aber niemals in eine Person des gleichen Geschlechts *verliebt*. Oder es kann sein, dass ein Mensch einige

Zeit ein homosexuelles *Verhalten* praktiziert, ohne jemals eine dauerhafte *Anziehung* zu einer Person des gleichen Geschlechts zu erleben.

Und es kann sogar sein, dass eine Person sich zwar sexuell immer von einem bestimmten Geschlecht *angezogen fühlt*, aber diese Orientierung nicht zu seiner *Identitätsbeschreibung* erheben will. Carla ist eine solche Person. Als sie entdeckt, dass die sexuelle Beziehung zu einer Frau für sie so etwas wie «Selbstbefriedigung mit jemand anderem» ist und ein Gefühl der Einsamkeit zurückbleibt, beginnt sie, Fragen zu stellen. Diese waren der notwendige Anfang ihres Suchprozesses.

Das heißt, Fragen sind okay! Betroffene Menschen sollten sie sich stellen, auch wenn jede Antwort nur der Übergang zu einer nächsten Lebensstufe ist und vieles offenbleiben muss.

Die Zeugnisse in diesem Buch sind Ausdruck eines Suchprozesses und müssen als offener Prozess gelesen werden. Wir wissen nicht, wo einige der Autorinnen und Autoren in einigen Jahren stehen werden, zu welchen Erkenntnissen sie kommen oder welche Lebensentscheidungen sie fällen werden. Aber trotzdem erlaubt dies niemandem, notwendige Frage-, Such- und Erkenntnisprozesse einfach als irreführend oder «brainwashing» abzutun. Genauso wenig ist es erlaubt, festzulegen, dass solche Prozesse immer notwendig auf ein bestimmtes Ziel zuzulaufen haben. – Können wir diese Spannung als Betroffene, als professionelle Helfer und auch als Kritiker zulassen?

Lesehilfe 3 – Sexualität im Zusammenhang mit der Person

Warum Menschen enthaltsam leben oder warum sie die Ehe von Mann und Frau als einzige Form definieren, in der menschliche Sexualität verwirklicht werden kann, ist für viele Menschen heute nicht verstehbar. Daher ein Wort zum Verständnis und Konzept von Sexualität, wie es den Autorinnen und Autoren gemeinsam ist.

Die Menschen, die sich mit diesem Buch zu Wort melden, rechnen sich dem christlichen Glauben zu. Damit ist auch ein bestimmtes Menschenbild und ein besonderes Verstehen der Sexualität verbunden. So sehen sie ihr Personsein, einschließlich ihrer Leiblichkeit, Geschlechtlichkeit und Sexualität, unter das Vorzeichen der Heiligen Schrift gestellt. In der Heiligen Schrift, etwa in Matthäus 19, lesen sie, dass Sexualität entweder in der Ehe zwischen Mann und Frau verwirklicht werden soll oder im Ledigsein durch Enthaltbarkeit. Da sie

nun aber an sich nicht feststellen können, dass sie zur Ehe mit einem gegengeschlechtlichen Partner fähig sind, versuchen sie, ihre Sexualität nun mit dem Wort Gottes in Übereinstimmung zu bringen, und kommen daher zum Schluss, dass ihnen das nur auf dem Weg der Enthaltbarkeit möglich ist.

Der Schluss ist für sie ein notwendiger deshalb, weil sie die Verwirklichung ihres Personseins und ihrer Sexualität nicht voneinander trennen wollen, etwa indem sie sagen, meine sexuelle Lust hat nichts mit meiner Gotteskindschaft zu tun, oder indem sie sagen, es ist doch alles nur «Liebe». Denn Liebe ist für sie immer zuerst Liebe gegenüber Gott und seinem Wort. Und diesem fühlen sie sich deshalb verpflichtet, weil sie glauben, dass Gott dem Leben eine gute Ordnung gegeben hat.

Andere argumentieren mit einer Variante, die aber auf der gleichen Bindung an das Wort Gottes beruht. Sie sagen, dass Gott in der Schöpfung von Mann und Frau die Sexualität in eine leibliche Ordnung gesetzt hat. Nach ihrem Verständnis ist in die Natur des Menschen eine heterosexuelle Hinordnung eingezeichnet. Diese Natur macht die im göttlichen Gesetz der Schöpfung verbürgte Grundorientierung des Handelns offenbar, die der ganzen Menschennatur gilt und aus der sich die Ordnung des Lebens ergibt. Da sie aber diese Natur emotional aufgrund ihrer gleichgeschlechtlichen Empfindungen nicht mitvollziehen können, sie die von Gott gegebene Schöpfung aber ehren wollen, verzichten sie auf Sexualität.

Sicher gibt es in unserer Zeit auch Menschen, die ein solches Menschenbild nicht nachvollziehen können. Sie entscheiden sich anders. Vielleicht weil sie die Bibel anders auslegen, vielleicht weil sie keinem metaphysischen Menschenbild folgen wollen. Wenn Sie die Menschen, die durch diese Zeugnisse zu Ihnen sprechen, aber verstehen wollen, sollten Sie sich beim Lesen fragen, ob Sie die freie Entscheidung dieser Menschen für dieses Menschenbild anerkennen können.

Das heißt ja nicht, dass Sie dieser Anthropologie folgen müssen. Das heißt nur, dem Selbstverständnis dieser Menschen für einige Augenblicke einen Vorrang einzuräumen, einfach um ihre Perspektive zu verstehen. Denn erst durch diesen Vorrang wird bewusst, dass diese Menschen einem anderen Konzept von Person und Sexualität folgen als andere. Aber genau dieses Konzept gehört zu der Identität, entlang derer sie ihr Leben zu verwirklichen suchen.

Wer diesen Schritt zumindest gedanklich mitvollzieht, kann entdecken, dass

diese Menschen selbstbewusst auf die Verwirklichung einer Wahrheit zustreben, in der sie die Wahrheit ihres Personseins erkannt haben. Natürlich folgen einer so wesentlichen Sicht auf das eigene Leben Spannungen. Mit diesen müssen die Menschen umgehen. Wie sie das tun, kann in dem einen oder anderen Zeugnis nachgelesen werden.

Sollten Sie als Betroffene oder Betroffener diese Zeilen lesen und vielleicht ähnliche Entscheidungen für sich gefällt haben, dann bitte ich Sie: Gehen Sie mit den Spannungen, die sich aus einer solchen Entscheidung ergeben, sorgfältig um. Suchen Sie sich Begleitung. Und auch wenn Sie von der einen oder anderen Lebenspraxis in den Zeugnissen lesen, prüfen Sie, am besten im Dialog mit anderen, ob diese auf Ihr eigenes Leben anwendbar sind. Wenn Sie als psychotherapeutisch arbeitende Person das Gesagte lesen, fragen Sie sich: Kann ich anerkennen, dass nicht allein die Erfüllung sexueller Lust zu einer erfüllten Identität führen kann, sondern auch die Identität, die jemand in seiner Glaubensorientierung findet?

Und alle, die im seelsorgerlichen Dienst stehen, lade ich zu folgender Überlegung ein: Führt eine solche Entscheidung letztlich nicht zu einer Einheit zwischen denen, die in der Ehe stehen, und denjenigen, die die göttliche Stiftung der Ehe durch ihre Enthaltbarkeit ehren? Ich kenne nicht wenige enthaltsam lebende Betroffene, die sich gerade durch diesen Gedanken mit denen verbunden fühlen, die eine heterosexuelle Ehe leben.

Lesehilfe 4 – Sexualität und Konflikt

In den Zeugnissen gibt es nicht wenige, die ihre Sexualität als konflikthaft beschreiben. Was aber ist damit gemeint und wie kommen diese Menschen darauf, von einem sexuellen Konflikt zu sprechen? Diese Frage soll in einer für ein Vorwort angemessenen Kürze in drei Schritten beantwortet werden: Erstens: Was verstehen die Herausgeber nicht als Konflikt? Zweitens: Welchen Weg müsste ein Mensch mit homosexuellen Empfindungen gehen, um einen Konflikt in sich seriös ausmachen zu können? Und drittens: Was genau kann denn überhaupt als konflikthafte Sexualität verstanden werden?

Erstens: Einige von Ihnen kennen vielleicht die Formel, dass homosexuelle Menschen meist eine starke Mutter und einen schwachen Vater hatten. Folgt aus dieser Annahme, dass ich homosexuell bin? Das ist mehr als fragwürdig. Wenn das stimmen würde, müsste beinahe jeder zweite Mensch homosexuell sein.

Auch der Zusammenhang, dass frühe Verführung zu homosexuellem Empfinden führt, ist keine allgemeingültige Aussage. Sicher gibt es Menschen, bei denen sexuelle Ersterfahrungen eine bestimmte erotische Ausrichtung in Gang gesetzt haben. Es gibt aber mehr Menschen, bei denen das nicht der Fall ist.

Und auch wenn das Thema Trauma und sexueller Missbrauch in einigen Zeugnissen auftaucht, begründet sich daraus nicht das Gesetz, dass jeder missbrauchte Mensch automatisch homosexuelle Empfindungen ausprägt. Was vielmehr gilt, ist, dass die Sexualität ein bio-psycho-soziales Konstrukt ist, in das Anlagen, Umwelt und psychische Verarbeitung eingehen, was die Art meiner sexuellen Sehnsüchte mitbestimmen kann.

Bis heute wissen wir weder, ob Homosexualität oder sonst eine Form der sexuellen Orientierung von biologischen Faktoren (Hormone, Gene, Gehirn) abhängen, noch wissen wir, wie die Biologie, Psychologie oder die soziale Umwelt sexuelle Orientierungen exakt begünstigen. Sollten Sie als Mensch, der homosexuelle Gefühle in seinem Leben kennt, in diesem Buch also von einer Lebensgeschichte lesen, die Ihrer ähnlich ist, dann heißt dies nicht, dass der Grund für Ihre sexuelle Orientierung in Ihrer Lebensgeschichte liegt. Dazu sind Sie als Mensch viel zu komplex.

Zweitens: Welchen Weg muss ein Mensch gehen, und welchen Weg sind die meisten Autorinnen und Autoren in diesem Buch gegangen, um ihre sexuelle Orientierung als konflikthaft zu definieren? Die Frage ist wichtig. Übersieht man sie, so läuft man Gefahr, dass man sich eine bestimmte Deutung seiner Homosexualität anliest. Daher einige wichtige Hinweise: Menschen, die ihre Sexualität als konflikthaft identifiziert haben, sind meist einen langen Weg gegangen. Nicht wenige von ihnen hatten am Beginn ihres Weges den Wunsch, ihre homosexuellen Gefühle wie einen alten Mantel abzulegen. Oft waren diese Gedanken von Selbsthass begleitet. Und mit diesem Selbsthass war nicht selten sozialer Druck verbunden. Manchmal wurde er aus der Angst vor Diskriminierung gespeist, manchmal beruhte er bereits auf Diskriminierungserfahrungen oder wurde durch religiösen Druck begünstigt.

Damit ist schon etwas über den Weg gesagt, den die Autorinnen und Autoren in diesem Buch gegangen sind: Die einen setzten sich mit dem Selbsthass auseinander und mussten zur Annahme ihrer homosexuellen Gefühle finden.

Die anderen mussten sich gegen den sozialen oder religiösen Druck wehren und sich klar machen, dass sie Gottes geliebte Kinder mit oder ohne homosexuelle Gefühle sind. Dass das kein einfacher Weg ist, kann in dem einen oder anderen Zeugnis nachgelesen werden.

Als Herausbergemeinschaft wollen wir aber nochmals unterstreichen: Wer seine homosexuellen Gefühle nicht annehmen kann, wird kaum klären können, ob seine sexuelle Orientierung mit einem Konflikt verbunden ist oder nicht. Da das Wort «Annahme» mehrdeutig ist, hier nochmals eine Präzisierung: Annahme meiner sexuellen Empfindungen heißt nicht, dass ich sie zu meinem Lebenskonzept machen muss. Annahme meint vielmehr Anerkenntnis. So erkenne ich in der Annahme das an, was in mir da ist. Was ich lebe und wie ich bestimmte Gefühle in meine Gesamtpersönlichkeit integriere, steht auf einem anderen Blatt und ist der Weg einer Selbstentscheidung.

Drittens: Wann aber kann sich ein Mensch sicher sein, dass mit seiner sexuellen Orientierung ein Konflikt verbunden ist? Das ist mitunter die schwierigste Frage. Ich greife daher auf das Zeugnis von Marcel (36) zurück: Er erzählt in seinem Zeugnis von Beschämungen, die er nicht nur früher in seinem Leben erfahren hat, sondern die bis heute eine Wirkung auf seine Person haben. So kann er sich und sein Mannsein nicht annehmen. Baut sich dieses Gefühl der Selbstablehnung z. B. durch Kränkungen auf, die er in seinem Alltag erlebt, zieht sich Marcel in sexuelle Fantasien zurück. In ihnen will er nicht sich erleben, sondern sein beschämtes Mannsein wegmachen. Was nun ist daran konflikthaft?

Der Sexualtherapeut David Schnarch, in dessen Werk es meist um heterosexuelle Beziehungen geht, sagt dazu Folgendes: Wenn ich mich und meine Person nicht vollständig annehmen kann und ich Beziehungen benutze, um meine innere Wunde zu heilen, dann ist eine solcherart motivierte sexuelle Handlung mit einem Konflikt verbunden. (Was sich im Übrigen auch auf eine nicht-sexuelle Handlung übertragen lässt.) Diesem Argument kann man natürlich mit der Frage begegnen, ob nicht in jeder sexuellen Beziehung ein solcher Vorgang abläuft. Denn ist es nicht so, dass in sexuellen Beziehungen Bedürfnisse ausgetauscht werden? Das ist richtig.

Warum Schnarch im Fall von Marcel aber trotzdem von einem Konflikt reden würde, hängt mit der Balance von Selbstsein und Beziehung zusammen. Schnarch geht davon aus, dass einem Menschen dann Sexualität gelingt, wenn

er sein Selbstsein ganz und gar annehmen kann. Und wenn diese Annahme auch dem gilt, der mir in der Sexualität gegenübertritt.

Marcel aber nun kommt in seinem Zeugnis zur Aussage, dass er sich ja selbst nicht annehmen kann, und dass er es nicht schafft, den anderen in dessen Ganzheit anzunehmen. Denn er will in der sexuellen Begegnung den anderen ja gerade nicht mit seiner ganzen Person annehmen, sondern nur das, was er zur Stabilisierung seiner durch Beschämung brüchig gewordenen Persönlichkeit braucht. An dieser Stelle seiner Selbstbeobachtung angekommen, sagt Marcel: Ich suche ja nicht, mein selbstbewusstes Mannsein in der sexuellen Begegnung zu leben, sondern ich versuche, mein beschämtes Mannsein durch das Mannsein eines anderen zu heilen. Da ihm das aber nicht gelingt und in der Realität einer Beziehung auch nicht gelingen kann, wird er am Ende immer wieder auf sich und seine Beschämung zurückgeworfen.

Entlang von Marceles Beispiel kann ein Vierfaches gesagt werden: Um von konflikthafter Sexualität zu sprechen, braucht es klare Kriterien. Das Kriterium von David Schnarch ist nur eines. Weitere können in verschiedenen sexualtherapeutischen Quellen gefunden werden. Zweitens: Konflikthafte Sexualität liegt bei Marcel nicht deshalb vor, weil seine homosexuellen Empfindungen an sich einen Konflikt darstellen würden, sondern weil sich ein nicht-sexueller Konflikt mit seiner Sexualität verbunden hat. Der Konflikt ist die Beschämung und die mangelnde Selbstannahme, nicht die Homosexualität selbst. Das heißt drittens, ein solcher Konflikt kann also Menschen grundsätzlich betreffen, unabhängig davon, welche Ausrichtung sie in ihrer Sexualität erleben. Viertens und schließlich: Um auszumachen, ob sich mit meiner Sexualität ein Konflikt verbindet, muss ich mich ganz und gar auf meine Gefühle und mein inneres Erleben einlassen. Denn letztlich kann nur jeder einzelne Mensch selbst durch inneres Spüren und Fühlen entscheiden, ob seine Sexualität konflikthaft ist oder nicht.

Und noch eins ist wichtig: An die Bearbeitung solcher Konflikte ist nicht die Veränderung der sexuellen Orientierung gebunden. Sie kann am Ende aber die Erhöhung der Lebensqualität ermöglichen. Bei Marcel lesen wir, dass er immer noch homosexuell empfindet. Weil er es bislang aber nicht geschafft hat, seine Beschämung zu überwinden, verzichtet er auf das Ausleben seiner Homosexualität. Dazu sagt er selbst, dass er andere nicht zur Heilung seines Selbsthasses benutzen will.

Lesehilfe 5 – Veränderung ja oder nein

Marcel, David und andere, die in diesem Buch schreiben, sprechen davon, dass sich in ihrer sexuellen Orientierung nichts verändert hat. Daneben stehen aber die Zeugnisse von Marco (60), Pascal (30), Suki (24) oder Johannes (41). Sie sprechen von einer deutlichen Veränderung in Richtung Heterosexualität. Wir als Herausbergemeinschaft knüpfen an diese Zeugnisse nicht das Versprechen, dass Veränderung einfach möglich ist. Das wäre unseriös und würde dem Kontext des ganzen Buches widersprechen. Der Grund, weshalb diese Zeugnisse in das Buch aufgenommen worden sind, liegt woanders.

Wer die Zeugnisse von Marco (60) und Bernd (50) aufmerksam liest, kann dort sehen, auf welchen verschlungenen Pfaden Konflikte gelöst werden können. Bei Marco lesen wir, wie er zur Selbstannahme gefunden hat, oder bei Johannes, wie er Vertrauen in Bezug auf seine männlichen Gaben aufbauen konnte. Im Kern wollen also diese Zeugnisse zeigen, wie man einen nicht-sexuellen Konflikt, der sich mit der Sexualität verbunden hat, lösen kann. Mehr nicht. Warum Marco oder Johannes heute eher heterosexuell empfinden, kann im Letzten nicht gesagt werden. Vielleicht war ihnen heterosexuelles Fühlen nach der Lösung ihres Konfliktes deshalb möglich, weil sie nie ausschließlich homosexuell gefühlt hatten. Das aber ist nur eine Vermutung und nicht mehr.

Was wir aber sagen können, ist, dass es in der Literatur Hinweise und Beispiele für die Veränderung der sexuellen Orientierung gibt. Statistische Daten weisen eine solche Veränderung vor allem vor dem 25. Lebensjahr aus. So kommt Savin-Williams, der viel über die Homosexualität bei Teenagern geschrieben hat, 2007 zu folgender Feststellung: Die Wahrscheinlichkeit, dass ein 16-Jähriger, der sich als homo- oder bisexuell bezeichnet, sich bereits ein Jahr später als heterosexuell bezeichnet, ist 25 mal höher, als es für einen heterosexuellen 16-Jährigen wahrscheinlich ist, sich mit 17 als homosexuell zu bezeichnen.

Und Mayer und McHugh kommen in einer großen Metauntersuchung, die sie im Jahr 2016 vorgelegt haben, sogar zur Aussage, dass sich 80% der homosexuellen Menschen unter 25 Jahren in Richtung Heterosexualität verändert hätten. – Daraus ein allgemeines Gesetz abzuleiten, ist nicht möglich. Genauso wenig die Annahme, dass einer Veränderung ein konfliktfreies Leben folgt. Gerade davon sprechen zum Beispiel Bernd oder Johannes nicht.

Veränderung, das sei betont, wird in diesem Buch aber nicht ausschließlich mit sexueller Orientierung verbunden. In den Zeugnissen wird von unterschiedlichen Veränderungen berichtet: Veränderung hin zur Fähigkeit, emotionale Beziehungen einzugehen und Nähe zulassen zu können; Veränderung in Richtung einer besseren Selbstbehauptung oder Grenzsetzung in Beziehungen; Veränderungen in Bezug auf ein Suchtverhalten u. v. a. m.

Schluss – Das Leben ist Fragment

Ich weiß nicht, was Sie denken werden, wenn Sie alle Zeugnisse dieses Buches gelesen haben. Einige Leser sind vielleicht enttäuscht. Denn sie haben in diesem Buch nicht die Erfolgsgeschichten gefunden, die sie erwartet hatten. Andere sind vielleicht erschlagen, weil in den Geschichten viel von Konflikten und Verletzungen zu lesen ist. Daher ein letzter Hinweis: Lesen Sie die Zeugnisse im Kontext des menschlichen Lebens. Heute setzen wir das menschliche Leben gern in den Kontext von Erfolg und Wachstum. Und wir denken uns den Menschen als jemanden, der selbstbewusst sein Leben in die Hand nimmt, um es auf der Leiter der Karriere zu entwickeln.

Stimmt das Bild aber? Stimmt nicht vielmehr das Bild, das uns in den Zeugnissen entgegenkommt? Das Leben ist unvollständig. Oft sehen wir uns mit Unfertigem konfrontiert, denn nicht alles hat sich ideal entwickelt. Eine erfolgreiche Zukunft ist daher nicht ohne die nachholende Beschäftigung mit der Vergangenheit möglich. Und manchmal führt genau diese Vergangenheit dann in Lebenswege hinein, die wir uns nicht ausgesucht haben, auf denen wir uns aber genau jetzt befinden, und die heute unser Leben prägen. Bei Lichte betrachtet ist aber genau das menschliche Leben.

Auch wenn in den Zeugnissen viel von Schmerz, Not, Krisen und Konflikten zu lesen ist, so können sie uns allen gerade deshalb Hoffnung machen. Denn sie zeigen, dass Zukunft, Veränderung und der Zugewinn von Lebensqualität auch für verletzte Menschen möglich ist. Nicht aber nur das: Die Zeugnisse verweisen auch darauf, dass die letzte Antwort auf die Frage «Wer bin ich?» nicht in uns liegt, sondern in Gott. So machen alle Autorinnen und Autoren ihr Leben und ihre Identität an Gott fest. Denken Sie beim Lesen der Zeugnisse deshalb doch auch über die Frage nach: Was müssen die Menschen, die hier schreiben, mit Gott erleben, wenn sie trotz eines so schwierigen Weges immer noch an ihm festhalten?

1. Wer bin ich? Auf der Suche! Unterwegs!

Nicht jede Sexualität ist gleich. Das trifft auch auf Menschen zu, die nicht-heterosexuell empfinden. Hier, wie in allen Lebensberichten, erzählen Menschen, die in ihrer sexuellen Orientierung nicht schon ihre sexuelle Identität erkennen können, nach der sie ihr Leben gestalten wollen. Denn in ihrem Erleben stolpern sie über Fragen, die widersprüchlich sind und die keine schnelle Antwort zulassen.

Eva (53) realisiert, dass emotionale Verstrickungen und Tagträume zwar einen «Kick» bringen, sie aber auch gefangen halten. Sie nimmt wahr, dass sie anderen und sich selbst Souveränität und aufopfernde Stärke vorspielt. Innerlich ist sie aber erschöpft und daher beginnt sie, Alternativen zu suchen.

Eine Frau, Anonym (47), hat eine schmerzhaft Schweben durchlebt. Lange Zeit konnte sie ihr Frausein und ihren Körper schwer annehmen. Ihr Leben war über Jahre eine Gratwanderung, auf der ihr Therapeut mitging. Heute kann sie Verbundenheit und tragfähige Beziehung leben und spüren.

Anna (25) glaubt mehrfach, mit dem Thema Homosexualität «durch» zu sein, besonders nachdem die intensive Begegnung mit dem Wort Gottes ihre Wahrnehmung zu prägen beginnt. Doch sie erkennt: Um Antwort darauf zu bekommen, was in ihr los ist, muss sie einem tieferen Schmerz begegnen. Sie braucht für ihren Weg Räume des Vertrauens – und Zeit.

Jasmin (44) hat lange im Verborgenen um das Verhältnis zwischen ihren homosexuellen Erfahrungen bzw. Sehnsüchten und ihrem Glauben gerungen. Inzwischen hat sie ein wichtiges Lernfeld für sich entdeckt: Langsam lernt sie, mit ihren Emotionen umzugehen, was ihre Beziehungen auf eine neue Basis stellt.

Trotz einer Geschichte, die Übergriffe von Männern, ihrer Partnerin und auch Autoritätsmissbrauch enthält, ist es Julia (49) gelungen, langsam wieder ein Gespür für ihre Bedürfnisse und Grenzen zu entwickeln. In einer vertrauten Gruppe von Frauen kann sie sich inzwischen willkommen fühlen. Sie ringt weiter mit der Frage, wie sie in verbindlichen Beziehungen ein Zuhause finden und leben kann.

Caterina (36) will sich mit ihrer gleichgeschlechtlichen Anziehung aus-

einandersetzen, nachdem wichtige Freundschaftsbeziehungen an emotionaler Verstrickung zerbrechen. Sie erkennt, dass sie ihren Empfindungen nicht einfach ausgeliefert ist, und macht auch Entdeckungen, die ihr Stück für Stück helfen, ihren Platz unter Frauen zu finden.

Ohne die sechs Zeugnisse in ihrer Komplexität zu schmälern, können wir in ihnen doch eine Bitte hören: Lasst uns Zeit! Lasst uns Zeit, unsere Sexualität zu verstehen! Lasst uns Zeit, die Fragen, die darin verborgen sind, selbstständig zu erkennen! Lasst uns Zeit, unseren Weg zu finden! Denn nicht schnelle Antworten bieten die Lösung, sondern nur die ehrliche Auseinandersetzung mit den eigenen Gefühlen, Beziehungen und den Fragen der eigenen Sexualität.

Ihre Bitte richten sie dabei u. a. an Menschen, die sich der LGBTQ+-Bewegung zuordnen. Denn von dort verspüren sie Abwertung und den Druck, nur durch ein Coming-out könnte man zu seiner wahren sexuellen Identität finden. Was aber, wenn Menschen in ihrer Sexualität nicht-sexuelle Fragen entdecken? Was, wenn sie darin auf Konflikte stoßen, die nicht mit dem übereinstimmen, was heute unter «Homosexualität» verstanden wird? In der Sexualwissenschaft und Sexualtherapie weiß man, dass sich nicht-sexuelle Themen mit der Sexualität verknüpfen können. In der Beratungspraxis kommen diese Erkenntnisse aber oft nicht mehr an. Und nicht selten werden die Reflexion und die eigene Einsicht, wie sie sich in den sechs Zeugnissen ausdrücken, unter Schlagworten begraben. Werden wir dem Menschen und seiner eigenen Erkenntnis dadurch gerecht?

Die Zeugnisse der sechs Frauen mit ihren je unterschiedlichen Entdeckungen und bisherigen Erkenntnissen wollen daher professionelle Beraterinnen und Berater, Seelsorgerinnen und Seelsorger zum Hinhören einladen. Denn oft ist es nicht eine abstrakte Theorie, die etwas über die menschliche Sexualität aussagt, sondern der betroffene Mensch selbst. Seine Erkenntnisfähigkeit in Bezug auf das, was er an Fragen und Widersprüchen in seiner Sexualität entdeckt, sollte wieder Vorrang erhalten. Denn erst wenn Menschen Zeit haben, ihre Fragen zu klären, können sie eine selbstbestimmte Entscheidung fällen. Daher machen die Zeugnisse auch mitbetroffenen Menschen Mut, sich auf dem Weg ihrer Entscheidung Zeit zu lassen, Fragen nachzugehen, um auf diesem Weg zur eigenen Entscheidung zu finden.



Ein Clown ohne Manege? *Vom falschen Idyll zur wahren Eva*

Eva

In meinem Teenie-Zimmer hing ein aus einer Zeitschrift ausgeschnittenes Zitat: «Vielleicht bin ich ein Clown ohne Manege.» Das war mein Lebensempfinden. Nach außen fröhlich und selbstsicher, hinter der Maske innerlich traurig und nicht wissend, wo ich hingehöre. Jahrelang hatte ich keinen Zugang zu mir, meiner Identität als Frau, meinem Körper, meinem Namen. Ich heiße Eva. Der Name Eva kommt aus dem Hebräischen und bedeutet Leben. Ab meinem 14. Lebensjahr richtete sich meine ganze emotionale Aufmerksamkeit auf selbstbewusste Frauen. Statt *mein* Leben zu leben, idealisierte, erotisierte und vergötterte ich sie – und passte mich ihren Bedürfnissen und Ansprüchen an, um nicht den Verlust ihrer Nähe zu riskieren. Wie kam es dazu?

Ein Wildfang

In frühen Kindergarten-Erinnerungen sehe ich mich bei den Spielen der Jungs. Drinnen baute ich Häuser, Türme und ganze Lego-Städte oder spielte Abenteuergeschichten mit Playmobil. Das Wilde, Unkonventionelle begeisterte mich – im Wald herumtoben, Fußball spielen! Puppen und Rollenspiele «Mama, Papa, Kind» – das war mir zu langweilig. Zu den Mädchen und ihrer Erlebniswelt fand ich keinen Draht und traute mich irgendwie nicht hinein.

Mit den Jungs fühlte ich mich hingegen sicher und ich machte das Beste draus. Doch im Grunde wusste ich nicht, wo ich hingehörte. Schon der Vergleich mit meiner älteren Schwester verunsicherte mich: Sie war bedacht, schüchtern, sauber. Das schien bei anderen besser anzukommen.

Ich hingegen war hörbar, ideenreich, unkonventionell, oft von oben bis unten schmutzig vom Spielen oder Essen und erntete Kommentare wie: «Das konnte ja nur *dir* passieren», oder: «So wild kann ja nur ein Junge sein» etc. Warum konnte ich mit meinem Verhalten, meinen Interessen nicht einfach auch Mädchen sein?! Einmal wollte ich mich mit meinen kleineren Cousinen in einem Bach «verstecken». Ich rutschte aus, das Wasser riss mich mit. Da nichts weiter passierte, war das Thema für mich schnell erledigt. Meine Tante reagierte jedoch heftig und verbot mir für mehrere Tage den Umgang mit ihren

Töchtern. Ich fühlte mich aussätzig, ausgesondert wie eine Bedrohung für andere.

Wieder und wieder zu erleben, dass ich in so vielem völlig anders reagiere, funktioniere, denke und fühle als mein Umfeld, verunsicherte und beschämte mein Innerstes. Es gab quasi «keine Übersetzung», keine Brücke, keinen Platz. Nicht nur als Mädchen. Mein ganzes Sein, meine Lebensberechtigung, meine Identität war in Frage gestellt: «Was stimmt mit mir nicht?» Viele Reaktionen im familiären Umfeld auf mein Naturell – vielleicht teils sogar gut gemeint – haben sich wie Hypotheken auf meine Selbstwerdung gelegt. Aber war es nur das?

Wenn ich Folgendes schreibe, so nicht (mehr), um anzuklagen, sondern um ein Einfühlen und Verstehen zu ermöglichen.

Meine Mutter – inmitten großer Ambivalenzen

Wir waren eine durchschnittliche Arbeiterfamilie in den 70-er Jahren. Meine Mutter legte Wert auf unser Zuhause, auf eine Familie, die unter allen Umständen zusammenbleibt und nach außen Idylle vermittelt. Sie selbst als Kriegs- und Nachkriegskind hatte dies alles nicht. Sie arbeitete viel, um die Familie über Wasser zu halten, war dabei auch gastfreundlich und großzügig. Sie konnte auch sehr gut kochen. Mit dem Ergebnis war sie allerdings selten zufrieden – nicht mit sich selbst und schon gar nicht, wenn wir etwas ausprobieren. Es war nie richtig, nie gut genug. Bis heute vermeide ich es zu kochen und allein die Vorstellung, eine Familie versorgen zu müssen, empfinde ich als überfordernd.

Zeitlebens kämpfte sie gegen Depressionen und Angstzustände, ein unberechenbares Auf und Ab. Wenn es ihr gut ging, kannte ich sie als eine fröhliche, herzliche, tief gläubige und vergebungsbereite Frau, die gern erzählte und mit Menschen zusammen war. Wurde sie von ihren Ängsten eingeholt, kam ihre kritiksüchtige und misstrauische oder ihre hilflose und nachtragende Seite zum Vorschein.

Nach Hause kommen – nach der Schule oder nach der Arbeit – war wie russisches Roulette. Wir wussten nie, in welcher Befindlichkeit wir sie antreffen würden! Als Teenager kamen wir manchmal spät heim. Ich erinnere mich gut daran, wie sie uns völlig verzweifelt, tränenüberströmt und mit Vorwürfen empfing. Bei mir löste es eine Mischung aus wütendem Unverständnis, Scham

und Schuldgefühlen aus. Diese paar Minuten Verspätung standen in keinem Verhältnis zu ihrer Reaktion und oft ging ich verwirrt ins Bett.

Auch ungefilterte Kritik an meiner Frisur, meiner Kleidung und die Abwertung meiner Erscheinung musste ich mir von klein auf anhören. Wertschätzung und Anerkennung verdienten wir uns vor allem durch Leistung wie putzen, Nachbarinnen helfen – oder einfach der Mutter zuhören. Wir Kinder waren ihr Halt, was sie auch immer wieder betonte. Mich nannte sie oft «meinen Fels». Auch in ihre Eheprobleme zog sie uns regelmäßig mit hinein und hielt uns Litaneien über die Unarten unseres Vaters. Überhaupt vermittelte sie uns ein abschreckendes Männerbild. Erst spät sprach sie über ihre Missbrauchserfahrungen als Mädchen und junge Frau, was mir ihre eigenen Ängste und ihr Männerbild verständlich machte.

Meine Lebensstrategie, mit diesen Ambivalenzen umzugehen, war es, ihr «Sonnenschein» zu werden. Das gab mir das Gefühl, wichtig zu sein. Aber *meine* Interessen, meine Wünsche, mein Kleidungsstil, meine Art, das Leben zu gestalten, galten ihr nicht viel, weniger noch als die Meinung Dritter über mich. Ich lernte früh, meine Sorgen, Fragen, Ängste, Herausforderungen besser nicht mit ihr zu teilen. Wie ein Bumerang kam sonst *ihre Angst* zu mir zurück und klebte als Selbstzweifel an mir fest: Ob ich das Leben schaffen würde?

Ihre Ambivalenz gegenüber Männern, Sexualität, anderen Menschen übertrug sie auf uns Töchter. «Vertraue niemandem» war ihre Devise. Wenn ich aber selbst in Konflikt geriet mit Freunden, Seelsorgern, Nachbarn, Verwandten oder mich gegen Grenzüberschreitungen wehrte, ergriff meine Mutter reflexartig Partei für meine Kontrahenten. Ich war bereits Mitte 40, als mich ein älterer Mann im Zug sexuell belästigte. Nach dem ersten Schock schickte ich ihn mit lauter Stimme weg, informierte den Zugführer und erstattete Anzeige. Als ich später meiner Mutter davon erzählte, erwiderte sie: «Womöglich hast du dem Mann Unrecht getan! Er ist vielleicht krank und braucht Hilfe.» Es gelang ihr nicht, meine Empfindung ernst zu nehmen, meine Reaktion gutzuheißen oder zu bestätigen.

Diese Erfahrung führte mir als erwachsener Frau ein erschreckendes Muster vor Augen: Sie hat mich nie ermutigt, meiner Intuition zu trauen und für mich einzustehen. Grenzen ziehen, Gefühle benennen und zeigen, zu den eigenen Stärken und Schwächen stehen war uns Kindern untersagt, wir blieben befangen im diffusen Gefühl von Verwirrung und Beschämung. Erst Jahre später ge-

lang es meiner Mutter und mir durch ehrliche und klärende Gespräche, einander Wertschätzung, Dankbarkeit und Liebe auszudrücken und tatsächlich spürbar zu machen.

Mein Vater – Distanz und Suchtstruktur

Aufgewachsen in einer großen Bauernfamilie, war er ein hilfsbereiter, arbeitssamer Mensch. Keine Aufgabe war ihm zu gering und er war bei Nachbarn und Bekannten beliebt. Er redete nicht viel. Auch seine Wertschätzung uns Kindern gegenüber zeigte er durch Hilfestellungen. Ich erinnere mich gerne daran, wie er mich in den Skiferien immer wieder den Hang hochzog und unten wieder abholte, weil ich noch Angst vor dem Lift hatte. Später in der Oberstufe holte er uns oft von der Schule ab oder fuhr mich, wenn ich verspätet war, zum Unterricht. Er war großzügig, kaufte uns Schleckereien, bei ihm durfte ich auf Bäume klettern, er kam mit in den Wald, er spielte mit mir Fußball! Wenn ich in Schwierigkeiten geriet, z. B. ohne Fahrschein erwischt wurde, blieb er gelassen, ruhig und verständnisvoll.

Doch Stabilität, Sicherheit, Absehbarkeit oder Orientierung konnte auch er uns nicht vermitteln. Seit seiner Jugend war er alkoholkrank und spielsüchtig. Oft kam er nach der Arbeit nicht nach Hause, weil er mit seinen Freunden am Stammtisch saß. Wie absurd, dass Mutter uns schon im Vorschulalter ins Gasthaus zum Vater und seinen zechenden Kumpanen schickte, um ihn heimzuholen. Es war schrecklich peinlich, ich hatte Angst vor den Witzen der angetrunkenen Männer. Noch heute meldet sich ein mulmiges Gefühl, wenn ich ein Restaurant betrete und Männer mit gefüllten Biergläsern am Stammtisch sitzen sehe.

Eine Begebenheit in meiner Teenagerzeit hat sich mir besonders eingebrannt. Nach einem Fest wollte mein Vater betrunken nach Hause fahren. Erstmals weigerte sich meine Mutter, mit uns Kindern einzusteigen, und wir fuhren mit Freunden nach Hause. Das beeindruckte mich sehr. Ich rechnete mit heftigen Auseinandersetzungen, aber kaum waren wir zu Hause, umarmte und lobte unsere Mutter den Vater, als hätte er unser Leben nie aufs Spiel gesetzt.

Wieder verstand ich die Welt nicht. Warum ließ sie das mit sich machen?! In mir blieb Wut, Enttäuschung und Einsamkeit zurück. Ich konnte nicht nachvollziehen, warum wir als Familie zusammengeblieben sind, obwohl der Alkoholismus unseres Vaters zu vielen unschönen Szenen führte. Ich distanzierte mich immer mehr von meiner Mutter: von ihrem Nörgeln und dann Einlenken,

ihrem Richtgeist und zugleich ihrer Unterwürfigkeit. So wie meine Mutter wollte ich sicher nicht werden!

Es ekelte mich, wenn mein Vater nach Alkohol roch oder über andere Leute lästerte. Auch ihm gegenüber erlebte ich viel Scham und Unsicherheit, was sich im Teeniealter verschärfte: Mein Vater respektierte meine Grenzen oft nicht, klopfte nicht an oder wartete nicht, bis ich mit dem Duschen fertig war. Er spöttelte, wenn ich mich schminkte und weiblich anzog, und nannte mich weiterhin Bub, wie er es früher getan hatte. Ich fühlte mich als Mädchen nicht wahrgenommen, in meinem Anderssein nicht wertgeschätzt. Ich zog mich von ihm zurück und begann ihn zu verachten. In der Tiefe blieb er mir fremd und unzugänglich.

Oft zog ich mich in mein Zimmer zurück, weil ich die Konflikte daheim nicht aushalten konnte. In Rollenspielen, durch Abtauchen in Fantasiewelten und mit Tagträumen lenkte ich mich ab. Mit Humor, Fröhlichkeit und Sprüchen überspielte ich Spannungen und schlüpfte oft in die Rolle des Clowns, der Unbeschweren, der Selbstbewussten. Besonders meine Mutter wollte ich fröhlich machen, sie in ihrer Traurigkeit aufmuntern! Das war meine Strategie. Innerlich blieb ich dabei einsam, verwirrt, traurig, wütend, was schon im jugendlichen Alter zu melancholischen, fast depressiven Phasen führte.

Zuschreibungen und Grenzüberschreitungen

Nicht nur die Aussagen meiner Eltern über mein Geschlecht verunsicherten mich. Auch Äußerungen, die von anderen an mich herangetragen wurden, nährten meine Ambivalenz und Scham: «Bist du ein hübscher kleiner Junge!» – «So ein liebenswerter, hilfsbereiter Junge!» – «Nicht mal ein Junge verhält sich so wie du!» – «Das kann ja nur einem Jungen passieren!», hörte ich von klein auf immer wieder von verschiedenen Seiten. Durch die Anerkennung «für den Jungen» fühlte ich mich einerseits geschmeichelt und bestätigt; andererseits verwirrte sie mich: Ich war doch ein Mädchen!

In unserer Familie gab es wenig wohlthuende physische Nähe. Küsse auf den Mund von beiden Eltern, Tanten und Onkeln fand ich ekelhaft. Kam meine Mutter manchmal sonntagmorgens zu mir ins Bett zum Kuseln, empfand ich mich durch ihre Nähe nicht beschenkt, hatte eher das Gefühl, für sie da sein zu müssen: psychisch, körperlich, seelisch. Dass das für mich nicht angenehm sein könnte, schien ihr gar nicht in den Sinn zu kommen. Wir hatten zu

Hause keine Worte für diese Dinge und ich blieb stumm. Nur wenn meine Mutter mit ihrer Figur kämpfte und auch uns Kinder streng musterte: mal zu dick, mal zu dünn, war der Körper Thema. Alles, was Körper oder Sexualität sonst betraf, war wie ausgeblendet – und doch unterschwellig angstbesetzt. Beim Duschen nach dem Turnunterricht war die Scham mein ständiger Begleiter. «Bloß weg hier.» Ich war mir absolut sicher: Wenn sie mich nackt sehen, lachen mich alle aus!

Mit 12 Jahren erlebte ich sexuelle Übergriffe durch den älteren Jungen einer befreundeten Familie. Wir verbrachten die Wochenenden oft in ihrem Waldhäuschen. Eines Nachmittags war ich nach dem Spielen bis auf die Unterhosen nass. Sie schickten uns hinein, um trockene Kleider anzuziehen. Da er schon mal Annäherungsversuche gestartet hatte, machte sich in mir Panik breit.

Noch heute spüre ich die Wut und die Fassungslosigkeit, dass meine Mutter – obwohl ich sie bat, mir beim Umziehen zu helfen – mich mit ihm allein ließ. Ausgerechnet sie, die uns immer so vor Jungs warnte! Jahre später verharmloste sie sein Grabschen, dem ich schutzlos ausgeliefert gewesen war: «Er war halt ein Lausbub.»

Dieses Erlebnis hat mein Vertrauen im Innersten erschüttert. Obwohl ich seit meinem jungen Erwachsenenalter tiefe, wertschätzende Freundschaften zu gleichaltrigen Männern knüpfen konnte und mich darin sicher und geborgen fühle, steigen in mir Angst und Selbstzweifel auf, wenn ich erotisches Interesse an mir *als Frau* wahrnehme.

Bis ich als Teenager im Austausch mit Gleichaltrigen eine Ahnung und eigene Worte für Körper, Geschlecht und Sexualität bekam, hatte ich zu meinem eigenen weiblicher werdenden Körper bereits den Zugang verloren. Ein sorgfältiger, liebevoller Umgang mit mir fehlte. Oft waren meine Beine und Arme zerkratzt oder mit blauen Flecken übersät, da ich mich beim Spielen, Klettern usw. nicht spürte und verletzte.

Ich schämte mich für meine Rundungen und verbarg mich unter großen Oberteilen. Meine Haare trug ich kurz und unkompliziert. Bis in die Oberstufe wurde ich von den Jungs gefragt, ob ich ein Mädchen oder ein Junge sei. Ich wusste es selber nicht! Auch wenn ich mit frechen Sprüchen konterte – diese Sticheleien fürchtete ich schon auf dem Schulweg. Und hinter der coolen Maske ...? Kein Mädchen, kein Junge – ein Neutrum? Meine geschlechtliche Identität hing im luftleeren Raum.

In der Sehnsucht abgeholt werden

Inmitten meines Ringens um meine Identität passierte etwas Besonderes: Eine junge Lehrerin nahm sich auch außerhalb des Unterrichts Zeit für Aktivitäten mit uns Teens. In den Ferien zeigte sie uns die Stadt oder Museen – nicht als Pflichtübung, sondern einfach, um ihre Begeisterung mit uns zu teilen.

Ihr zugewandtes Interesse weckte bei mir ein «Ach so ... *es darf um mich gehen!*» In Fächern, in denen ich mich schwertat, stellte sie mich nicht bloß. Sie ließ mich in einer liebevollen Art spüren: Ich sehe deine Ideen, die Kreativität und deine Gaben mit ihrem ganz eigenen Wert! Das kannte ich von zuhause so nicht. Ihre Anerkennung saugte ich auf wie ein trockener Schwamm. Ich suchte und genoss jede Gelegenheit, in ihrer Nähe zu sein. Ihre liebevolle und doch coole Art löste in mir eine tiefe Sehnsucht nach Ankommen und Umarmtwerden aus.

Dieses Empfinden wiederholte sich. Wann immer Frauen in meinen Augen selbstbewusst und eigenständig auftraten, wünschte ich mir ihre Nähe, von ihnen umarmt und gesehen zu werden. Mit etwa 17 Jahren erlebte ich diese Anziehung erstmals gegenüber Gleichaltrigen. Stundenlange Telefonate, ständig zusammen sein zu wollen, Schäkereien waren an der Tagesordnung und wurden von meiner Mutter mit Unverständnis und Nörgeleien quittiert. Obwohl ich dieses Teenie-Verhalten auch bei anderen Mädchen ausmachte, überforderte mich die *Intensität* meiner Gefühle. Eigentlich hätte ich mich gern einfach auch für Jungs interessiert. Aber selbst wenn – ich hätte doch sowieso nicht mit den anderen Mädels mithalten können! So blieben Jungs Kumpel für mich, gute Freunde, die ich aber nicht als Frau an mich heranlassen konnte. Zugleich machte mir meine Sehnsucht nach Nähe zu Frauen Angst und führte noch tiefer in Selbstzweifel und Unsicherheit. Ich sehnte mich so, mit jemandem darüber sprechen zu können, verstanden zu werden, mich selbst zu verstehen ... und hätte mich doch zu sehr geschämt.

Verliebtheiten

Mit achtzehn besuchte ich einen Tanzkurs. Ich fühlte mich fehl am Platz und befürchtete, am Rande sitzend warten zu müssen, bis ich aufgefordert werde. Ich schämte mich für mein unweibliches Äußeres, meine Haltung, mein Da-Sein. Doch dann passierte das Unglaubliche: Zu Beginn einer neuen Lektion wählte der Tanzlehrer *mich*, um die Figuren vorzuzeigen. Nachdem er mich zu-

rück an meinen Platz begleitet hatte, lobte er vor allen meinen Auftritt, meinen Tanzstil. Zum ersten Mal fühlte ich mich von einem attraktiven Mann respektvoll, auf Augenhöhe, beachtet und wertgeschätzt. Ich wurde *als Frau* wahrgenommen und konnte in der Konkurrenz zu anderen Frauen bestehen.

Ein neues, kribbelndes, spannendes, reizvolles Erleben und auch erotisches Spüren! Ich war verliebt. In einen Mann. Wochenlang suchte ich in Tagträumen nach Nähe und Intimität mit ihm.

Wenn ich diese beiden Verliebtheits-Phasen vergleiche, fühlen sie sich tatsächlich sehr unterschiedlich an: In der Nähe und der empfundenen Resonanz meines Tanzlehrers fühlte ich mich stark, selbstwirksam, weiblich, attraktiv. Gegenüber der Lehrerin erlebte ich mich als bedürftig, suchend, sehnd, anhänglich, schwach.

Auch der Typ Frau, der mich anzog, änderte sich: Richtete sich meine erotische Anziehung anfänglich eher auf mütterliche, zugewandte, zugleich coole, abenteuerlustige Frauen, wurden für mich später schöne Frauen interessant – schlank, stylisch, mit feinen Gesichtszügen –, die selbstsicher wirkten und in sich ruhend. Sie verkörperten für mich «richtiges Frausein». Im Vergleich zu ihnen empfand ich mich als unweiblich, dick und unästhetisch. Ich sehnte mich nach ihrer Nähe, als könnte ich so an ihren Eigenschaften teilhaben.

Paradoxe Beziehungsmuster

Wie schon in der Beziehung zu meiner Mutter half mir die gewohnte Strategie, meine Unsicherheit und meine Sehnsucht nach Nähe und Gesehenwerden zu stillen: Ich war hilfsbereit, zuhörend, gab mich selber und meine Bedürfnisse auf. Innerlich blieben Unsicherheit, Angst, Scham und Selbstzweifel, doch nach außen zeigte ich mich fröhlich, selbstbewusst, stark und hingebungsvoll. Darin verhielt ich mich auch manipulativ, indem ich der Anderen «die Souveräne» vorspielte und sie wiederum in ihrer Bedürftigkeit von mir abhängig machte. Gleichzeitig verlor ich mich in ihr, in ihren Themen, ihren Erwartungen und fand mich mit mir alleine nicht mehr zurecht. Ich vernachlässigte andere Beziehungen und Aufgaben, mein eigenes Leben, reagierte aber eifersüchtig oder verletzt, wenn sie sich anderen zuwandte.

Obwohl es zu keinem «Outing» und keiner sexuellen körperlichen Nähe kam, fühlte ich mich ohne die andere hilflos, einsam, antriebslos und handlungsunfähig; obwohl keine Beziehung in einem Drama endete, fiel ich oft in

eine tiefe Einsamkeit und Sinnlosigkeit. Meine Unsicherheit in meiner Identität als Frau, in Beziehungen, in Bezug auf meine Fähigkeiten kompensierte ich auch allgemein durch Leistung, Hilfsbereitschaft und ruhelose Geschäftigkeit. Meine eigenen tieferen Bedürfnisse, Ängste, Scham und Selbstzweifel überspielte ich – auch mir selbst gegenüber! – mit Fröhlichkeit und Stärke, und sie blieben unadressiert.

Aha-Erlebnis: Mehr Offenheit wagen

Eine erste Klärung erlebte ich mit Mitte 20. In meiner Arbeit fiel mir ein Buch in die Hände, das sich aus psychologischer Perspektive mit Homosexualität befasste. Anfangs eher fachlich interessiert, wendete sich dies zum persönlichen Erkennen und Verstehen: Erstmals konnte ich Worte für mein Fühlen, mein Denken, mein «emotionales Funktionieren» und vor allem für meine Suche und Sehnsucht greifen! Es hatte etwas Befreiendes! Mich in Lebensgeschichten homosexuell empfindender Menschen wiederfinden zu können, war zugleich beängstigend und verunsicherte mich. Mit wem kann ich all dieses Erleben, Fühlen, dieses Entdecken austauschen?

Meinen Eltern gegenüber wuchsen Wut, Ablehnung, Anklage und Unversöhnlichkeit. Ich gab ihnen die volle Schuld für meine Unfähigkeit, mein Leben authentisch und selbstbewusst zu gestalten. Der unausgesprochene, stetige, bis ins Innerste verwirrende Stress war äußerst kräftezehrend. Ich fühlte mich fremd in der Welt, konnte mich nicht artikulieren und fand bei niemandem Gehör. Suizidgedanken aus frühen Jugendjahren meldeten sich erneut. Die sich wiederholenden romantischen Verstrickungen zermürbten mich und so stellte ich mich der quälenden Frage: «Wer bin ich wirklich?»

Die Last und die Erschöpfung wurden zu groß, die Einsamkeit und meine Fragen unerträglich. In meiner Verzweiflung «outete» ich mich bei einem befreundeten Ehepaar. Ich hatte fürchterliche Angst vor ihrer Reaktion! Aber ihr wohlwollendes Interesse, ihre liebende Annahme haben mich überrascht: Keine Wertung, keine Distanzierung, ich konnte und durfte einfach sein und erzählen! Diese Erfahrung hat meine Entscheidung, genauer hinzusehen, gefestigt und gefördert. Indem sie mir spiegelten, wie sie mich wahrnahmen, halfen sie mir, aus meinem Versteck hervorzutreten und mich vor ihnen und vor Gott zu zeigen!

Ich machte mich auf die Suche nach seelsorgerlicher und therapeutischer

Hilfe und fand Menschen, die mich in meinem Prozess unterstützten, herausforderten, ermutigten. Nie habe ich empfunden, dass ich als Person aufgrund meiner Empfindungen, meines Verhaltens oder meines Denkens in Frage gestellt oder in eine bestimmte Richtung geführt wurde. Es ging um mich, nicht um moralische oder gesellschaftliche Normen. Ich durfte mit meinen Zweifeln, meinen Fragen, meiner Sehnsucht nach Verstehen und Verstandenwerden ankommen, «nach Hause kommen», mich selber finden, meinen Empfindungen, tiefsten Wünschen und Sehnsüchten trauen, mich anderen gegenüber öffnen und Akzeptanz erfahren – das war ein Prozess, der mein Leben entscheidend verändert hat.

Durchschauen der eigenen Muster

Über die längste Zeit meines Lebens war ich kaum 3 Monate ohne emotional abhängige Beziehungen. Hatte sich eine Beziehung gelöst, suchte ich nach emotionalem Halt, aber auch nach dem Kick, den eine neue erotische Anziehung mit sich brachte. Das Leben «ohne» war langweilig, einsam, trost- und kraftlos. Durch psychologische Beratung nach dem schematheoretischen Ansatz gewann ich endlich ein befreiendes inneres Verstehen für das, was ich immer und immer wieder erlebte, was mich bis zur Erschöpfungsdepression zermürbte und dem ich doch so lange wie süchtig ausgeliefert blieb.

Einen Schlüssel lieferte mir meine innere Gedankenwelt. Immer wenn sich mein Leben, *aber auch meine Fantasie* um eine «neue» Frau drehen konnte, empfand ich Entlastung aus der Einsamkeit, dem abwertenden Blick auf mich selber, meiner empfundenen Wertlosigkeit.

Auf Zugfahrten oder vor dem Einschlafen malte ich mir Abenteuer aus, in denen ich sie aus den heftigsten Notlagen rettete. Das gab mir ein Empfinden von Stärke, aber auch Beziehungssicherheit: Jemanden, der einem aus so einem Schlamassel hilft und der dabei alles aufs Spiel setzt, den kann man nicht einfach so links liegen lassen!

In meinen Tagträumen starb ich natürlich nie, sonst hätte ich mich ja um den Gewinn gebracht. War die andere Person aber erst einmal gerettet, brach bald das Empfinden von Nutzlosigkeit über mich herein – und Abhängigkeit. Außerdem war einfach nicht zu leugnen, dass ich selbst in all dem nicht vorkam.

Es war wie ein Erwachen. Mir wurde dramatisch bewusst, wie ich nicht weniger als mein Ich-Sein aufgab, um mich nur für einige Stunden stark zu fühlen

Nachwort

von Dominik Klenk

Menschen müssen erzählen können, was ihnen widerfahren ist. Wer die eigene Geschichte in Worte fasst, der ordnet nicht nur sein Leben, sondern der gibt ihm auch Bedeutung.

Dabei wohnt jedem Erzählen ein Geheimnis inne: Erzählen ist menschlich, und Erzählen macht menschlich. Erzählen benötigt Zeit, und Erzählen überwindet Zeit. Erzählen braucht Gemeinschaft, und Erzählen schafft Gemeinschaft. Menschheitsgeschichte ist erzählte Geschichte. Und die christliche Erzählgemeinschaft ist das Weiterreichen der Frohen Botschaft im biblischen Narrativ von einer Generation zur nächsten. Keine andere Geschichte hat kraftvoller Kreise gezogen. Ein besonderes Textil entsteht, wenn sich die persönlichen Geschichten von Menschen sichtbar mit dem großen Narrativ von Gottes Heilsgeschichte verweben: Wenn die eigene Sehnsucht und der eigene Schmerz, die eigenen Erfahrungen und Erkenntnisse Halt und Einbindung finden in den großen Geschichten von Konflikt und Versöhnung, von Abkehr, Umkehr und Neuanfang im Volk Gottes.

Die 39 Lebensgeschichten, die die Frauen und Männer in diesem Buch mit uns teilen, sind darum ein besonderer Schatz: Sie geben Zeugnis von einem Leben, das mit einer höheren Anbindung rechnet und sich von ihr halten und immer wieder neu ausrichten lässt. Damit schließen sich die Autoren an die biblischen Erzählungen an. Sie orientieren sich am Wort, das in ihnen lebendig werden darf, und geben dem Gewebe der biblischen Weisungen und Weisheiten Bedeutung. Zum Teil sogar mehr Bedeutung als ihrer eigenen Gefühlslage.

Das mag uns ungewöhnlich und unzeitgemäß erscheinen, zeugt aber von einem hohen, weil zeitlosen Ethos, das im Vertrauen auf den Gott gründet, der die (Un-)Tiefen unserer Herzen besser kennt als wir selbst. Das griechische Wort *ethos* bezeichnete ursprünglich den Weidezaun. Und so entsteht zwischen den Zeilen der einzelnen Geschichten ein Raum, in dem Menschen sich verorten können: umgeben vom Wort und von der Liebe Gottes, erfüllt mit dem Zuspruch von Gefährten, die ihr Anliegen teilen und ernst nehmen.

Der Wunsch, unsere Sexualität in einen tragenden und fruchtbaren Rahmen einzufrieden, ist so alt wie die menschliche Zivilisation. Gleichzeitig sind wir – ob aus Misstrauen, aus Übermut oder der Angst, zu kurz zu kommen – immer wieder selbst die größten Boykotteure dieser Sehnsucht. Es ist bemerkenswert, wie enthemmt unser Äon das Niederreißen des Ethos und das Ausbrechen aus allen «Weidezäunen» als die neue Moral in Kirche, Gesellschaft und im privaten Lebensvollzug feiert.

Wohin diese Emanzipation führt, ist noch nicht absehbar. Allem Anschein nach mehrt die in Regenbogenfarben getauchte Landschaft aber weder die Freude noch die Zufriedenheit, weder die Freiheit noch die Verbundenheit in unserer Generation. Im Gegenteil: Auf den entgrenzten Weideflächen machen sich vermehrt Unrast, Vereinzelung, Mangelgefühl, Ängste, Orientierungslosigkeit und tiefe Resignation breit. Gleichzeitig wächst der Druck auf jene, die anders leben wollen.

Auch und gerade deswegen sind die 39 Zeugnisse ein vitaler Beitrag zur Diversität. – Sie machen die Stimmen, Perspektiven und Geschichten vernehmbar, die im Mainstream sonst untergehen. Diesen Stimmen möchte das Buchprojekt «Weil ich es will» Gehör verschaffen.

Dr. Dominik Klenk, Verleger



Weil ich es will

Das sagen die 39 Frauen und Männer, die in diesem Buch zu Wort kommen: Sie möchten ihren homoerotischen Empfindungen nicht das letzte Wort über ihren Lebensstil geben.

Ein kontroverses Thema, das leider nicht mehr kontrovers geführt wird, weil die Stimmen derer, die sich nach Veränderung ihrer Gefühle sehnen, es heute schwer haben, repressionsfrei Gehör zu finden. Sie passen in keine Schablonen, stehen quer zum Mainstream, und das heißt auch:
Sie stehen quer zu queer.

Umso wichtiger ist es, dass hier Menschen im Ringen um Identität und sexuelle Orientierung den Mut finden zu erzählen, was ihnen widerfahren ist.

**Es ist ihre Geschichte. Es ist ihr Weg.
Es ist das, was sie leben wollen.**

fontis

www.fontis-verlag.com

ISBN 978-3-03848-258-1



9 783038 482581