

MIKE GENUNG

MEIN
WEG
ZUR
HEILUNG

A person stands on the peak of a dark, jagged rock formation, arms raised in a gesture of triumph or achievement. The background is a vast, hazy landscape of rolling hills and mountains under a soft, warm sky, suggesting the light of dawn or dusk. The overall mood is one of accomplishment and spiritual journey.

EINE BIOGRAFIE

MIKE GENUNG

MEIN WEG ZUR HEILUNG

EINE BIOGRAFIE

LOVE IS MORE ♥⁺

Titel der Originalausgabe:
The Road to Grace
© 2005 by Mike Genung
Published by Blazing Grace Publishing,
Colorado Springs, CO 80920, USA

© 2008 der deutschen Ausgabe
des Verlags Safersurfing
www.safersurfing.org
safer@safersurfing.org
Enzersdorfer Straße 43/106, 2340 Mödling, Österreich
ZVR-Zahl: 730044457
3. elektronische Auflage 2025

Die Bibelstellen wurden, soweit nicht anders angegeben,
der Schlachter Bibel 2000 entnommen.
© 2000 Genfer Bibelgesellschaft
Wiedergegeben mit freundlicher Genehmigung. Alle Rechte vorbehalten.

Übersetzung: Hans Fritz
Bearbeitung: Team LOVE IS MORE
www.loveismore.org

Umschlaggestaltung: Troy Design
Umschlag-Foto: © iStock/RyanLane
Satz: Wilhelm G. Adelberger
Bearbeitung: Troy Design
Druck/Verarbeitung: ViViT s.r.o., Slowakei

ISBN 978-3-200-01494-7

FÜR MICHELLE

Du hast 1989 einen Mann geheiratet, ohne zu wissen, dass er ein Sexabhängiger war, und dann hast du zehn leidvolle Jahre erduldet, denn er war dir gedanklich, körperlich und emotional untreu. Die Gnade, die du ihm, der dich so tief verletzt hat, erwiesen hast, indem du ihm vergeben hast, ist unbezahlbar.

Du bist die Gefährtin meiner Seele, und ich liebe dich.

FÜR JESUS

Dieses Buch wurde geschrieben, weil du mein Leben verändert hast, indem du mein Herz mit der Liebe Gottes erfülltest, obwohl ich dich viele Jahre meines Lebens betrogen habe. Danke, dass du diesen verlorenen Sohn nachhause gebracht hast. Du bist meine erste Liebe. Mögest du dieses Buch dazu verwenden, die Herzen vieler mit Liebe zu dir zu entflammen.

MEIN WEG ZUR HEILUNG

PROLOG	
Der Kleine Junge – Teil 1	7
KAPITEL 1	
Lügen, Wahrheit und Hoffnung	13
KAPITEL 2	
Isolation ist tödlich	23
KAPITEL 3	
Die Entscheidung	39
KAPITEL 4	
Die fatale Tragödie	51
KAPITEL 5	
Abwenden und zuwenden	65
KAPITEL 6	
Mein Schatz!	79
KAPITEL 7	
Der Morgen danach	93
KAPITEL 8	
Ins Tal	107
KAPITEL 9	
Heilung von Vaterwunden	115

KAPITEL 10	
Lebensquell oder Betonblock	129
KAPITEL 11	
Der Gott der Gnade	143
KAPITEL 12	
Kommet her zu mir	163
KAPITEL 13	
Das Geschenk der Gnade annehmen	173
EPILOG	
Der Kleine Junge – Teil 2	185
Der Weg der Ehefrau	191
Eine neue Ehe bauen	205
Buchempfehlungen	213
Letzte Seite	216
Quellenangaben	217

PROLOG

DER KLEINE JUNGE – TEIL 1

In seinen jungen Jahren war der Kleine Junge ein fröhliches Kind mit einem freudigen, abenteuerlustigen Temperament. Er spielte gerne mit seinen Soldatenspielzeugen und tat so, als wäre er der Held, der die Situation rettete. Er stellte sich vor, Rambo zu sein – furchtlos, entschlossen und mit gewaltigem Bizeps. Bereit, im nächsten Augenblick in den Kampf gegen eine überwältigende Übermacht zu springen und zu siegen. Oder er stellte sich vor, er wäre Braveheart, ein Anführer, dessen Mut und Integrität von Männern und Frauen gleichermaßen bewundert wurde. Ja, mein Lieber, solch ein Mann wollte der Kleine Junge sein. Er malte sein Gesicht blau an und stürmte über den Hinterhof, schlug mit seinem Spielzeugschwert auf Büsche und Bäume ein und stellte sich den imaginären Feinden in einer verzweifelten Schlacht.

Am liebsten wollte der Kleine Junge wie sein Vater sein. Dieser war all das, was der Kleine Junge sein wollte: klug, stark und zäh. Er war stolz auf seinen Papa und gab bei anderen kleinen Jungen damit an, dass sein Papa ihre Väter besiegen könnte. Er liebte es, wenn sie miteinander rauften und zusammen lachten oder über Männersachen redeten ... dann, wenn sein Papa mal zuhause war. Sein Papa musste in seinem Beruf viel reisen und war oft fort. Es machte den Kleinen Jungen traurig, dass er nicht mehr Zeit mit ihm verbringen konnte.

Aber der Kleine Junge bemerkte, dass andere kleine Jungen nicht traurig wurden. Sie waren zu rau und rüpelhaft, um solche Dinge zu fühlen. Deshalb entschloss er sich, ebenfalls ein rauer und rüpelhafter Junge zu sein. Obwohl diese Jungen Dinge sagten und taten, die seine Eltern ihm verboten hatten, was ihm innerlich Probleme bereitete, fühlte er sich gut, wenn die anderen ihm sagten, wie cool er sei.

Eines Tages waren seine Mama und sein Papa irgendwohin gefahren, und sie ließen ihn und seine kleine Schwester bei Onkel Frank, um bei ihm zu übernachten. Der Kleine Junge hatte immer schon gedacht, dass Onkel Frank ein

bisschen seltsam sei. Sein Onkel war ruhig, und hin und wieder bemerkte er, dass Onkel Frank ihn auf eine merkwürdige Art und Weise ansah, bei der er sich unbehaglich fühlte.

Aber an dem Abend schien Onkel Frank glücklich zu sein. Sie schauten sich zusammen lustige Filme an und aßen Popcorn, und er ließ sie etwas länger aufbleiben. Als es spät geworden war, brachte Onkel Frank zuerst seine Schwester ins Bett in einem Gästeschlafzimmer im Haus. Dann brachte Onkel Frank den Kleinen Jungen in sein Schlafzimmer ... und tat einige fürchterliche Dinge mit ihm ... dazu gehörte das Berühren von den ganz intimen Stellen des Kleinen Jungen.

Hinterher ging es dem Kleinen Jungen so schlecht, dass er sich übergeben musste. Er wollte weglaufen, aber hatte zu viel Angst davor. »Wenn du irgendjemandem davon erzählst, was geschehen ist«, sagte Onkel Frank zu ihm, »dann mache ich das noch einmal mit dir.« Der Kleine Junge versprach, niemandem ein Wort zu sagen.

Während der nächsten paar Jahre fing der Kleine Junge an, sich zu verändern. An manchen Tagen wurde er ohne Grund wütend, an anderen weinte er viel. Er wollte seinem Papa sagen, was geschehen war, damit er Onkel Frank zerstampfen würde, aber sein Papa war sogar noch mehr auf Reisen. Außerdem stritten seine Mama und sein Papa viel miteinander. Der Kleine Junge hatte jetzt Angst davor, von anderen Menschen berührt zu werden. Er hasste auch Familienzusammenkünfte, denn Tante Susi, die jeden umarmen und küssen musste, war immer dabei. In manchen Nächten hatte er Alpträume über das, was mit Onkel Frank passiert war, und wenn er sie hatte, wachte er oft vor Angst zitternd auf.

Ein paar Jahre später war der Kleine Junge eines Tages in Jimmies Haus. Jimmie war auch ein rauer, rüpelhafter Junge, und er und der Kleine Junge unternahmen viel zusammen. Jimmie nahm den Kleinen Jungen zu einem versteckten Platz in seinem Zimmer mit und zeigte ihm eine Sammlung von Zeitschriften, die er besaß, Magazine mit vielen schockierenden Bildern von Kleinen Mädchen.

Obwohl der Kleine Junge instinktiv wusste, dass diese Magazine schlecht waren, erregten ihn die Bilder. »Na los, nimm eins mit nach Hause«, lachte Jimmie, »ich habe noch viel mehr.«

Der Kleine Junge nahm die Zeitschrift mit nach Hause und schaute sie an. Er schaute sie sehr oft an. Er erinnerte sich daran, was Onkel Frank mit ihm gemacht und wie sich das angefühlt hatte, und er machte das mit sich selbst. »Das macht Spaß«, dachte der Kleine Junge. Bald hatte er seine eigene Sammlung von Magazinen, genau wie Jimmie.

Eines Tages begannen die Mama und der Papa des Kleinen Jungen zur Kirche zu gehen. Sie hatten kürzlich von jemandem namens Jesus gehört, und zur Kirche gehen schien das zu sein, was Leute taten, die mehr über ihn wissen wollten. In der Kirche lernte der Kleine Junge, dass Jesus Gott ist, dass er ihn liebt und am Kreuz für ihn starb. Er hörte, dass böse Menschen in die Hölle kommen und dass Christen, die Jesus lieben, in den Himmel kommen. Der Kleine Junge wollte nicht in die Hölle kommen, und so beschloss er, Christ zu werden. Augenblicklich passierte innerlich etwas Seltsames. Der Kleine Junge merkte, dass er nicht mehr rau und rüpelhaft sein wollte, er wollte Jesus gefallen.

Über die Jahre ging der Kleine Junge mit seinen Eltern zu einigen Gemeinden und bemerkte, dass die Pastoren unterschiedliche Dinge über Gott sagten. Ein Pastor schrie: »Wenn du viel sündigst, kommst du in die Hölle!«, was dem Kleinen Jungen Angst machte, und so begann er, sein Bestes zu versuchen, um gut zu sein. Ein anderer sagte: »Du musst alles aus der Bibel lernen und tun, was da steht, damit du Gott gefällt.« Ein dritter Pastor sagte sehr häufig: »Gott liebt dich.« Das hörte der Kleine Junge gerne, aber er fühlte sich nicht immer so, als ob Gott ihn liebte, besonders dann nicht, wenn er sich die Magazine angeschaut hatte. »Außerdem, wenn Gott mich liebt, warum hat er dann zugelassen, dass Onkel Frank diese Dinge mit mir gemacht hat?«, fragte er sich.

In einer Gemeinde traf der Kleine Junge eines Tages ein hübsches Kleines Mädchen in einem blauen Kleid. Das Kleine Mädchen war etwas Besonderes. Sie faszinierte ihn wie noch kein anderes Mädchen vorher. Er liebte alles an ihr – wie sie aussah, sprach und dachte.

Wenn sie zusammen waren, war er glücklich, und er wollte sie nicht verlassen. Bald wurden sie die besten Freunde.

In ihrer Kindheit tanzte das Kleine Mädchen gerne. Einige Jahre davor bereitete ihre Schule ein Theaterstück vor, und sie sollte die Hauptrolle spielen. Das Stück bedeutete alles für das Kleine Mädchen. In den Monaten vor der

Aufführung übte sie zwei Stunden täglich ihre Bewegungen ein. Sie wollte an dem Abend perfekt sein.

Am Tag vor der Aufführung ging ihre Mama mit ihr in ein Geschäft, um ihr ein schönes, weißes Rüschenkleid und neue Schuhe zu kaufen, nur für dieses Stück. »Ich kann es gar nicht erwarten, dass Papa mich in diesem Kleid sieht«, dachte sie und betrachtete ihr Aussehen in einem Spiegel des Geschäfts. Er würde so stolz auf sie sein. Als sie zuhause ankamen, sahen sie einen Notizzettel auf der Arbeitsplatte in der Küche. Ihre Mama begann zu weinen, während sie ihn vorlas. »Er hat uns verlassen«, sagte sie. Der Papa des Kleinen Mädchens hatte sie wegen einer anderen Mama mit zwei kleinen Töchtern verlassen. Ihr Herz war zerbrochen, und das Kleine Mädchen trug nie wieder das Kleid und nahm auch nicht an der Aufführung teil. Sie erklärte in der Schule, dass sie zu krank zum Tanzen sei, und ein anderes Kleines Mädchen übernahm ihre Rolle.

Es dauerte nicht lange, bis das Kleine Mädchen und der Kleine Junge beschlossen, beste Freunde für das ganze Leben zu werden. Sie waren beide begeistert. Jetzt würden sie von jemandem geliebt werden, der sie nicht verletzen würde. In seiner Begeisterung darüber, dass er heiraten würde, warf der Kleine Junge seine Sammlung von Magazinen in den Müll. Er würde sie nicht mehr brauchen, jetzt, wo er sein Kleines Mädchen hatte.

Während der ersten Monate hatten sie viel Spaß in ihrer Ehe. Sie lachten, küssten und umarmten sich viel. Es war großartig, die besten Freunde für das ganze Leben zu sein. Aber dann begann etwas falsch zu laufen. Der Kleine Junge fühlte sich wieder so, wie es war, bevor sie die besten Freunde für das Leben geworden waren – zornig, ängstlich und so, als ob er viel weinen wollte. Er hörte auf, so viel wie vorher mit seinem Kleinen Mädchen zu reden, und sie küssten sich nicht mehr so oft. Das Kleine Mädchen fühlte sich verletzt und ungeliebt und drängte den Kleinen Jungen, mit ihr zu reden und ihr zu sagen, was nicht in Ordnung war. Das Problem war, je mehr sie ihn drängte, desto verängstigter wurde er, und schließlich stritten sie sehr viel miteinander.

Eines Tages, während das Kleine Mädchen einkaufen gegangen war, entdeckte der Kleine Junge, dass er sich solche Bilder wie die, die er in seiner alten Magazinsammlung gesehen hatte, anschauen konnte, wenn er seinen Computer benutzte, um ins Internet zu gehen. Er erinnerte sich, wie gut er sich früher dabei gefühlt hatte. »Das ist der einzig sichere Weg, wie ich geliebt werden kann«,

sagte er sich selbst. Er schaute sich die Bilder von anderen Kleinen Mädchen am Computer an und berührte sich dabei oft selbst. Er schlich sich ins Computerzimmer, wenn das Kleine Mädchen eingeschlafen oder unterwegs war, um Einkäufe zu erledigen.

Eines Nachts wachte das Kleine Mädchen auf, nachdem der Kleine Junge das Zimmer verlassen hatte, um sich an den Computer zu setzen. Irritiert darüber, dass er nicht da war, ging sie zum Computerzimmer und war entsetzt zu sehen, dass ihr Kleiner Junge sich selbst berührte, während er sich auf dem Computer die Bilder von anderen Kleinen Mädchen ansah. Sie konnte nicht glauben, was ihr bester Freund tat, und fing an zu weinen.

Der Kleine Junge war peinlich berührt und fühlte sich schrecklich. Wie konnte er sein Kleines Mädchen nur so verletzen? »Ich werde es nie wieder tun, es tut mir leid«, versprach er ihr kühn. Mehr als alles andere wollte das Kleine Mädchen ihrem Kleinen Jungen vertrauen. Obwohl sie tief verletzt war, glaubte sie ihm und willigte ein, bei ihm zu bleiben.

In den folgenden Wochen tauchten die Bilder beständig in der Vorstellung des Kleinen Jungen auf, und gelegentlich brach er das Versprechen, das er dem Kleinen Mädchen gegeben hatte. »Es wird schon okay sein, solange sie es nicht herausfindet«, dachte er. »Was sie nicht weiß, wird sie nicht verletzen.« Sie fragte ihn von Zeit zu Zeit, ob er sich noch immer diese Bilder anschaute, aber er log jedes Mal, um sie nicht wieder zu verletzen.

Obwohl ihr Kleiner Junge ihr gesagt hatte, dass er sich die Bilder nicht mehr anschaute, war da etwas in der Art seines Verhaltens, bei dem das Kleine Mädchen fühlte, dass etwas nicht stimmte. Er lachte nicht mehr viel und war häufig still. Er küsste sie kaum noch. Wenn sie ihn fragte, ob alles in Ordnung sei, wurde er zornig und abweisend, als sei er verärgert darüber, dass sie ihm überhaupt diese Frage stellte. Obwohl er sagte, dass alles gut sei, schien ihre Freundschaft zu sterben.

Ein paar Monate später saß das Kleine Mädchen eines Tages zuhause an ihrem Computer und schrieb einen Brief, als sie versehentlich eine falsche Taste drückte – und sie war entsetzt, als das schockierende Bild von einem anderen Kleinen Mädchen auf dem Bildschirm auftauchte. In der Hoffnung, dass das ein Einzelfall wäre, rief sie eine ihrer Freundinnen an, die ihr erklärte, wie man

Bilder findet, die im Computer gespeichert sind – und sie war fassungslos, als sie Hunderte weitere fand. Aus den Zeitangaben der Dateien wurde ersichtlich, dass ihr Kleiner Junge sich jeden Tag die Bilder von anderen Kleinen Mädchen angesehen hatte. »Wie konnte ich ihm die ganze Zeit nur glauben?«, fragte sie sich unter Tränen des Zorns und des Schmerzes.

Das war mehr, als sie ertragen konnte. Schnell schrieb sie eine Notiz, die besagte: »Du hast mich zu sehr verletzt, und ich kann dir nicht mehr vertrauen. Es tut mir leid, aber ich kann nicht länger deine beste Freundin für das Leben sein.« Sie packte ihre Koffer und verließ ihr Zuhause.

Als der Kleine Junge spät am Abend nach Hause kam, war er verwundert darüber, dass das Haus dunkel war. »Gewöhnlich lässt sie ein Licht an, was ist los?« Und dann sah er ihre Notiz. »Oh nein, was habe ich getan?«, rief er aus. In einem ersten Impuls wollte er an den Computer stürzen und sich gleich wieder die Bilder anschauen, damit er sich besser fühlte und seine Einsamkeit vergessen konnte ... aber dann erkannte er: »Dieser Schund ist der Grund, warum ich mein Kleines Mädchen verloren habe ... ich will das nicht mehr! Ich will sie!« In Panik rief er sein Kleines Mädchen im Hause ihrer Mutter an und versprach, wieder gut zu sein, doch sie weigerte sich, ihn anzuhören. »Du hast mich zu viele Male belogen, ich kann dir nicht mehr von Herzen vertrauen«, sagte sie und legte auf.

In dieser Nacht weinte der Kleine Junge mehr als jemals zuvor in seinem Leben. Er dachte über Gott und all die Dinge nach, die er in den Gemeinden gehört hatte. Er wusste, was in der Bibel stand, war aber jahrelang ungehorsam gewesen. »Vielleicht habe ich so viel gesündigt, dass ich in die Hölle komme«, fragte er sich. »Vielleicht liebt Jesus mich nicht mehr.«

»Gott, ich habe aus meinem Leben ein Chaos gemacht, und ich weiß nicht, was ich tun soll. Wenn du da bist, bitte hilf mir,« betete er. Der Kleine Junge war so krank vor Traurigkeit, dass er sich zum Erbrechen fühlte. Spät in der Nacht schlief er endlich ein.

KAPITEL 1

LÜGEN, WAHRHEIT UND HOFFNUNG

Wir aber sind es Gott schuldig, allezeit für euch zu danken, vom Herrn geliebte Brüder, dass Gott euch von Anfang an zur Errettung erwählt hat in der Heiligung des Geistes und im Glauben an die Wahrheit. 2. Thessalonicher 2,13

Im Juni 1991 erkannte ich, dass ich ernsthafte Probleme mit sexueller Abhängigkeit hatte. Ich hatte die Kontrolle verloren, masturbierte wenigstens einmal am Tag zu Pornografie. Es war egal, ob ich allein zuhause war, während sich meine Frau Michelle außer Haus befand, oder ob ich mich auf einer Geschäftsreise in einem Hotelzimmer aufhielt.

In den Hotels war es am schlimmsten. Die Isolation und die Einsamkeit, verbunden mit der Versuchung, einen Pornofilm anzuschauen, waren zu viel für mich. Ich verbrachte die Nächte damit, in Lust zu schwelgen, und sah nach nur zwei Stunden Schlaf und furchtbaren Gefühlen der Scham einem langen Tag voller Verkaufsgespräche entgegen.

Die meiste Zeit meines Lebens war ich zur Kirche gegangen und kannte all die Aussprüche wie ›sexuelle Unmoral soll nicht wohnen im Reich Gottes‹, aber die Angst vor dem Gericht bewirkte nicht viel mehr, als dass die Last der Scham noch größer wurde. Willenskraft allein reichte nicht aus; ich versuchte viele Male aufzuhören. Je mehr ich kämpfte, desto häufiger versagte ich. Wie die meisten naiven jungen Männer dachte ich, dass mein Problem mit der Lust mit der Hochzeit verschwinden würde. Aber die unausweichlichen Konflikte, die zwischen einem Mann und einer Frau auftreten und oft ganz andere Ursachen haben, wie z.B. problematische Verhältnisse in der Herkunftsfamilie, trieben mich mehr zur Pornografie, als es während der Zeit meines Ledigseins der Fall gewesen war. Meine arglose, junge Frau, mit der ich seit zwei Jahren verheiratet war, kannte die christliche *Dr.-Jekyll-Seite* von mir, aber sie wusste nichts von dem Kerl, der sich im Schatten versteckte, *Mr. Hyde*.

Da andere Christen nicht über Kämpfe mit Pornografie oder über sexuelle Sünde sprachen, nahm ich an, dass etwas mit *mir* nicht stimmte. Ich hatte sogar Zweifel, ob ich wirklich Christ war. Ich dachte mir, ich sollte wohl Hilfe in Anspruch nehmen, bevor ich zu weit gehen und meine Ehe zerstören würde.

Aber ... wo sollte ich nach Hilfe suchen?

In eine Gemeinde brauchte ich nicht zu gehen. Das hatte ich schon früher einmal versucht.

1990 hatten Michelle und ich an einem von einer Gemeinde veranstalteten Ehe-seminar in den Bergen von San Bernardino teilgenommen. Meine Frau wusste nicht, dass ich einige Tage vor dem Seminar einem regelrechten Pornorausch verfallen war und jetzt wie gewöhnlich von Scham geplagt wurde.

Wir begannen am Samstagmorgen damit, Gott mit Lobpreisliedern anzubeten. Die klare, aufbauende Musik und der Anblick von Gottes majestätischer Schöpfung rief Salz in die Wunden meiner Scham. Im Laufe des Vormittags wurde es immer schlimmer, bis ich es nicht mehr aushalten konnte. Ich musste mit jemandem reden. Der pensionierte Pastor, der die Seminare leitete, schien warmherzig und freundlich zu sein, und so beschloss ich, mit ihm über mein Problem mit Pornografie zu sprechen.

Als wir in die Pause entlassen wurden, sagte ich zu Michelle, dass ich einen Augenblick mit dem Seminarleiter sprechen wollte und später nachkommen würde. Nervös näherte ich mich ihm. Noch nie zuvor hatte ich mich jemandem wegen dieser Sache geöffnet ...

»Hallo, ich schätze die Sachen sehr, die Sie uns mitteilen ... und ich ... äh ... ich habe ein Problem mit etwas, worüber ich sprechen möchte.«

Er lächelte: »Sicher! Was ist das Problem?«

Ich fühlte eine Spur der Erleichterung über mich hinwegschwappen. Bis jetzt ging es ganz gut. »Ich ... äh ... habe ein Problem ...« Ich schluckte schwer. »Mit Pornografie ... das ist etwas, womit ich schon lange kämpfe ... ich hatte die Hoffnung, dass Sie mir vielleicht einen Rat geben könnten, was ich da tun kann ...«

Sein Gesichtsausdruck verdunkelte sich. Offensichtlich befand er sich in der Gegenwart eines Sünders (nämlich meiner) und ich musste zurechtgewiesen werden. Er durchbohrte mich mit seinen Augen und sagte: »Höre einfach auf damit! Einfach aufhören!«

Ich nickte schwach und entfernte mich. Ich hielt Ausschau nach einem Loch, in das ich mich verkriechen konnte, und war dankbar, dass der Seminarleiter nicht zu meiner Gemeinde gehörte.

Ich schauderte. Was wäre gewesen, wenn ich es jemandem aus meiner Gemeinde gesagt hätte? Ich konnte mir schon jetzt die Ansage bei den Sonntagmorgen-Mitteilungen vorstellen: »Mike Genung hat bekannt, dass er ein Sexabhängiger ist. Das Ausschlussverfahren nach 1. Korinther findet heute Abend um 18:30 Uhr im Lobpreiszentrum statt. Anschließend werden Kaffee und Kuchen gereicht.«

Einige Jahre lang hatte ich eine christliche Psychologin aufgesucht, aber ich konnte nicht mit einer Frau über mein Pornoproblem sprechen. Ich dachte über meine männlichen Freunde nach, aber all die Männer, mit denen ich Zeit verbrachte, arbeiteten in derselben Firma wie ich. Wenn sie die Meldung verbreiten würden: »Mike ist pornosüchtig!« – ich wollte gar nicht daran denken.

Und meine Frau? Oh ja, das konnte ich mir jetzt schon ausmalen: »Liebling, ich kann nicht aufhören, zu den Bildern von anderen nackten Frauen zu masturbieren ... denkst du, du könntest für mich beten?« Ich hätte auch gleich den Country Song singen können, den die Frau, die siebenmal verheiratet gewesen war, gesungen hatte: »D-I-V-O-R-C-E« (Scheidung). Alle unsere Freunde würden es erfahren, und ich würde mich an irgendeinen trostlosen Ort wie Alaska zurückziehen müssen, um noch einmal von vorne anzufangen.

Meine Gemeinde, mein Seelsorger, meine Freunde und meine Frau fielen aus. Was blieb noch?

Ich hatte von den Anonymen Alkoholikern gehört und dachte, dass es vielleicht ein ähnliches Programm für Leute geben könnte, die mit Sexabhängigkeit zu tun haben. Ich schaute in den Gelben Seiten nach und fand eine 12-Schritte-Gruppe für Sexabhängige. Die Treffen wurden einmal wöchentlich in einer Stadt abgehalten, die 45 Minuten mit dem Auto entfernt lag, und sie trafen sich an diesem Abend.

Ich murmelte zu Michelle, dass ich noch etwas zu erledigen hätte, zog los und fuhr auf der Autobahn IS-60 Richtung Osten. Normalerweise hätte mir die Fahrt Spaß gemacht, aber ich war zu nervös im Hinblick auf das Treffen. Ich stellte mir vor, wie ich in einem schwach beleuchteten Zimmer saß mit ein paar schmierigen Typen mit schmutziger Kleidung und blassem Gesicht. Beinahe wäre ich umgekehrt.

Das Treffen fand in einem psychiatrischen Krankenhaus statt, das aus flachen, weißen Gebäuden bestand, die an eine Irrenanstalt erinnerten. Ich betrat das Eingangsgebäude und näherte mich dem Besucherempfang, der von einer jungen Frau betreut wurde. Eine Welle der Scham schwappte über mich. Einer Frau zu sagen, dass ich mit Lust zu kämpfen hatte, war das Letzte, was ich tun wollte.

»Wo ist der Raum für ... äh ... die Gruppe für Sexabhängigkeit?« Sie schaute mich an, als wäre ich nur ein weiterer Nervenkranker und zeigte mir, wo ich hingehen musste, zu einem Raum, der sich gleich um die Ecke von ihrer Station befand.

Ich atmete tief durch und trat ein. Der Raum war rechteckig, mit Teppich ausgelegt und etwa acht Meter lang und drei Meter breit, die sauberen, weißen Wände mit zeitgenössischer Kunst dekoriert. Ein langer, hölzerner Konferenztisch füllte das Zimmer aus, und auf gepolsterten Bürossesseln saßen acht Männer. Keiner von ihnen sah so aus, wie ich es mir in meiner Fantasie vorgestellt hatte. Einige trugen Anzüge, der Rest trug saubere Freizeitkleidung.

Das Treffen begann damit, dass jeder sich vorstellte und einiges über seinen Hintergrund mitteilte. Mit jeder neuen Vorstellung wurden meine Augen größer und meine Kinnlade fiel weiter herunter. *Fast alle von ihnen waren Christen.* Sie waren auch nicht einfach nur Kirchenbankdrücker. Einer von ihnen war Hauptpastor gewesen und ein anderer Lobpreisleiter. Ihre Kämpfe waren den meinen ähnlich. Alle hatten sie ein Problem mit Pornografie und Masturbation, während andere Promiskuität, Affären oder Prostitution zugaben.

»Was ist denn hier los?«, dachte ich. »Dies ist doch ein säkulares Programm, aber die meisten Leute hier sind Christen. Könnte es sein, dass es in der Kirche mehr Leute gibt, die ein Problem mit sexueller Sünde haben, als ich mir vorgestellt habe?«

Seit jenem Abend habe ich viele Treffen für Menschen, die an ihrer Sexualität zerbrochen sind, besucht und geleitet. Ich habe Pastoren, Priester, Leiter von

Musikdiensten, Älteste und Missionare bei diesen Gruppen gesehen. Pornografie und sexuelle Sünde haben die Kirche auf jeder Ebene infiltriert, und trotzdem wird über das Thema kaum gesprochen, vor allem nicht von der Kanzel. Ich denke, die Leute sehen Pornografie noch immer so, wie ich es einmal tat: als Randproblem der Gesellschaft, wo ein paar alte Männer im Industriegebiet der Stadt in Erotikläden gehen, um dort einzukaufen.

Heute sieht die schmutzige Wirklichkeit so aus, dass Pornografie genauso amerikanisch ist wie Apple Pie, und viele Christen stopfen sich voll damit. Sehen wir einmal folgende Statistik (Zahlen aus der 1. Auflage 2005 übernommen):

- Es gibt geschätzte 4,2 Millionen Porno-Websites, die 372 Millionen Seiten mit sexuellem Inhalt anbieten.¹
- Die Einkünfte der Pornoindustrie sind mit 12 Milliarden \$ in den USA größer als die der NFL (*National Football League*), NBA (*National Basketball Association*) und *Major League Baseball* zusammen. Der weltweite Pornoverkauf wird mit 57 Milliarden \$ angegeben. Im Vergleich dazu hat Microsoft, das die Betriebssysteme verkauft, die auf den meisten Computern verwendet werden (zusätzlich zu anderer Software), Verkaufszahlen von 36,8 Milliarden \$ im Jahr 2004.²
- Hollywood verbreitet jährlich 11.000 Filme für Erwachsene.³
- In Hotelzimmern, wo Pornofilme verfügbar sind, sind zwei Drittel der gemieteten Filme Pornofilme. Im Durchschnitt werden diese Filme zwölf Minuten lang angeschaut.⁴
- 53 % der Männer, die zu der christlichen Organisation *Promise Keepers* gehören, besuchen jede Woche Pornowebsites.
- Im Dezember 2000 führte die *National Coalition to Protect Children and Families* (Nationale Koalition zum Schutz von Kindern und Familien) eine Befragung an fünf christlichen Universitäten durch, um zu sehen, wie es bei der nächsten Generation von Gläubigen im Hinblick auf sexuelle Reinheit aussieht: 48 % der Männer gaben zu, sich gegenwärtig mit Pornografie zu beschäftigen. 68 % der Männer sagten, dass sie sich in der Schule gezielt einschlägig sexuelle Websites anschauen.⁶
- In einer Befragung der Zeitschrift *Christianity Today* (Christsein Heute) aus dem Jahre 2000 gaben 33 % der Geistlichen zu, eine Website mit einschlägig sexuellem Inhalt besucht zu haben. Von denen, die Pornoseiten besucht hatten, gaben 53 % an, dass sie diese Seiten ein paar Mal im

letzten Jahr aufgesucht hatten, 18 % besuchten die sexuell einschlägigen Seiten von mehrmals monatlich bis zu mehrmals pro Woche.⁷

- In seinem Buch *Men's Secret Wars* (Die geheimen Kriege der Männer) veröffentlichte Patrick Means das Ergebnis einer vertraulichen Befragung von 350 Männern. 10 % davon waren evangelikale Pastoren und 90 % Laien, die Leiter in Schlüsselpositionen aus zwölf Denominationen waren. 64 % gaben an, mit Pornografie, zwanghafter Masturbation oder anderen geheimen, sexuellen Aktivitäten zu kämpfen. 25 % der verheirateten Männer gaben zu, Ehebruch begangen zu haben, während weitere 14 % sexuellen Kontakt nahe am Geschlechtsverkehr bekannten.⁸
- In einer Erhebung, die im September 2003 durchgeführt wurde, gaben 34 % der weiblichen Leser von *Today's Christian Woman's Online Newsletter* (Internet-Rundbrief von Christliche Frauen Heute) zu, absichtlich auf Pornoseiten im Internet zuzugreifen.⁹
- Im März 2002 führte Rick Warrens *Pastors.com*-Website eine Erhebung unter 1.351 Pastoren über den Gebrauch von Pornografie durch. 54 % hatten sich Internetpornografie im letzten Jahr angeschaut, 30 % davon hatten Porno-Websites während der letzten 30 Tage besucht.¹⁰ In einer Befragung von über 500 christlichen Männern auf einer Männerfreizeit gaben über 90 % zu, dass sie sich von Gott getrennt fühlten, weil Lust, Pornografie oder Fantasien in ihrem Leben Fuß gefasst hatten.¹¹ 47 % der Familien sagten, dass bei ihnen zuhause Pornografie ein Problem sei.¹²

Ich weiß, dass diese statistischen Angaben überwältigend und schockierend sind. Die Vorstellung, dass *mindestens* die Hälfte der christlichen Männer ein Problem mit Pornografie haben könnte, ist schwer zu fassen. Wenn man sich im Sonntagmorgen-Gottesdienst die Gesichter in der Menge ansieht, von denen man viele kennt, denkt man: »Das kann nicht sein ... nicht in *meiner* Gemeinde.«

Dasselbe hatte ich auch gedacht. Im Frühjahr 2004 willigte der Pastor meiner Gemeinde ein, die Männer zum Thema Pornografie zu befragen. Unsere 600 Gemeindemitglieder setzten sich hauptsächlich aus Familien zusammen, und ich konnte mir nicht vorstellen, dass so viele christliche Väter und Ehemänner, neben denen ich jeden Sonntag saß, sich mit Pornografie abgaben. Zu meiner Überraschung spiegelte das Ergebnis die nationalen Befragungen wider: 25 % der Männer, die teilnahmen, hatten sich im letzten Monat Pornografie angeschaut, 44 % innerhalb der letzten sechs Monate, und 61 % während des letzten Jahres.

Aber wenn man sich nur die Zahlen ansieht, vergisst man leicht, dass hinter der Statistik reale Menschen stehen, die – oftmals – tragische Geschichten zu erzählen haben:

- Tom ist ein ehemaliger Gemeindeältester, der eine Frau heiratete, die vor ihrer Eheschließung als Missionarin tätig war. Sie haben drei Kinder und haben in ihrer Gemeinde zusammen im Kinderdienst gearbeitet. Toms Abhängigkeit von Pornografie und Masturbation brachte ihre Ehe an den Krisenpunkt, als seine Frau ihn dabei überraschte, wie er vor pornografischen Magazinen masturbierte.
- Sammy war der verheiratete Vater von zwei Kindern, der den Musikdienst in seiner Gemeinde leitete, während seine Frau im Chor mitsang. Sowohl Sammy als auch seine Frau hatten ein Problem mit Lust. Sammy gab sich mit Pornografie und Masturbation ab, während seine Frau ehebrecherische Affären hatte. Ihre Scheidung hatte einen tiefgreifenden Einfluss auf ihre Tochter im Teenageralter, die in einem psychiatrischen Krankenhaus landete und wegen Selbstmordgefahr unter Beobachtung gestellt wurde.
- Jim ist ein Christ, der mit Pornografie, Masturbation und Promiskuität kämpft. Während seiner zweiten Ehe hatte er Sex mit einer Prostituierten. Überwältigt von Schuld ging er zu seiner Gemeinde und bekannte seine Sünde vor den Leitern der Gemeinde, die ihn dann mit Öl salbten und über ihm beteten. Jim fühlte sich danach besser, aber dann traf ihn die Einsamkeit, die ihn schon sein ganzes Leben geplagt hatte, mit voller Wucht wieder, und er ging noch am selben Abend zu einer zweiten Prostituierten. Einige Monate später reichte seine Frau die Scheidung ein.
- Bill war ein verheirateter Vater von zwei Kindern, der die meiste Zeit seines Lebens mit Pornografie und Masturbation zu tun hatte. Er verbrachte viele Jahre in verschiedenen 12-Schritte- und anderen Hilfsprogrammen und hatte eine Unterstützergruppe in seiner Gemeinde geleitet. Bill hatte sich von Pornografie getrennt, konnte aber die Masturbation nicht aufgeben. Er sah nichts Falsches darin, obwohl seine Frau ihn anflehte, sich zu ändern. Er erzählte mir, dass seine Frau ihn dabei beobachtete, wie er allein ins Schlafzimmer ging, und sie wusste, dass er sich selbst befriedigen würde. Über einen Zeitraum von drei Jahren starb ihre Ehe langsam. In der Zeit gab es nicht einen einzigen intimen Augenblick zwischen den beiden. Einige Monate später reichte Bills Frau die Scheidung ein.

- Markus war ein angesehener Polizeibeamter, der mit einer Frau verheiratet war, die aus ihrer vorherigen Ehe eine Tochter im Teenageralter mitbrachte. Auch er hatte ein geheimes Problem mit Pornografie und Masturbation. Eines Abends brachte ihn seine Lust dazu, in das Schlafzimmer seiner Stieftochter zu gehen – mit verheerenden Konsequenzen. Markus verlor seine Familie, seinen Job und seine Freiheit. Er verbrachte fünf Jahre im Gefängnis.
- Jeff fand in seinen frühen Zwanzigern zum Herrn. Er war entschlossen, sein Leben für Christus zu leben, er machte einen sauberen Bruch mit seiner sündhaften Vergangenheit und schloss sich einer Gemeinde an. Nach einigen Jahren führte ihn der Herr mit einer starken, christlichen Frau zusammen und die beiden heirateten. Ihr Leben verlief gut, aber dann wurde seine Frau bei einem tragischen Autounfall getötet. Überwältigt von Gram und plötzlicher Isolation fing Jack an, in Pornografie und Masturbation zurückzufallen.
- Rich ist ein Christ, der eine schöne, intelligente Frau heiratete, mit der er drei Kinder hat. Er und seine Frau sind finanziell gesegnet – zusammen verdienen sie 250.000 \$ im Jahr. Sie besitzen ein Millionen-Dollar-Haus, neue Autos und alles, was man sich sonst noch wünschen kann. Obwohl er 14 Jahre am 12-Schritte-Programm für sexuell Abhängige teilnahm, geriet sein Problem mit Pornografie und Masturbation immer mehr außer Kontrolle. Rich ist einer meiner engsten Freunde, und ich bete, dass seine Abhängigkeit von sexueller Sünde nicht eine weitere Familie zerstört.

Wenn Männer zum ersten Mal in eine Unterstützergruppe kommen, höre ich oft, dass sie sagen: »Ich dachte, ich wäre der einzige Christ, der ein Problem mit Lust hat.« Satans Strategie besteht darin, den mit sexueller Sünde Kämpfenden davon zu überzeugen, dass er es geheim halten muss. Wenn ich »der Einzige« bin, dann wage ich es nicht, anderen davon zu erzählen, denn ich möchte nicht das Ziel sein, wenn die Hexenjagd beginnt. Niemand kann mein Problem verstehen, und das bedeutet, dass es keine Hoffnung gibt, sodass ich niemals frei werden kann von der Scham und der Sünde, die mich so leicht herunterzieht. Als Ergebnis regieren Verzweiflung und sexueller Götzendienst mein Leben.

Wenn wir die Lust geheim halten, herrscht sie über uns. Jahrelang ließ ich zu, dass Lügen und Beschuldigungen wie die Folgenden mich davon abhielten, Hilfe zu suchen:

»Das kannst du niemandem erzählen.«

»Was werden sie von dir denken, wenn sie wissen, was du tust?«

»Du bist *Christ* und tust so *etwas*?«

»Niemand sonst hat dieses Problem, also bist du entweder ein Freak oder ein Perverser ...«

»Sie werden dich aus der Gemeinde rausschmeißen, wenn du es dort jemandem sagst ... schämst du dich eigentlich nicht über dich selbst?«

Und dann, was am schlimmsten ist: »Du hast doch sowieso schon gesündigt, also kannst du auch gleich einen Schritt weitergehen ... Hey, es ist doch nur ein bisschen Porno. Du bist doch jetzt allein, und niemand sieht dich; was soll daran schlimm sein?«

Es ist Satans Absicht, dich in Sünde und Scham gefangen zu halten, aber der Plan des Allmächtigen Gottes ist es, dich zu befreien. Ich habe erlebt, wie er das Leben von Menschen, die an ihrer Sexualität zerbrochen sind, verändert hat. Dazu gehören sogar Männer, die im Gefängnis gelandet sind und die Gott dann dazu gebrauchte, anderen zu helfen. Ich habe erlebt, dass Ehen, die vor der Scheidung standen, gerettet wurden, und ich habe gesehen, dass Männer, die jahrelang masturbiert hatten, damit aufhörten. Gott hat das Leben von vielen verändert, die mit sexueller Sünde zu tun hatten, einschließlich mir selbst. Er ist gewillt und bereit und er wartet darauf, dasselbe für dich zu tun, ganz egal, was du getan hast. Ich glaube, die Tatsache, dass du dieses Buch jetzt gerade liest, zeigt, dass er in deinem Leben arbeitet und dich zu sich ziehen möchte.

Du bist nicht der einzige Christ, der mit der Lust kämpft. Du bist nicht ein einzigartiger Perversling, und es gibt reichlich Hoffnung. Wenn du es zulässt, wird der Herr dein Leben verändern. Begeben wir uns gemeinsam auf den Weg zur Heilung. Die Reise mag zwar manchmal hart sein, aber das Endergebnis ist es mehr als wert.

BUCHEMPFEHLUNGEN

Mike Genung:

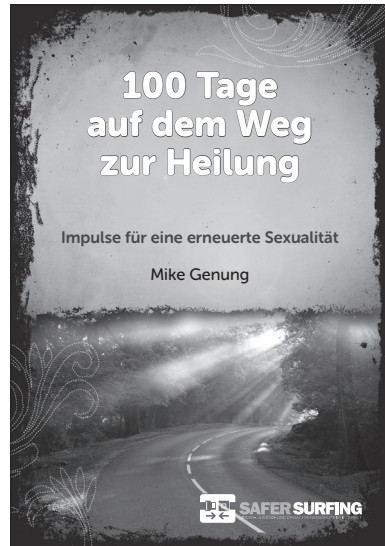
100 Tage auf dem Weg zur Heilung

Sexuelle Probleme gehören, insbesondere durch das allgegenwärtige Angebot der Pornografie im Internet, zum Alltag auch vieler gläubiger Männer und Frauen. Viele möchten aus dem Pornografiekonsum aussteigen, schaffen es aber nicht allein. Mike Genung kämpfte 20 Jahre lang mit seiner sexuellen Abhängigkeit, mit allen Konsequenzen für ihn selbst und seine Ehe.

In seinem zweiten Buch beleuchtet er ausgehend von Bibelversen das Thema in 100 kurzen Impulsen unter ganz unterschiedlichen Aspekten. Er zeigt darin Wege auf, wie Menschen frei werden können, sodass ihr Denken, ihr Charakter und ihre Beziehungen grundlegend verändert werden.

Verlag: Safersurfing

ISBN 978-3-9502975-4-6



BUCHEMPFEHLUNGEN

Wolf Deling:

Der sechste Sinn

Immer tiefer rutscht Wolf Deling in die Pornowelt des Internets. Immer wieder will er mit aller Kraft aus dem Sumpf heraus, doch der Sog und die Sehnsucht sind zu stark!

Dies ist das schonungslos offene Bekenntnis eines Mannes, der ganz genau weiß, was er tut, aber mit seinem Willen seine Gefühle nicht steuern kann. Und es ist vor allem das Zeugnis eines Menschen, das anderen in ähnlicher Lage Mut macht und Hoffnung auf Veränderung gibt.

Verlag: Safersurfing

ISBN 978-3-9502975-0-8



BUCHEMPFEHLUNGEN

Mike Genung:

Das Herz der Ehefrau

Wenn eine Frau den Pornografiekonsum oder Ehebruch ihres Mannes entdeckt, wird ihre Welt erschüttert. Kennt sie ihren Ehemann wirklich? Warum hat er sie belogen? Wie soll sie mit ihrem Schmerz und ihrer Wut umgehen, Vertrauen wieder aufbauen, ihre Ehe wiederherstellen und emotional heilen?

Mike Genung zeigt auf, wie dir die Heilung von der Pornografieabhängigkeit oder dem Ehebruch deines Mannes gelingen kann. Das Buch ist klar und kompromisslos. Und genau deswegen ist es ein zutiefst positives Buch, das all jenen neue Hoffnung schenken kann, die meinen, keine Hoffnung mehr zu haben.

Verlag: Safersurfing

ISBN 978-3-200-08404-9

