

Shannon Ethridge  
mit Vor- und Nachwort von Stephen Arterburn

**jede frau**  
und das geheime Verlangen

**SCM Hänssler**

# Inhalt

Vorwort von Stephen Arterburn . . . . .	7
Dank . . . . .	11
Einleitung . . . . .	14
Teil I: Verstehen, wo wir sind	
1. Nicht nur Männersache! . . . . .	19
2. Sexuelle Reinheit – was ist das? . . . . .	38
3. Sieben Mythen . . . . .	53
4. Zeit für eine neue Revolution . . . . .	78
Teil II: Eine neue Strategie	
5. Die Gedanken sind nicht frei . . . . .	101
6. Herzenssache . . . . .	125
7. Vorsicht vor der losen Zunge . . . . .	146
8. Grenzen ziehen . . . . .	164
Teil III: Siegerinnen gesucht	
9. Lass los! . . . . .	183
10. Brücken bauen . . . . .	198
11. Die Sache mit Gott . . . . .	223
12. Wir dürfen frei sein . . . . .	245
Nachwort von Stephen Arterburn . . . . .	257
Anmerkungen . . . . .	260

## Einleitung

Eines schönen Tages kam mein Mann, Greg, mit dem Buch *Every Man's Battle* (*jeder mann und die versuchungen*) nach Hause, gab es mir in die Hand und fragte, als ob das das Selbstverständlichste von der Welt sei: »Wann schreibst du so ein Buch für *Frauen*?«

Meine spontane Antwort war: »Sonst noch was?« Nicht, dass ich mich nicht kompetent fühlte (ich hatte meinen eigenen Kampf mit der sexuellen und emotionalen Versuchung gerade hinter mir), aber ich versuchte schon seit über einem Jahr, ein Manuskript zu eben diesem Thema unter die Leute zu bringen, und hatte mir von einem Verleger nach dem anderen anhören müssen: »So ein Buch wird ein Ladenhüter, so wichtig ist den Frauen das mit dem Sex nicht.«

Inzwischen war *Every Man's Battle* dabei, die Bestsellerlisten zu erklimmen. Wie konnten die Leute so naiv sein, zu denken, dass sexuelle Versuchungen nur ein Problem für Männer waren? Hatte Gott nicht Mann *und* Frau als sexuelle Wesen erschaffen? Zu einer ausgewachsenen sexuellen Affäre gehören immer zwei, und wenn viele Männer ihre »Affären« auf die Welt der Bilder und Blicke begrenzen, so geben sich nicht weniger viele Frauen der Ersatzbefriedigung der Herz-und-Schmerz-Fantasien hin. Manche vergleichen glatt ihre Ehemänner mit anderen und sind ganz enttäuscht, wenn sie nicht genügend Punkte erreichen. So viele von uns merken gar nicht, wie wir da Kompromisse mit

dem Ehebruch schließen und uns selbst das wegnehmen, wonach wir uns am meisten sehnen: echte Nähe und Erfüllung.

Was hatte mein Mann da nur mit *jeder mann und die versuchungen*? Ich schlug das Buch auf, und bald verschlang ich es. Da waren ja hundert Dinge, die es bei uns Frauen genauso gab – nur in einem anderen Gewand!

Genau dieses Argument hörte Stephen Arterburn von so vielen Frauen, dass er immer überzeugter war, dass jetzt ein Frauenbuch »dran« sei. Ich ahnte damals noch nicht, dass Gott schon in ein paar Monaten Steve und mich zu eben diesem Projekt zusammenführen würde (dank meinen Freunden Ron und Katie Luce, unseren Literaturagenten bei Alive Communications, und den Visionären bei WaterBrook Press).

Also: Kopf hoch, die Hilfe naht! Betrachten Sie dieses Buch als Lehrbuch, das Ihnen zeigt, wie Sie in Zukunft die sexuellen und emotionalen Klippen in Ihrem Leben umschiffen und die sexuelle und emotionale Erfüllung erfahren können, die Gott Ihnen geben möchte.

Möchten Sie, dass die Welt Ihrer Gefühle und Ihrer Sexualität in Ordnung kommt? Mit Gottes Hilfe ist es möglich. Fangen wir an!

# Nicht nur Männersache!

*Darum sollst du bei Tage fallen ...  
Mein Volk ist dahin, weil es ohne Erkenntnis ist.*  
Hosea 4,5-6

Ich hatte einmal außereheliche Affären mit fünf verschiedenen Männern.

Da war zuerst Scott, den ich als Mitarbeiterin in einem Ferienlager kennen lernte. Scott war so kontaktfreudig und gesprächig. Es faszinierte mich, wie er aus dem Stand mit jedem ein Gespräch beginnen konnte – nicht die üblichen Bemerkungen über das Wetter, sondern ein richtig tiefes Gespräch. Ich kam in den Raum, und er fragte mich, wie die Arbeit ging, wie ich mich fühlte, was ich heute vorhatte. Da kam mein Ehemann, der zwar stark war, aber so wenig Worte machte, nicht mit.

Dann mein Tauchlehrer, Mark. Mit seinem grau melierten Haar sah er aus wie Lloyd Bridges. Wie reif er war, und wie gerne er tauchte! Er half mir, meine Ängste zu überwinden und die Tauchabenteurerin in mir zu entdecken. Bei ihm fühlte ich mich wie ein kleines Mädchen an der Hand seines Vaters. Mein Mann dagegen war nur wenige Jahre älter als ich. So geborgen wie bei Mark fühlte ich mich einfach nicht bei ihm.

Tom war ein Dozent an meiner Universität. Er war so geistreich und intelligent. Bei ihm wurde das Fach »Buchprüfung« das interessanteste des Tages. Mein Mann war auch ein Wirt-

schaftsprüfer und intelligent, aber so zum Lachen bringen wie Tom konnte er mich nicht. Mit Toms Witz kam er nicht mit.

Dann Ray, meine Jugendliebe, bevor ich Greg kennen lernte. Ray war immer so romantisch gewesen, seine Komplimente und Leidenschaft rissen mich fast von den Füßen. Dieses gewisse romantische Etwas – mein Mann hatte es einfach nicht. Mit dem Romantiker Ray kam er nicht mit.

Der Fünfte war Clark, ein Rohdiamant von einem Mann, weltgewandt und frohgemut. Ich konnte es nicht erwarten, ihn jeden Freitagabend zu treffen. Wenn ich durch die Tür seiner Videothek trat, ging er schnurstracks zu dem Regal mit den nostalgischen Clark-Gable-Filmen, die ich so liebte. Selbst mit seinen fast zwei Metern reichte mein Mann an Männlichkeit nicht an Clark heran.

Nein, ich bin mit keinem dieser Männer ins Bett gegangen. Aber ich hatte mit jedem von ihnen eine Affäre – eine Affäre in meiner Fantasie und meinen Gefühlen. Die Erinnerungen an meine romantische Beziehung zu Ray und die Fantasien über den weltmännischen Clark, den geistreichen Tom, den väterlichen Mark und den redegewandten Scott schadeten meiner Ehe nicht weniger als eine handfeste sexuelle Affäre.

Die vielen wunderbaren Seiten meines Mannes übersah ich glatt. Weil ich entweder auf die positiven Eigenschaften dieser anderen Männer starrte oder auf die negativen meines Mannes. Weil ich mit Greg zusammenlebte, sah ich nicht nur seine guten, sondern auch seine weniger guten Seiten. Er ließ die Klobrille hoch geklappt, wenn er nachts zur Toilette ging. Er schnarchte, und morgens hatte er Mundgeruch. Wenn er sich dann die Zähne putzte, waren anschließend immer Zahnpastaresten im Waschbecken. Manchmal hatte ich den Eindruck, dass er mir nichts recht machen konnte. Er dachte wohl das Gleiche, so oft wie ich ihn kritisierte.

Hatten die anderen Männer keine Macken? Doch, bestimmt, aber die sah ich nicht. Ich sah nur ihre glänzenden Seiten. Gerade so wie früher bei Greg, bevor ich anfang, ihn mit den anderen zu vergleichen.

Der Lack war ab. Konnte Greg mich je so faszinieren wie diese anderen Männer? Liebte ich ihn überhaupt noch? Würde ich es je lernen, mit seinen Ecken und Kanten zu leben?

Zum Glück kann ich diese Fragen heute, nachdem ich diese Affären beendet und meinen Maßstab geändert habe, mit »ja« beantworten. Ich darf Ihnen mitteilen, dass unsere Ehe heute besser läuft als je zuvor (auch wenn wir, wie jedes Paar, manchmal unsere kleinen Krisen haben). Ich bin dankbar, dass ich Greg nie gegen ein anderes Modell eingetauscht habe, und noch dankbarer, dass auch er nicht das Handtuch geworfen hat. Wir haben eine neue Nähe und Vertrautheit entdeckt, von der wir noch gar nichts gewusst hatten. Und all das, weil ich irgendwann aufhörte mit dem Vergleichen und Kritisieren und anfang, meinen Mann so zu lieben, wie er war.

Im Laufe der letzten zehn Jahre, in denen ich mich auf diesen (und anderen) Gebieten habe heilen lassen und Seminare über sexuelle Reinheit und Heilung für andere Frauen gehalten habe, habe ich gelernt, dass es für jede Frau ein Kampf ist, ihre Sexualität und ihre Gefühls- und Fantasiewelt rein zu halten. Doch viele Frauen kämpfen diesen Kampf gewissermaßen mit geschlossenen Augen, weil sie überhaupt nicht wissen, dass es ihn gibt. Viele meinen, dass sie kein Problem mit ihrer sexuellen und emotionalen Integrität haben, weil sie ja mit keinem anderen Mann schlafen. So lassen sie sich zu Gedanken und Verhaltensweisen verleiten, die eben diese Integrität torpedieren und ihnen die echte sexuelle und emotionale Erfüllung, nach der sie sich so sehnen, wegnehmen.