

## **Wie beurteilt die Kirche die Familienplanung, Empfängnisregelung und Empfängnisverhütung?**

Zur Familienplanung gehört die Bejahung des Kindes als Geschenk Gottes. Gott hat uns mit Verstand begabt, der uns befähigt zu überlegen, wie vielen Kindern wir ein geborgenes Zuhause geben können. Wir sind auch verantwortlich, die eigenen Grenzen und die des Ehepartners, beziehungsweise der Ehepartnerin zu erkennen und uns danach zu richten.

Herausgefordert durch die neuen technischen Möglichkeiten, nahm Papst Paul VI. 1968 in der Enzyklika „Humanae vitae“ zu den Möglichkeiten und Grenzen verantwortbarer Elternschaft Stellung. Das Rundschreiben schlug hohe Wellen, denn es bezeichnete jede Form der (künstlichen) Empfängnisverhütung als sittlich unerlaubt: „Die Kirche bleibt sich durchaus in ihrer Lehre treu, wenn sie die Inanspruchnahme der unfruchtbaren Perioden für erlaubt erachtet, während sie den Gebrauch von Mitteln, die sich direkt gegen die Fruchtbarkeit richten, als unerlaubt verurteilt... Im ersten Fall benützen die Ehegatten eine Anlage der Natur; im andern Fall verhindern sie den Ablauf der natürlichen Vorgänge.“ (Nr. 16)

Die Kirche empfiehlt die Natürliche Empfängnisregelung. Dahinter steht folgende Sichtweise: Gott hat Mann und Frau in ihrer Sexualität gut gemacht. Die Fruchtbarkeit ist ein Geschenk Gottes und keine Krankheit, die bekämpft werden muss. Das Ernstnehmen und Respektieren der Natur der Frau, ihre vorgegebenen Zyklen und Anlagen gehören zum Ja der Schöpfungsordnung.

In der Natürlichen Empfängnisregelung finden Frauen durch Selbstbeobachtung einen natürlichen Zugang zu ihrem Körper und dessen Besonderheiten. Auch der Mann kann seine Frau damit auf besondere Weise kennenlernen. Beide lernen, mit der gemeinsamen Fruchtbarkeit umzugehen. Der Mann ist theoretisch täglich fruchtbar, die Frau bringt die unfruchtbaren Zeiten in die Ehe. Anhand weniger Regeln kann die fruchtbare Zeit der Frau eingegrenzt und die sichere unfruchtbare Zeit im Zyklus ermittelt werden. Bei Kinderwunsch ist die Kenntnis der fruchtbaren Tage eine grosse und wirksame Hilfe. Soll eine Schwangerschaft vermieden werden, wird das Paar an den fruchtbaren Tagen enthaltsam leben. Die Natürliche Empfängnisregelung (NER) wurde nach der symptothermalen Methode vom österreichischen Arzt Josef Rötzer (1920-2010) begründet und bietet eine sehr grosse Sicherheit.

Umfragen zeigen: Viele Frauen empfinden es als angenehm, dem Partner nicht jederzeit zur Verfügung stehen zu müssen. Die periodische Enthaltensamkeit steigert die Vorfreude und Freude an der Sexualität beträchtlich. Frauen gewinnen durch die Beobachtung der Abläufe in ihrem Körper eine selbstbewusste und positive Beziehung zu ihrem Körper. Der Mann nimmt Rücksicht auf den Rhythmus des Körpers der Frau und bringt ihr dadurch grosse Achtung entgegen. Er nimmt sein sexuelles Verlangen zurück und erweist ihr auf andere Weise seine Liebe. Die Frau darf sein, was sie ist und wie sie ist, nämlich eine fruchtbare Frau, die geliebt und geachtet wird.

Die Frage der Empfängnisregelung und Empfängnisverhütung wird, auch wenn die Lehre der Kirche klar ist, in der Praxis der katholischen Gläubigen kontrovers diskutiert und praktiziert. Die anderen christlichen Kirchen erlauben weitgehend künstliche Verhütung, sofern sie keine frühabtreibende Wirkung hat und die Wahl der Methode, im gegenseitigen Einverständnis getroffen wurde. Für ein Paar ist es unabdingbar, sich mit diesen Fragen auseinanderzusetzen. Dabei ist es wichtig, genau hinzuschauen, welche Haupt- und Nebenwirkungen welche Mittel

haben. So können z.B. auch Mittel wie die sogenannte Pille, die Pille danach, die Spirale, ... welche eine Befruchtung verhindern wollen, eine frühabtreibende Wirkung haben. (Vgl. ausführlicher: Birgit & Corbin Gams und Leo Tanner in: Sexualität als Liebeskraft leben. Orientierung und Hilfen. WeG Verlag. S. 185-192)