

# NATÜRLICHE EMPFÄNGNISREGELUNG (NER) versus VERHÜTUNG

## Informationen

Im Jänner 2012

### Vorbemerkung

Liebe Leser dieser Dokumentation!

Ehe und Familie haben für das persönliche Leben wie auch für die Gesellschaft existentielle Bedeutung. Sie sind Hoffnung für das persönliche Glück wie auch für das Schicksal des Volkes.

Über mehr als 20 Jahre war ich in meinem Priesterleben in der Ehevorbereitung, Eheberatung, -therapie und Ehebegleitung tätig. Ebenso habe ich Ausbildungslehrgänge geleitet. Aus diesem Interesse haben mich die Entwicklungen der vergangenen Jahre in diesen Lebensbereichen stets interessiert. Es ist mir ein Anliegen, die Wertschätzung der Frauen zu fördern und den Fragen der Tragfähigkeit von Ehebeziehungen nachzugehen.

Dieser Bericht ist entstanden aus der Sichtung von Artikeln und Forschungsergebnissen einschlägiger Fachbereiche. Er hat vor allem die Hormonpräparate verschiedener Art im Blick. Im Zuge der Studie zeigten sich die gesellschaftlichen Folgen der „Pille“. Diese haben starken Einfluss auf die Gesundheit und die psychisch-emotionale Befindlichkeit der Frau. Auch Ärzte und weitere Fachleute haben mir ihre Kritiken mitgeteilt und zugesandt. Diese Beiträge wurden in einem NER-Fachbeirat besprochen und in den Bericht eingearbeitet.

Schon vor dem Angebot der „**Antibabypille**“ gab es auf dem Markt Verhütungsmittel (Kondom, Diaphragma, Sterilisation...). Durch die Werbung der Pharmaindustrie für ihre Produkte ist der Gebrauch der hormonellen Verhütungsmittel insgesamt gewaltig gestiegen, damit auch eine **Anti-Baby-Mentalität**.

Der bis vor kurzem an der Hochschule im Stift Heiligenkreuz tätige Moraltheologe P. Karl-Heinz Peschke empfiehlt die Vorgangsweise der NER:

„Das Erleben vieler Ehepaare gibt Zeugnis dafür, dass mit dieser Methode auch große Segnungen einhergehen. Die NER ist geeignet, wichtige personale Haltungen der Eheleute zu fördern, die bei den anderen Methoden leicht auf der Strecke bleiben. **Sie erlaubt dem ehelichen Leben aufzublühen, besonders in den Dimensionen der Zärtlichkeit und der emotionalen Erfüllung.** Die Perioden der Enthaltensamkeit werden zu hohen Zeiten der Liebe, denn sie lassen ein ganzes Spektrum von Äußerungen der Liebe möglich werden, die die Eheleute oft vergessen, nachdem die Tage der Brautzeit vorüber sind. Nach den Tagen der Enthaltensamkeit finden viele um so größere Freude an ihrer geschlechtlichen Vereinigung. Denn im Allgemeinen helfen die Perioden der Abstinenz, das Verlangen zu erneuern und es vor der Stumpfheit bloßer Gewohnheit zu bewahren. In der Entscheidung für die natürlichen

Rhythmen macht das Ehepaar die Erfahrung, dass die eheliche Vereinigung um jene **Werte der Zärtlichkeit und Affektivität bereichert wird, die die Seele der menschlichen Geschlechtlichkeit bilden**, auch in ihrer leiblichen Dimension.“

Ich präsentiere diese Dokumentation in der Absicht, der/dem aufmerksamen Leser/in Hinweise für eine erfreuliche Gestaltung der Beziehung zum Partner zu vermitteln. Insbesondere die Frauen mögen aus diesen Erkenntnissen einen Gewinn an Selbstwert und Selbstbewusstsein erfahren. – Die Umsetzung der Gedanken in die Praxis verlangt eine gewisse Anstrengung. Wie die Paare, die diese Vorgangsweise wählen, jedoch aussagen, bringt diese Art, Sexualität zu leben, **„frischen Wind“** in die Beziehung. Sie fördert die Liebe wie Jesus Christus sie von uns erhofft.

So wünsche ich allen, die diese Information studieren, anregende Impulse. Es geht nicht um Nötigung zu korrektem Handeln, sondern um fachlich sorgfältige Informationen für die sexuelle Beziehungen zur Überlegung und Entscheidung in Verantwortung füreinander.

## I. Erfahrungen nach 50 Jahren seit Einführung der „Pille“

Die Werbung bewahrheitet sich nicht:

Zur Propagierung der „Pille“ wurde argumentiert: **„Besser verhüten als abtreiben!“**  
Ein weiteres Argument der Pillenbefürworter: „Die **Liebe** kann **spontan** und ohne Angst vor den Folgen gelebt werden.“

- **Die abtreibende und frühabtreibende Wirkung der Pillenpräparate:**

*Die Zahl der Abtreibungen ist nicht zurückgegangen, sondern gestiegen. Dies ist in den vergangenen Jahren klar geworden<sup>1,2</sup>.*

Hormonelle Präparate können aus verschiedenen Gründen versagen – durch Erkrankungen, durch gleichzeitige Einnahme mehrerer Medikamente, durch mangelnde Sorgfalt und Konsequenz in der Einnahme (dies besonders bei Jugendlichen: Ansteigen der Teenager-schwangerschaften und Abtreibungen) und sie können auch trotz regelmäßiger Einnahme unwirksam sein<sup>3</sup>. Was bleibt als Konsequenz, wenn das Verhütungsmittel versagt<sup>2,3</sup>?

Deshalb haben die Präparate („Pille“, Stäbchen, Hormonpflaster, Nuvaring, Dreimonatsspritze...) auch nidationshemmende Wirkung, d. h. sie wirken frühabtreibend. Sie verhindern die Einnistung der befruchteten Eizelle, eigentlich des Kindes, in die Gebärmutterschleimhaut. Diese Frühabtreibungen können statistisch kaum erfasst werden.

Bei vielen Präparaten ist auf dem Beipackzettel vermerkt, dass sich die befruchtete Eizelle in der Gebärmutter nicht einnisten kann.

- **Die Gesundheitsrisiken für die Frauen:**

Die „Pille“ ist kein Medikament, sondern ein Hormonpräparat. Die Gefährdungen sind höher als allgemein bekannt. Es besteht **erhöhte Infektionsgefährdung** für Zervix, Muttermund, Gebärmutterschleimhaut, Eileiter. Dadurch kann es zu **Fehl- und Frühgeburten** wie **auch Sterilität** kommen. Die **Geschlechtskrankheiten** haben stark zugenommen<sup>6</sup>.

Es steigt das Risiko für **Thrombose** und **Embolie**. Durch Rauchen wird das Risiko 22-fach erhöht.

Die WHO hat 2005 die „Pille“ als **krebserregend für Muttermund-, Leber-, und Brustkrebs** eingestuft<sup>6</sup>.

Das Risiko für Endometrium- und Ovarialkarzinome wird vermindert.

Insgesamt verweisen Fachleute auf eine sehr negative Gesamtbilanz der beiden Wirkungen<sup>6</sup>.

Die Langzeiteinnahme „der Pille“ bedeutet eine **Scheinschwangerschaft** auf Dauer. Dies bedeutet für nicht wenige Frauen einen **Libidoverlust**<sup>6, 15</sup>. Was für spontane erotische Liebe empfohlen wurde und wird, kehrt sich um in **Verlust des Begehrens**. „Sex“, so berichten diese Frauen, sagt ihnen nichts mehr. Schon der Philosoph Horkheimer formulierte: „Die „Pille“ müssen wir mit dem **Tod der erotischen Liebe bezahlen**“.

Pillenkonsumentinnen beobachten an sich immer wieder **Persönlichkeitsveränderungen**. **Depressionen** sind häufig und die **Suizidrate** steigt.

Es wird mit bis zu **20 Todesfällen pro 100.000 Anwenderinnen in einem Jahr** gerechnet<sup>6</sup>. Medikamente mit einer so hohen Zahl an ungünstigen Nebenwirkungen müssten aus dem Angebot genommen werden.

**Die Zahl der Ehescheidungen** ist seit dem Erscheinen der „Pille“ auf etwa 50 % **gestiegen**<sup>4</sup>. Nur noch etwa zwei Fünftel der Paare heiraten derzeit vor dem Standesamt. Etwa die Hälfte trennt sich wieder. Ebenso hoch dürfte die Zahl der Trennungen von Lebensgemeinschaften sein. Die **psychischen Nebenwirkungen der Pillenpräparate** sind daran nicht unbeteiligt. Durch die „Pille“ kann die **Liebe unverbindlich** und selbstbezogen werden. Die Frau ist allein für die Verhütung verantwortlich. Die scheinbare Freiheit ist auch eine Last, die einseitig die Frau zu tragen hat.

Diese Situation ist auch maßgeblich **Ursache für den demografischen Winter**<sup>5</sup>. Die Begründung hiefür seitens der Demografen: „Nur verlässliche Beziehungen sind geeignet, Kinderzahlen zu halten oder zu steigern.“ Die **Unverlässlichkeit der Paarbeziehungen** führt zu einem Sinken der Geburten. Die Folgen werden jährlich spürbarer: weniger Schüler, Reduktion der Rentenbeiträge, Krankenversicherungen reduzieren ihre Leistungen ..., der Generationenvertrag bricht ein.

Eine generelle Beobachtung: je höher das **Pro-Kopf-Einkommen**, je höher die **Lebenserwartung**, je höher der **Alphabetisierungsgrad** einer Bevölkerung, umso

niedriger ist tendenziell die Zahl der Geburten<sup>18</sup>. Durch die „Pille“ ist diese Reduktion der Geburten relativ leicht möglich geworden (Pillenknicke).

Zur sexuellen Befreiung forderten besonders die **Feministinnen** die Verhütung. Sie waren es jedoch auch, die als erste erkannten, dass die „Pille“ sehr leicht zur sexuellen, moralischen, gesundheitlichen und finanziellen **Ausbeutung der Frau** führen kann<sup>6</sup>.

Im Laufe der vergangenen Jahre wurde auch die Wirkung der Verhütung auf die seelische Verfassung deutlich. Die **Verführbarkeit** der Mädchen und der Männer ist erhöht. Sie nehmen „die Pille“ damit „nichts“ passiert. Dies führt zu **Oberflächlichkeit** in Beziehungen. Es gibt die „sexuelle Revolution“, den „sexuellen Konsumismus“

Die Liebe, wie sie von den Propagandisten zur Werbung für die „Pille“ verstanden wird, zeigt demnach **nicht die Kraft, Beziehungen auf Dauer zu stabilisieren**.

Heute ist ein starker **Trend zur „Natürlichkeit“** gerade im Bereich der Medikation festzustellen. Warum aber wird die „Pille“, die kein Medikament gegen eine Krankheit ist, sondern ein Mittel zu **künstlich erzeugter Unfruchtbarkeit** von den Frauen **über Jahre hinweg täglich eingenommen**?! Sie wird nicht in Frage gestellt, obwohl sie ein hochwirksames Hormonpräparat mit zahlreichen gesundheitgefährdenden Nebenwirkungen ist<sup>6</sup>.

#### **Umweltproblematik:**

Wie Forschungen nachweisen, hat neben anderen Stoffen auch die Pilleneinnahme in den vergangenen Jahrzehnten zu einer starken **Östrogenanreicherung im Grundwasser** geführt<sup>6, 7</sup>. In der „Pille“ ist das Hormon Ethinylestradiol (EE2) enthalten, das in Kläranlagen kaum abbaubar ist. Es übt nachweislich auf Fische eine schädigende Wirkung auf die Fortpflanzung aus (Verschiebung des Geschlechterverhältnisses, Rückgang der Fruchtbarkeit). Über die Nahrungskette kommen die Gifte zum Menschen zurück. Welche Auswirkungen dies hat, ist noch nicht ausreichend erforscht. Eine **Reduktion der Fruchtbarkeit bei Männern** ist festgestellt.

- **Humane Folgerungen und religiöse Bedeutung:**

In der Übersicht der aufgezeigten Erkenntnisse und Erfahrungen darf gesagt werden: **Die sexuelle Intimität der Paare erreicht durch Verhütung nicht ihren Vollsinn**. Sie soll ja Ausdruck der gegenseitigen Ganz-, nicht Teilhingabe sein<sup>8, 10</sup>. Die Fruchtbarkeit wird in diesen Begegnungen unter Missachtung der biologischen Gegebenheiten ausgeschlossen, die Begegnung dadurch einseitig stark auf Lust orientiert und reduziert. **Die Frau wird in ihrer Wesensberufung, nämlich als Mutter, nicht eigentlich respektiert – der Mann nicht als Vater**. Der Mensch beansprucht die Verfügung darüber nach persönlicher Einschätzung in Ausblendung der Autorität Gottes.

Ist aus dieser Situation selbstkritische Neubestimmung, Umkehr und Suche nach dem Weg einer niveauvollen Menschlichkeit nicht angesagt? Es geht um die gute Zukunft<sup>9</sup> für die Frau, den Mann, die Gesellschaft, besonders für die junge Generation.

Die „Pille“ hat eine „**stille Revolution**“ ausgelöst. Sie hat sexuelle Freizügigkeit gebracht. Freizügigkeit und **Animation zum Sexualkonsum waren noch nie fördernd für den christlichen Glauben**, der zu seiner Realisierung die Bereitschaft zur **Selbstüberwindung** erfordert. Wahrscheinlich ist dies mit ein Auslöser des religiösen Desinteresses in der jungen Generation, auch Ursache für den Ausfall geistlicher Berufungen.

Der Arzt Siegfried Ernst, Ulm hat in seinem Brief an kath. Theologieprofessoren die Unterzeichner der Kölner Erklärung (die für die „Pille“ plädieren) eine für die Gläubigkeit überraschende Erklärung abgegeben. Er schreibt, die Freigabe der Pille bringe die Preisgabe der vorehelichen Enthaltensamkeit. In Jugendgruppen könne davon nicht mehr gesprochen werden, Priester- und Ordensberufe werden ohne Nachwuchs sein. Wenn Sexualität zum Konsumgut wird, dann ist der Mensch taub und blind für die biblische Botschaft. Eine Kirche ohne Glaube und Gehorsam wird zur Sekte.

Was im Jahre 1989 wahrscheinlich wie eine mehr als kühne Aussage geklungen hat, ist es heute nicht eine Prophetie, die sich ihrer Erfüllung schon in hohem Mass genähert hat? <sup>19</sup>

Die Erklärung der Bischofskonferenzen in Königstein, Maria Trost und Solothurn hatten eine zum Zeitpunkt ihrer Veröffentlichung (1968) eine Wirkung, die damals nicht erkannt wurde. Sie waren Impuls für die Säkularisierung, die sich in vielfachen Kritiken an Erklärungen der „Päpste“ und heute in starker Abstinenz von einer persönlich engagierten Glaubenspraxis zeigen.

Wissenschaftliche **Forschung und die Erfahrungen der Völkergeschichte** weisen nach, dass sexuelle Freizügigkeit das kulturelle Niveau senkt, zum Untergang geführt hat. **Selbstbeherrschung** hingegen bewirkt **Kultur**, individuell und gesellschaftlich.<sup>20</sup>

Die von Papst Paul VI. erwarteten negativen Folgen der Verhütung <sup>8,14</sup> sind eingetreten: Untreue, Einbruch der sittlichen Zucht, Entwertung der Frau, gefährliche Macht des Staates (Humanae Vitae 16, 17). Nicht nur die **Zahl der Geburten**<sup>4</sup>, auch die **Wertschätzung für das Kind** ist gesunken.

In der Zusammenschau der Daten **muss Papst Paul VI. ein großer Dank** ausgesprochen werden. Entgegen allen Erwartungen vieler Theologen und heftigst protestierender Medien hat er sich in der Enzyklika „Humanae vitae“ für die natürliche, dem Menschen angemessene Regelung der Fruchtbarkeit ausgesprochen. Hätte er die Trennung von Fruchtbarkeit und liebender Vereinigung für gerechtfertigt erklärt, **würden die Medien nicht müde, um Versagen des kirchlichen Lehramtes anhand der Erfahrungen mit den Antibabypräparaten zu veröffentlichen**. Im Rückblick auf die Erfahrungen und die neuen Forschungen ist deutlich, der Papst entschied unter Führung des Heiligen Geistes.

- **Exkurs:**  
**Verhütung durch den Mann: Vasektomie, Sterilisation** <sup>17</sup>

Sie geschieht durch Unterbindung der Samenleiter des Mannes.

Zunächst aus eugenischen Gründen (Zwangssterilisation im Dritten Reich) angewandt,

wurde sie unterschiedlich häufig in verschiedenen Ländern zu einer Methode der Verhütung (Pearl Index 0,1).

Sterilisation gilt vordergründig als harmlos und sicher, ist jedoch eine Vorgangsweise der Verhütung und zeigt Nebenwirkungen: Infektionen, Schmerzen im Genitalbereich, Herabsetzung der libido, Demenzentwicklung. Diese Folgen sind nicht sehr häufig, es bereut jedoch jeder 10. Mann den Eingriff.

## II. Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen eine neue Situation:

In den USA hat Mercedes **A. Wilson** im Jahre 2002 den Einfluss der Natürlichen Empfängnisregelung auf das Familienleben untersucht<sup>11</sup>.

In Österreich hat das **Ärzteteam Dr. Rhomberg** dieselbe Untersuchung<sup>12</sup> auf der Basis von Umfragedaten (aus Deutschland, Schweiz, Österreich, Italien) des Institutes für Natürliche Empfängnisregelung Dr. Rötzer e.V. durchgeführt.

In einer Dissertation von **Skocovsky K** (Brünn 2008)<sup>11</sup> wurde die Weltliteratur zur Thematik zusammengetragen.

Diese Studien zeigen übereinstimmend:

- **Die Zahl der Scheidungen liegt bei Ehepaaren, die NER praktizieren, insgesamt – unabhängig vom Glaubensbekenntnis – unter 5 %, bei distanzierter religiöser Praxis bei 12,5 %, bei intensiver Praxis unter 3 %**
- **Die durchschnittliche Geburtenzahl dieser Paare liegt bei 3 Kindern.**  
Das ist 0,8 Kinder über der zum Erhalt der Bevölkerungszahl (von 2,2 Kindern pro Paar) erforderlichen Geburten.
- **Die Verlässlichkeit, Sicherheit der NER ist so hoch wie die der „Pille“.**  
In zwanzigjähriger Beobachtung durch Wissenschaftler der Universitätsfrauenklinik Heidelberg wurde festgestellt, dass beide Vorgangsweisen einen Pearl Index weniger als eins aufweisen<sup>13</sup>. Die Gebrauchssicherheit der beiden Vorgangsweisen ist dieselbe.

Auch, wenn aus Gesundheitsgründen eine **Schwangerschaft lebensgefährdend** wäre, gibt es im Zyklus jeder Frau die Zeit, die eine Empfängnis absolut sicher vermeidet (Temperaturhochlage). Ebenso kann eine **Schwangerschaft mit sehr hoher Wahrscheinlichkeit angestrebt** werden, wenn der Zyklus der Frau exakt beobachtet wird, die Probleme mit kompetenten Fachleuten besprochen werden<sup>16</sup>. Dies ist ohne die Gesundheitsgefährdungen und die hohen Kosten der In-vitro-fertilisation ebenso

erfolgreich, wie **Praxisberichte** dieser **Ärztevereinigungen** nachweisen.

Dr. Rötzer Josef, der die sympto-thermale Vorgangsweise der Natürlichen Empfängnisregelung entwickelt hat, nennt diese Art der Fruchtbarkeitsregelung nicht eine Methode, sondern **eine eigene Lebensweise**<sup>14</sup>. Sie fordert Mann und Frau in allen Bereichen des Lebens, ganzheitlich. Sie ist sowohl beim Anstreben einer Schwangerschaft wie auch zu deren zuverlässiger Vermeidung geeignet. Voraussetzung für die Umsetzung dieser Vorgangsweise ist die genaue Kenntnis des weiblichen Zyklus. **Die Zuverlässigkeit der Regelung** wird nicht durch die Verwendung eines Verhütungsmittels, sondern durch die **sorgfältige Beachtung der Gegebenheiten des weiblichen Zyklus** erreicht. Dies erfordert seitens der Frau Schulung in Selbstbeobachtung und von beiden Partnern ein gewisses Maß an Selbststeuerungsfähigkeit. Die gegenseitige Rücksichtnahme und Achtsamkeit ist jedoch ein fördernder Beitrag in der Beziehung<sup>9,10</sup>.

Jede der angewandten Methoden zur Regelung der Fruchtbarkeit hat ihre Eigenheiten, ihre Vorteile und Anforderungen.

Es ist dem Verfasser bewusst, dass zu den Untersuchungen von Wilson und Rhomborg eine Kontrolluntersuchung bisher nicht erstellt ist. Sie ist in Vorbereitung. Es haben jedoch die oben angeführten Daten trotzdem Gültigkeit.

NER fordert Achtsamkeit, kann mühsam und auch die Nerven strapazierend sein, z. B. wenn der Mann wenig Verständnis und Engagement zeigt. Es ist dies jedoch nicht die Schwäche der Methode. Insgesamt bringt die Vorgangsweise der natürlichen Regelung **Impulse zur Kultur und Kultivierung der Sexualität**, ist dadurch Ansporn zur Entfaltung sowie Reifung der Persönlichkeit und fördert den Selbstwert, ebenso die gegenseitige Achtung.

Die Anstrengung für NER bringt die Entdeckung und Erfahrung human und ganzheitlich gelebter Sexualität und einen **Zugewinn an Ehezufriedenheit**, der sich u.a. in der niedrigen Scheidungszahl ausweist<sup>11,12</sup>.

Die Erkenntnisse im Bereich Sexualität und Fortpflanzung haben es möglich gemacht, in verantwortlicher **„Selbstbeherrschung aus Liebe“** (Mutter Theresa) Zeugung und Kinderzahl zu bestimmen. *Diese Erkenntnisse, nicht etwa nur die Sorge um die Gesundheit o. a., leiten die Katholische Kirche in ihrer Stellungnahme für NER.* – Deshalb ist sie nicht nur gegen die „Anti-Baby-Pille“ (u. a. hormonelle Präparate), sondern gegen jede Verhütung (Kondom, Spirale, Sterilisation ....).

### III. Konsequenzen der natürlichen Regelung, persönlich und gesellschaftlich:

NER vermeidet Frühabtreibungen.

NER dient der Gesundheit der Frau und dient der Volksgesundheit, bringt finanzielle Entlastung der Krankenversicherungen, eine für die Gesellschaftspolitik beachtenswerte Möglichkeit.

NER senkt die Scheidungsziffer in einem überraschenden Maß. Dies ist für die Beziehungsqualität wie auch für die Geburtenzahl bedeutsam.

Durch NER lässt sich dem demografischen Winter wirksam gegensteuern.

Wenn NER gelebt wird, ist die Kinderzahl in Verantwortung vor Gott, vor dem Partner und den Lebensgegebenheiten durch das Paar steuerbar – nicht verhütend.

Über Jahre wurde gegen NER gesagt, sie sei unnatürlich, weil die Frau zur Zeit des stärksten sexuellen Verlangens enthaltsam leben müsse. Wie sich aus der Sichtung einer Vielzahl von Publikationen ergibt, ist dies nicht nachzuweisen.<sup>9</sup>

Durch NER erlebt ein Paar die größte Nähe zu Gott. Sie wirken mit an Schöpfungsakt Gottes, sind in ihrer Liebe eingebunden in die Leben schaffende Liebe Gottes.

**Menschliche Liebe besteht aus zahlreichen Teilbefähigungen:** Verstehen, Vertrauen, Einfühlung, Achtung, Zärtlichkeit, Geduld, Rücksicht, Verzicht, Aufmerksamkeit, Anerkennung ... Sie ist für das Gelingen einer Beziehung wesentlich und in der Lebensweise der NER in hohem Maße mit dabei.

Das Erlernen und **Leben mit NER vertieft die Beziehung** des Paares: Der Wechsel zwischen fruchtbaren und unfruchtbaren Zeiten im Zyklus wird in seiner Sinnhaftigkeit erkannt. Das Gespräch und das gegenseitige Verstehen wird gefördert. Weil der Mann seinen Teil beiträgt und auf den Zyklus Rücksicht nimmt, bedeutet dies eine zusätzliche Wertschätzung für die Frau. Die Frau ist nicht durch die Gesundheitsrisiken der „Pille“ belastet. Sexuelle Beziehung wird in echter Partnerschaft.

**Gründe für die durchschnittliche Zahl von drei Kindern pro Paar:**

Liebe, wie sie Jesus Christus aufgezeigt hat, ist nicht „das große Gefühl“ und „guter Sex“, sondern die Bereitschaft, das Wohl des Partners und der Beziehung in Großherzigkeit zu fördern. Sie ist unser **größtes christliches Gebot** (Mk 12,28 ff.) und steht unter der Aufforderung Jesu: „Liebt einander wie **ich** euch geliebt habe.“ (Joh 15,12) Diese Art der Liebe erwächst aus einer lebendigen Beziehung zu Christus. Diese hat aus verschiedenen Ursachen stark abgenommen. **Der Einfluss medial transportierter defizitärer, jedoch attraktiver Vorstellungen von Liebe wird von vielen nicht bemerkt.** „High feeling“ ist nicht die Art, wie Jesus Christus Liebe gelebt hat. Christliche Orientierung des Paares bringt die Ausrichtung auf die Person Jesu und seine Botschaft in die Gestaltung des Miteinander ein. Es wird spürbar: ER ist „der Mensch“ und fördert echtes Menschsein. Die durch NER günstig beeinflusste Beziehungsatmosphäre und die durch den Glauben sensibilisierte Verantwortung fördern die positive Einstellung zum Kind.

Das sexuelle Verhalten der Paare in den vergangenen Jahrzehnten wurde, in Unkenntnis der NER, hauptsächlich durch Verhütung geprägt. Dies führte zu einer **permissiven Denkweise in allen Bereichen der Moral**. Mit der Verhütung kam ein „Kinderverhütungsdenken. Was Papst Benedikt mit **„Relativismus“** kennzeichnet, ist generelle Gefährdung des Glaubens, ist riskante Relativierung existentiell wichtiger Wahrheiten für echte Menschlichkeit. Es geht in der Problematik NER versus Verhütung um die Frage, ob **eine ganzheitliche** oder nur **eine reduzierte, defizitäre Sicht** der Liebe gelebt wird.

**Viel an Wesentlichem und Wichtigem für das echte Glück der Menschen ist gefährdet, wenn Verhütung das sexuelle Verhalten bestimmt.**

Sammlung der Informationen

+ Dr. Elmar Fischer  
und Fachbeirat für NER im Ehe- und  
Familienzentrum der Diözese Feldkirch  
Feldkirch, im Jänner 2012  
(überarbeitete Ausgabe vom September 2011.)

## Anhang: Wirkungsmechanismen der hormonellen Verhütung<sup>6</sup>:

- **Ovulationshemmung:** Hemmung des Eisprungs
- **Zervixschleimeindickung:** soll den Aufstieg der Spermien in die Gebärmutter hemmen
- **Tubenfaktor:** der Eileiter wird in seiner Beweglichkeit verändert und damit wird, falls eine Befruchtung stattgefunden hat, der Embryo (das ist das Kind in seinen ersten Lebenstagen) nicht synchron weitertransportiert und nicht ausreichend ernährt.
- **Endometriumfaktor:** Störung des Aufbaus der Gebärmutterschleimhaut, sodass der Embryo die für seine Weiterentwicklung nötigen Voraussetzungen, wie Einwurzelung, Schutz und Ernährung dort nicht vorfindet und daher abstirbt.

Hormonpflaster, Hormonspirale und Nuvaring wirken **nidationshemmend**, das heißt, der Eisprung wird meist wegen der niedrigen Hormondosis dieser Präparate nicht verhindert (Durchbruchsovulation, bzw. Freisetzung der Eizelle), der Zervixschleim wird rund um den Zeitpunkt des Eisprungs durchlässig und es kommt zur Befruchtung. Die Einnistung dieser befruchteten Eizelle in der Gebärmutter-schleimhaut wird dann verhindert, d. h. Frühabtreibung ist die Folge.

- **Methoden- und Gebrauchssicherheit**  
Unter **Methodensicherheit** ist die Wirksamkeit eines Präparates bei immer vorschriftsentsprechender Anwendung zu verstehen (wie bei der Einnahme eines Medikamentes).  
**Gebrauchssicherheit** ist die Wirksamkeit einer Methode bei Anwendung in der Alltagspraxis. Die scheinbar geringere Sicherheit der NER ergab sich, weil die

Methodensicherheit (und nicht die Gebrauchssicherheit) der „Pille“ mit der Gebrauchssicherheit der NER verglichen wurde!

NER wird in diesen Darlegungen verstanden als Vorgangsweise, die, wenn eine Empfängnis vermieden werden soll, die unfruchtbare Zyklusphase für den Intimverkehr nutzt und in der fruchtbaren Phase darauf verzichtet (kein Kondom u. a. verwendet).

## Quellenverweise

Informationen – Link für die nachstehenden Quellenverweise:

<http://www.kath-kirche-vorarlberg.at/themen/natuerliche-empfaengnisregelung>

<sup>1</sup> Bühner-Dinkel G. :Internationale Studie zum Schwangerschaftsabbruch in ausgewählten Ländern, Bühner-Media

<sup>2</sup> Smith Janet E., Die enge Verknüpfung zwischen Verhütung und Abtreibung, Medizin & Ideologie, Informationsblatt der Europäischen Ärzteaktion, 2/2008

<sup>3</sup> Matthiesen Silja, Wenn Verhütung scheitert – Verhütungsspannen bei Jugendlichen, Zeitschrift für Sexualforschung, 1/2008

<sup>4</sup> Statistik Austria, Statistik der Eheschließungen 1951 – 2009, Statistik der Ehescheidungen 1951 – 2009, Statistik der Kinderzahl pro Frau 1951 – 2009

<sup>5</sup> Österreichisches Institut für Familienforschung, Universität Wien, Demografischer Winter über Europa

<sup>6</sup> Rella Walter, Bonelli Johannes, Kummer Susanne, Fünfzig Jahre „Pille“: Risiken und Folgen, Imago Hominis, Band 17, Heft 4, 2010, Seite 263 – 274

Ehmann Rudolf: Ist die „Pille“ wirklich nur ein Verhütungsmittel? Medizin & Ideologie, Ausgaben 4/2006, 1+2+4/2007, 1/2008, jeweils Seite 4

Ehmann Rudolf: „Die lebenszerstörende Wirkung der Antibabypille“, in idea Dokumentation 2/2010, Seite 39 - 60

Imago Hominis, Band 17, Heft 4/2010, Seite. 265 – 267 (Karzinogenes Risiko)

Lauritzen C., Tödliche Nebenwirkungen ,der „Pille“, in: tägl. praxis Band 41 (2000), Seite 181, Tab. 4.

Taubert H.D. / Kuhl H. , Kontrazeption mit Hormonen, Stuttgart 21995, S. 21

Gemeindenetzwerk, Die lebenszerstörende Wirkung der Antibabypille, Teil I, Teil II von Ehmann Rudolf , 18.08.2010, <http://www.gemeindenetzwerk.org/?p=4931>;  
<http://www.gemeindenetzwerk.org/?p=4936>

Reportage im Schweizer Fernsehen: „ Hunderte tote Frauen durch hormonelle Verhütungsmittel“:

<http://videportal.sf.tv/video?id=cab9f7b9-2524-4bf3-8d18-0f4632dd943a>

- <sup>7</sup> Institut für angewandte Toxikologie und Umwelthygiene, Oldenburg, Rückgang der Spermienqualität in Deutschland und Europa, 1999
- <sup>8</sup> Papst Paul VI , *Humanae Vitae* - Die Weitergabe menschlichen Lebens, Enzyklika, 1968  
Twomey Vincent, *Der Papst, die „Pille“ und die Krise der Moral*, St. Ulrichverlag, Augsburg, 2008
- <sup>9</sup> Rötzer Josef, *Die verantwortliche Weitergabe des Lebens in medizinisch-anthropologischer Sicht*, Europäische Ärzteaktion, Meran, 1989

Unwin Josef Daniel „*Sex and Culture*“, Oxford University Press, London: Humphrey Milford, 1934.

Döring G. K. und Sollfrank R., *Wann die Liebe am schönsten ist. Gibt es ein eindeutiges Libido-Maximum im Zyklus der Frau?*, *Sexualmedizin* 1, Seite 8, 1988
- <sup>10</sup> Rötzer Elisabeth, *Erfahrungen mit der Natürlichen Empfängnisregelung auf der Basis von Humanae Vitae*, *Forum Katholische Theologie*, Heft 4/2004
- <sup>11</sup> Wilson Mercedes A., *Die Praxis der natürlichen Familienplanung im Vergleich zur künstlichen Geburtenregelung: Familiäre, geschlechtliche und moralische Gesichtspunkte*, *Catholic social science review*, Vol 7, 2002.

Skocovsky KD., *Fertility awareness-based methods of conceptions regulation: Determinants of choice and acceptability*. Published by Masaryk University, Brno, Czech Republic, 2008, ISBN: 978-80-210-4624-5.
- <sup>12</sup> Rhomberg W., Rhomberg M., Weißenbach H., *Neue Aspekte der Natürlichen Empfängnisregelung. Eine Umfrage zur sympto-thermalen Methode*, *Medizin und Ideologie* 2/2010, [www.familie.kirchen.net](http://www.familie.kirchen.net)
- <sup>13</sup> Frank-Herrmann P, Heil J, Gnoth C, Toledo E, Baur S, Pyper C, Jenetzky E, et al. *The effectiveness of a fertility awareness based (FAB) method to avoid pregnancy in relation to a couple’s sexual behaviour during the fertile time: a prospective longitudinal study*. *Human Reproduction*, 5: 1310-1319, 2007 (doi 10.1093/humrep/dem003)
- <sup>14</sup> Laun Andreas: *Humanae vitae ist lebbar*, *Kirche heute*, 4/2009

Twomey Vincent, *Der Papst, die „Pille“ und die Krise der Moral*, St. Ulrichverlag, Augsburg, 2008
- <sup>15</sup> Marx Gabriele, *Das wahre Gesicht der Anti-Baby-Pille*, *Kirche heute*, 6/2010.

- <sup>16</sup> Bulletin der IANFP- Internationalen Ärztevereinigung für Natürliche Familienplanung (Sektion Schweiz), Nr. 8 – 7. Jahrgang – Juli 2005, Erfolgreiche Fertilitätstherapie mit NaProTECHNOLOGIE nach vorausgegangener erfolgloser IVF

Theresia Maria de Jong, Ein Kind auf Umwegen – Künstliche Befruchtung auf dem Prüfstand, aus Kinderkrankenschwester 25. Jahrgang 2006, Nr. 10

- <sup>17</sup> Rhomberg Walter, Vortrag über Vasektomie, INER Kongress 2011

- <sup>18</sup> Herwig Birg „Die demographische Zeitenwende“, Seite 24, beck'sche reihe, München 2005, ISBN 3406475523

- <sup>19</sup> Dr. med. Siegfried Ernst, offener Brief an die 163 katholischen Theologen, die sich durch Papst Johannes Paul II entwürdigt fühlen. – In „Ist die Sexualethik der Päpste zeitgemäß?“ Ulm 1989- siehe Beilage

- <sup>20</sup> **Josef D. Unwin** „Sex and Culture“ s.o. Anm. 9

## Literatur

Casetti Chrisoph, Prügl Maria, *Geheimnis ehelicher Liebe, Humanae vitae – 40 Jahre danach*, Referat für Ehe und Familie der Erzdiözese Salzburg, ISBN 978-3-902336-98-9  
Fischer Elmar, Bischof von Feldkirch, *Erfahrung der Liebe*, erhältlich über das Ehe- und Familienzentrum Feldkirch, Tel. 05522/74139

Hahn Scott und Kimberly, *Unser Weg nach Rom*, 5 Auflage 2004, Christiana, ISBN 3-7171-1069-1

Laun Andreas, *Liebe und Partnerschaft aus katholischer Sicht*, Franz-Sales-Verlag, 8. Auflage 2003, ISBN 3-7721-0260-3

Lerchen Wilma, *Liebe wählt aus, Impulse für Jugendliche und junge Erwachsene*, 2. Auflage 2010, Schönstatt Verlag, ISBN 978-3-935396-22-6

Martin Norbert und Renate, *Aus gutem Grund, Natürliche Empfängnisregelung*, Schönstatt Verlag, 1997, ISBN 3-920849-82-5

Martin Norbert und Renate, *Die menschliche Liebe im göttlichen Heilsplan, Eine Theologie des Leibes*, Johannes Paul II, fe-Medienverlag, 2. Auflage 2008, ISBN 978-3-939684-44-2

Rötzer Josef, *Natürliche Empfängnisregelung, Die sympto-thermale Methode – Der partnerschaftliche Weg*, 33. Auflage 2009, Verlag Herder, ISBN 978-3-451-23983-0

Rötzer Josef, Rötzer Elisabeth, *Die Frau und ihr persönlicher Zyklus*, Von der Vorpubertät bis in die Wechseljahre, Ergebnisse jahrzehntelanger Zyklusforschung, 2010, Verlag godiz film GmbH, ISBN 978-3-9523645-0-5

Schulz Christian, *Die Enzyklika „Humanae vitae“ im Lichte von „Veritatis splendor“*, 2008, EOS Verlag, ISBN 978-3-8306-7327-9

Schwaderlapp Dominik, *Erfüllung durch Hingabe*, 2002, EOS Verlag, ISBN 3-8306-7130-X

Süßmuth Roland, *Empfängnisverhütung, Fakten, Hingergründe, Zusammenhänge*, 2000,

Hanssler Verlag, ISBN 3-7751-2

Trobisch Ingrid, Rötzer Elisabeth, *Mit Freuden Frau sein*, 2005, Brockhaus, ISBN 3-417-11075-0

Twomey Vincent, *Der Papst, die „Pille“ und die Krise der Moral*, St. Ulrich Verlag, 2008, ISBN 978-3-86744-061-5

West Christopher, *Theologie des Leibes für Anfänger*, fe-medienverlag, 2. Auflage 2006, ISBN 3-928929-71-2

West Christopher, *Die Liebe, die erfüllt, Papst Benedikt XVI und die menschliche Liebe*, 2009, Catholic Media, ISBN 978-3-939977-10-0

Weißbach Hubert und Magret, *Ganz Mann sein, Natürliche Empfängnisregelung aus der Sicht des Mannes*, erhältlich über das Ehe- und Familienzentrum Feldkirch, Tel. 5522/74139

Wojtyla Karol (Johannes Paul II), *Liebe und Verantwortung*, Eine ethische Studie, Verlag St. Josef, 2. Auflage 2010, ISBN 978-3-901853-14-2

Laun Andreas, Maria Eisl, *Die Dynamik der Liebe*, Verlag ehfamiliebuch, 2011, ISBN 978-3-902336-99-6