

DYS
NY
LTZ

DENNY

GLADYS
SHULTZ

Jetzt

Was du
wissen
mußt!



NER

GLADYS DENNY SHULTZ

WAS DU JETZT

WISSEN MUSST!

Ein warmes mütterliches Herz voll Güte und Lebensweisheit, ein umfassendes biologisches und psychologisches Wissen und eine sehr große praktische Erfahrung auf dem Gebiete der Jugend- und Eheberatung bilden den Wurzelgrund, aus dem dies Buch gewachsen ist. So ungewöhnlich, wie die Kombination der beiden letzten mit der ersten Voraussetzung heute noch ist, ist auch das Format des ganzen Buches.

Mit rückhaltloser Offenheit wird hier dem in seine Reifejahre eintretenden Mädchen wirklich alles gesagt, was es jetzt wissen muß, um vor körperlichen und seelischen Schäden bewahrt zu bleiben und einmal eine glückliche Mutter zu werden.

Die Wissensvermittlung schreckt auch vor der Offenbarung letzten und intimsten körperlichen wie seelischen fraulichen Erlebens nicht zurück. Das ist praktisch von allergrößter Bedeutung. Darüber hinaus werden den jungen Mädchen auch die ganz andersartigen körperlichen und seelischen Schwierigkeiten des jungen Mannes aufgezeigt, um die es wissen muß, wenn es sich im Irrgarten menschlichen Liebeslebens zurechtfinden soll. Muß doch ein junges Mädchen weitgehend die Steuerung im Ablauf der vorhelichen Beziehungen zwischen Jungen und Mädchen ganz natürlicherweise in seine Hände nehmen. Mit feinstem weiblichen Taktgefühl ist dabei überall die rechte Form der Behandlung so delikater Fragen gewahrt.

Obwohl alle traditionellen religiösen Wendungen sichtlich mit voller Absicht vermieden sind, um das Buch nicht auf den Kreis irgendeiner Konfession oder Weltanschauungsgruppe einzuengen, wird jeder innerlich religiös wirklich lebendige Mensch

Vom Aufbau und den Aufgaben der weiblichen Geschlechtsorgane

Im ersten Kapitel haben wir die äußeren körperlichen Veränderungen besprochen, die erkennen lassen, daß aus dem Mädchen eine Jungfrau wird. Sie treten ein, sobald die inneren Geschlechtsdrüsen ihre Tätigkeit aufnehmen. Es ergibt sich im Verlauf dieser Entwicklung von selbst, daß jedes Mädchen sich dieser Veränderungen bewußt wird. Aber ihre eigentliche weitreichende Bedeutung für das ganze weitere Leben wird zunächst oft gar nicht erfaßt.

Was geschieht, ist im Grunde staunenswert und wunderbar. Du entwickelst dich jetzt zu einem Wesen, das die Fähigkeit hat, einen neuen Menschen in sich aufzubauen und zur Welt zu bringen. Nur eine Frau vermag das, und darum wird jeder anständige Mann einer Frau immer mit Achtung, ja mit einer gewissen Ehrfurcht und der Bereitschaft, sie zu beschützen, gegenüberstehen, solange sie selbst Achtung und Ehrfurcht vor dieser ihrer schöpferischen Fähigkeit und der damit verbundenen Aufgabe — also ihrem Frauentum — hat.

Die Natur hat den reifen weiblichen Körper ganz auf diese Aufgabe hin eingerichtet. Deine Regelblutung wird dich allmonatlich daran erinnern, daß du eine Frau bist. Die inneren Vorgänge in deinem Körper, die zur Menstruation führen, beeinflussen aber nicht nur deinen Körper. Ihr Einfluß reicht viel weiter, als du dir wahrscheinlich träumen läßt. Sie bestimmen entscheidend auch deine Stimmungen, deine Gedanken, deine Gefühle, also dein ganzes seelisches Leben.

Diese Tatsache bedingt einerseits den weiblichen Reiz, der von uns Frauen auf die Männer ausgeht. Auf der anderen Seite sind damit aber auch gewisse Nachteile verbunden, über die du gut Bescheid wissen solltest. Gerade weil die Vorgänge im Innern des weiblichen Körpers so sehr kompliziert sind, ist ihr Ablauf auch leicht störbar. Wenn du etwas älter geworden bist, wirst du öfter von allerhand Frauenleiden hören, die durch solche Störungen zustandekommen. Die verschiedenen Drüsen arbeiten dann nicht ganz richtig zusammen.

Du brauchst deswegen keine Angst zu bekommen. Die meisten dieser Unannehmlichkeiten und Leiden lassen sich leicht vermeiden oder beseitigen, wenn man um den regelrechten Ablauf dieser inneren Lebensvorgänge im weiblichen Körper gut Bescheid weiß. Dann kann man sich, falls solche Störungen einmal eintreten, sofort einen entsprechenden ärztlichen Rat holen und sie mit seiner Hilfe beseitigen.

Die beglückende Seite unserer Weiblichkeit, die uns eben eine so bevorzugte Stellung in unserer Gesellschaft gibt, wiegt diese Nachteile reichlich auf, vorausgesetzt, daß wir unseren Körper richtig pflegen und unser Frauentum hochhalten. Es gibt wohl für kein menschliches Wesen etwas Beglückenderes als die Freude, die eine Mutter erlebt, wenn sie ihr Neugeborenes in den Armen hält. Wenn alle Mädchen das schon zu Beginn ihrer Pubertät begreifen könnten, gäbe es sicherlich viel weniger menschliche Tragödien.

Die meisten weiblichen Organe, die der Fortpflanzung dienen, liegen im Unterleib. Hier wächst das Baby heran, bis es so weit entwickelt ist, daß es außerhalb des Mutterleibes leben kann. Der äußere Teil der

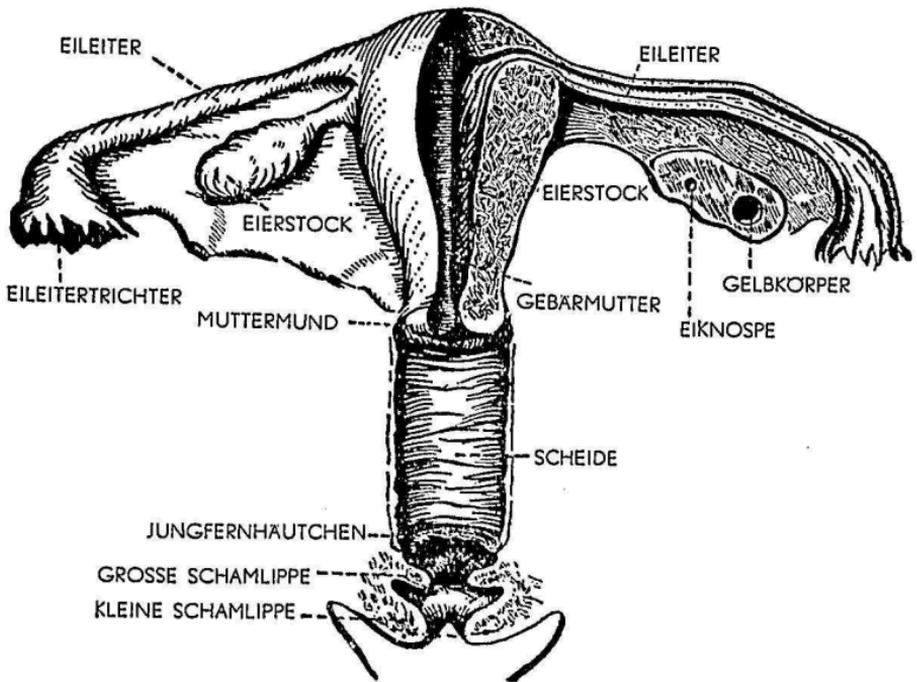
weiblichen Geschlechtsorgane ist der *Vorhof* (lateinisch: die vulva). Er stellt den Ausgang der inneren Fortpflanzungsorgane dar, aus ihm fließt auch das Blut bei der Menstruation ab, und durch ihn verläßt das Kind schließlich den Leib der Mutter, wenn es auf die Welt kommt.

Etwa zehn Zentimeter oberhalb des Vorhofs, mit ihm durch den *Geburtsgang* (auch *Scheide*, lateinisch: vagina genannt) verbunden, befindet sich die *Gebärmutter* (lateinisch: der uterus). In diesem Organ wächst, wie dir wohl bekannt sein wird, das Baby heran, bis es entwickelt und kräftig genug ist, um in der Welt leben zu können.

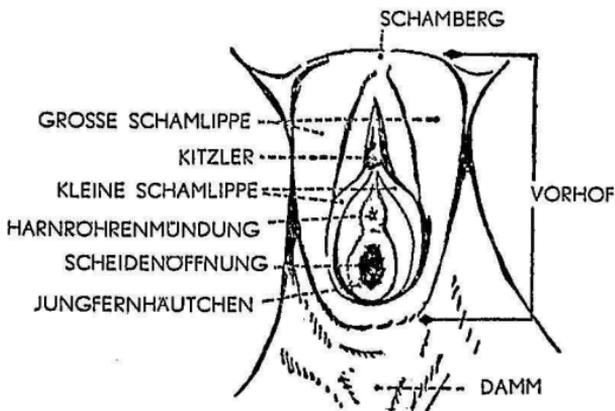
Wie du auf der Abbildung auf Seite 39 sehen kannst, hat die Gebärmutter die Größe und Form einer kleinen bis mittelgroßen Birne. Sie ist etwa sechs bis acht Zentimeter lang. Du wirst vielleicht zunächst darüber erstaunt sein, daß in einem so kleinen Gebilde ein ganzes Baby Platz finden soll. Aber die Gebärmutter, ein dicker, aus sehr starken Muskelfasern bestehender Muskel, der einen in normalem Zustand nur sehr schmalen Hohlraum umschließt, ist einerseits so dehnbar, daß sie dem heranwachsenden Baby den nötigen Raum zu geben vermag, andererseits so kräftig, daß sie das fertig entwickelte Baby durch Geburtsgang und Vorhof ans Licht der Welt befördern kann. Dieser Aufbau der Gebärmutter ist eines der großen Wunder des weiblichen Körpers. Er bedingt, daß dieses wichtige Organ im gewöhnlichen Zustand — wenn also kein Baby wächst — nur sehr wenig Platz einnimmt. Stell dir vor, was für einen Leibesumfang eine Frau haben müßte, wenn ihre Gebärmutter ständig so groß wäre wie am Ende einer Schwangerschaft.

WEIBLICHE GESCHLECHTSORGANE

Innere



Äussere



Die Gebärmutter geht nach unten in den *Gebärmutterhals* über, dessen unteres Ende, *Muttermund* genannt, in die Scheide hineinragt. Vom oberen Ende des Gebärmutterkörpers geht an jeder Seite ein feiner Schlauch ab, der *Eileiter*, der etwa wie ein dünner Regenwurm aussieht. An seinem Ende erweitert er sich zu dem *Eileiter-Trichter*, der, wie du auf dem Bilde deutlich sehen kannst, ausgefranst ist. Die Eileiter stellen die Verbindung zwischen dem Hohlraum der Gebärmutter und den beiden *Eierstöcken* her, die an einem kleinen Stiel rechts und links an die Gebärmutter angehängt sind.

So einfach der anatomische Aufbau dieser inneren Fortpflanzungsorgane erscheint, so kompliziert und wunderbar sind die Lebensvorgänge, die in ihnen ablaufen. Wir wollen zunächst einmal die Eierstöcke betrachten, in denen sich ja der wichtigste Teil der Fortpflanzungsvorgänge im weiblichen Körper vollzieht.

Die Eierstöcke sind kleine, bei einer erwachsenen Frau ungefähr 2,5 Zentimeter lange Gebilde etwa von der Form einer Dattel oder einer kleinen Pflaume. In ihnen entstehen die Eier, aus denen sich die Babys entwickeln. Das lateinische Wort für Ei ist *ovum*, im Plural *ova*. Deshalb nennt man die Eierstöcke auch die *Ovarien*. Man nimmt an, daß schon in dem winzigen Eierstock eines neugeborenen Mädchens winzige, unentwickelte Eier vorhanden sind. Diese Eierstocksanlage wächst aber erst in den Reifejahren zu einer Eierstockdrüse heran, die befruchtungsfähige Eier zur Entwicklung zu bringen vermag. Der Zeitpunkt ist in dem Augenblick erreicht, in dem die erste Menstruation eintritt. Vom Einsetzen der Geschlechtsreife an wird jeden Monat in den Eierstöcken einer gesunden Frau

eine Eizelle so weit reif, daß aus ihr ein Baby wachsen kann, wenn sie befruchtet wird.

Ein menschliches Ei ist so winzig, daß man es gerade mit bloßem Auge noch sehen kann. Es ist zwei Zehntel Millimeter groß und enthält alle Stoffe, die für das Wachstum eines Babys erforderlich sind.

Die Reifung der Eizellen ist aber nur ein Teil der wichtigen Aufgabe, die die Eierstockdrüsen haben. Sobald die Reifejahre beginnen, stellen sie auch noch *Hormone* her. Hormone sind sehr wichtige und hochkomplizierte chemische Stoffe, die in verschiedenen Drüsen erzeugt und in winzigen Mengen in das Blut abgesondert werden. Die Eierstöcke gehören also auch zu den sogenannten „*Drüsen mit innerer Sekretion*“, von denen es eine ganze Anzahl mit den verschiedensten Wirkungen im Körperhaushalt des Menschen gibt (Schilddrüse, Bauchspeicheldrüse u. a.). Ihr richtiges oder schlechtes Funktionieren beeinflusst unsere Gesundheit und unser ganzes Wesen. Die Hormone, die von den Keimdrüsen — also den Eierstöcken bei der Frau, den Hoden beim Mann — gebildet werden, bestimmen weitgehend die verschiedenen körperlichen und seelischen Eigenschaften von Mann und Frau.

Die Eierstöcke produzieren besonders zwei Hormone, die auf die weiblichen Geschlechtsvorgänge wirken: das *Oestrogen* und das *Progesteron*. Diese beiden Hormone bedingen z. B. den Charakter der weiblichen Stimme, die sich ja von der des Mannes weitgehend unterscheidet. Sie sind auch die Ursache dafür, daß bei den Frauen kein Bartwuchs entsteht und ihnen keine Haare auf der Brust wachsen. Werden diese beiden Hormone in zu geringem Umfang gebildet, ähneln die Frauen im Aussehen und seelischen Verhalten mehr dem männlichen

Geschlecht. Sicher hast du solche Frauen gelegentlich schon kennengelernt: mit etwas eckigen, männlichen Körperformen, tiefer Stimme, starker Flaumbehaarung auf der Oberlippe und unter Umständen richtigen Haarbüscheln auf der Brust. Sie leiden an zu geringer Produktion genannter Hormone, die für die Entwicklung der weiblichen Eigentümlichkeiten sorgen.

Das Oestrogen hat außerdem eine ausgesprochene Wirkung auf dein allgemeines Wohlbefinden und deinen Gemütszustand. Zu einer Zeit, da die Eierstöcke besonders viel Oestrogen abgeben, wirst du dich am wohlsten fühlen. Glücklicherweise kann man heute auf Grund wissenschaftlicher Erkenntnisse einen Mangel an Oestrogen durch Zuführung entsprechender Hormonpräparate ausgleichen, wenn die Eierstöcke ihre diesbezügliche Aufgabe einmal nicht voll erfüllen. Dies ist ein großer Fortschritt der Wissenschaft.

Das Progesteron bewirkt außerdem eine Erweiterung der Blutgefäße in der Schleimhaut der Gebärmutter, die sich auflockert und mit Blut anfüllt, um eine gute Niststatt für das durch den Eileiter heranwandernde Ei vorzubereiten. Ist das Ei befruchtet worden, werden von den Eierstöcken weitere Hormone erzeugt, die verhindern, daß die vorbereitete Schleimhaut abgestoßen wird (also eine Menstruation eintritt) und weitere Eier zur Reife kommen, ehe das befruchtete Ei zu einem lebensfähigen Baby herangewachsen ist. Diese Hormone werden meist solange weitererzeugt, als die Mutter stillt.

Soviel über die Aufgaben der Organe, die die Eier herstellen und das befruchtete Ei entwickeln helfen. Auf der Abbildung S. 39 siehst du, daß diese Organe in der Mitte zwischen dem Rückgrat und der vorderen Unterleibswand angeordnet sind. Sie sind so klein und fest,

daß man sie gar nicht so leicht von außen fühlen kann. Aber die Natur hat dafür gesorgt, daß bei der normalen Frau das knöcherne Becken Raum genug bietet für die mächtige Erweiterung der Gebärmutter beim Heranwachsen des Kindes im Mutterleib. (Darum haben die Frauen breitere Hüften als die Männer.)

Der Geburtsgang, der von der Gebärmutter abwärts führt, heißt — wie wir schon hörten — die Scheide. Auch seine Wände sind von einem Netzwerk sehr dehnbarer Muskeln umgeben, die das Baby hindurchzulassen vermögen. Das untere Ende der Scheide ist durch eine Schleimhautfalte verschlossen, die nur eine kleine Öffnung für das Abfließen des Regelblutes läßt. Man nennt sie das *Jungfernhäutchen* oder *Hymen*. Alle an Umfang die kleine Öffnung des Jungfernhäutchens übertreffende Gegenstände, die in die Scheide eingeführt werden, müssen notwendigerweise das Jungfernhäutchen zersprengen. Seine Unverletztheit galt daher von je als Beweis dafür, daß eine Frau noch keinen Geschlechtsverkehr gehabt habe, daß sie noch „jungfräulich“ sei. Wir werden darüber im Kapitel über die Paarung noch zu sprechen haben. Bei manchen Frauen ist das Jungfernhäutchen nicht ganz deutlich entwickelt, und selbstverständlich kann es nicht nur durch den Befruchtungsvorgang, sondern auch durch andere Vorgänge zersprengt werden. Man mißt daher seiner Unverletztheit heute nicht mehr die gleiche Bedeutung für die Frage der Jungfräulichkeit zu wie ehemals.¹⁾

¹⁾ Dieser Verschuß der unteren Öffnung des Geburtsganges bei kleinen Mädchen und die Tatsache, daß seine Zersprengung etwas schmerzhaft ist, ist sicherlich als eine natürliche Schutzeinrichtung für das reifende Mädchen und die Jungfrau aufzufassen. Bei kleinen Mädchen ist die Schleimhaut des Geburtsganges noch viel feiner und empfindlicher als bei einer erwachsenen Frau. Es gibt

Die von außen sichtbaren Geschlechtsteile der Frau bilden den *Vorhof*. In ihn mündet der Geburtsgang und ein wenig über diesem die Harnröhre der Frau, durch die der Inhalt der Harnblase entleert wird. Oberhalb der Harnröhre liegt ein kleines, von feiner Schleimhaut überzogenes, beerenförmiges Gebilde: der *Kitzler* oder die *Klitoris*.

Nun kommen wir auf etwas sehr Interessantes zu sprechen, was den Aufbau der Geschlechtsorgane bei beiden Geschlechtern betrifft.

Bei der Ausbildung der Fortpflanzungsorgane verfährt die Natur anfangs bei beiden Geschlechtern nach genau dem gleichen Grundplan. In den ersten Entwicklungsstadien des Embryos kann man nicht erkennen, ob aus dem kleinen Wesen einmal ein Junge oder ein Mädchen werden wird. Die Eierstöcke, das wichtigste Organ der weiblichen Geschlechtsteile, gleichen im Aufbau zunächst völlig den Keimdrüsen des Mannes, den Hoden. Ebenso entspricht der grundsätzliche Aufbau des Kitzlers genau dem grundsätzlichen Aufbau des männlichen Gliedes. Obwohl sie später äußerlich in Größe und Aus-

z. B. Krankheitskeime, die sich bei kleinen Mädchen auf der Scheidenschleimhaut noch entwickeln und Entzündungen verursachen können, gegen die die Scheidenschleimhaut einer erwachsenen Frau unempfindlich ist.

Entzündungen der Scheidenschleimhaut aber können auf die Gebärmutter und die Eileiterschleimhäute übergreifen. Bei der Abheilung solcher Entzündungen kann es zu einer Verklebung der feinen Eileitergänge kommen. Auf diese Weise kann eine unheilbare lebenslängliche Unfruchtbarkeit der Frau entstehen.

Deshalb sollte ein Mädchen niemals dulden, daß irgendeinanderer als ein Arzt an diesen feinen, edlen Teilen des Körpers irgendwelche Untersuchungen oder Berührungen vornimmt — etwa beim „Onkel-Doktor-Spiel“ oder ähnlichen Spielen, die unter Kindern, die nicht aufgeklärt sind, manchmal der Befriedigung ihrer Neugier dienen. Es kann durch solche Spielereien ein Schaden für das ganze Leben entstehen. (Anmerkung der Übersetzer)

sehen ganz verschieden sind, können sich beide durch Blutanreicherung vergrößern und aufrichten.

Der Eingang in die Scheide und der Kitzler sind auf beiden Seiten, wie von einer schützenden Mauer, von den *Schamlippen* umgeben. An jeder Seite liegt eine *große* und eine *kleine Schamlippe*. Die inneren kleinen Schamlippen sind ganz feine, dünne Schleimhautfalten, die sehr reichlich mit Blutgefäßen versehen sind. Die äußeren Schamlippen sind größere, mit Fett gepolsterte Hautfalten, außen mit gewöhnlicher Haut, nach innen mit einer besonders feinen Haut überzogen.

In den Schleimhäuten des Vorhofs finden sich zahllose Schleimdrüsen, die die Teile feucht und geschmeidig erhalten. Unzählige Nervenendpunkte sind überall angeordnet, die für den Schutz der wichtigen Organe zu sorgen haben und außerdem sehr starke Lustgefühle auszulösen vermögen, wovon wir später noch ausführlich sprechen werden.

Außer den eben geschilderten Unterleibsorganen gehören zu den Geschlechtsorganen der Frau noch die Brüste. Ihre Aufgabe ist die Ernährung des Neugeborenen, solange es noch keine feste Nahrung aufnehmen kann. Die Brüste enthalten die Milchdrüsen, die aber mit der Absonderung von Milch erst beginnen, wenn ein Baby geboren ist. Die Brüste sind bei den einzelnen Frauen sehr unterschiedlich in Größe und Form, bei jungen Mädchen gewöhnlich kleiner und fester als bei Frauen, die schon Kinder geboren haben.

Um die Brustwarze herum befindet sich ein kleiner, brauner Kreis, der während einer Schwangerschaft, wenn die Brüste stärker werden, gewöhnlich eine intensivere Farbe annimmt. Diese Verfärbung ist eines der Schwangerschaftszeichen.

Auf den ersten Blick mag es überflüssig scheinen, das alles so ausführlich zu beschreiben und zu erklären. Aber bei einer Frau sind die Abläufe in ihren Fortpflanzungsorganen so bedeutungsvoll für ihr gesamtes körperliches und seelisches Leben, daß sie über all das, was wir besprochen haben, genau informiert sein muß. Man kann sonst weder Wesen und Ablauf der Menstruation verstehen noch die Regeln und Gesetze, die von der menschlichen Gesellschaft für das Zusammenleben der Geschlechter, der Jungen und Mädchen, der Männer und Frauen geschaffen wurden, und die man beachten muß, wenn man nicht in Schwierigkeiten geraten will.

Betrachten wir nun im Zusammenhang den wunderbaren Ablauf, der zur Entstehung eines neuen Menschen führt, und bei dem eine Fülle feiner, aufeinander abgestimmter Vorgänge aufs genaueste ineinandergreifen:

Jeden Monat verläßt bei einem reif gewordenen Mädchen ein reifes Ei einen seiner Eierstöcke. Die Eier reifen in einer *Eiknospe*, einem kleinen, mit etwas Flüssigkeit gefüllten Bläschen, dessen Wand innen mit mehreren Schichten weicher Zellen gepolstert ist. An einer Stelle sind diese Zellen besonders dicht gelagert und bilden hier das *Eibett*, in dessen Mitte die Eizelle wohlbehütet ihrer Reife entgegenwächst. Die Wissenschaftler nennen die Eiknospe nach dem Namen ihres Entdeckers den „*Graafschen Follikel*“.

Während der Reifung vergrößert sich die Eiknospe, erreicht dabei die Oberfläche des Eierstocks und springt, wenn die Eizelle vollkommen reif geworden ist, auf. Nun löst sich das Ei aus seinem Bett und verläßt — noch umgeben von einigen Schichten schützender Eibettzellen — die Eiknospe. Die beweglichen Fransen des Eileitertrichters legen sich um die Stelle, an der die Eiknospe

gesprungen ist, herum und nehmen die Eizelle auf. Die feinen Flimmerhärchen, mit denen die Schleimhaut der Eileiter ganz dicht besetzt ist, bewegen das Ei in den Eileiter hinein und transportieren es durch diesen bis zur Gebärmutter. Das dauert etwa acht Tage. Diesen Zeitraum vom Sprung der Eiknospe bis zur Ankunft des Eis in der Gebärmutter nennt man die „*Ovulation*“. Die Befruchtung des Eis kann nur in den ersten Stunden nach dem Sprung der Eiknospe im Eileiter erfolgen. Diese Tatsache ist von der Wissenschaft erst im Jahre 1929 festgestellt worden.

Während der Wanderung des Eis durch den Eileiter bildet sich in der leer zurückgebliebenen Eiknospe ein gelbliches Gewebe, „der Gelbkörper“ (*corpus luteum*). Der Gelbkörper stellt ein Hormon her, das ins Blut eintritt und die Gebärmutter veranlaßt, sich auf die Ankunft des Eis durch Auflockerung und Anfüllung der Schleimhaut mit Blut und anderen Stoffen, die für die Erhaltung des neuen Lebewesens nötig sind, vorzubereiten. Außerdem verhindert es, daß weitere Eizellen ihrer Reife entgegenwachsen, solange nicht entschieden ist, ob das unterwegs befindliche Ei befruchtet oder unbefruchtet in der Gebärmutter anlangt und sich dort in der vorbereiteten Schleimhaut ansiedeln und zu einem Baby auswachsen kann oder nicht. Man nennt die vorbereitete Gebärmutterschleimhaut das *Endometrium*.

Es ist selbstverständlich, daß bei den Mädchen, für die dieses Buch geschrieben ist, Heirat und Mutterschaft noch in weiter Ferne liegen, die Befruchtung einer Eizelle bei ihrer Wanderung durch den Eileiter also noch nicht stattfinden darf. Bei ihnen geschieht nun folgendes:

Vom Ende einer Menstruation bis zum Anfang der nächsten vergehen etwa 24 Tage. Ist das während dieser

Zeit zur Reife gebrachte und durch den Eileiter in die Gebärmutter transportierte Ei nicht befruchtet worden, so zerfällt der Gelbkörper und sondert kein Hormon mehr ab. Alsbald zerfällt auch die vergeblich vorbereitete Schleimhaut in der Gebärmutter und wird mitsamt dem unbefruchteten Ei von der Gebärmutter ausgeschieden. Das geschieht wie bei einer Geburt durch Zusammenziehung der Gebärmuttermuskulatur, was bei feinnervigen, empfindsamen Frauen mitunter als regelrechte kleine Wehen empfunden wird. Da die gesamte Schleimhaut der Gebärmutter sich dabei ablöst, gibt es eine kleine Blutung, die drei bis fünf Tage lang anhält, bis sich wieder eine neue Schleimhaut in der Gebärmutter gebildet hat.

Dieser Vorgang wird sich auch bei dir von der Zeit der Geschlechtsreife an ständig wiederholen, bis das Ende des Lebensabschnitts erreicht ist, in dem nach natürlichem Gesetz Frauen Kinder gebären können. Die Zeit nach diesem Lebensabschnitt nennt man *Menopause*. Sie beginnt in dem Augenblick, da die Eierstöcke aufhören, Eier zu produzieren. Die Menopause beginnt mit den sogenannten „Wechseljahren“ bei den meisten Frauen am Ende des fünften Lebensjahrzehnts.

In der Zeit zwischen Pubertät und Menopause erlebt jede gesunde Frau allmonatlich ihre Regel, mit Ausnahme der Zeit, in der ein Baby in ihr heranwächst und sie es stillt.

Nehmen wir einmal an, du seist verheiratet, und ihr möchtet gern ein Baby haben, wie das der natürliche Wunsch aller jungverheirateten Leute ist. Das erste Anzeichen, daß ein Ei in dir befruchtet worden ist und eine Schwangerschaft begonnen hat, ist das Ausbleiben der Monatsregel. Die vorbereitete Schleimhaut in der Ge-

bärmutter wird jetzt benützt. Der Gelbkörper in der verlassenen Eiknospe zerfällt nicht, sondern arbeitet weiter und sorgt dafür, daß das neue Leben, das in dir nun im Werden begriffen ist, sich ungestört weiterentwickeln kann.

Das befruchtete Ei nistet sich in der Gebärmutter-schleimhaut ein. Es ist bei seiner Ankunft in der Gebärmutter schon ein kleiner Zellenstaat geworden, denn die Teilung der befruchteten Eizelle beginnt bereits während seiner Wanderung durch den Eileiter. Der kleine Zellenstaat wächst durch ständige weitere Teilung seiner Zellen rasch weiter. Bis zum Ende des zweiten Monats würde man sich kaum vorstellen können, daß dieses seltsam geformte kleine Ding einmal ein menschliches Baby werden soll. Man nennt das kleine Wesen jetzt einen *Embryo* oder einen *Foetus*. Im dritten Monat erst bekommt das Embryo ein menschliches Aussehen. Dann kommt eine Zeit, in der vor allem das Gehirn sich entwickelt und deshalb der Kopf fast ein Drittel der ganzen Körperlänge einnimmt. Gegen Ende der Schwangerschaft erst nimmt der Körper etwa die Proportionen eines Neugeborenen an.

Während des Wachstums formt sich eine Hülle um ihn, die genau wie die Eiknospe mit Flüssigkeit, dem Fruchtwasser, gefüllt ist. In diesem Fruchtwasser schwimmt das Baby und ist durch die Nabelschnur mit der Mutter verbunden.

Die Nabelschnur führt vom Nabel des Kindes bis zu einer besonders verdickten und vorbereiteten Stelle der Gebärmutter-schleimhaut, dem sogenannten *Mutterkuchen*. Im Mutterkuchen gibt es zwei feine Blutgefäßnetze. Das eine ist ein Teil des mütterlichen Blutgefäßnetzes, das andere bildet sich aus den Blutgefäßen, die

durch die Nabelschnur laufen und mit dem Blutgefäßnetz des kleinen Embryos zusammenhängen. *Die beiden Blutgefäßnetze gehen nicht ineinander über*, tauschen vielmehr die Nährstoffe, die aus dem mütterlichen Blut in das Blut des Kindes, und die Abfallstoffe, die aus dem kindlichen Blut in das der Mutter gelangen müssen, dadurch aus, daß die Stoffe durch die Gefäßwände des Kindes in das Gewebe des Mutterkuchens und von dort in die Blutgefäße der Mutter hindurchdringen, wie etwa Flüssigkeit durch ein Tuchfilter.

Wie du sicherlich weißt, muß ein Baby neun Monate in der Mutter wachsen, um draußen in der Welt leben zu können. Wenn es auch in dem einen oder anderen Fall etwas längere oder kürzere Zeit dauern mag, ist es doch erstaunlich, wie genau diese Zeitspanne im allgemeinen von der Natur eingehalten wird. Der Vorgang spielt sich fast mit der gleichen Exaktheit ab, wie die Reifung und der Sprung einer Eiknospe in den Eierstöcken zwischen zwei Menstruationen. Genau im rechten Zeitpunkt beginnen die Muskelwände der Gebärmutter sich zusammenzuziehen und schieben ganz langsam das Baby durch den Gebärmutterhals in den Geburtsgang, dessen Muskelwände sich allmählich mehr und mehr ausdehnen, während die Gebärmuttermuskeln sich immer wieder rhythmisch zusammenziehen. Irgendwann während dieses Vorgangs — gewöhnlich wenn der Muttermund schon fast ganz eröffnet ist — springt die Fruchtblase, und das Fruchtwasser, in dem das Baby noch schwimmt, fließt ab. Geschieht das nicht von allein, wird der Arzt, der bei der Geburt hilft, die Fruchtblase sprengen. In der Regel aber geschieht das alles von selbst ohne künstliche Hilfe. Der Beistand eines Arztes kann wohl manches etwas

leichter und sicherer machen, aber eine gesunde Frau kann ein Kind auch ganz allein gebären, und ungezählte Millionen Babys sind seit Menschengedenken ohne ärztliche Hilfe zur Welt gekommen.

Bei einer normalen Geburt erscheint zuerst der Kopf des Kindes und dann schlüpft der übrige Körper heraus, wobei die Hebamme oder der Arzt mit geübter Hand helfen können. Die Hebamme bindet die Nabelschnur, durch die das Baby noch immer mit der Mutter verbunden ist, ab und schneidet sie durch. Etwa zwanzig bis dreißig Minuten später zieht sich die Gebärmutter erneut zusammen und stößt die Nachgeburt aus. Diese besteht aus der nunmehr leeren Fruchtblase und dem Mutterkuchen.

So kommen die meisten Babys zur Welt. Aber bei der großen und komplizierten Vielfalt von Vorgängen, die bei einer Geburt eine Rolle spielen und genau ineinandergreifen müssen, sind auch allerhand Möglichkeiten zu Störungen und Komplikationen gegeben. Durch einen Schock oder ein heftiges Erschrecken der Mutter z. B. oder infolge einer körperlichen Störung können die Wehen vor der Zeit in Gang gesetzt werden. Dann kommt das Kind zu früh auf die Welt.

Geschieht das zu einem Zeitpunkt, an dem das Kind noch nicht genügend entwickelt ist, um am Leben bleiben zu können, nennt man das eine *Fehlgeburt*. Ist es aber in seiner Entwicklung schon so weit vorgeschritten, daß es künstlich aufgezogen werden kann, so spricht man von einer *Frühgeburt*. Dank der Entwicklung der medizinischen Wissenschaft können wir heute mitunter schon Babys, die im sechsten Monat geboren werden, aufziehen. Siebenmonatskinder haben bereits gute Aussichten, am Leben zu bleiben, und natürlich werden die

Aussichten immer besser, je näher der Zeitpunkt der Geburt dem richtigen Reifegrad liegt.

Eine Frühgeburt wird in einen Wärmeschrank (Brutkasten) getan, wo sie so warm und mollig gehalten wird, wie es dem Dasein im Mutterleib entspricht. Sobald das Baby den Entwicklungsstand eines normalen Neugeborenen erreicht hat, können die Eltern es dann mit nach Hause nehmen und pflegen wie ein normales Baby.

Es ist schon sehr viel über Leiden und Schmerzen, die mit einer Geburt verbunden sind, gesagt und geschrieben worden. So kann es einen nicht wundernehmen, daß mitunter Mädchen die Vorstellung gewonnen haben, die Geburt sei eine ziemlich schwierige und gefährliche Sache, die sie lieber nicht riskieren möchten. Man hielt es daher für einen großen Fortschritt, als man Betäubungsmittel entdeckte, mit deren Hilfe man die Gebärenden einschläfern konnte, um ihnen so die letzten und größten Geburtsschmerzen zu ersparen. Diese Mittel wurden in den letzten beiden Generationen sehr häufig angewendet.

In letzter Zeit fand man nun heraus, daß die Schmerzen bei der Geburt den Frauen deswegen so untragbar schienen, weil sie Angst hatten, und sie ängstigten sich, weil sie nicht recht wußten, was eigentlich beim Gebärdakt in ihrem Körper vor sich ging. Du wirst wahrscheinlich in Zukunft immer häufiger von der „natürlichen Geburt“ hören. Das bedeutet, daß die Mütter mit allen Vorgängen genau vertraut gemacht werden, die sich während der Geburt in ihnen abspielen. Sie werden dann einerseits angeleitet, durch bestimmte Übungen ihre inneren Muskeln zu kräftigen, andererseits Entspannungsübungen durchzuführen, die sie instand setzen, bestimmte Muskelpartien auf Wunsch zu lockern. Auf

diese Weise können sie sich dann bei der Geburt in ihrem Verhalten ganz den natürlichen Vorgängen anpassen. So bekommen heute viele Mütter ihre Kinder wieder ohne Betäubungsmittel. Die Schmerzen erscheinen ihnen nicht mehr so schlimm, seit sie über die natürlichen Vorgänge genau unterrichtet sind und sich daher nicht mehr so fürchten.

Nun, im Augenblick liegen alle diese Dinge, die wir eben besprochen haben, noch in weiter Ferne für dich, wie z. B. eine Geburt oder die Wechseljahre. Aber ich glaube, daß viele intelligente Mädchen, die gerade im Begriff sind, zur Frau zu werden, doch über alles, was mit ihrem Frauentum zusammenhängt, etwas wissen möchten. Manche Mädchen wissen überhaupt nichts über den weiblichen Körper außer dem wenigen, das sie zufällig und bruchstückweise aus den Unterhaltungen Erwachsener aufgeschnappt haben. Sie bilden sich dann schreckliche Vorstellungen von vollkommen natürlichen Vorgängen und nehmen an, daß es schon komisch zugehen müßte, wenn sie auf Grund ihrer Weiblichkeit nicht schrecklich viel unnötige Leiden würden auszustehen haben. Es ist die aus der Unwissenheit kommende Angst, die so viel unnötige körperliche Schwierigkeiten und Leiden im Bereich weiblicher Lebensabläufe hervorruft!

Aufbau und Funktion seines eigenen Körpers gut zu verstehen, ist der erste Schritt, um unnötige Schmerzen und Krankheiten zu vermeiden. Es gibt heute für fast alle Frauenkrankheiten ärztliche Hilfe. Du solltest aber auch wissen, wie es sein muß, wenn alle Organe bei dir richtig funktionieren. Dann brauchst du dir kein Kopfzerbrechen zu machen, wenn du irgend etwas über solche Dinge reden hörst.

Vom Aufbau und den Aufgaben der männlichen Geschlechtsorgane

Der Anteil des Mannes an der Aufgabe der Fortpflanzung ist viel kleiner als der der Frau. Nur zwei Dinge hat er dabei zu tun. Er hat die kleinen *Samenfäden* (wissenschaftlich *Spermatozoen* oder *Spermien* genannt) herzustellen, die nötig sind, um die im Körper der Frau wachsenden Eizellen zu befruchten, und er muß diese Samenfäden in den Körper der Frau hineinbringen.

Im primitiven Urzustand der Natur, in dem es noch kein Gruppenleben, geschweige denn eine menschliche Gesellschaft gab, die Verhaltensmaßregeln, Gesetze und eine öffentliche Meinung entwickelte —, in dieser Entwicklungsperiode war die Aufgabe des Männchens mit der Vollziehung des Befruchtungsaktes erledigt. Vom Standpunkt der Fortpflanzung als der wichtigsten Aufgabe jedes Lebewesens aus gesehen, war das Männchen nun überflüssig.

Bei einigen Insektenarten ist es heute noch so, daß das Männchen nach der Begattung alsbald stirbt oder vom Weibchen getötet wird. Das neue Leben hat durch die Befruchtung im Weibchen zu wachsen begonnen, und das Weibchen ist durchaus in der Lage, allein für die Nachkommenschaft zu sorgen.

Es ist daher nicht weiter verwunderlich, daß die Fortpflanzungsorgane beim Mann einfacher eingerichtet sind als bei der Frau. Der größere Teil der männlichen Organe liegt außerhalb des Unterleibs. Beim Mann gibt es keine beschwerliche Monatsregel. Er wird durch seine

geschlechtlichen Aufgaben nicht entfernt so in Anspruch genommen und behindert wie die Frau.

Die äußeren männlichen Geschlechtsteile sind *das männliche Glied* (der penis) und die beiden *Hoden*, die in einem unter dem Glied befindlichen Hautsack, dem Hodensack (scrotum), liegen. Im erregten, vergrößerten, zur Begattung bereiten Zustand wird das Glied auch als *Phallus* oder *Priapus* bezeichnet. Es hat die Aufgabe, den Samen in den weiblichen Körper einzuführen. Es hat lange gedauert, bis die Menschen sich über den Aufbau der weiblichen Fortpflanzungsorgane klar wurden; da sie unserem Auge ja nicht zugänglich sind. Die primitiven Völker sahen die Ursache für die Fortpflanzung des Lebens vor allem im männlichen Glied, das daher in ihren religiösen Bräuchen eine große Rolle spielte. Du wirst sicher gelegentlich einmal etwas über „*phallische Kulte*“ oder „*phallische Symbole*“ lesen. Dem männlichen Prinzip, das im Symbol des Phallus verehrt wurde, brachte man Opfer dar, um die Fruchtbarkeit des Landes und der Herden zu vermehren.

Das Ende des Gliedes ist durch eine doppelt gefaltete, dünne, empfindliche Haut bedeckt, die man die *Vorhaut* nennt. Sie spielt im religiösen Leben vieler Völker eine Rolle, so z. B. heute noch bei den orthodoxen Juden. Im alten Testament wirst du oftmals Hinweise darauf finden. Diese Bedeutung geht ursächlich wohl auf die Tatsache zurück, daß bei neugeborenen Knaben die Vorhaut oft so fest mit dem unteren Ende des Gliedes verklebt ist, daß sie sich nicht ohne weiteres zurückstreifen und gut säubern läßt. Die Juden, die der Sauberkeit und Gesundheit einen großen Platz in ihrem Leben einräumten, machten es daher zu einer religiösen Vorschrift, daß die Vorhaut bei den kleinen Jungen bald

nach der Geburt entfernt werden mußte. Diesen Eingriff nannte man *Beschneidung*, ein Wort, dem du in der Bibel öfter begegnen wirst.

Es braucht uns nicht zu wundern, daß die alten Völker das männliche Glied mit Ehrfurcht betrachteten. Ist es doch ein ganz besonderes Organ. Normalerweise hängt es weich und schlaff herunter. In diesem Zustand würde es unfähig sein, in die Scheide der Frau einzudringen und den Samen bis zum Muttermund der Gebärmutter vorzutragen. Um es dazu zu befähigen, hat die Natur eine wunderbare Einrichtung geschaffen. Das Glied ist in seinem Innern mit einem ganz dichten Netz feiner Blutgefäße ausgefüllt, dem sogenannten *Schwellkörper*. Dieses Blutgefäßnetz wird wie alle Blutgefäßnetze des Körpers vom Herzen her durch Schlagadern (Arterien) mit Blut gefüllt. Durch Blutadern (Venen) fließt das Blut dann wieder zum Herzen zurück. Ist nun der Mann geschlechtlich gestimmt und erregt, werden die abfließenden Blutadern (Venen) durch reflektorische Zusammenziehung der Blutgefäßmuskeln verschlossen, während die zuführenden Blutgefäße (Arterien) offen bleiben. Dadurch füllt sich der Schwellkörper prall mit Blut und richtet sich auf, so daß das Glied waagrecht vom Körper absteht. Man nennt diesen Vorgang die *Gliedsteifung* (lateinisch: *erectio* = Aufrichtung). In diesem Zustand vermag das Glied in die weibliche Scheide einzudringen und den Samen vor dem Muttermund der Gebärmutter abzulegen, von wo die Samenfädchen dann aus eigener Kraft in die Gebärmutter und die Eileiter weiter vordringen.

Es gibt gelegentlich Männer, bei denen die reflektorischen Vorgänge, die zur Gliedsteifung führen, nicht richtig ablaufen. Man bezeichnet einen solchen Mann

dann als *impotent*. Gewöhnlich hat das seelische Ursachen, die ein seelenkundiger Arzt (Psychotherapeut) meist mehr oder weniger rasch aufdecken und beseitigen kann. Der körperlich und seelisch gesunde Mann hat diesbezüglich keine Schwierigkeiten. Im Gegenteil: Es treten solche Gliedversteifungen mitunter auch ohne geschlechtliche Erregung ganz unwillkürlich schon bei kleinen Jungen — sogar schon im Säuglingsalter — auf. Also bereits zu einer Zeit, wo noch gar kein Samen produziert wird, die Möglichkeit zur Befruchtung einer Frau also noch gar nicht gegeben ist. Erst mit dem Eintritt der geschlechtlichen Reife stellen sich bei den Jungen gelegentlich solcher Gliedsteifungen auch Samenentleerungen ein.

Die Aufgabe der *Hoden* ist es, Samenzellen herzustellen. Du wirst dich erinnern, daß wir im vorigen Kapitel bereits feststellten, daß die Eierstöcke der Frau weitgehend den Hoden des Mannes entsprechen. Beide bezeichnet man als Keim- oder Geschlechtsdrüsen. Wie beim männlichen Glied, ist es auch bei diesen Drüsen: Die Keimdrüse des Mannes und ihre Funktion sind sichtbar. Die Keimdrüsen der Frau liegen im Unterleib verborgen. Man kann ihre Funktion nicht beobachten. Sie bleiben unsichtbar und wirken deshalb auch so geheimnisvoll.

Die Hoden gleichen auch in ihrer äußeren Form weitgehend den Eierstöcken, sind nur ein wenig größer und kompakter als diese. Auch die Hoden stellen außer den Samenzellen noch ein Hormon her, das sogenannte *Testosteron*, das die besonderen männlichen Merkmale wie die Baßstimme, den Bart usw. bedingt. Ebenso wie das weibliche Hormon Oestrogen kann man auch Testosteron künstlich herstellen und als Medikament ein-

nehmen, wenn das zur Unterstützung der männlichen Entwicklung notwendig erscheinen sollte.

Man hat übrigens vor nicht allzu langer Zeit entdeckt, daß nicht nur die äußeren Geschlechtsteile der männlichen und weiblichen Embryonen ganz gleich aussehen, sondern auch die männlichen und weiblichen Geschlechtsdrüsen in ihrem reifen Zustand stets beiderlei Hormone herstellen. Der Unterschied besteht nur darin daß die männlichen mehr Androgen (das ist der zusammenfassende Name für alle männlichen Hormone) als Oestrogen produzieren, und umgekehrt. Männer und Frauen sind also in ihrem geschlechtlichen Aufbau gar nicht so vollkommen voneinander verschieden, als man gemeinhin denkt. Alle Männer haben etwas Weibliches und alle Frauen etwas Männliches in sich. Deshalb können sich auch beide Geschlechter verstehen, wenn sie sich nur ernstlich darum bemühen.

Die Haut des Hodensacks ist sehr fest und faltig. Die beiden Hoden liegen in seinem Innern vollkommen getrennt voneinander, so daß, wenn ein Hoden verletzt wird oder aus irgendwelchen Gründen entfernt werden muß, der andere voll funktionstüchtig bleibt und auch allein die Aufgabe der Samenherstellung zu übernehmen vermag. Dasselbe gilt für die Eierstöcke der Frau. Auch wenn ein Eierstock durch einen operativen Eingriff entfernt werden mußte, kann eine Frau also immer noch Kinder bekommen. Voraussetzung ist natürlich, daß der andere Eierstock gesund ist.

Die äußeren Geschlechtsteile des Mannes sind genau wie die äußeren Geschlechtsorgane der Frau mit sehr vielen Nervenendpunkten versehen, die sowohl dem Schutz dieser wichtigen Teile durch Schmerzempfindungen, als auch der Erregung von Lustgefühlen bei Berührung

dienen. Natürlich sind die männlichen Teile durch ihre äußere Lage schmerzhaften Verletzungen viel mehr ausgesetzt als die geschützt zwischen den Oberschenkeln liegenden Geschlechtsteile der Frau.

Das Ei, aus dem ein Kind heranwächst, ist, wie wir sahen, sehr klein. Aber eine Samenzelle ist noch viel, viel kleiner. Man kann diese winzigen Gebilde nur durch ein Mikroskop bei starker Vergrößerung sehen. Eine Samenzelle ist ein sehr lebendiger aktiver Organismus. Sie ist mit einem langen Schwänzchen versehen, das ihr das Aussehen einer Kaulquappe verleiht. Ein solcher Samenfaden vermag mit großer Kraft vom Muttermund der Gebärmutter, wo ihn das männliche Glied ablegt, durch die Gebärmutter und den Eileiter bis in den Auffangtrichter des Eileiters zu schwimmen. Trifft er dort auf ein reifes Ei, das soeben aus der Eiknospe herausgesprungen, also noch befruchtungsfähig ist, vermag er alsbald in dieses einzudringen und es zu befruchten, womit dann das Wachstum des neuen Lebens beginnt.

Bei einem Samenerguß werden etwa vier Millionen Samenfäden aus dem männlichen Körper ausgestoßen. Die Natur tut alles, um ganz sicher zu gehen, daß wenigstens *ein* Samenfädchen zu diesem Ziel gelangt. Obwohl der Samenfaden außerordentlich kräftig und aktiv ist, hat er innerhalb des weiblichen Körpers nur eine sehr kurze Lebensdauer (zwölf bis achtundvierzig Stunden). Aus diesem Grunde kann eine Befruchtung nur stattfinden, wenn kurz vor oder nach dem Begattungsakt eine reife Eizelle aus einer ausgereiften Eiknospe gesprungen ist und sich auf dem Weg vom Eileitertrichter zur Gebärmutter befindet.

Wie bei den Eierstöcken und den Eileitern der Frau,

so kommt es auch bei den Hoden und den Samenleitern des Mannes vor, daß sie nicht genügend Keimzellen hervorbringen oder die Wege, durch die sich die Keimzellen bewegen, nicht in Ordnung sind. Dann ist der betreffende Mensch — Mann oder Frau — unfruchtbar, steril. Es gibt Krankheiten wie z. B. Ziegenpeter (Mumps) oder Tripper (Gonorrhoe), eine Geschlechtskrankheit, die die Fähigkeit des Hodens, Samen zu produzieren, für immer zerstören oder den Samenleiter durch narbige Verklebung undurchgängig machen können.

Der Teil der männlichen Fortpflanzungsorgane, der sich im Innern des Körpers befindet, ist eigentlich nur eine Vorratskammer für die Samenfäden, die von den Hoden hergestellt werden. Auf der Abbildung S. 63 siehst du, dicht an den Hoden angeschmiegt, den sogenannten *Nebenhoden* liegen. Das ist ein etwas aufgeknäuelter, weicher kleiner Schlauch, der in den *Samenleiter* übergeht. Der Nebenhoden entspricht etwa dem Eileitertrichter der Frau; er führt die Samenfäden vom Hoden in den Samenleiter. Durch diesen wandern sie bis in die *Samenblasen*, die liegen gleich unterhalb der Harnblase im Unterleib des Mannes. Dort werden die reifen Samenfäden aufbewahrt. Von den Samenblasen führt ein kleiner Gang durch die Vorsteherdrüse (prostata) in den hinteren Teil der Harnröhre. Die Vorsteherdrüse bildet ein weißliches Sekret, in das eingelagert die Samenfädchen den Körper des Mannes verlassen, wenn der Mann geschlechtlich erregt wird und infolgedessen ein Samenerguß erfolgt. Dabei ziehen sich die Muskeln der Samenblasenwände und der Vorsteherdrüse zusammen und schleudern die Samenfädchen und das Vorsteherdrüsensekret so kräftig aus der vorderen Öffnung

der Harnröhre hinaus, daß sie bis zum Muttermund in den weiblichen Körper eindringen können.

Die Harnröhre ist gleichzeitig der Weg für den Urin. In genialer Weise ist aber dafür gesorgt, daß immer nur entweder Urin oder Samenflüssigkeit den Durchgang benützen können. Während einer Samenentleerung wird der Weg für den Urin gesperrt.

Es kann sein, daß der Abscheu, den manche Menschen gegenüber dem Geschlechtsleben haben, mit dadurch bedingt ist, daß die Ausscheidungsorgane für Stuhl und Urin mit den Fortpflanzungsorganen so eng beieinander liegen. Das gilt für beide Geschlechter. Bei der Frau liegt die Harnröhrenöffnung zwischen dem Kitzler und dem Scheideneingang. Der After, der den Stuhlgang ausscheidet, liegt dicht hinter dem Vorhof. Tatsache ist jedenfalls, daß viele Menschen zu den Vorgängen eines gesunden Geschlechtslebens eine genau so unrichtige, geringschätzig-e Einstellung haben wie zu den Vorgängen der Verdauung und Ausscheidung.

Freilich ist nichts, was der Körper ausscheidet, „appetitlich“. Jeder normale Mensch — schon das Kind, sobald es selbst für sich sorgen kann — wird sich daher nach jeder Ausscheidung schnell reinigen und die zur Reinigung benützten Gegenstände sofort entweder auswaschen oder wegwerfen. Jedem Kind wird auch von kleinauf anerkennend, alle seine Körperöffnungen regelmäßig zu säubern, und der größere Mensch wird das ganz von sich aus tun, um die Bildung von üblem Körpergeruch zu vermeiden. Niemandem wird es etwa einfallen, seine Ausscheidungen oder Absonderungen herumzuzeigen (außer der Mutter oder dem Arzt, wenn man einmal krank ist), oder darüber zu reden. Es wäre aber grundfalsch, deshalb den Verdauungsvorgang

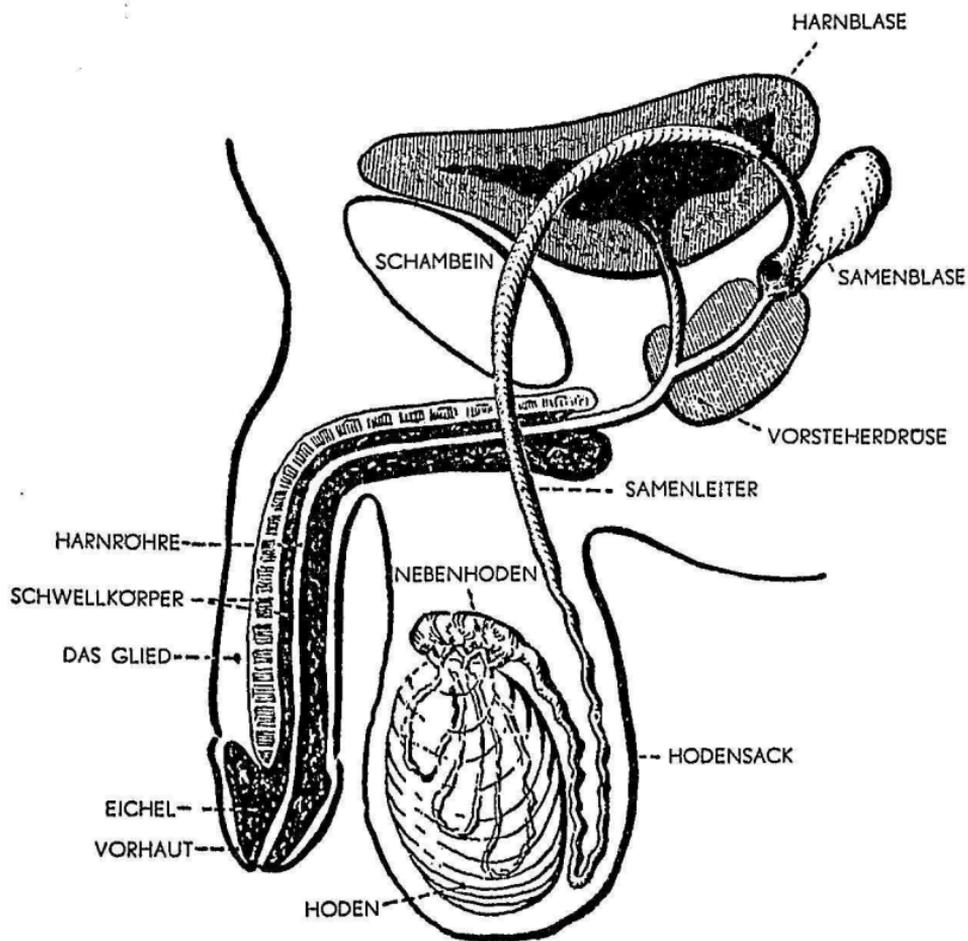
selbst als verächtlich oder „schmutzig“ anzusehen, dient er doch auf geniale Weise zur Befreiung des Körpers von Stoffen, die ihm nicht zuträglich sind.

Das ganze System der Verdauungsorgane, die unsere Nahrung aufnehmen, zerkleinern, auflösen, in den Körper aufsaugen, sie an alle Organe verteilen und die unverwertbaren, mitunter giftigen Abfallstoffe wieder ausscheiden, ist ein ebenso großes Wunderwerk der Schöpfung wie das System der Fortpflanzungsorgane.

Leider werden kleine Kinder, wenn sie sich naß oder voll machen, immer wieder gescholten und bestraft, so daß sie das Gefühl bekommen müssen, daß alles, was mit der Ausscheidung zusammenhängt, etwas Schmutziges sei.

Wenn sie dann eines Tages entdecken, daß die Berührung der Körperteile, durch die ein Teil dieser Ausscheidung stattfindet, ein angenehmes Gefühl hervorruft und sie infolgedessen mit den Händen daran herumspielen, werden sie gleichfalls gescholten oder bestraft mit dem Hinweis, daß das unanständig und unschön sei. Es ist leicht zu verstehen, daß viele Kinder durch dieses erzieherische Verhalten ganz falsche Begriffe und Vorstellungen von der Bedeutung ihrer Fortpflanzungsorgane bekommen und diese mit in ihr Erwachsenenalter hineinnehmen. Einige von ihnen reagieren dann später so, daß sie sich von allem, was mit Geschlechtlichem zu tun hat, abgestoßen fühlen. Andere entwickeln eine abnormale Neugier, und zwar besonders diejenigen, die als Kinder von niemandem aufgeklärt wurden. Kinder, denen man dem Verdauungsvorgang gegenüber eine verständnislose, übertrieben schamhafte Haltung anerkennen hat, haben später oft ungesunde Angewohnheiten, z. B. krampfartige Stuhlverhaltung.

MÄNNLICHE GESCHLECHTSORGANE



Kinder, deren natürliche Fragen nach geschlechtlichen Zusammenhängen von ihren Eltern nicht richtig beantwortet oder gar unfreundlich zurückgewiesen wurden, werden sich anderweitig um Aufklärung bemühen, sie vielfach in sehr unschöner schmutziger Weise erhalten und den geschlechtlichen Vorgängen leicht ein höchst unerwünschtes Maß von Aufmerksamkeit zuwenden. Aus ihnen werden dann oft Menschen, die die Wände der öffentlichen Toiletten mit häßlichen Zeichnungen und Worten beschmieren.

Ein gut erzogener, intelligenter Mensch hat die einzelnen Zusammenhänge der Menschwerdung richtig kennen und verstehen gelernt. Sie erscheinen ihm als etwas Natürliches und Ehrfurcht Gebietendes. Er ist als zivilisierter Mensch daran gewöhnt, bestimmte Gewohnheiten und Sitten als auch für ihn verbindlich anzuerkennen, z. B. daß man seine Geschlechtssteile nicht zeigt, seine Bedürfnisse auf einer geschlossenen Toilette erledigt und vertrauliche Zärtlichkeiten nicht in der Öffentlichkeit austauscht.

Diese Sitten und Gebräuche dienen lediglich der Bewahrung einer natürlichen, ehrfürchtigen Haltung vor dem Geheimnis der Entstehung unseres Lebens. Sie besagen in keiner Weise, daß die Geschlechtsorgane oder die ihnen benachbarten Körperteile und die in ihnen ablaufenden Vorgänge irgendwie unanständig oder schämenswert seien. Solche Vorstellungen oder Gefühle sind Folge einer unsinnigen, falschen Belehrung und Erziehung.

Klares und in richtiger Form vermitteltes Wissen erfüllt mit Ehrfurcht vor dem großen Schöpfungswunder der Zeugung neuen Lebens durch das Zusammenwirken von Mann und Frau und der verant-

wortungsvollen Aufgabe, daß wir Menschen einen großen Teil der dabei ablaufenden Vorgänge mit unserem Verstand und Willen selber bewußt lenken müssen. Wenn wir diese Aufgabe in der rechten von Gott gewollten Weise erfüllen, können wir unser Leben schöner und glücklicher gestalten, als das irgendeinem anderen Lebewesen möglich ist.

Geschlechtliche Partnerschaft

Ein Arzt, der viele erwachsene junge Mädchen zu beraten hat, erzählte mir des öfteren von den zahlreichen falschen Vorstellungen, die die Mädchen von ihrem Körper und seinen Funktionen haben, und durch die sie nicht selten in ganz unnötige Aufregung und Angst versetzt werden. Da wurde z. B. einmal ein Mädchen von seiner Mutter zu ihm gebracht, weil seit einigen Monaten die Regel ausgeblieben war. Nachdem die Mutter ihr Kind mit dem Arzt allein gelassen hatte, erzählte ihm das Mädchen, daß es eine schreckliche Angst habe, schwanger zu sein. Dabei hatte es überhaupt keinen Geschlechtsverkehr gehabt.

Solch unsinnige Vorstellung war natürlich nur möglich, weil noch nie ein Erwachsener mit diesem Mädchen über die Beziehungen zwischen den Geschlechtern gesprochen hatte. Sie hatte nur hie und da einmal Bruchstücke von Gesprächen über solche Dinge aufgeschnappt und sich daraus selbst ein Bild über die Zusammenhänge gemacht. Sie glaubte, daß eine Frau schwanger würde, wenn sie mit einem Mann irgendwelche Nahrung teile. Nun hatte sie vor kurzer Zeit einmal mit einem Jungen zusammen an einem Stück Kuchen gegessen. Als sie das erzählte, begann sie zu weinen, weil sie sich deswegen schuldig fühlte.

Sie wußte auch schon, daß bei einer Frau, die schwanger wird, die Menstruation aufhört. So hatte sie angstvoll auf das Eintreten ihrer nächsten Monatsregel gewartet. Nun ist es gar nichts Ungewöhnliches, daß die Menstruation zunächst bei einem eben reif gewordenen

Mädchen noch unregelmäßig eintritt. Auch ist es durchaus möglich, daß ihre Angst das Eintreten der Regel verhindert hatte. Seelische Stimmungen können erheblichen Einfluß auf körperliche Vorgänge ausüben. Auf jeden Fall hatte die Menstruation zweimal ausgesetzt, und das hatte sie zu der Überzeugung gebracht, schwanger zu sein.

Ich selbst habe erlebt, daß Mädchen glaubten, ein Kuß könne eine Schwangerschaft hervorrufen. Ein Film, den ich kürzlich sah, zeigte ein Mädchen, das glaubte, eine Frau könne schwanger werden, wenn sie sich auf einen Stuhl setze, von dem gerade ein Mann aufgestanden war.

Geschlechtsreife Mädchen haben ein Recht darauf, über diese Zusammenhänge genau unterrichtet zu werden.

Wir haben im vorigen Kapitel bereits gelernt, daß die männlichen Geschlechtsorgane von der Natur so eingerichtet sind, daß sie Samenzellen herstellen und diese zur Befruchtung der Eizellen in das Innere des weiblichen Körpers einführen können. Wir haben auch gehört, in welcher wunderbaren Weise die Natur die Übertragung des Samens vom Mann auf die Frau möglich macht.

Nur die Befruchtung eines Eis durch Samenfäden, die in die Scheide der Frau eingebracht wurden, ermöglicht eine Schwangerschaft. Aber dieser Vorgang ist nicht so einfach, wie er sich anhört. Mit dem Befruchtungsvorgang, dem Begattungs- oder Zeugungsakt, wie man das nennt, sind sehr starke Gefühlserregungen verknüpft. Wir wissen aus den vorhergehenden Kapiteln, wie verschwenderisch die Natur mit den Keimzellen umgeht. Die Frauen bringen, wie du hörtest, von der Zeit

der ersten Menstruation an bis zu den Wechseljahren, also bis die Frau etwa 45 bis 50 Jahre alt ist, jeden Monat ein Ei zur Reife. Eine Unterbrechung dieses Vorgangs findet normalerweise nur statt, wenn ein Ei befruchtet worden ist, und zwar für die Zeit, in der das Kind sich in der Mutter entwickelt und nach der Geburt gestillt wird. Durchschnittlich kommen in einer Frau in dieser ihrer fruchtbaren Lebensperiode etwa vierhundert Eier zur Reife. Keine Frau könnte so viele Kinder gebären. Die Männer stoßen, wie wir gesehen haben, bei jeder Samenentleerung viele Millionen von Samenzellen aus, obwohl doch jeweils bei einer Befruchtung nur ein einziges Samenfädchen in das Ei eindringt. Die Natur geht also keinerlei Risiko ein, daß es unter irgendwelchen Umständen an Zellen fehlen sollte, die das Menschengeschlecht am Leben erhalten.

Aus dem gleichen Grunde, nämlich um die Erhaltung der Art sicherzustellen, hat die Natur den Begattungsakt mit sehr angenehmen, freudigen Empfindungen verbunden. Sie schuf damit in Mann und Frau das Triebverlangen, ihn immer wieder zu erleben. Deshalb sind die Geschlechtsteile des menschlichen Körpers, wie du schon hörtest, mit so vielen feinen Nervenenden ausgestattet, die sehr starke Lustgefühle hervorzubringen vermögen.

Schon das Küssen kann solche Gefühle verschaffen, wenn es lange und innig ausgeübt wird. Geschlechtliche Zärtlichkeiten zwischen Jungen und Mädchen, Männern und Frauen können sehr schnell Gefühle leidenschaftlichen Triebverlangens wecken. Wenn Erwachsene mit Jugendlichen über die natürlichen Funktionen der Geschlechtsorgane sprechen, so erscheint es ihnen — infolge der falschen Erziehung, die sie selbst als Kinder genossen haben — außerordentlich schwierig, ja „un-

möglich“, über das sogenannte sinnliche Trieb-Erleben zu sprechen. Das erwacht aber nun einmal natürlicherweise gleichzeitig mit den körperlichen Reifungsvorgängen. Das Schweigen der Eltern und Erzieher ist deshalb geradezu verhängnisvoll, weil junge Menschen ja noch nichts davon wissen, wie leidenschaftliches geschlechtliches Triebverlangen, der „Geschlechts-Trieb“, wachgerufen wird und von einem Besitz ergreifen kann. So können sie sehr leicht rein instinktmäßig zu Handlungen kommen oder von anderen zu Handlungen verleitet werden, deren Folgen sie gar nicht zu übersehen vermögen, und die sie bestimmt nicht herbeiführen wollten.

„Leidenschaftliches geschlechtliches Triebverlangen“ ist der überwältigend starke Wunsch, den Zeugungsakt auszuführen. Wir brauchen das Wort „leidenschaftlich“, wie dir bekannt ist, auch in allen möglichen anderen Zusammenhängen. Man sagt z. B.: „Ich esse leidenschaftlich gern Bananen“, oder: „Ich habe eine Leidenschaft für rote Schuhe, oder einen Filmstar.“ Es gibt Menschen, die leidenschaftlich gern diskutieren oder sonst irgend etwas leidenschaftlich gern tun. Aber bei diesen Dingen bleibt man doch im allgemeinen trotz aller „Leidenschaft“ sein eigener Herr.

Leidenschaftliches geschlechtliches Triebverlangen kann dagegen einen Jungen oder ein Mädchen, einen Mann oder eine Frau momentan für kurze Zeit in ein ganz anderes Wesen verwandeln. Das Denken setzt aus, alle Zurückhaltung und anerzogenen Hemmungen sind plötzlich verschwunden, und wehe, wenn es einem nicht noch im letzten Augenblick gelingt, sich mit einem gewaltsamen Ruck dem Sog der Triebgewalt zu entziehen. Man wird von ihr mit fortgerissen und befindet

sich plötzlich mitten in einem Zeugungsakt. Bald nach seiner Beendigung erwacht der eben noch völlig ausgeschaltete Verstand wieder und sagt einem, daß man soeben etwas Unverantwortliches, für beide Beteiligten unter Umständen Verhängnisvolles getan hat.

Was hat sich ereignet?

Die intimen Zärtlichkeiten, die ausgetauscht wurden, haben eine starke geschlechtliche Erregung im Körper beider Partner wachgerufen. Dadurch wurden die Zeugungsorgane für den Zeugungsakt vorbereitet. Bei einem verheirateten Paar ist das ein ganz natürliches, wünschenswertes Geschehen. Ein Ehepaar kann sich küssen und Zärtlichkeiten austauschen, so viel, so innig und so intim es immer mag. Ehepartner haben das volle Recht, heißes Triebverlangen ineinander wachzurufen und sich der erweckten Leidenschaft mit all ihren zutiefst beglückenden Gefühlen, die die Weisheit der Natur mit diesem Zeugungsakt verbunden hat, uneingeschränkt hinzugeben. Beim Ehemann strömt das Blut in sein Glied und richtet es auf. Bei der Frau sondern die Drüsen des Vorhofs Flüssigkeit ab und machen den Scheideneingang feucht und geschmeidig, um das Eindringen des Gliedes leichter und angenehmer zu gestalten. Unter dem Einfluß des ständig zunehmenden Verlangens nach letzter beglückender Vereinigung werden die Liebkosungen immer inniger, bis sie schließlich im „Orgasmus“, einem letzten und höchsten, den ganzen Körper durchrieselnden Glücksgefühl gipfeln. In diesem Augenblick wird der Samen vom Mann ausgestoßen und von der Frau empfangen.

Damit ist der Zeugungsakt vollendet.

Nicht immer verläuft der Zeugungsakt in so vollkommener Weise. Eine Frau kann einen Zeugungsakt

mit einem Mann vollziehen, ohne daß sie von irgend-einem Triebverlangen erregt worden ist. Ein Mann kann mit seinem Glied in ihre Scheide eindringen, ohne daß sie etwas dazu tut, und ohne daß sie irgendwelche Lustgefühle dabei verspürt. Beim Mann aber muß das Verlangen geweckt sein, bevor er den Begattungsakt vollziehen kann, weil nur dann die notwendigen Veränderungen an seinem Glied vor sich gehen. Erst nach diesen Veränderungen vermag er in die Scheide der Frau einzudringen.

Noch vor wenigen Jahrzehnten wurden die Mädchen überhaupt nicht über das Geschlechtsleben unterrichtet. Damals heirateten viele von ihnen, ohne irgend etwas von diesen Vorgängen zu wissen. In ihrer Hochzeitsnacht erschrecken sie dann und fühlten sich nicht beglückt, sondern abgestoßen, wenn sie ihren Ehemann von solch seltsamen und ihnen völlig unverständlichen Gefühlen hinweggetragen sahen, obwohl das doch ganz natürliche und wunderbare Vorgänge sind. Wenn Mann und Frau sich lieben, so erhöht es in starkem Maße die Lust jedes Ehemannes, wenn er spürt, daß seine Frau gleichzeitig von einem ebenso starken Lustgefühl der Freude ergriffen wird, wie er selbst es empfindet.

Ist ein Paar nicht verheiratet, so ist die Erweckung leidenschaftlichen Triebverlangens etwas, wovor man sich sehr hüten sollte. Wenn zwei Menschen sich lange und intensiv küssen, intime Zärtlichkeiten austauschen und damit die Leidenschaft wecken, werden sie sehr leicht in den Begattungsakt hineingerissen werden, obwohl sie genau spüren, daß das nicht richtig ist und schwerwiegende, verhängnisvolle Folgen haben kann. *Das muß man genau wissen.* Wenn leidenschaftliches Verlangen einmal geweckt ist, bedarf es sehr großer

Charakterstärke, es im Zaum zu halten und den Zeugungsakt nicht auszuführen. Erfahrene und gewissenhafte Erwachsene wissen das und hüten sich davor, solches Verlangen zu wecken, das vernünftiger- und verantwortlicherweise nicht betätigt werden darf.

Mädchen sollten übrigens wissen, daß auch bei ihnen, wenn sie sensibel, d. h. mit sehr feinempfindenden Sinnesorganen und Nerven ausgestattet sind, manchmal ein den ganzen Körper durchrieselndes, wonniges Gefühl erlebt wird, obwohl sie weder mit Jungen Kontakt hatten noch sonst geschlechtlich erregt wurden. Das ist auf die Tätigkeit der Geschlechtsdrüsen zurückzuführen, die wir im vorigen Kapitel besprochen haben. Es kann sich das ganz unwillkürlich ereignen, wie etwa bei einem Jungen eine unwillkürliche Gliedaufrichtung. Es kann aber auch sein, daß solche Gefühle erst auftreten, wenn die Frau verheiratet ist und bereits Geschlechtsbeziehungen mit ihrem Mann erlebt hat.

Ein Mädchen braucht sich solcher Gefühle keineswegs zu schämen und sich darüber nicht zu beunruhigen. Es ist einfach ein Zeichen dafür, daß ihre Geschlechtsdrüsen arbeiten und im Begriff sind, sie in eine reife Frau zu verwandeln. Sie wird sich dadurch eben ihrer Geschlechtlichkeit bewußt.

Es ist auch ganz unsinnig, sich irgendwelcher geschlechtlicher Regungen und Wünsche einem Mann gegenüber, den man wirklich gern hat, zu schämen. Die sinnenfreudige Beziehung zum anderen Geschlecht ist nun einmal die natürliche Art und Weise, in der neues Leben wachgerufen wird, und was wäre es für eine traurige Welt, wenn die Menschen aufhörten, Kinder zu haben. Es ist in der Ehe für die Gatten sehr wichtig, die größtmögliche Beglückung aus der geschlechtlichen

Freude aneinander zu gewinnen. Das soll keineswegs heißen, daß sie die alleinige Wurzel für das eheliche Glück ist. Aber es ist eine sehr wichtige Wurzel.

Man hat dem in vergangenen Zeiten bei der Erziehung viel zu wenig Beachtung geschenkt. Viele Mütter haben, selbst völlig unzureichend auf diese Aufgabe vorbereitet, ihren Töchtern — sicher oft unbewußt — einen Abscheu vor allem Geschlechtlichen anerkennen, wobei oft die Angst, sie könnten auf Abwege geraten, eine Rolle gespielt haben mag. Selbstverständlich muß jedes Mädchen die bösen Folgen kennen, die durch eine außer-eheliche Geschlechtsbeziehung eintreten können. Aber sie müssen ganz eindeutig lernen, daß nicht das Geschlechtliche an sich irgendwie schlecht oder auch nur minderwertig ist, sondern nur seine falsche Handhabung Unheil bringt.

Die Umstände, unter denen ein Zeugungsakt vollzogen werden kann, sind außerordentlich verschieden. Daher sind auch die Ausdrücke, die die Sprache dafür verwendet, sehr unterschiedlich. Du wirst oft solche Ausdrücke hören oder lesen, und dann solltest du verstehen, was damit gemeint ist, damit du nicht in Verlegenheit kommst.

Die gebräuchlichen Bezeichnungen, die im gesellschaftlichen Leben dafür benützt und die dir beim Lesen begegnen werden, sind „geschlechtliche Beziehungen“ oder „Geschlechtsverkehr“ oder auch kurzweg „Verkehr“. Wenn von „Geschlechtsverkehr“ oder „Verkehr“ zwischen Mann und Frau gesprochen wird, ist der Zeugungsakt immer mit inbegriffen. Auch wenn man vom „ehelichen Verkehr“ spricht, ist damit der geschlechtliche Verkehr zwischen den Ehegatten gemeint.

Für den eigentlichen Zeugungsakt benützt man oft

auch die lateinischen Ausdrücke „Koitus“ oder „Kohabitation“. Bildhafte Redewendungen sind: „eine Frau schenkt oder gibt sich ihrem Mann“ oder „der Mann nimmt sich die Frau“. Der Ausdruck „eheliche Beziehung“ meint meist auch den geschlechtlichen Teil der ehelichen Beziehungen. Über ein altes Ehepaar wirst du vielleicht sagen hören, „sie haben keine ehelichen Beziehungen mehr“ oder „sie haben nie eheliche Beziehungen gehabt“. In letzterem Fall besagt das, daß die Ehe nie vollzogen wurde. Der „Vollzug einer Ehe“ besteht darin, daß Braut und Bräutigam ihren ersten Geschlechtsverkehr haben.

Im alten Testament gibt es die Redewendung „erkannte sie“. Sie besagt, daß der Mann mit einer Frau eine geschlechtliche Beziehung hatte.

Alle bisher erwähnten Ausdrücke sind im gesellschaftlichen Leben üblich. Du kannst sie daher, wenn du etwas über geschlechtliche Fragen sagen oder nach etwas Geschlechtlichem fragen möchtest, anwenden, ohne Anstoß zu erregen. Man kann auch noch etwa Redewendungen benützen wie „sie schliefen zusammen“ oder „sie gingen miteinander ins Bett“. Beides bezieht sich auf geschlechtlichen Verkehr, sei es in oder außerhalb einer Ehe. Auch diese Ausdrücke gelten noch nicht als grob oder vulgär.

Daneben gibt es aber unfeine, nicht gesellschaftsfähige Redewendungen, die die Achtung vor der Frau und vor dem geschlechtlichen Geschehen überhaupt vermissen lassen. Du wirst, wenn du einen solchen Ausdruck hören solltest, ihn ganz instinktiv als grob und häßlich empfinden. Derartige Ausdrücke beziehen sich immer auf außereheliche Geschlechtsbeziehungen, und anständige Männer werden sie niemals von Frauen oder

Mädchen, die sie achten und lieben, gebrauchen und werden sie in Gegenwart von Frauen überhaupt nicht in den Mund nehmen.

Die verhältnismäßig große Verschiedenheit üblicher Ausdrucksformen zeigt schon, in wie verschiedener Weise geschlechtliche Beziehungen betrachtet und gelebt werden können. Ich möchte darüber noch einiges sagen. Für Mädchen und Frauen ist das ja von noch viel größerer Bedeutung als für Jungen und Männer.

In den „High Schools“ und sogar schon in den „Grade Schools“ (siehe S. 7 ff.) gibt es manche Mädchen, die glauben, sich bei Jungen dadurch beliebt machen zu können, daß sie im Rahmen einer sogenannten „festen Freundschaft“ sich zu geschlechtlichem Verkehr bereit finden. Das spricht sich unter den Jungen erfahrungsgemäß immer sehr schnell herum, und diese Mädchen würden sehr wenig entzückt sein, wenn sie hörten, wie die Jungen über sie reden. Sie werden gewöhnlich als „schlechte“ oder „fragwürdige“ Mädchen bezeichnet. Anständige, nette Mädchen werden ein Zusammensein mit ihnen vermeiden. Wenn du einen gleichaltrigen oder etwas älteren Bruder hast, wirst du erleben, daß er dich unter keinen Umständen in der Gesellschaft solch fragwürdiger Mädchen sehen möchte. Auch die Mütter wünschen nicht, daß ihre Töchter mit solchen Mädchen Umgang haben. So kommt es denn meist binnen kurzem dahin, daß ein solches Mädchen mit schlechtem Ruf plötzlich von allen geselligen Veranstaltungen ausgeschlossen wird, während die Jungen, die mit ihr Verkehr haben, gewöhnlich davon nicht betroffen werden. Sie verstehen es meist, den Umgang so zu betreiben, daß er nach außenhin nicht groß in Erscheinung tritt.

Tatsache ist, daß solche Mädchen, die sich so töricht und leichtsinnig benehmen, fast immer in ihrem seelischen Gleichgewicht gestört und recht unglücklich sind. Sie suchen mit ihrem Verhalten oft unbewußt Liebe und Geborgenheit, die sie eigentlich bei ihren Eltern hätten finden sollen, aber dort nicht gefunden haben. Eltern, die sich um ihre Töchter kümmern, erlauben ihnen ja nicht, zu jeder Tages- und Nachtzeit sich auf der Straße herumzutreiben, sondern suchen sie vor solchen Erlebnissen mit unritterlichen Jungen und Männern zu schützen. Diese Männer behandeln sie ja im Grunde verächtlich und geben sie womöglich nach einiger Zeit noch an andere Kameraden weiter, von denen sie dann in der gleichen unritterlichen Weise behandelt werden. Mädchen, die aus einem guten Elternhaus stammen, in dem sie von liebenden Eltern sorgfältig gepflegt und erzogen wurden, sollten sich dieses Glücks dankbar bewußt sein und nicht einfach mit Verachtung auf diese weniger glücklichen Mädchen herabblicken.

Echte Partnerschaft zwischen Mann und Frau entsteht, wenn beide sich lieb gewonnen, *sich entschieden haben, gemeinsam durchs Leben zu gehen*, und in geschlechtliche Beziehung miteinander getreten sind. Der Mann wünscht sich dann, daß diese Frau die Mutter seiner Kinder wird, und wenn ein Kind geboren ist, werden beide zusammen ihm all ihre Liebe zuwenden. Kurz gesagt: Die beiden wollen sich nicht für eine vorübergehende Zeit gegenseitigen Amüsements zusammen tun, sondern sich gemeinsam um die Erfüllung der großen Lebensaufgabe bemühen; die uns Menschen als Geschlechtswesen von der Natur bestimmt ist.

Wenn Mann und Frau sich in solchem Geist wahrer Liebe zusammenfinden, mit dem festen Willen, alles,

was die Zukunft bringt, gemeinsam zu tragen, dann werden sie nicht nur körperlich, sondern auch geistig und seelisch Wunderbares erleben. Eine solche Partnerschaft bringt das Beste des männlichen Wesens zur Entfaltung: Zartgefühl und den Wunsch, die Frau zu beschützen. Männer unterhalten sich nie mit anderen Männern über die Geschlechtsbeziehungen zu ihrer eigenen Frau. Das gehört für sie zum heiligen Bezirk des Lebens. Macht jemand anderer eine beleidigende Bemerkung über sie oder sucht sich ihr mit geschlechtlichen Absichten zu nähern, so wird er sich dagegen wehren und seine Frau auf jede Weise schützen.

Das soeben Gesagte mag dir einen kurzen Überblick geben, was die Aufnahme einer geschlechtlichen Partnerschaft für das Leben von Mann und Frau — besonders aber für das Leben der Frau — bedeutet. Die Probleme, die sich im Zusammenleben der Ehegatten auf Grund ihrer verschiedenen geschlechtlichen Wesensart und ihres dadurch bedingten verschiedenen Verhaltens ergeben, sind ein beliebter Stoff für Romane. Wenn du älter wirst, wirst du mancherlei derartige Probleme bei den Menschen in deiner Umwelt bemerken. Manche Menschen verderben sich ihr ganzes Leben, indem sie von ihrer Geschlechtsfunktion einen falschen Gebrauch machen. Andere verstehen es, ihre Geschlechtlichkeit in rechter Weise in ihr Leben einzuordnen, und werden dadurch zu besseren, vollkommeneren Menschen.

Die rechte Vereinigung von sinnlicher und seelischer Liebe ergibt die beste Grundlage für ein glückliches Familienleben mit all seinen unzähligen großen und kleinen Freuden, die ein schönes Heim und Kinder mit sich bringen. Das gilt für den Mann genau so wie für die Frau.

Aber alle Mädchen müssen wissen, daß die Strafen für geschlechtliche Fehlritte oder Mißbrauch der Geschlechtsfunktion für die Frau gewöhnlich viel härter sind als für den Mann. Warum ist das so? Das ist eine Frage, über die zweifellos immer wieder in Mädchengruppen mit einer gewissen Empörung diskutiert wird. Sie protestieren gegen diese Ungerechtigkeit, und mit einem gewissen Recht. Ich kann dazu nur sagen: Die Welt ist nun einmal so, und man wird sie schwerlich ändern können. Ich glaube auch, daß es eine innere Berechtigung für das verschiedene Maß gibt, mit dem in solchen Fällen gemessen wird, und du hast zweifellos das Recht, darüber unterrichtet zu werden.

Die Frauen haben die wunderbare Fähigkeit, neues Leben in sich zu entwickeln und zur Welt zu bringen. Für diese Aufgabe und nicht, um sich bloß sinnlich zu vergnügen oder von Männern erhalten und verwöhnen zu lassen, haben sie ihre Weiblichkeit von der Natur bekommen. Das Tragen und Gebären von Kindern ist und bleibt ihre Hauptaufgabe. Kein Mann kann das. Ohne Frau kann die Menschheit nicht weiterexistieren.

Das ist der Grund für die natürliche Aufmerksamkeit und Höflichkeit, die gut erzogene Jungen und Männer der Frau entgegenbringen. Wir sprachen davon schon im ersten Kapitel des Buches. Es ist die Art und Weise, in der die Männer die große natürliche Funktion der Mutterschaft verehren.

Für einen richtigen Mann ist es eine ganz normale Haltung, allenfalls sein Leben einzusetzen und zu lassen, wenn es gilt, die Frau zu schützen. Wenn ein Schiff sinkt und nicht genug Rettungsboote vorhanden sind, erschallt der Ruf: Frauen und Kinder zuerst! Das ist eine von den dramatischen Szenen, in denen Männer

beweisen, daß ihnen das Weiterbestehen der Art wichtiger ist als ihre persönliche Existenz.

Es gibt aber noch andere Gründe. Es genügt für die Erhaltung der Art nicht, daß Kinder geboren werden. Menschenkinder müssen viele Jahre lang dauernd mit Liebe umsorgt und gepflegt werden, bis sie selbständig leben und sich allein erhalten können. Sie brauchen ein Heim und Eltern, die einander lieben und sich gemeinsam um Erziehung und Ausbildung ihrer Kinder bemühen. Für eine Frau oder gar ein Mädchen allein ist das eine sehr schwere Aufgabe, und wohl kaum eine Frau oder ein Mädchen würde sich solch eine Aufgabe freiwillig aufladen, wenn sie vorher wüßte, wie schwer sie zu erfüllen ist.

Die Erwachsenen, in deren Welt du nun eintrittst, sind mit diesen Problemen vertraut. Die Gesellschaft tut alles, um Mädchen und Frauen vor Männern zu schützen, die sie unter Umständen dank ihrer größeren Kraft überwältigen und gegen ihren Willen zu Müttern machen könnten. Gute Eltern bewahren ihre Töchter davor, daß sie Mütter werden, bevor sie dazu ganz reif geworden sind und den Mann gefunden haben, der sie wirklich liebt und bereit ist, als Ehemann für Frau und Kind zu sorgen. Diese Haltung der Gesellschaft ist der Grund für die Vorrechte, die Frauen und Mädchen genießen. Aber nur Frauen, die ihr Frauentum selbst achten, verdienen dieses Vorrecht auf Achtung und Verehrung von seiten des Mannes. Sie müssen sich dessen bewußt sein und immer bewußt bleiben, daß sie zur Mutterschaft bestimmt sind. Mutterschaft aber besteht nicht nur im Tragen und Gebären der Kinder. Zu ihr gehört auch die Aufgabe, die Kinder zu tüchtigen Männern und Frauen zu erziehen. Man kann Mutterschaft

nicht einfach aushandeln gegen irgendwelche andere Funktionen im öffentlichen oder Berufsleben.

Die Strafen für Mädchen und Frauen sind schwerer als für Jungen und Männer, weil sie etwas Kostbareres wegwerfen, wenn sie sich gegen die Aufgabe ihrer Geschlechtlichkeit vergehen. Aber auch Jungen und Männer gehen nicht immer straflos aus. Sie müssen Geld zahlen auch für ein Kind, das sie, ohne sein ehelicher Vater zu sein, ins Leben riefen, und manchmal sehen sie sich genötigt, ein Mädchen zu heiraten, mit dem sie wohl ein geschlechtliches Erlebnis haben, das sie aber keineswegs zu ihrer Lebenspartnerin machen wollten. Das sind die Folgen, an denen auch der Mann unter Umständen ein ganzes Leben zu tragen hat. Aber er braucht nie damit zu bezahlen, daß er ein Baby tragen muß, das er gar nicht gewünscht hat, und braucht nicht durch ständigen persönlichen Einsatz für das Kind zu sorgen.

Wenn die Gesellschaft sich mit allen Mitteln bemüht, dieses Unheil von Mädchen und Frauen fernzuhalten, so kann man es ihr nicht übel nehmen, wenn sie auf die Mädchen und Frauen, die sich um die von ihr geschaffenen Sitten und Gesetze nicht kümmern, nicht gut zu sprechen ist.

Nun haben die Sitten und Gesetze, die heute bei uns gelten, keineswegs immer in dieser Form bestanden. Wenn du alte Geschichte studierst, wirst du finden, daß es Zeiten gab, in denen die Frauen straflos genau so schlimme Dinge tun durften, wie sie sonst nur manche Männer zu tun pflegen. Aber du wirst dann auch finden, daß in solchen Zeiten die Männer schlecht und lasterhaft wurden und ihre Kultur unterging. Keine Gesellschaft kann besser sein als ihre Mütter, die für die Aufzucht der Kinder verantwortlich sind.

Das ist eine lange Predigt geworden. Aber sie ist von größter Wichtigkeit. Die Pflichten und die Verantwortung der Frau sind genau so mit ihrem Frauentum verbunden wie ihre Vorrechte. Wenn sie diesen Pflichten und ihrer Verantwortung nicht nachkommt, hat nicht nur sie selber, sondern auch die Kinder und die ganze Gesellschaft darunter zu leiden. Hätte die Frau nicht diese ganz besondere Bedeutung für die ganze Menschheit, so hätte sie auch nicht ihre bevorzugte Stellung in der Gesellschaft.

Alphabetisches Verzeichnis häufig vorkommender Wörter und Ausdrücke aus dem Bereich des geschlechtlichen Lebens

Vor kurzem war ein sehr nettes junges Mädchen von 17 Jahren bei mir, die einen Rat von mir haben wollte. Sie hatte gerade ihre Prüfung auf einer Vorbereitungsschule bestanden, die unter kirchlicher Leitung stand, und dabei ein vielbegehrtes Stipendium an einer führenden Frauenuniversität gewonnen. Sie beklagte sich unter anderem über eine Schwierigkeit, die viele ihrer Altersgenossinnen zwischen 14 und 18 Jahren dadurch gehabt hätten, daß sie sich über gewisse Dinge eigentlich nirgendwo hätten informieren können.

„Die Mädchen kommen auf diese Vorbereitungsschule mit 14 bis 15 Jahren“, sagte sie, „und fühlen sich bei den allgemeinen Unterhaltungen zunächst oft ausgeschlossen, weil dabei so viele Worte gebraucht werden, die ihnen ganz unbekannt sind. Dann kommen sie sich sehr dumm und unerfahren gegenüber den andern vor, die das anscheinend alles schon wissen, und scheuen sich, durch Fragen ihre Unwissenheit offenbar werden zu lassen. Infolgedessen können sie aus diesen allgemeinen Diskussionen natürlich auch nichts lernen und nicht zu einer eigenen Meinungsbildung kommen.“

Ich fände es sehr gut, wenn jemand einmal ein Buch oder ein kleines Heft schriebe, in dem alle Wörter und Ausdrücke aufgeführt und erklärt würden, die sich auf das geschlechtliche Leben und die Fortpflanzung beziehen und denen man bei Diskussionen oder beim Lesen jederzeit begegnen kann. Ich glaube, daß damit vielen Mädchen geholfen wäre. Sie brauchten dann nicht mehr verlegen zu werden oder sich unwissend zu fühlen.

Nachdem du dieses Buch gelesen hast, wird es dir selbstverständlich erscheinen, daß ich der Meinung bin, jeder junge Mensch, der geschlechtsreif geworden ist, sollte genau darüber unterrichtet werden, was das bedeutet. Nur so können die Jungen und Mädchen den Weg kennenlernen, auf dem man am besten an das Ziel gelangen kann, ein tüchtiger Mann und Familienvater oder eine rechte Frau und Mutter zu werden. In jedem Kapitel dieses Buches habe ich mich ja schon bemüht, dem Wunsch des jungen Mädchens zu entsprechen. Ich habe alle Geschlechtsorgane und ihre Funktion ohne Scheu bei ihrem Namen genannt und ihren Mechanismus erklärt. Ich will nun zum Schluß noch eine Reihe von Ausdrücken und Redewendungen anführen und erläutern, die in den Kapiteln noch nicht vorgekommen oder nicht ausführlich erklärt worden sind, denen du aber in Wort und Schrift über kurz oder lang häufiger begegnen wirst.

Abortus oder *Abort* ist der medizinische Ausdruck für *Fehlgeburt* (s. S. 51 dieses Buches). Er bedeutet die vorzeitige Geburt eines Embryos, der noch nicht lebensfähig ist.

Es gibt Fehlgeburten, die spontan, das heißt von selbst eintreten, sei es ohne äußerlich erkennbare Ursache, zum Beispiel infolge einer Unterentwicklung oder Schwäche der Gebärmutter, sei es durch einen Unfall oder eine schwere Erkrankung der Mutter. Eine solche Fehlgeburt nennt man einen „Spontan-Abort“.

Es gibt aber auch Fehlgeburten, die Frauen, welche kein Kind haben wollen, künstlich herbeiführen oder herbeiführen lassen. Ein solches Vorgehen ist gesetzlich verboten — man nennt es daher einen „kriminellen

Abort“ — und für die Frau stets mit körperlichen und seelischen Gefahren verbunden. Nur wenn die Geburt des erwarteten Kindes für die Mutter eine Lebensgefahr bedeuten würde, darf ein Arzt eine Unterbrechung der Schwangerschaft vornehmen und damit eine Fehlgeburt künstlich in Gang bringen. Andernfalls werden alle an solcher Handlung beteiligten Personen mit Gefängnis oder Zuchthaus bestraft, weil es sich um eine absichtliche Zerstörung von Leben, also eigentlich einen Mord an dem kleinen Embryo handelt.

Du ersiehst daraus, daß es für eine Frau, die gegen ihren Wunsch schwanger geworden ist, keinen leichten Weg aus solchem Geschehen gibt.

Bastard ist ein etwas altertümliches, heute wenig gebräuchliches Wort für ein uneheliches Kind, also ein Kind, das von einer Frau geboren wurde, die mit dem Erzeuger nicht verheiratet war.

Es ist ein Zeichen sehr wenig schöner Gesinnung, wenn jemand ein uneheliches Kind verächtlich behandelt, weil er in ihm einen Menschen zweiter Ordnung sieht. Das Kind ist ja an seiner Geburt völlig unschuldig. In unserer Zeit hat man zu dieser Frage eine vernünftigeren Einstellung gewonnen, als sie die Menschen früherer Zeit vielfach hatten.

Ehebruch: Wenn ein Ehemann oder eine Ehefrau mit einem andern als dem Ehepartner eine geschlechtliche Beziehung aufnimmt, so ist das ein Ehebruch. Schon im alten mosaischen Gesetz ist er durch das sechste Gebot verboten. Eine Frau, die die Ehe brach, wurde bei den Juden damals mit dem Tode durch Steinigung bestraft. Auch bei uns ist Ehebruch gesetzlich strafbar, wenn der

andere Partner Strafantrag stellt. Vor allem aber kann der Partner dann auf Scheidung der Ehe klagen.

Exhibitionismus s. Perversionen

Fehlgeburt s. Abortus

Frigidität (= *Geschlechtskälte*) ist ein Leiden, das unter Frauen ungeheuer verbreitet ist. Das Wort besagt, daß eine Frau unfähig ist, sinnlich starke Lustgefühle zu empfinden und vor allem deren natürlichen Höhepunkt zu erleben. Sie vermag daher die sinnliche Liebeswerbung des Mannes nicht mit entsprechenden Gefühlen und Zärtlichkeiten zu erwidern.

Das ist nun keine Sache, mit der du dich jetzt schon ernstlich beschäftigen müßtest. Normalerweise hat ein Mädchen zwischen 12 und 17 Jahren noch keine starken sinnlichen Geschlechtsgefühle und sollte sich, wie wir gesehen haben, auch noch nicht bereit finden, intime Zärtlichkeiten zuzulassen oder auszutauschen.

Ich weiß aber, daß es heute viele Jungen gibt, die sich gern unerlaubte Freiheiten herausnehmen, und skrupellose Männer, die keine Achtung vor echtem Frauentum haben und nur hemmungslos auf Befriedigung ihres Geschlechtstriebes aus sind. Wenn solche Jungen und Männer junge Mädchen zu verführen suchen, belasten sie sie sehr oft mit dem Vorwurf der Lieblosigkeit und der Frigidität, um so ihren natürlichen Widerstand zu brechen. Laß dich von solchen Jungen und Männern nicht dumm machen und schenke ihnen törichte Argumenten keinen Glauben. *Es gibt überhaupt keine angeborene Frigidität.* Frigidität ist meist die Folge eines verfehlten Hineinwachsens in die sinnliche Begegnung

mit dem andern Geschlecht unter Gefühlen der Angst. Ein Mädchen sollte sich hüten, sich jemals einem Mann hinzugeben ohne das Gefühl einer echten, tiefen Liebe und eines vollen Vertrauens, daß er es ernst mit ihr meint und sie zum Ehegemahl begehrt. Wenn sie es nur aus Mitleid mit seiner Triebnot tut, um ihm eine Triebbefriedigung zu ermöglichen, ohne selbst schon ein echtes, starkes Verlangen nach der Vereinigung mit diesem Mann zu empfinden, dann kommt sie in die *Riesengefahr*, durch Reaktionen der Angst, die ihr selber unbewußt bleiben, sich aber mehr und mehr in ihr befestigen und anhäufen, *für ihr ganzes Leben frigide* zu werden. Das aber wird dann mit größter Wahrscheinlichkeit einmal ihre Ehe zerstören — sei es mit dem Mann, der sie jetzt mit seinem Verlangen bedrängt, sei es später mit einem andern Mann. Eine Frigidität bedarf psychotherapeutischer ärztlicher Behandlung (s. hierzu auch S. 124/125).

Geschlechtliche Anomalitäten s. Perversionen

Geschlechtskrankheiten: Männer und Frauen, die mit vielen verschiedenen Partnern Geschlechtsverkehr haben — besonders Männer, die zu Prostituierten gehen —, laufen Gefahr, sich eine Geschlechtskrankheit zu holen.

Von den beiden häufigsten dieser Erkrankungen wirst du öfter hören. Es sind der Tripper (griechisch: Gonorrhöe) und die Syphilis (lateinisch: Lues).

Die *Syphilis* ist eine besonders heimtückische Krankheit. Sie beginnt mit völlig schmerzlosen Geschwüren. Frauen bemerken diese Geschwüre, wenn sie in der Scheide oder am Muttermund sitzen, von außen also gar nicht zu sehen sind, oft überhaupt nicht. Dieses *erste*

Stadium der Krankheit dauert etwa vier Wochen. Das *zweite Stadium* äußert sich in vorübergehenden Hautausschlägen, die überall am Körper auftreten können, ebenfalls völlig schmerzlos sind und deswegen vielfach nicht weiter beachtet werden. Solche Ausschläge können kommen und gehen und sich über Monate hinziehen. Während des ersten und zweiten Stadiums besteht höchste Ansteckungsgefahr für alle Menschen, die mit einem solchen Kranken Geschlechtsverkehr haben oder in intime Berührung kommen (Küssen, intime Zärtlichkeiten, Benutzung des gleichen Eßgeschirrs).

Im *dritten Stadium* können die inneren Organe: Herz, Gefäße, Leber, Darm und Gebärmutter erkranken. Die Frau kann unfähig werden, Kinder auszutragen; die Leibesfrucht geht dann immer schon wenige Monate nach Beginn der Schwangerschaft durch eine spontane Fehlgeburt ab. Im letzten, *vierten Stadium* schließlich können Rückenmark und Gehirn erkranken. Es können unheilbare Lähmungen und Geisteskrankheit entstehen.

Wenn eine Mutter während der Schwangerschaft eine Syphilis hat, wird die Erkrankung in der Regel auch auf das Baby übertragen und das Kind kommt dann mit einer „angeborenen Syphilis“ auf die Welt, die schon während der Kindheit zu all solchen Schäden führen kann, wie sie oben beschrieben wurden.

Tripper (Gonorrhöe) ist eine Infektion, die durch den Geschlechtsverkehr auf die Geschlechtsorgane übertragen wird. Sie ist nicht so gefährlich wie die Syphilis. Jedoch kann sie durch Erkrankung und anschließende Verklebung der Ei- bzw. der Samenleiter sowohl die Frau wie den Mann unfruchtbar machen. Bei der Frau können dann die Eier vom Eierstock nicht mehr zur Gebärmutter

ter, beim Mann die Samenfädchen nicht mehr vom Hoden zur Samenblase gelangen.

Geschlechtsverkehr mit Minderjährigen: In den meisten Staaten gibt es ein Gesetz, das einen Geschlechtsverkehr mit Mädchen unter einem gewissen Alter — in Deutschland beträgt es 14 Jahre — als ein Verbrechen erklärt und den dabei beteiligten Mann unter schwere Strafe stellt, auch wenn das Mädchen sein Einverständnis gegeben hat. Der Gesetzgeber steht dabei auf dem Standpunkt, daß ein Mädchen in diesem Alter noch nicht die genügende geistige Reife besitzt, um die katastrophalen Folgen solchen Tuns ganz übersehen zu können, und deshalb vor unbeherrschten gewissenlosen Männern geschützt werden muß.

Gynäkologe: Das Wort kommt aus dem Griechischen. Es bezeichnet einen Arzt, der sich als Facharzt für Geburtshilfe und Frauenleiden ausgebildet hat und auch alle chirurgischen Operationen an den Frauenorganen auszuführen vermag.

Illegitim: Das Wort kommt aus dem Lateinischen und heißt eigentlich „ungesetzlich“. Es wird im allgemeinen Sprachgebrauch vorwiegend für die Bezeichnung aller außerehelichen geschlechtlichen Beziehungen und ihre Folgeerscheinungen benutzt, also „illegitime Beziehung“, „illegitime Mutterschaft“, „illegitime Geburt“, „illegitimes Kind“. Der Ausdruck ist durchaus gesellschaftsfähig. Du kannst ihn jederzeit benützen, wenn du über derartige Beziehungen sprechen oder irgendetwas fragen willst.

Homosexualität s. Persionen

Hure: Es gibt Männer, die einen Geschlechtsverkehr nur suchen, um ihre Triebhaftigkeit zu stillen, ohne an der betreffenden Frau seelisch und geistig irgendwie ernstlich interessiert zu sein. Eine Frau, die sich für Geld zu solchem Verkehr mit einem oder verschiedenen Männern bereit findet, nennt man im strengen Sinn des Wortes eine Hure oder Dirne (s. auch Prostituierte).

Mitunter wird das Wort auch im weiteren Sinn für Mädchen gebraucht, die sich, ohne Geld dafür zu verlangen, jederzeit mit Männern einlassen, die ihnen gefallen. Sie erwarten nur, von diesen Männern freigehalten und reichlich ausgeführt zu werden, wobei die Männer ihrerseits voraussetzen, daß die Mädchen dafür auch zu geschlechtlichem Verkehr bereit sind, ohne den Anspruch auf eine feste Freundschaft oder gar eine noch weitergehende Bindung zu stellen.

Du verstehst, daß man also mit diesem Wort ein Mädchen oder eine Frau bezeichnet, die bei der Hingabe weder Ehre noch Treue kennt. Es ist wohl der härteste und verächtlichste Name, den man einer Frau geben kann, und ein böses Schimpfwort. Du darfst dieses Wort nie in der Gesellschaft gebrauchen, wenn du es vielleicht auch einmal hören oder lesen magst.

Lesbierin s. Perversionen

Mädchenhandel s. Prostituierte

Maitresse (Mätresse) nennt man eine Frau, die ein festes, auch die geschlechtliche Beziehung umfassendes Liebesverhältnis mit einem Manne unterhält, ohne mit ihm verheiratet zu sein. Je älter du wirst, desto häufiger wirst du von solchen Beziehungen hören. Sie sind der

Gegenstand unzähliger Romane. Die Mätresse lebt für gewöhnlich nicht im selben Haushalt mit dem betreffenden Mann, doch wird sie von ihm mit allem, wessen sie für ihren Unterhalt bedarf, versorgt.

Es gibt in derartigen Verhältnissen alle Stufen von Beziehungen: solche von wenig hochstehender, vorwiegend auf sinnlichen Lebensgenuß ausgehender, und auch solche von sehr hochstehender, fast tragischer Art. In der Weltgeschichte haben „Mätressen“ als Partnerinnen hochgestellter Staatsmänner oder regierender Fürsten beispielsweise mehrfach auch eine große politische Rolle gespielt.

Der deutsche Ausdruck für Mätresse ist „die Geliebte“, der betreffende Mann wird als ihr „Geliebter“ bezeichnet. (Natürlich muß das Wort „Geliebte“ im allgemeinen Sprachgebrauch nicht immer auf ein illegitimes Verhältnis hinweisen, ebenso wenig wie das heute auch in doppeltem Sinn gebrauchte Wort „Freund“!) Von der Gesellschaft wird ein solches Verhältnis heute im allgemeinen (zumindest wenn einer der beiden Partner verheiratet ist) als „illegitim“ abgelehnt, wobei die Frau — wie immer — aus dem gesellschaftlichen Leben ausgeschaltet wird, sobald ihre Beziehung bekanntgeworden ist.

Minderjährigkeit s. Geschlechtsverkehr mit Minderjährigen

Perversionen - Geschlechtliche Anomalitäten (= Verkehrtheiten): Es gibt im geschlechtlichen Verhalten der Menschen einige Abnormitäten, die so häufig sind, daß du früher oder später bestimmt davon hören oder lesen wirst, und da sehr oft schon Kinder und Jugendliche

durch sie gefährdet werden, möchte ich dir auch darüber etwas sagen.

Offenbar sind solche Abnormitäten bei Männern häufiger als bei Frauen, was wohl mit ihrem stärkeren Geschlechtstrieb und ihrer größeren geschlechtlichen Erregbarkeit zusammenhängt. Eine der häufigsten Formen, die oft schon kleine Mädchen erleben, ist der

Exhibitionismus (= Zurschaustellung). Männer, die an dieser seelischen Störung leiden, haben den Drang, ihre Geschlechtsteile Frauen oder Kindern auf der Straße zu zeigen. Solche Männer sind an sich völlig ungefährlich. Sie machen weiter keine Annäherungsversuche und werden auch nicht gewalttätig. Aber ihr Verhalten bedeutet natürlich für Mädchen einen großen Schock, und Männer, die so etwas tun, werden gerichtlich bestraft. Im Grunde sind es bedauernswerte, seelisch kranke Menschen, die seelenärztlicher Hilfe bedürfen.

Wenn dir etwas derartiges begegnet, geh einfach deines Weges, beachte den Mann nicht und tu so, als ob du überhaupt nichts gesehen hättest. Ist ein Polizist in der Nähe, mache ihn darauf aufmerksam, damit möglichst dafür gesorgt wird, daß jener Mann nicht weiterhin Mädchen und Frauen belästigt. Es wird gut sein, wenn du dich über ein derartiges Erlebnis mit deinen Eltern aussprichst.

Eine außerordentlich verbreitete seelische Erkrankung auf dem Gebiet des Geschlechtslebens ist ferner die

Homosexualität (griechisch homos = gleich, Homosexualität = Gleichgeschlechtlichkeit). Sie besteht darin, daß es den Erkrankten nicht gelingt, ihr natürliches Liebesgefühl auf das andere Geschlecht zu richten. Sie verlieben sich statt dessen in Personen des eigenen Geschlechtes und haben keinerlei Neigung, sich mit Per-

sonen des andern Geschlechtes zu verbinden und so ihre natürliche Aufgabe der Fortpflanzung durch Aufbau einer Ehe und Übernahme der Elternschaft zu erfüllen.

Die Homosexualität ist besonders unter den Männern verbreitet und bei ihnen auch besonders gefährlich, weil ältere Homosexuelle oft Jungen im Alter von 13 bis 16 Jahren zu intimen Zärtlichkeiten zu verführen suchen. Deshalb steht die männliche Homosexualität unter Gefängnisstrafe.

Bei Frauen kommt sie seltener und im allgemeinen nur unter Erwachsenen vor. Homosexuelle Frauen nennt man *Lesbierinnen* (nach der griechischen Insel Lesbos, wo diese Abartigkeit im Altertum besonders häufig vorgekommen sein soll).

Auf jeden Fall soll man, wenn man solchen Menschen begegnet, immer bedenken, daß es seelisch kranke und oft durch ihre Leiden recht unglückliche Menschen sind. Sobald sie aber den Versuch machen, junge Menschen zu einem derartigen Verhalten zu verführen, sind sie ausgesprochen gefährlich, und man sollte, wenn man davon erfährt, seinen Eltern oder einer andern vertrauenswürdigen erwachsenen Person Mitteilung machen, um Kinder und Jugendliche vor ihnen zu schützen.

Pornographie: Schriften und Bilder, die den Zweck haben, geschlechtliches Triebverlangen in Menschen zu wecken, und die zu diesem Zweck in den Handel gebracht und verkauft werden, bezeichnet man als Pornographie.

Der Ausdruck bezieht sich selbstverständlich nicht auf wissenschaftliche Darstellungen, die dem Zweck wissenschaftlicher Forschung und Belehrung dienen.

Auch künstlerische Darstellungen, die den unbeklei-

deten menschlichen Körper in seiner harmonischen Schönheit oder irgendeinem lebendigen Ausdruck darstellen, die also auf einen normalen, innerlich gesunden und sauberen Menschen nicht geschlechtlich erregend wirken, fallen natürlich nicht unter den Begriff der Pornographie.

Prostitution: Wir haben in den ersten Kapiteln des Buches gelernt, daß der durchschnittliche Mann einen stärkeren Geschlechtstrieb hat als die Frau und daher häufiger und stärker in die Versuchung kommt, ihn zu betätigen, auch ohne daß er den Wunsch und die Absicht hat, eine Lebensgemeinschaft mit dem Partner einzugehen. Das Verlangen der Männer nach einer „illegitimen“ Betätigung dieses Triebes haben sich von jeher manche Frauen zunutze gemacht, um damit Geld zu verdienen. Sie stellen ihren Körper einem Mann, der seinen Trieb rein körperlich stillen möchte, zur Verfügung und lassen sich das bezahlen. Sie „geben sich preis“ (prostituere = sich preisgeben) und machen damit aus der rein körperlichen Hingabe ein Gewerbe. Da diese Erscheinung so alt ist wie die Geschichte der Menschheit, hat man die Prostitution wohl als „das älteste Gewerbe der Welt“ bezeichnet.

Glücklicherweise gerät verhältnismäßig nur ein sehr kleiner Prozentsatz der Frauen in diesen „Beruf“ hinein, der jede Frau binnen wenigen Jahren körperlich und seelisch zu Grunde richtet. Prostituierte werden von der Gesellschaft — ja selbst von den Männern, die gelegentlich zu ihnen gehen — verachtet. Sie gewöhnen sich infolgedessen sehr schnell an ein genußsüchtiges Lotterleben, verfallen oft dem Alkohol, dem Morphium, dem Kokain, Haschisch oder einem andern Rauschgift, dessen

Beschaffung sie dann sehr leicht mit dem Gesetz in Konflikt bringt. Sie werden fast alle über kurz oder lang — viele wiederholt — geschlechtskrank, machen oft zahlreiche „kriminelle Aborte“ durch, in deren Gefolge viele von ihnen an chronischen, schmerzhaften Unterleibsleiden erkranken. Man hat statistisch festgestellt, daß die Prostituierten im Durchschnitt nach fünf Jahren körperlich und seelisch ruiniert sind.

In manchen Ländern und Staaten sind die Prostituierten in bestimmten Straßen oder Häusern kaserniert und werden in diesen Bezirken von der Gesundheitspolizei überwacht. Solch ein Haus nennt man ein „Freudenhaus“ oder „Bordell“.

Vor noch gar nicht sehr langer Zeit wurden vielfach Mädchen unter Vorspiegelung falscher Tatsachen als berufstätige Frauen (besonders als Tänzerinnen) ins Ausland gelockt und dann von raffinierten, gewissenlosen „Mädchenhändlern“ in solche Häuser gebracht, wo sie dann in raffinierter Weise in Schulden verstrickt und dadurch festgehalten und zu Prostituierten gemacht wurden.

Die Kriminalpolizei aller Kulturstaaten hat in internationaler Zusammenarbeit diesen „Mädchenhandel“ aufs schärfste bekämpft und zum größten Teil ausgerottet. Es empfiehlt sich aber auch heute noch, wenn ein Mädchen in einem andern Staat eine Stelle annimmt, sich vorher sorgfältig zu erkundigen, ob die ihr gemachten Angaben auch auf Wahrheit beruhen, damit sie nicht unversehens einmal in solche Schwierigkeiten hineingerät.

Die meisten Prostituierten sind im Grunde unglückliche Menschen. Viele stammen aus einem sehr disharmonischen Elternhaus und haben in der Kindheit wenig

oder gar keine Liebe erfahren. Viele sind auch etwas schwachsinnig, zumindest minderbegabt und daher unfähig, mit einer anständigen Arbeit ihren Lebensunterhalt zu verdienen. Die Fürsorge bemüht sich, so gut es geht, helfend einzugreifen. Der beste Weg aber, um diese unwürdige Erscheinung aus unserm Kulturleben auszuschalten, wäre die der Vorbeugung. Jedes Mädchen sollte sich um eine gute Berufsausbildung bemühen, die es ihr ermöglicht, auf anständige Weise ihr Brot zu verdienen; und wenn sie meint, daß ihr Gehalt nicht ausreicht, um darüber hinaus auch hübsche Kleider, Schmuck und sonstige begehrenswerte Dinge zu kaufen, so soll sie daran denken, daß ihr Gehalt mit der eigenen Leistung steigen wird und daß ihr auch durch berufliche Fortbildung auf allen Gebieten verschiedene Aufstiegsmöglichkeiten offen stehen. Das mit anderen, „billigen“, Methoden erlangte Geld macht sich später nur zu teuer bezahlt.

Wenn alle Mädchen ein besseres Verständnis ihrer künftigen Aufgabe als Frau haben, dann werden sie sich auch etwas Besseres wissen, als die Achtung ihrer Mitmenschen und das unbeschreiblich große Glück einer ehelichen Mutterschaft sich für immer zu verscherzen.

Sublimation: Es kann nicht oft genug betont werden, daß man sich nicht im geringsten zu schämen braucht, wenn man geschlechtliches Triebverlangen spürt, das durch irgendeine natürliche Gegebenheit geweckt wurde. Es gibt aber in jedem Menschenleben Zeiten, in denen man solchem Triebverlangen nicht nachgeben kann. Es gibt sogar eine gewisse Anzahl Menschen, die aus irgendwelchen Gründen niemals heiraten. Die Psychologen haben herausgefunden, daß sich der Geschlechtstrieb

viel weniger stark und beunruhigend auswirkt, wenn ein Mensch, der ihn nicht ausleben kann, seine gesamte Kraft auf eine besondere Arbeit konzentriert, die ihn innerlich ganz in Anspruch nimmt. Er wird dann viel besser mit der Triebnot fertig, als wenn er sich vielen Gedanken über geschlechtliche Dinge hingibt. Er überträgt damit sozusagen die in dem Geschlechtstrieb stekende Kraft mit auf seine andere Arbeit. Diesen Prozeß der Kraftübertragung auf ein anderes Gebiet, das mit dem Geschlechtlichen gar nichts zu tun hat, nennt man Sublimation, ein Wort, das du öfter hören wirst. Viele Männer und Frauen haben durch solche Sublimation ein glückliches und erfülltes Leben, obwohl ihnen ein Ausleben des Geschlechtstriebes versagt bleibt.

Schwangerschaft ist die Zeit von der Empfängnis bis zur Geburt eines Kindes. Sie dauert, wie du schon gehört hast, 9 Monate. Man bezeichnet diese 9 Monate auch als die Schwangerschaftsperiode.

Verführung: Verführen heißt, jemanden veranlassen, etwas zu tun, was er eigentlich nicht zu tun beabsichtigt und auch nicht tun sollte. Ein Mensch kann einen andern zu allem möglichen verführen. Auf geschlechtlichem Gebiet heißt Verführen, einen Partner des andern Geschlechts zur Aufnahme einer illegitimen sinnlichen Beziehung zu veranlassen.

Männer suchen bei solchem Bemühen meist, der Frau eine Liebe vorzutäuschen, die sie gar nicht haben. Frauen, die einen Mann verführen möchten, suchen ihm gegenüber ihre natürlichen weiblichen Reize möglichst intensiv zur Geltung zu bringen.

Ein „Verführer“ oder eine „Verführerin“ haben bei

solchem Bemühen in der Regel nicht die Absicht, den Partner zu heiraten.

Vergewaltigung: Wenn ein Mann unter Ausnutzung seiner überlegenen Körperkräfte eine Frau zum Geschlechtsverkehr gegen ihren Willen zwingt, so nennt man das eine Vergewaltigung.

Wie ich schon früher sagte, haben normale Männer einen ausgesprochenen natürlichen Instinkt, ihre überlegene Körperkraft nicht gegen eine Frau zu gebrauchen, und schon gar nicht, um eine geschlechtliche Beziehung mit Gewalt zu erzwingen. Diejenigen, die es doch tun, sind fast immer geistig oder seelisch krank.

Glücklicherweise gibt es nur sehr wenige solcher Männer. Aber es gibt sie, und das ist der Grund, warum man kleine Mädchen immer wieder warnen muß, mit irgendeinem fremden Mann mitzugehen, und warum es für junge Mädchen gefährlich ist, sich auf der Straße mit einem Unbekannten einzulassen. Der Schock und die Verletzungen, die sich für ein junges, unberührtes Mädchen aus einer Vergewaltigung ergeben, sind oft sehr schwerer Natur und können sich auf ihr ganzes weiteres Leben auswirken.

In den Jahren des Reifwerdens dringen mancherlei Probleme und Fragen aus dem geschlechtlichen Bereich auf dich ein. Du hast hier erfahren, in welchem starken Maße sie dein Leben zu beeinflussen vermögen. Du hast aber auch erfahren, wie du dich gegenüber diesen Problemen verhalten solltest, um sicher deinen Weg gehen zu können. Das ist es, was du jetzt wissen mußt!

680

spüren, daß dies Buch aus einer tiefen Religiosität heraus geschrieben ist, d. h. in voller Ehrfurcht vor der großen Aufgabe und Verantwortung, die der Mensch nach dem Willen der Schöpfergewalt bei der Fortpflanzung und Aufzucht neuen Lebens übernehmen muß, und in Ehrfurcht vor dem Wunder der „Menschen-Natur“, in der körperliches, seelisches und geistiges Leben zu einer unlösbaren Einheit verschmolzen ist. Das Buch ist als Folge einer Flut von Briefen entstanden, die die Verfasserin auf ihr Buch „Du sollst glücklich werden, Jane“ von 12- bis 16jährigen Mädchen erhielt. Diese Briefe zeigten mit aller Deutlichkeit, wie die Mädchen schon auf dieser Altersstufe heute mit den gleichen Problemen ringen wie die um 5 bis 8 Jahre ältere „Jane“ und ihre Freundinnen, und wie dringend nötig es ist, ihnen schon in diesem Alter zu Hilfe zu kommen. Wir dürfen dankbar sein, daß mit diesem Buch jetzt allen Müttern die Möglichkeit gegeben ist, rechtzeitig ihren Töchtern alles Wissen zu vermitteln, was sie selbst infolge der ihnen anerzogenen Hemmungen oder auch in Ermangelung der nötigen Kenntnisse meist gar nicht oder doch nicht mit der nötigen Offenheit, Klarheit und Eindringlichkeit zu sagen vermögen. Jede Mutter sollte dies Buch ihrer Tochter beim Eintreten ihrer ersten Menstruation in die Hände geben. Eine Fülle von seelischer Not und Zerstörung von Lebensglück ließe sich vermeiden, wenn das geschähe. Jede Mutter darf überzeugt sein, daß ihre Tochter ihr zutiefst dankbar sein wird, wenn sie es aus ihrer Hand bekam und es sich nicht „hintenherum“ zu beschaffen brauchte. Die meisten Mütter werden aus der Lektüre des Buches selbst noch vieles lernen können; und wenn sie selbst es der Tochter geben, werden sich in sehr vielen Fällen persönliche Gespräche über die Probleme ergeben, die nie zustande kommen können, wenn die Mütter die Unterrichtung ihrer Kinder in der üblichen Weise den Kameradinnen oder bestenfalls anderen erwachsenen Personen überlassen.

DAS NEUE AUFKLÄRUNGSBUCH
VON GLADYS DENNY SHULTZ /
DER AUTORIN DES WERKES

DU SOLLST
GLÜCKLICH WERDEN
JANE!