

# **Etwas Großes, das Liebe ist (VII): Wer sein Leben für seine Freunde hingibt**

Das Geheimnis eines zölibatären Herzens: einer Liebe auf Erden zu entsagen, um die ganze Welt mit dem Licht der Liebe Gottes zu erfüllen.

24.08.2019

„Gott schuf den Menschen als sein Abbild; als Abbild Gottes schuf er ihn. Als Mann und Frau schuf er

sie“ (*Gen 1,27*). So heißt es im ersten Bericht der *Genesis* über den Ursprung von Mann und Frau: Gott schuf sie gleichzeitig. Beide besitzen die gleiche Würde, denn beide sind sein lebendiges Abbild. Der zweite Bericht hält sich bei diesem Ereignis nochmals auf (*Gen 2,7-25*), diesmal im Zeitlupentempo: Gott erschafft als erstes den Mann und setzt ihn in den Garten Eden. Die Welt erstrahlt in Schönheit in all ihren Facetten: der Himmel, das Wasser des Meeres, die Flüsse, die sich ihren Weg durch die Berge bahnen, und die Bäume aller Art. Eine außergewöhnliche Kulisse, vor der Adam sich dennoch alleine fühlt.

Um ihn aus der Einsamkeit herauszureißen, erschafft der Herr die ganze Vielfalt der Lebewesen, die das Paradies bevölkern: die Vögel des Himmels, die Fische, die die Meere durchkreuzen, die Landtiere. Aber nichts davon scheint dem Menschen

zu genügen. Da beschloss Gott, ihm „eine Hilfe“ zu gewähren, „die ihm entspricht“ ( *Gen 2,18*), entnahm ihm eine Rippe und baute daraus die Frau. Endlich entdeckt Adam Augen, die ihm einen Blick wie den seinigen zurückwerfen: „Das endlich ist Bein von meinem Bein und Fleisch von meinem Fleisch.“ ( *Gen 2,23*). Die Begegnung erfüllt ihn mit Jubel, vor allem aber erhellt sie ihm seine eigene Identität: Sie sagt ihm auf neue Weise, wer er ist. Etwas fehlte dem Menschen, was nur eine Person wie er selbst ihm geben konnte.

### **„Es ist nicht gut, dass der Mensch allein bleibt“**

Diese Seiten der *Genesis* enthalten grundlegende Wahrheiten über den Menschen. Und sie vermitteln diese weniger durch theoretische Überlegungen als auf erzählerische Weise, in symbolischer Sprache. Die Einsamkeit Adams ist daher von

tiefer anthropologischer Bedeutung. Der hl. Johannes Paul II. sagte, dass jeder Mann – und jede Frau – an dieser *ursprünglichen Einsamkeit* teilhat; in irgendeinem Moment ihres Lebens werden sie sich ihr stellen müssen.<sup>1</sup> Und als Gott sagt: „Es ist nicht gut, dass der Mensch allein bleibt“ ( *Gen 2,18*), bezieht er sich in Wirklichkeit auf beide<sup>2</sup>: Der Mann wie die Frau brauchen Hilfe, um dieser Einsamkeit zu entkommen, brauchen ein Mittel, um gemeinsam zur Fülle zu gelangen, die ihnen fehlt. Und das ist die Ehe.

Wenn Jesus Jahrhunderte später die Pharisäer daran erinnern wird, wie die Dinge „am Anfang“ waren, wird er genau auf diese Passage der Bibel zurückkommen (vgl. *Mt 19,1-12*). Die christliche Ehe ist ein Ruf Gottes, der einen Mann und eine Frau dazu einlädt, miteinander zu ihm zu kommen. Und nicht nur miteinander, sondern auch *einer*

*durch den anderen.* Der jeweilige Gatte ist für eine verheiratete Person ein unverzichtbarer Weg zu Gott; ein Weg, in dem das Fleisch Ort der Liebesvereinigung und -hingabe wird, Materie und Stätte der Heiligung. Die eheliche Liebe wird so zu einer Begegnung von Leibern und Seelen, die die menschliche Zuneigung in ihrer vollen Schönheit entfaltet und verwandelt: Mit der Gnade des Sakraments verleiht sie ihr übernatürliche Tragweite.

Die Liebe zwischen Mann und Frau weist zugleich über sich hinaus. Wenn sie wahr ist, ist sie immer ein *Weg* zu Gott, kein Ziel. Das Ziel bleibt die Fülle, die sich nur in Gott findet. Daher ist nicht verwunderlich, wenn ein Verheirateter manchmal jene *ursprüngliche Einsamkeit* fühlt. Doch bedeutet dieses Gefühl nicht, wie es zuweilen dargestellt wird, dass die Liebe zu Ende ist und dass er eine andere Geschichte beginnen sollte,

denn auch die neue Geschichte würde nicht ausreichen. Vielmehr ist das ein *Zeichen* dafür, dass das menschliche Herz einen Durst hat, der vollständig nur durch die unendliche Liebe Gottes gelöscht werden kann.

## **Die Psychologie eines Menschen, der weiß, dass er nicht allein ist**

In diesem Gespräch über die Ehe geht Jesus, nachdem er an die Lehre der *Genesis* erinnert hat, noch einen Schritt weiter. Die gegenseitige Hingabe von Mann und Frau ist ein wunderschöner Weg, der zu Gott führt. Doch ist sie nicht der einzige mögliche Weg. Der Herr spricht von jenen, die aufgrund einer besonderen Gabe „um des Himmelreiches willen“ auf die Ehe verzichten ( *Mt 19,12*). Er selbst ging diesen Weg: Er blieb zölibatär. In seinem Leben machte eine Vermittlung zu Gott keinen Sinn: „Ich

und der Vater sind eins“ (*Joh 10,30*); „Glaubt mir doch, dass ich im Vater bin und dass der Vater in mir ist“ (*Joh 14,11*). Und es ist nicht nur so, dass Jesus diesen Weg ging, er wollte außerdem zum Weg werden, damit viele andere auf diese Weise lieben konnten, die „nur von Gott her Sinn hat“<sup>3</sup>.

Die Geschichte der Kirche ist voll Geschichten von Menschen, die Jesu Ruf, ihm auch in diesem Aspekt zu folgen, angenommen haben – einem sehr spezifischen Aspekt, der zum Leben Jesu gehört, der deshalb aber nicht für alle Christen verbindlich ist. Dabei verachteten jene, die seit den ersten Jahrhunderten den Ruf zum Zölibat annahmen, die Ehe nicht. Vielleicht hätte ihnen der andere Weg ebenso gefallen wie jener, den sie einschlügen. Doch gerade deswegen, weil sie das eheliche Leben als etwas Anziehendes erachteten, konnten sie

sich diesem Projekt Gottes mit strahlender Freude hingeben. „Nur unter diesen, die die menschliche Liebe in ihrer ganzen Tiefe begreifen und schätzen“, schreibt der hl. Josefmaria, „kann auch ein Verständnis für jenes andere erhabene Gut aufkommen, von dem Jesus spricht (vgl. *Mt 19,11*); für jenes reine Gnadengeschenk Gottes, das dazu drängt, Leib und Seele dem Herrn hinzugeben und ihm ohne die Mittlerschaft irdischer Liebe ein ungeteiltes Herz darzubringen.“<sup>4</sup> Jene, die er zum Zölibat ruft, lässt Gott gewissermaßen die *Quelle* und das *Ziel* jeder wahren Liebe entdecken. Sie werden auf besondere Weise von der Liebe erreicht, die sein Herz erfüllte und die er über der Kirche ausströmte.

Der Zölibat ist also ein Weg, der die Unentgeltlichkeit der Liebe dessen widerspiegelt, der immer den ersten Schritt tut (vgl. *1 Joh 4,19*). Obwohl

zölibatär lebende Menschen ihre Freiheit zu beschneiden scheinen, da sie Gott die Möglichkeit, eine Familie zu bilden, opfern, weiten sie diese in Wirklichkeit aus: Ihre Selbstauslieferung in die Hände Gottes, ihre Bereitschaft, um seinetwillen „Häuser oder Brüder, Schwestern, Vater, Mutter, Kinder oder Äcker“ (Mt 19,29) zu verlassen, macht sie auf besondere Weise „frei, um lieben zu können.“<sup>5</sup> Wie Verheiratete es tun, müssen sie ihr Herz bewahren, damit die Liebe in ihrem Inneren nicht von Gott abkommt und um sie anderen zu schenken. Doch konzentriert sich ihre Hingabe nicht auf die Person des Gatten, sondern auf Christus, der sie in die ganze Welt hinaus schickt, damit sie den Menschen ringsum „die Schläge seines liebenden Herzens“<sup>6</sup> weitergeben.

So war das Leben Jesu. Er fühlte sich nicht allein, denn er wusste seinen

Vater immer bei sich: „Ich danke dir, dass du mich erhört hast. Ich wusste, dass du mich immer erhörst“ (Joh 11,41-42). In unserem Fall bleibt das Risiko der Einsamkeit bestehen. Doch wenn Christus das Herz eines Menschen wirklich erfüllt, fühlt sich dieser nicht einsam. Daher sagte der hl. Josefmaria, dass Gott ihm „die Psychologie dessen“ geschenkt habe, „der sich nie allein fühlt, weder menschlich noch übernatürlich allein“<sup>7</sup>. In wenigen Zeilen, in denen eine tiefe persönliche Erfahrung greifbar wird, schrieb er: „Des Menschen Herz vermag sich wunderbar zu weiten. Wenn es liebt, sprengt es, in einem *crescendo* der Liebe, alle Fesseln. Wenn du Gott liebst, findet jedes Geschöpf in deinem Herzen einen Platz.“<sup>8</sup>

## **Johannes, der zölibatär lebende Lieblingsapostel**

Beim letzten Abendmahl, wenige Stunden, bevor er sein Leben hingab, schüttet Jesus den Aposteln sein Herz aus: „Es gibt keine größere Liebe, als wenn einer sein Leben für seine Freunde hingibt“ (*Joh 15,13*). Diese Worte, die seine Liebe zu den Menschen auf den Punkt bringen, sind zugleich ein Weckruf. Der Herr sagt zu den Aposteln, er habe sie „Freunde genannt“ (*Joh 15,15*). Sie sind, wie alle Menschen, Empfänger seiner Liebe „bis zur Vollendung“ (*Joh 13,1*), sie sind aber auch auf besondere Weise Freunde. „Der Freund“<sup>9</sup> lädt sie ein, es ihm gleichzutun: ihr Leben für ihre Freunde hinzugeben. Diese Worte stehen zweifellos am Beginn jeder christlichen Berufung; besonderen Widerhall fanden sie aber immer in den Herzen jener, die ihm folgten und dabei alles zurückließen.

Das Kreuz wird Ort des höchsten Liebesbeweises sein. In dieser

erhabenen Szene tritt neben Maria und den heiligen Frauen die Figur des Apostels Johannes kraftvoll in Erscheinung. „Doch in der Stunde der Wahrheit fliehen alle, außer Johannes, der wirklich mit Werken liebte. Nur er, der jüngste unter den Aposteln, bleibt unter dem Kreuz. Die anderen empfanden nicht jene Liebe, die stark ist wie der Tod.“<sup>10</sup> Seit seiner frühen Jugend pulsierte in seinem Herz die Liebe zum Herrn. Wir wissen, wie er sich an den Tag erinnerte, an dem er ihm erstmals begegnete: „Die Blicke von Johannes und Christus trafen sich, er folgte ihm und fragte ihn: *Meister, wo wohnst du?* Er ging mit und verbrachte den ganzen Tag mit ihm. Später erzählt er davon, Jahre später, mit liebenswerter Offenheit, wie ein Teenager, der ein Tagebuch schreibt, in das er sein Herz ergießt, und der auch noch die Stunde nennen kann: *hora autem erat quasi decima* ... Er erinnert sich an den exakten

Moment, in dem Christus ihn ansah, in dem Christus ihn anzog, in dem er Christus nicht mehr widerstand, in dem er sich in Christus verliebte.“<sup>11</sup>

Wir können uns vorstellen, wie es Jesus am Kreuz sicherlich bewegte, den jungen Jünger zu sehen, „der sich bei jenem Mahl an die Brust Jesu gelehnt hatte“ (*Joh 21,20*). Vielleicht überraschte es ihn nicht, seine Mutter vorzufinden. Sie war auf die eine oder andere Weise immer an seiner Seite gewesen. Eine Mutter ist immer da, um den Sohn zu stützen. Neben ihr entdeckten die Augen des Herrn aber einen Freund: Johannes. Inmitten der Qualen dieser Stunde finden sich ihre Blicke. Was für eine riesige Freude muss dies im Herzen des Herrn geweckt haben! Und genau in diesem Moment, so sagt uns das Evangelium, als er ihn an der Seite seiner Mutter sah, führte der Herr Johannes in die einzigartige Beziehung ein, die zwischen Maria

und ihm bestand. „Als Jesus seine Mutter sah und bei ihr den Jünger, den er liebte, sagte er zu seiner Mutter: Frau, siehe, dein Sohn! Dann sagte er zu dem Jünger: Siehe, deine Mutter!“ (*Joh* 19,26-27).

Jahre später würde Johannes schreiben: „Wir wollen lieben, weil er uns zuerst geliebt hat.“ (*1 Joh* 4,19). Diese überraschende Feststellung entspringt seiner persönlichen Erfahrung. Johannes wusste, dass er von Jesus zutiefst geliebt wurde. Das war, was ihn erfüllte und seinem Leben einen neuen Sinn gab: diese Liebe in die ganze Welt hinauszutragen.

„Johannes“, sagte der selige John Henry Newman, „hatte das unaussprechliche Privileg, der *Freund Christi* zu sein. So wurde er gelehrt, andere zu lieben; zuerst konzentrierte sich seine Zuneigung, dann wurde sie geweitet. Zunächst erhielt er den feierlichen und

tröstlichen Auftrag, sich nach dem Weggang des Herrn um seine Mutter, die selige Jungfrau, zu kümmern. Erkennen wir hierin nicht die geheimen Quellen seiner besonderen Liebe zu den Brüdern? Konnte er, der zuerst durch die Zuneigung seines Erlösers, dann durch das Amt eines Sohnes gegenüber seiner Mutter bevorzugt wurde, etwas anderes als ein Denkmal und Vorbild der Liebe sein (soweit der Mensch das sein kann), einer tiefen, kontemplativen, inbrünstigen, unerschütterlichen, unbegrenzten Liebe?“ <sup>12</sup> —

## Herzen erwecken

Die Hingabe des ganzen Herzens an Gott verdankt sich nicht einfach einer persönlichen Entscheidung: Sie ist eine *Gabe*, die Gabe des Zölibats. Und es ist nicht ein Verzicht, der sie definiert, sondern die Liebe, die einer Entdeckung entspringt: „Die

Liebe ... ist eine Liebe wert.“<sup>13</sup> Das Herz ahnt eine bedingungslose Liebe, eine Liebe, die auf es gewartet hat, und will sich dieser mit der gleichen Bedingungslosigkeit, mit Ausschließlichkeit, hingeben. Und zwar nicht nur, um sie selbst zu erfahren, sondern auch, um sie mit vielen anderen Menschen zu teilen. Wie der hl. Johannes, der Jesu Liebe genoss, aber auch dafür sorgte, dass sich diese Liebe in der ganzen Welt ausbreitete. Für den geliebten Jünger war das eine logische Konsequenz: „Wenn Gott uns so geliebt hat, müssen auch wir einander lieben“ (1 Joh 4,11).

Manchmal wird der Zölibat wesentlich mit der zeitlichen Widmung in Verbindung gebracht, als ob sich die vollständige Widmung durch Effizienzgewinn rechtfertigen ließe: um bestimmte apostolische Werke voranzubringen und keine anderen Verpflichtungen zu haben.

Diese Perspektive ist jedoch reduktiv. Der Zölibat entspringt keinen praktischen Überlegungen hinsichtlich der Verfügbarkeit für die Evangelisierung, sondern einem Ruf Christi. Er ist eine Einladung, vor allem nach dem Lebensstil seines Herzens zu leben: zu lieben wie Christus, zu verzeihen wie Christus, zu arbeiten wie Christus; und zu sein wie Christus, Christus selbst zu sein – *ipse Christus* – für alle Seelen. „Die bloß pragmatischen Begründungen, der Hinweis auf die größere Verfügbarkeit reichen nicht aus: Solches Verfügen über die Zeit könnte leicht auch zum Egoismus werden, der sich die Opfer und Mühsale erspart, die das tägliche Einander-Annehmen und Ertragen in Ehe und Familie verlangt; es würde dann zu geistlicher Verarmung oder zu seelischer Härte führen.“<sup>14</sup> —

Der Zölibat ist also nicht die Einsamkeit des Elfenbeinturms,

sondern ein Ruf, Herzen zu begleiten und zu erwecken. Es gibt so viele Menschen auf der Welt, die sich bedeutungslos fühlen, die glauben, ihr Leben sei nicht wertvoll, und die manchmal in eigenartige Verhaltensweisen fallen, nur weil sie im Tiefsten ein wenig Liebe suchen! Diejenigen, die die Gabe des Zölibats empfangen haben, wissen, dass sie auch in der Welt sind, um sich ihnen allen zu nähern und sie die Liebe Gottes entdecken zu lassen: um sie an ihren unendlichen Wert zu erinnern. So ist das zölibatäre Herz auf dieselbe Weise fruchtbar, wie das fruchtbare und erlösende Herz Jesu es ist. In jedem Menschen versucht es, dasselbe Gute zum Vorschein zu holen, das der Herr in jenen zum Vorschein zu holen verstand, die sich ihm näherten. Er sieht vor sich keine Sünderin, keinen Aussätzigen, keinen verachtenswerten Zöllner ..., sondern das Wunder eines von Gott

geliebten, von Gott erwählten Geschöpfes von hohem Wert.

Auch wenn einer, der den Zölibat lebt, keine leiblichen Kinder hat, wird er zu einer tiefen und echten Vaterschaft fähig. Er wird Vater – oder Mutter – vieler Kinder, denn „Vaterschaft heißt, Leben zu geben“<sup>15</sup>. Er weiß, dass er in der Welt ist, um sich um andere zu *kümmern* und ihnen mit seinem Leben und seinem verbindlichen Wort zu zeigen, dass nur Gott den Durst stillen kann, den sie spüren. „Unsere ... Welt, in der Gott allenfalls als Hypothese, aber nicht als praktische Wirklichkeit ins Spiel kommt, braucht dieses Auf-Gott-Bauen in der konkretesten und radikalsten Weise, die möglich ist. Sie braucht das Gotteszeugnis dessen, der entschieden hat, Gott als Boden des eigenen Lebens anzunehmen. Darum ist der Zölibat gerade heute in unserer gegenwärtigen Welt wichtig, auch wenn seine Erfüllung in

unserer Zeit immerfort bedroht und gefährdet ist.“<sup>16</sup> —

## **Eine Gabe, die täglich wachsen kann**

Das göttliche Geschenk des Zölibats ist nicht wie ein Zauber, der die Realität sofort und für immer verändert. Gott gewährt es vielmehr als Samen, der allmählich auf *gutem Boden* wachsen muss. Der Zölibat ist, wie jede Berufung, eine Gabe und eine Aufgabe. Er ist Weg. Deshalb reicht die Entscheidung, sich hinzugeben, um für das Königreich des Himmels zölibatär zu leben, nicht aus, damit sich das Herz von selbst umwandelt. Es ist eine ständige Bemühung nötig, das Unkraut zu beseitigen und der Insekten und Parasiten Herr zu werden. Die göttliche Gnade wirkt immer auf der Grundlage der Natur, ohne diese zu leugnen oder zu verdrängen. Mit anderen Worten,

Gott rechnet mit unserer Freiheit und unserer persönlichen Geschichte. Und genau dort, auf dieser Arena von Lehm und Gnade, wächst leise die schöne Gabe eines jungfräulichen Herzens, sie wächst ... oder sie verdirbt.

Wie der jüngere Sohn im Gleichnis können sich auch diejenigen, die zu einer größeren Gottesnähe berufen sind, eines Tages erschöpft und leer fühlen. Dieser junge Mann beschloss, die Weite zu suchen (vgl. *Lk 15,13*), weil er im Haus seines Vaters eine innere Leere verspürte. Es war notwendig, dass er den Tiefpunkt erreichte, damit ihm schließlich die Augen aufgingen und er sich des Sklavendaseins bewusst wurde, in das er abgesunken war. Es ist interessant festzuhalten, dass der Grund für seine Rückkehr laut des Evangeliumstextes nicht sehr geistlich war: Er war hungrig, biologisch hungrig, körperlich

hungrig. Er vermisste das köstliche Brot aus dem Haus seines Vaters. Als er schließlich zurückkehrte, erwartete ihn sein Vater bereits und „lief dem Sohn entgegen, fiel ihm um den Hals und küsste ihn“ ( *Lk 15,20* ). Der Sohn hatte sich in seiner Phantasie fast ein formelles Gericht vorgestellt (vgl. *Lk 15,18-19* ), stattdessen trifft er auf eine lebhafte Umarmung. Er entdeckt – vielleicht deutlicher denn je – seine tiefste Identität: Er ist der *Sohn* eines so guten Vaters.

Zu anderen Zeiten kann der Überdruss eine heimtückischere Form annehmen: Es kann passieren, dass man sich im Haus seines Vaters mehr wie ein Diener als wie ein Sohn vorkommt, wie der ältere Bruder im Gleichnis, der „im gleichen Haus wie sein Vater lebte, aber nicht frei war, denn sein Herz hatte sich auf Abwege begeben“ <sup>17</sup>. In beiden Fällen besteht der Ausweg aus der

Traurigkeit darin, dass wir unsere Augen auf den Vater und die Liebe richten, die er für uns hat. Gott stillt den Hunger der Seele mit dem Brot der Eucharistie, in dem wir den finden, der einer von uns geworden ist, damit wir ihn als Freund lieben können. Dort können wir gesättigt werden und so unsere Herzen brennend vor Liebe bewahren, die „stark wie der Tod“ ( *Hld 8,6*) ist.

Johannes stand unter dem Kreuz Jesu und war auch bei seiner Himmelfahrt dabei, an jenem Tag, „an dem ein scheinbarer Abschied in Wirklichkeit zum Beginn einer neuen Nähe wurde“ <sup>18</sup>. Der Meister musste sich von seinen Jüngern, die er bis zum Äußersten geliebt hatte, physisch trennen, um sie und alle Menschen, die einmal an ihn glauben würden, aus noch größerer Nähe lieben zu können. Das ist das Geheimnis eines zölibatären Herzens: einer Liebe auf Erden zu

entsagen, um die ganze Welt mit dem Licht der Liebe Gottes zu erfüllen.

Carlos Villar

1 Vgl. Hl. Johannes Paul II., Generalaudienz, 10.10.1979, 24.10.1979, 31.10.1979.

2 Vgl. Hl. Johannes Paul II., Generalaudienz, 10.10.1979, Nr. 2.

3 Benedikt XVI., Ansprache an die Römische Kurie, 22.12.2006.

4 Hl. Josefmaria, *Gespräche*, Nr. 122.

5 F. Ocáriz, Brief, 14.2.2017, Nr. 8.

6 Hl. Josefmaria, *Der Weg*, Nr. 884.

7 Hl. Josefmaria, aus der Kritisch-historischen Ausgabe von *En diálogo con el Señor*, Rialp, Madrid 2017, S. 185.

8 Hl. Josefmaria, *Kreuzweg*, 8. Station, Nr. 5.

9 So, als „Freund“, bezeichnete der hl. Josefmaria manchmal Jesus. Vgl. *Der Weg*, Nr. 422; *Christus begegnen*, Nr. 93.

10 Hl. Josefmaria, *Christus begegnen*, Nr. 2 (vgl. *Hld 8,6*).

11 Hl. Josefmaria, Aufzeichnungen von einem Beisammensein mit Jugendlichen, 6.7.1974 (AGP, Bibliothek, P04, Vol. II, S. 113).

12 Newman, J. H. „*Love of Relations and Friends*“, Parochial and Plain Sermons 2, sermon 5,  
[www.newmanreader.org](http://www.newmanreader.org)

13 Hl. Josefmaria, *Der Weg*, Nr. 171.

14 Benedikt XVI., Ansprache an die Römische Kurie, 22.12.2006.

15 Papst Franziskus, Frühmesse im Vatikanischen Gästehaus „Domus Sanctae Martae“, 26.6.-2013.

16 Benedikt XVI., Ansprache an die Römische Kurie, 22.12.2006.

17 F. Ocáriz, Brief, 9.1.2018, Nr. 9.

18 J. Ratzinger, „*Der Beginn einer neuen Nähe*“, in: Gottes Glanz in unserer Zeit, Meditationen zum Kirchenjahr, 2005 Verlag Herder, S. 100.

---

pdf | automatisch generiertes Dokument von <https://opusdei.org/de-de/article/gross-wie-die-liebe-vii-zoelibat-hingabe-freunde/> (19.02.2026)