



Sex als Pflicht. Die in Basel lebende Illustratorin Corinna Staffe (41) hat die Gedanken von Klaus Heer für die baz ins Bild gesetzt.

Eine gute Ehe kommt gut auch ohne Lust und Leidenschaft aus

KLAUS HEER

Gestern habe ich wieder gestaunt. Da kommt ein gewöhnliches Paar in meine Praxis. Kaum haben die beiden Platz genommen, sagt der Mann, er möchte liebend gern die Sexualität mit seiner Frau auffrischen. Sie hätten zwar gut, ja sehr gut miteinander, eigentlich in jeder Hinsicht; als Partner, als Elternpaar, als Berufskollegen, eigentlich auch im Bett. Sie seien jetzt 26 Jahre verheiratet und hätten immer noch normalen Sex miteinander, mehr als einmal pro Woche. Aber der Anstoss müsse immer von ihm kommen, der letzte nasse Kuss liege mindestens zwanzig Jahre zurück, eigentlich wolle seine Frau nicht, dass er ihre nackten Brüste berühre. «Und jetzt sehne ich mich danach, Liebe und Erotik in unserer Ehe neu zu beleben.»

Was ihr Mann sage, stimme genau, meint die Frau. Sie könne ihm beim besten Willen im Bett nicht geben, was er brauche; sie habe es eigentlich nie gekannt. «Aber es kann doch nicht sein, dass die ganzen 26 Jahre deswegen wertlos waren!»

DRUCK IM BETT. «Also gabs bei Ihnen zu Hause 26 Jahre lang häusliche Prostitution?», frage ich sie. Sie bricht in Tränen aus und nickt fast unmerklich. Meine Frage ist hart, die wortlose Antwort brutal unerwartet für den Mann. Bis heute hat er nichts davon gewusst. Genauer, er wollte bis heute nicht sehen, was sich bei ihrem Sex abspielte, weil sie nicht zeigen wollte, was bei ihr los war, weil er bis jetzt nicht offen war für ihr Nein, weil sie selbst zurückerschreckte vor ihrem Nein, weil er es nicht hören wollte, weil sie beide die Harmonie immer über alles liebten. Die Harmonie hat einen hohen Preis. Ich wundere mich. Das gibts wirklich im 21. Jahrhundert bei uns im hochentwickelten Westeuropa,

Es sind nur noch selten die Männer, die auf die sexuelle Grundversorgung in ihrer Ehe pochen wie ihre männlichen Vorfahren.

zwischen gebildeten Menschen mit einem sonst hellwachen Bewusstsein: In unseren Doppelbetten ist der Druck so allgegenwärtig und unsichtbar wie der Feinstaub in der Luft. Es sind nur noch selten die Männer, die auf die sexuelle Grundversorgung in ihrer Ehe pochen wie ihre männlichen Vorfahren. Seit ein paar Jahren haben sie geschmalt, dass auch sanfte Gewaltanwendung wie Übellaunigkeit, Liebesboykott und Budgetkürzung die Intimität in ihrer Beziehung eher killt als zum Blühen bringt. Heute kann man also kaum mehr jemandem einseitig die Verantwortung für die erotische Misslichkeit zuschieben.

Was jetzt die Lust erstickt, ist der Druck von innen. Beim Mann und fast noch deutlicher bei der Frau: Beide müssen. Wenn man sich liebt, muss man. Man muss wollen. Und zwar wenn immer möglich muss man spontan wollen, sonst stimmt was nicht. Beide müssen das Gleiche wollen, müssen gleichzeitig

scharf sein – von selbst. Angeblich ist es die Liebe, die das fleischliche Wunder automatisch zustande bringt; die Liebe, das ist die Harmonie der Sehnsüchte, der Einklang der Gefühle. Im Namen dieser Liebe muss man erregt sein, zumindest erregbar; beide müssen unbedingt und regelmässig einen Koitus schaffen, nur das zählt; «befriedigen» muss man einander auch, wenn immer möglich; der Orgasmus ist, wie der Name sagt, Pflicht. «Befriedigende» Sexualität gilt fraglos als tragender Pfeiler in der Beziehung, ja sogar als deren Eckpfeiler; sie gehört unbedingt dazu. Sagen hauptsächlich die vielen Paare, denen der Sex abhanden gekommen ist.

DIAGNOSE LUSTSCHWÄCHE. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) geht noch einen mächtigen Schritt weiter. In ihrer Sammlung aller (kassenpflichtigen) psychischen Störungen, genannt ICD-10, führt sie unter dem Punkt F52.0 den Befund «Mangel oder Verlust von sexuellem Verlangen». Damit ist es offiziell beglaubigt: Lustschwäche darf nicht sein, sie ist krank. Vielmehr, *ich* bin krank, mein Partner sowieso! Und unsere Ehe serbelt dahin.

Es könnte gut sein, dass wir Westmenschen uns als erste Kultur seit der Erfindung des Zungenkusses den Luxus leisten, unsere festen Beziehungen auf das Fundament von Erotik und Sexualität zu stellen. Dass unsere Ehen damit auf Trieb sand und Illusionswolken gebaut sind und der Eros-Erosion nur kurz standhalten können, ist offensichtlich. Nur die betroffenen Paare selbst wollen es nicht wahrhaben. Sie jammern alle.

Unisono vorjammern, das tun die Medien gern, sie beklagen die Geissel der Lustlosigkeit in den heimischen vier Wänden. Mit ihrem Jammer suggerieren sie den Paaren, dass sie daneben, gestört und problembeladen sind. Meist mit überzeugender Unterstützung der Fachleute, der Berater und Therapeutinnen von «Zweierbeziehungen». Besonders scharf sind fast alle Journalisten auf konkrete Ratschläge, wie Paare am einfachsten aus ihrer Bettbaisse herauskommen könnten.

Ich stelle überrascht fest: Je länger ich in meinem Beruf arbeite, desto schwerer tu ich mich mit derlei Tipps. Und mit dem Mitmachen beim allgemeinen Unlust-Wehklagen ebenso. Nicht weil ich alt werde und mir nichts mehr einfiel. Vielmehr fällt mir da eines immer deutlicher auf und gibt mir immer mehr zu denken: Die Paare – gewöhnlich einer von beiden – klagen über ihre chronische Bettflaute, oft sogar unter Tränen. Zu dritt fahnden wir dann nach zugehörten Bedürfnissen, nach brachliegenden erotischen Ressourcen und nach ausbaubaren emotionalen Berührungspunkten. Fast immer werden wir fündig, sodass die beiden zuversichtlich nach Hause gehen mit zwei, drei Aufträgen, die sie sich selbst geben und als realisierbar eingeschätzt haben. Zum Beispiel wollen sie spät abends noch zusammenschlüpfen, um sich ein paar Minuten warm und weich in der lebenswürdigen Löffelstellung aneinanderzuschmiegen. Als erster Schritt in Richtung mehr Wärme, vielleicht sogar etwas Hitze, wer

weiss. Oder sie vereinbaren, einander ein erotisches Buch vorzulesen, etwa Anais Nins «Delta der Venus». Doch Himmel nochmal! Wenn die zwei fünf Wochen später wieder da sind, erklären sie mir mit achselzuckender Offenheit, es sei «so viel los» gewesen, dass sie nur gerade ein einziges Mal hätten kuscheln oder vorlesen «können»! Einen weiteren Monat später ist wieder ganz ähnlich, obwohl wir die Alltags-tauglichkeit der Vereinbarung neuerlich sorgfältig geklärt haben. Ich staune immer wieder neu. Ich verstehe je länger je weniger: Sie klagen alle und tun nichts! Wer ein wichtiges Anliegen hat, investiert doch, bis der Wunsch in Erfüllung geht! Je wichtiger der Wunsch, umso höher die Investitionsbereitschaft, oder? Klar!

Nicht so hier! Die meisten Paare, vermute ich, brauchen die körperliche Liebe nicht. Eigentlich leben sie besser ohne. Viel lieber mit Nordish Walking und Wellness, mit Digitalfernsehen und Sonntagsbrunch (mit Nachbarn) und mit anderen Lustbarkeiten,

Ehrlich gesagt liegen uns doch Gottschalk, Golf und Harmonie mehr am Herzen als diese strapaziöse «Lust» im Doppelbett.

durchaus auch zu zweit. Was sie einzig drückt, ist die fixe Idee, sie müssten «normal» sein, «normal» Lust haben. Wenn Sex und Leidenschaft fehlen, sei die Beziehung so gut wie aus- und abgebrannt. Womöglich bereits scheidungsreif. Ich kann nur staunen. Sie haben es «sonst» gut bis sehr gut miteinander, pflegen eine liebende und solidarische Freundschaft und sind hingebungsvolle Eltern von gefreuten Kindern; aber seltsamerweise plagen sie sich selbst und gegenseitig mit schlechtem Gewissen und Versagergefühlen. Genau das ruiniert schliesslich ihre Ehe. Ein Jammer ist!

HÄUSLICHE STALLWÄRME. Aber jammern will ich ja nicht. Ein Jahresumsatz von rund 135 Milliarden Dollar im weltweiten Pornogeschäft – die Prostitution nicht eingerechnet – sorgt dafür, dass zumindest die Männer nicht darben müssen. Solo masturbieren oder mit Hilfe einer Sexarbeiterin schafft ganz einfach und zügig Lust und «Befriedigung». In einer gestandenen Beziehung ist das, ach, viel komplizierter, viel aufwendiger, viel heikler! Häufig eben gar nicht erreichbar.

Na und? Genau genommen und ehrlich gesagt liegen uns doch Gottschalk, Golf und Harmonie mehr am Herzen als diese strapaziöse «Lust» im Doppelbett. Speziell die Beziehungsharmonie ist uns heilig. Zu Recht! Wer will denn zu Hause dauernd in Zoff und Guerilla leben? Häusliche Stallwärme ist wirklich ein köstliches Gut. Nur ist die Harmonie nicht gratis und selten kompatibel mit Aufregung im Bett. Viele Paare scheinen das zu spüren, auch wenn sie es nicht wahrhaben wollen. So ist denn das Einzige, was sie lustvoll tun – jammern.

Klaus Heer



PSYCHOLOGE. Klaus Heer (64) arbeitet seit 1974 als freischaffender Paartherapeut in Bern. Der ausgebildete Psychologe hat sich immer wieder in verschiedenen Medien zu Wort gemeldet, zum Beispiel während 25 Jahren im Schweizer Radio. Klaus Heer ist Verfasser viel beachteter Bücher wie «Ehe, Sex & Liebesmüh». Im kommenden April erscheint der Band «Wonnepunkte» neu im Salis Verlag Zürich. Klaus Heer ist seit 26 Jahren verheiratet und Vater zweier erwachsener Töchter. **vo**

welche schweiz?

WUNSCHBILDER. Zum Auftakt des Wahljahres 2007 hat die baz zehn Intellektuelle, Künstler und Querdenker eingeladen, ein Wunschbild der Schweiz zu entwerfen. Die Autorinnen und Autoren formulieren in zugespitzter Form eine These, in welche Richtung sich unser Land fortentwickeln soll. Die Autoren und Autorinnen sind bei der Wahl des Themas frei. Die Beiträge lesen Sie jeweils montags im Schweiz-Teil der baz. **vo**

Bereits erschienen: Thomas Hirschi (22.1.), Rolf Bloch (29.1.), Regula Stämpfli (4.2.), Joelle Kuntz (12.2.), Simon Enzler (19.2.), Annemarie Huber-Hotz (26.2.), Andreas Kley (5.3.), Christina Surer (12.3.).