

Insel Verlag

Leseprobe



Schmid, Wilhelm  
**Sexout**

Und die Kunst, neu anzufangen

© Insel Verlag  
978-3-458-17646-6





Wilhelm Schmid

# SEXOUT

Und die Kunst,  
neu anzufangen

Insel Verlag

Erste Auflage

© Insel Verlag Berlin 2015

Alle Rechte vorbehalten, insbesondere das  
der Übersetzung, des öffentlichen Vortrags,  
der Verfilmung und Übertragung durch Rundfunk  
und Fernsehen, auch einzelner Teile.

Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form  
(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren)  
ohne schriftliche Genehmigung des Verlages  
reproduziert oder unter Verwendung  
elektronischer Systeme verarbeitet,  
vervielfältigt oder verbreitet werden.

Druck: CPI – Ebner & Spiegel, Ulm

Printed in Germany

ISBN 978-3-458-17646-6

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort	7
1. Gleichheit der Geschlechter?	17
2. Den Anderen verstehen wollen	29
3. Sich selbst mögen	41
4. Auch Sex will gelernt sein	53
5. Sex ist nicht immer harmlos	65
6. Sex geht auch anders	77
7. Käuflicher Sex?	89
8. Virtueller Sex?	101
9. Freundschaft pflegen	113
10. Ist Sex wirklich wichtig?	121
Zum Autor	131
Abbildungsnachweise	134





Gregory Crewdson, *Untitled*, Sommer 2006, Foto

## Vorwort

Ja, es gibt wichtigere Probleme. Aber nicht für die Betroffenen. Und wie sollen wichtigere Probleme gelöst werden, wenn schon bei den weniger wichtigen die Kreativität versiegt? Daher dieses Buch: Um sich wieder anderen Dingen zuwenden zu können und nicht in der Ratlosigkeit und Verzweiflung zu versinken, in die ein Aussetzen von Sex, ein *Sexout*, den zumindest einer nicht will, Männer wie Frauen stürzen kann. Fast alle au-

ßer Frischverliebte kann es treffen. In zahlreichen Gesprächen mit Menschen, die ihre Sorgen und Nöte einem Philosophen anvertrauen wollten, der Bücher über die Liebe schrieb\*, kam die Rede auf diese Situation zwischen zweien, die an Antarktis denken lässt: Endlose weiße Wüste, eisige Kälte und schließlich ein Sturm, der die ganze Welt mit stechenden Partikeln erfüllt, *Whiteout*. Von wegen *Fifty Shades of Grey*, nichts geht mehr, im Sexout erfriert die Beziehung. Zwar ist in der langen Geschichte der Beziehungen zwischen den Geschlechtern (mit all ihren Variationen) sexuelles Elend sicherlich nichts Neues. Aber ist der Eindruck gänzlich falsch, dass es sich just in Zeiten der sexuellen Befreiung häuft? Kann eine sexbesessene Zeit zugleich eine Zeit wachsender Lustlosigkeit und Asexualität sein? Anders als die moderne Lustkultur glauben

\* Wilhelm Schmid, *Liebe – Warum sie so schwierig ist und wie sie dennoch gelingt*, Insel Verlag, Berlin 2011. Und: *Die Liebe atmen lassen. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen*, Suhrkamp Taschenbuch, Berlin 2013. Erstpublikation unter dem Titel: *Die Liebe neu erfinden*, Suhrkamp Verlag, Berlin 2010.

macht, kann die vergötterte Lust nicht wirklich wie Gott sein, allmächtig, omnipräsent, immer und überall ansprechbar. Gerade diejenigen, die an das Lustprinzip glauben, haben umso mehr mit der Unlust zu kämpfen, die doch gar nicht vorkommen darf. Das wirkt sich auf die Beziehungszufriedenheit aus, die, wie Befragungen von Paaren zeigen, oft mit sexueller Zufriedenheit zu tun hat. Viele Frauen und noch mehr Männer verneinen die Frage, ob sie den Sex bekommen, den sie sich wünschen.

Es ist wie mit dem Glück: Dass so viele danach suchen, heißt ja nicht, dass so viele in seinem Besitz sind. Wer es aber sein sollte, kann dennoch das Unglücklichsein nicht dauerhaft ausschalten. Ebenso suchen nicht diejenigen nach Sex, die schon davon satt sind. Wer es aber sein sollte, ist damit nicht ewig gegen Hunger gefeit. Unerfreulich ist erst recht, dass ausgerechnet das Abwesende in Gefühlen und Gedanken immer anwesend ist! Dabei könnte es so einfach sein, wenn vorzugsweise diejenigen sich fänden, die in ähnlichem Maße bedürftig sind. Aber gerade die werden eher selten zu Paaren. Und wenn doch,

driften ihre Bedürfnisse nach anfänglicher Übereinstimmung auseinander. Warum ist das so? Warum kommt es so häufig vor? Fordert die *Polarität* ihr Recht ein, die sich in alle Belange des Lebens einmischt? Dieses ewig gleiche Spiel, ist es nicht zum Gähnen?

Individuelle Erfahrungen werden häufig von kulturellen Konjunkturen beeinflusst, ohne dass dies immer jedem bewusst wäre. Nach einer Jahrhunderte währenden Abwertung des Sexuellen hatte eine hysterische Überbewertung Konjunktur, auf die nun eine Zeit der Erschöpfung folgt, die eigentlich nicht überraschend kommt, denn das ist die Konsequenz jeder Verausgabung: Euphorie wird von Ernüchterung abgelöst. Dass der Sex aussetzt und Pause macht, fällt umso mehr auf, je präsenter er zuvor war. Sexout kam wohl zu allen Zeiten vor, aber nicht immer in epidemischen Ausmaßen. Die Häufung der Auszeiten, sei es momentan (*Timeout*), für längere Zeit (*Logout*) oder langfristig (*Checkout*), könnte das Resultat einer übersexualisierten Zeit, eines *Sex-Overkill* sein: Es hat sich *ausgesext*, der Sex ist ausgebrannt. *Sex sells*? Aber was sich abzeichnet, ist ein *Sellout*,

Resteverkauf, alles muss raus! Für Menschen, die ihr Leben ökonomisch betrachten und in der Liebe ein Investment sehen, im Liebesleben die Aktivierung von sexuellem Kapital, sollte das gut erklärbar sein: Auf die Hochkonjunktur von Sex folgt nun eben ein Konjunkturreinbruch. Auch bei Börsenkursen geht es nie nur aufwärts, nach Bullenmarktzeiten *baisst* der Bär, wie das in der Börsensprache heißt, die das Auf und Ab des Lebens auf ihre Weise zu beschreiben sucht. Warum sollte diese schwungvolle Bewegung ausgerechnet beim Sex außer Kraft gesetzt sein?

Freilich hilft die Einordnung in einen größeren Zeitrahmen den Betroffenen nur bedingt weiter: Auch wenn sie ihre Situation besser verstehen, muss sie dennoch von ihnen selbst bewältigt werden. Dazu ist es nötig, gangbare Wege zu finden, beispielsweise die unaufgeregte Integration des Sexout in die Lebenswirklichkeit, damit auch aus dieser Erschöpfung noch Erfüllung werden kann. Aber der Weg dahin ist weit, erst einmal machen sexuelle Auszeiten oder Zurückweisungen den Betroffenen zu schaffen, sie reagieren unterschiedlich darauf: Viele Männer (nicht alle)

erleben den Sexout als *Knockout*, er trifft sie im Kern ihrer Männlichkeit. Sie leiden stumm und reden ungern darüber. Dass sie bei Freunden auf Verständnis hoffen dürfen, löst ihr eigentliches Problem nicht: Zu wenig Sex.

Viele Frauen (nicht alle) zweifeln mehr noch als Männer an ihrer Attraktivität, aber es entlastet sie, mit Freundinnen darüber zu sprechen. Ihre sozialen Netze fangen vieles auf und mindern die Einsamkeit, in der alle Probleme schwerer wiegen. Die Folgen von Beziehungsproblemen halten sich auf diese Weise in Grenzen, wie eine über zehn Jahre laufende dänische Studie ergab, während sie bei Männern, statistisch gesehen, sogar die Sterblichkeitsrate verdoppeln.

Frauen wie Männer können unglücklich und geradezu verbittert über einen Sexout sein, aber die Bitterkeit trifft in erster Linie das *Ich*, dann erst den Anderen, der ihn oder sie nach subjektiver Überzeugung hat bitter werden lassen. Wozu sich die Verbitterung antun? Im besseren Fall macht die Situation nachdenklich. *Nachdenklichkeit* ist die Voraussetzung der bewussten Lebensführung, der Lebenskunst, um wieder ein schönes Leben

führen zu können. Sie hilft über Bitterkeit, Wut und Verzweiflung hinweg. Das ist der Weg der Philosophie: Innezuhalten und nachzudenken, mit *Münchhausen-Effekt*, denn so wird es möglich, sich am eigenen Schopf aus dem Sumpf einer aussichtslos erscheinenden Situation zu ziehen. Dazu dienen Fragen, die sich bei einem Sexout von selbst aufdrängen: Was geschieht jetzt und wie ist es dazu gekommen? Was ist nun noch möglich und wie lässt es sich verwirklichen?

Aber ist die Philosophie nicht die *asexuelle* Disziplin schlechthin? Hatte sie je etwas zum Sex zu sagen? Überraschenderweise war die Beschäftigung mit Sexfragen eine Angelegenheit der Philosophie von ihren Anfängen an: Das große Nachdenken ist daraus erst hervorgegangen. Den ersten Sexout der Philosophiegeschichte erlebte Sokrates, dessen Ehefrau Xanthippe offenkundig nichts mehr von ihm wissen wollte. Es ist nicht überliefert, was Sokrates selbst zu dieser Situation beitrug, an der immer zwei, mindestens zwei, beteiligt sind. Überliefert ist jedoch, dass er daraufhin das Gespräch mit Aspasia suchte, die sich, wie es scheint, in derlei Dingen auskannte,

vielleicht weil sie selbst gelegentlich eine Zurückweisung zu bewältigen hatte. In Platons Dialog *Menexenos* rühmt Sokrates sie als seine Lehrerin, die ihm dazu riet, sich ganz aufs Denken zu verlegen und aus körperlichen Gelüsten *geistige* zu machen, sie also zu »sublimieren« (Barbara Ehlers, *Eine vorplatonische Deutung des sokratischen Eros*, 1966). Er hielt sich daran. Der Rest ist Philosophiegeschichte.

Die Situation, die nachdenklich macht, hat der amerikanische Maler Edward Hopper 1959 in einem Bild dargestellt, das er *Exkursion in die Philosophie* nannte. Zuvor weckte sie bereits Picassos Interesse und zuletzt wurde ein Sujet der modernen Kunstgeschichte daraus, vielfach variiert, die Abbildungen im vorliegenden Buch geben einen Eindruck davon. Bei Hopper sitzt ein Mann im blütenweißen Hemd, Hemdkragen geöffnet, Hose gebügelt, am Bettrand. Die halb entblößte Frau hinter ihm hat sich weggedreht. Was sich zwischen ihm und ihr abgespielt hat, ob sich überhaupt etwas abgespielt hat, ist unklar. Klar ist nur, dass das Buch, das er aufgeschlagen weggelegt hat, eines von Platon ist: Hoppers Frau, die

für viele seiner Bilder Modell stand, saß oder lag, erinnerte sich daran. Platon erzählte in seinem Buch *Symposion* von einem »Trinkgelage«, das mit Reden über die Spielarten der Liebe garniert war. In einer dieser Reden berichtete Sokrates von Aspasia, die er nun Diotima nannte: Sie habe ihn zum Nachdenken ermuntert. Auf diesen Weg begibt sich auch der Mann in Hoppers Bild, eine Falte zerteilt messerscharf seine Stirn. Etwas beschäftigt ihn. Und was ist mit ihr?

In einem anderen Bild stellt Hopper zehn Jahre früher die Situation mit vertauschten Rollen dar. Handelt es sich um austauschbare Positionen in einer Grundsituation zwischen zweien, die sich in moderner Zeit noch radikalisiert und universalisiert hat? Der große Traum von Bindung und Geborgenheit führt zwei Menschen zusammen, bevor jeder für sich wieder Ansprüche auf Freiheit und Selbstbestimmung geltend macht. Aber wie können zwei zueinanderfinden, wenn jeder größten Wert auf die Erfüllung eigener Bedürfnisse legt? Das Bett wird zum Schauplatz des Aufeinandertreffens der divergierenden Interessen. Innehalten und Nachdenken ist immer eine Lö-

sung, zumindest ein wichtiger Schritt auf dem Weg dazu, auch bei wichtigeren Problemen der Menschheit. Wenn die Besinnung und Neuorientierung in einer misslichen Situation zur vertrauten Übung wird, kann sie auch in anderen Zusammenhängen zum Einsatz kommen.

In diesem Buch geht es erst einmal um Vorschläge zum Umgang mit einem Sexout, mit zehn *möglichen* Antworten auf die eine Frage, was sich aus der Situation, in der zwei sich verrannt haben, noch machen lässt. Der oder die Einzelne selbst entscheidet, welche dieser Optionen zu ihm oder ihr passt. Zugleich handelt es sich um eine etwas andere Einführung in die Philosophie, um zu zeigen, wie nützlich das Nachdenken doch sein kann. Wobei die beste Antwort manchmal eine weitere Frage ist.



Edward Hopper, *Excursion into Philosophy*,  
1959, Öl auf Leinwand

## 1. Gleichheit der Geschlechter?

Das Nachdenken erschließt Möglichkeiten, mit denen sich eine Wirklichkeit verändern lässt. Eine erste Möglichkeit der Kunst, neu anzufangen, besteht darin, das Denken von Ideen freizuräumen, die sich in der Praxis nicht bewähren. Eine solche Idee könnte die von der Gleichheit der Geschlechter sein. Die kann nicht strittig sein, soweit es um gleiche Würde, Rechte, Chancen und um soziale

Gleichstellung geht. Aber sollen etwa auch unterschiedliche Eigenschaften verschwinden? Das wäre der alte Traum von der androgynen (männlich-weiblichen) Ununterscheidbarkeit, von der der Komödiendichter Aristophanes in Platons *Symposion* schwärmt; zu allen Zeiten zeigten sich Menschen davon fasziniert. Der Traum von zweien, eins zu sein, wurde demnach in einer mystischen Frühzeit der Menschheit von Kugelwesen verwirklicht, die rundum eine Einheit bildeten. Sie wähten sich so vollkommen, dass sie den Himmel stürmten, um selbst zu Göttern zu werden. Die fühlten sich bedroht und riefen Zeus zu Hilfe, der die kugelrunden Angreifer in der Mitte entzweischneidete, sodass sie fortan als halbierte Einzelne existieren mussten, immer auf der Suche nach ihrer anderen Hälfte. Ein großes Jammern und Wehklagen hob an, bis Zeus ihnen aus Mitleid die Geschlechtsteile so arrangierte, dass sie zeitweilig ihre Einheit wiederfinden und feiern konnten, zwischendurch aber ihren alltäglichen Geschäften nachgehen und sich um das »übrige Leben« sorgen sollten.

Die Sehnsucht danach, wieder zu Kugelwesen zu

werden, scheint unstillbar zu sein. Es wäre die Auflösung aller Unterschiede, die Wiederherstellung des Ur-Einen ohne Differenz der Geschlechter. Der Traum von wiedergewonnener Androgynität wurde auch im Christentum geträumt, ein Zurück zu *Evadam* oder *Adameva*, bevor daraus Adam und Eva wurden: Im Zeichen von Christus sollte es möglich werden, »nicht mehr männlich noch weiblich«, nur noch eins zu sein (Paulus, *Brief an die Galater*, 3, 28).

Auch in modernen Zeiten setzte der Traum von der Einschmelzung aller Unterschiede sehr viel Phantasie und Kreativität frei, wenngleich jedes Mal mit diesem Resultat: Neue Unterschiede brachen auf, in welcher Form auch immer, nicht selten in alter Form, in allen Bereichen. Im 20. Jahrhundert sollte der Sowjetmensch sämtliche sozialen und ethnischen Unterschiede einebnen, aber sie explodierten erneut. Im ausgehenden 20. Jahrhundert sollten mit dem »Ende der Geschichte« alle politischen Unterschiede der Vergangenheit angehören, erinnert sich noch jemand daran? Das Ideal der Gleichheit wird stets von realer Ungleichheit konterkariert, schon aufgrund

des Strebens nach Individualität. Keine Frage, dass es weiterhin sinnvoll ist zu träumen, um den Horizont des menschlichen Seins offenzuhalten. Aber nicht alle Träume werden wahr.

Was die Geschlechter angeht, haben einige Unterschiede *natürliche* Gründe. Von Natur aus ist ihre Ausstattung sichtlich nicht dieselbe: Testosteron ist wohl eher keine Erfindung männerdominierter Pharmafirmen, der Penis ist kein Irrtum, der weibliche Zyklus ist kein Missverständnis, Brüste und Uterus sind keine peripheren Beigaben. Was Menschen körperlich an sich vorfinden, beeinflusst vermutlich ihre Denk-, Fühl- und Verhaltensweisen und schlägt sich in ihrem Leben und Zusammenleben nieder, ohne beliebig veränderbar zu sein. Selbstverständlich kann auch das noch angezweifelt werden: Vieles ist schon für Natur gehalten worden und war doch nur Interesse, wie es sein sollte. Selbst wissenschaftliche Resultate stehen nie endgültig fest, niemand kann feste Burgen darauf bauen, um sich für immer darin zu verschanzen. Aber ist das Leben spannender, wenn alle Unterschiede verschwinden und Menschen nur noch Abbildern ihrer selbst in unwesentlichen