

BLUFF IM BETT - DAS DILEMMA MIT DER WEIBLICHEN LUST

(Artikel Zeitschrift "Connection" 3/94; von Regina König)

Wieder einmal hat ES nicht funktioniert. Abbruch. Zurücklehnen. Enttäuschung. Schuldgefühle. Vorwürfe. Scham. Ungeduld.

Später fragt mich dieser Mann, mit leichter Ratlosigkeit in der Stimme, ob es denn irgendwelche Frauen gäbe, die sich einfach genießen könnten, die sich spüren, die leidenschaftlich sind - einfach so. Ich erzähle ihm, daß sehr viele Frauen den Männern etwas vorspielen, ihnen zuliebe mitmachen, sich zur Verfügung stellen, etwas "tun", was aber nicht unbedingt mit Lust, mit körperlichem Begehren, Erregtsein und Spüren einhergeht. Daß die wenigsten Frauen mit ihrer eigenen weiblichen sexuellen Energie verbunden sind; daß sie eigentlich keine Ahnung davon haben, was in ihnen steckt. Es erleichtert mich, dies auszusprechen, bringt mich ihm wieder näher. Obwohl ich nicht weiß, ob er es wirklich hören will oder ob hinter dieser Frage nicht der Wunsch verborgen liegt, es möge doch lieber alles beim alten bleiben. Wie würde er einer selbstbewußten Frau, die ganz in ihrem Körper, in ihrer Lust zuhause ist, als Mann begegnen?

Die Wunden

Über die Jahrhunderte hinweg ist den Frauen die Lust vergangen - ihre sexuelle Kraft, die wesentlich zu ihrem Gefühl von einer selbständigen weiblichen Identität beiträgt, wurde ihnen regelrecht ausgetrieben. Noch zur Jahrhundertwende wurde in einem deutschen Gynäkologenkongress darüber abgestimmt, ob die "gute" Frau sexuell etwas empfinden dürfe - was die Mehrheit mit einem "Nein" beantwortete.

Frauen sind, was ihren Körper betrifft, zu Objekten reduziert worden, die sich zur Verfügung stellen und um die Lust und Bestärkung des Mannes bemühen sollten (*"ehelicher Geschlechtsverkehr gehört zum Recht des Mannes und zur Pflicht der Frau"*). Wirtschaftliche und emotionale Abhängigkeiten zwangen Frauen, ihre Eigeninitiative und Selbstbestimmung aufzugeben und auf ihre eigene Stärke zu verzichten. Haben sie dennoch etwas empfunden oder gar genossen, so sind sie oftmals als Hexen, Huren, Flittchen oder gar als verwerfliche, schmutzige "Teufelsbräute" verurteilt und bestraft worden.

Frauen lernten, zu spielen, zu lügen, vorzutäuschen und sich in ihrem sexuellen Ausdruck dem anzupassen, was vorherrschende Theorien der Zeit als korrektes weibliches Sexualverhalten definierten: mal viktorianisch tot, mal freudianisch hysterisch, mal neuzeitlich multi-orgasmisch, mal klitoral, mal vaginal empfindend; darüber hinaus sich selbst ständig pathologisierend: *"Mit mir ist etwas falsch!"*

Der Körper weigert sich

Welche Erfahrungen auch immer eine Frau mit ihrer Sexualität in diesem Leben gemacht hat - jede ihrer Körperzellen wird sich an diese Geschichte von unterdrückter Sexualität, von Mißbrauch, Benutztwerden, Entwürdigung, Prostitution, Gewalt, , Schock, Macht- und Wertlosigkeit und Frustration erinnern und sie fühlen. Und jede Frau wird sich immer wieder dieses Rachespiels von Täuschung, Lügen, Raffinesse, Verschleierung, Entzug, Manipulation, So-tun-als-Ob entsinnen: *"Wenn ich nun solange nicht ICH - Frau - sein durfte, so räche ich mich nun bei dir, Mann,*

indem ich dich bluffe, in die Irre führe, von mir abhängig mache. Und du merkst es nicht einmal - oder läßt es dir zumindest nicht anmerken..."

Männer haben tatsächlich über lange Zeit das Täuschen und Vorgeben von Frauen unterstützt und "gedeckt", um sich nicht mit dem Selbstbewußtsein, dem Mut, der Wahrheit der Frauen und damit auch ihrer Rache auseinandersetzen zu müssen - ganz abgesehen davon, daß ihre eigene Unfehlbarkeit damit in Frage gestellt worden wäre.

Rache und Verweigerung ist ein Aspekt des Gefangen-Seins in diesem Opfer-Täter- Sandwich. Darüberhinaus aber haben die jahrhundertelangen Prägungen frau einfach vergessen lassen, wie es ist, ihre *eigene* Sexualität zu entwickeln; ihren Genuß, ihre Lust, ihre Körperlichkeit zu entdecken. Sie hat es verlernt, aus diesem ihrem weiblichen Körper Erregung, sexuelles Empfinden, Prickeln, Kribbeln, Begehren hervorströmen zu lassen - einfach so. Ihr Vertrauen, sich den eigenen Körperimpulsen wirklich überlassen zu können, ist erschüttert. Sie weiß oft überhaupt nicht mehr, daß es da etwas *Eigenes* - und zwar, Schönes, Lebendiges und Kraftvolles - gibt.

Die sexuelle Realität vieler Frauen - Taubheitsgefühle und Anspannung in den Genitalien, wenig Empfinden, sexuelle Sprachlosigkeit, Verwundet-Sein - wird zudem noch durch den inneren Druck verstärkt, endlich das vorzuführen, was (überwiegend männliche) Wissenschaftler mittlerweile umfassend dokumentierten und worüber bereits alte Schriften berichten: die uneingeschränkte Orgasmusfähigkeit der Frau. Doch ihr Körper weigert sich, mitzuspielen! Er streikt. Jede seiner Fasern bekundet ihr Nein - zu tief sitzen all die Verletzungen, die ihm zugefügt worden sind und die frau ihm selbst mit jedem Racheakt, mit jeder Unehrlichkeit neu hinzufügt. Auch oder gerade trotz größter Anstrengungen funktioniert ihr Körper nicht so, wie es von zahlreichen Zeitschriften, Büchern, Lehrern, Freundinnen und Geliebten angepriesen wird. Etwas in ihr widersetzt sich, zu jener wilden, ursprünglichen, leidenschaftlichen, unbändigen, begehrenden, aufnehmenden, körperlichen, hitzigen und gleichzeitig unendlich sinnlichen und hingebungsvollen Göttin zu werden...

Wenn ich eine "richtige" Frau wäre....

Aber was tun? Wie sich nicht entblößen? Wie mithalten als "richtige" Frau? (*"Meine letzte Freundin war so ekstatisch! Ich konnte ihr locker fünf Orgasmen machen. Ich weiß gar nicht, was mit dir los ist, warum du solche Schwierigkeiten hast...?"*) Wie bestehen in diesem vermeintlichen Konkurrenzkampf mit anderen Frauen, wenn das eigene Empfinden - falls überhaupt vorhanden - so ganz anders ist als das erwartete?

Will frau in den Augen ihres Partners eine "richtige" Frau sein (und welche Frau möchte das nicht?), so wird sie wahrscheinlich versuchen, einfach so zu tun, als wäre ES ganz selbstverständlich da, auch wenn sie nichts oder nur sehr wenig spürt. Lieber etwas vortäuschen, als unter die Kategorie dieser zickigen, schwierigen, frigiden Frauen zu fallen oder gar für eine "Bessere" verlassen zu werden! Die Genügsamkeit der meisten Männer, selbst mit Vorgespieltem zufrieden zu sein bzw. sich gebauchpinselt zu fühlen, wenn sie es für *ihn* tut, unterstützt frau nicht gerade dabei, Ehrlichkeit zu entwickeln oder sich selbst und ihrem Körper näher zu kommen.

Je länger und öfter sie vorspielt, umso stärker glaubt sie irgendwann selbst daran, daß sie es tatsächlich empfindet: Vielleicht ist ihr gar nicht mehr bewußt, *daß* sie spielt. Ihr Körper ist ihr so fremd geworden, daß sie dessen Signale über ihre besonderen sexuellen Wünsche und Rhythmen oder über ihren Mangel an sexuellem Interesse nicht mehr richtig empfängt. Die Tragik dabei: Jedes unehrliche Vortäuschen von Begehren, von Orgasmen, von Leidenschaft, die nicht wirklich *im Körper empfunden wird*, vergrößert die Ansammlung jahrhundertalter Wunden im heiligen Tempel des Körpers, in diesem großen Topf "Weiblichkeit". Je mehr eine Frau spielt, umso weniger spürt sie. Jedes "So-tun-als-Ob" wirkt wie ein betäubender Hammerschlag auf Millionen von

Sinneszellen und Empfindungsnerven, die sehnsüchtig darauf warten, wiedererweckt zu werden. Die danach schreien, lebendig sein zu dürfen, zu rufen, zu pulsieren, zu locken, zu duften und zu strahlen.

Das Risiko

Nun ist es aber nicht damit getan, sich einfach vorzustellen, daß von jetzt an alles anders wird - daß innerlich nur einige Kabel umgesteckt werden müssen, um wieder richtig zu funktionieren. Es erfordert Mut und vor allem die Bereitschaft, geduldig dranzubleiben, um aus diesem Teufelskreis auszusteigen. Der *ganze* Mut der Frau ist gefragt, wenn sie sich selbst, anderen Frauen und allen Männern (nicht nur ihren Geliebten) gegenüber aufrichtig werden will.

Sie wird riskieren, aufgrund dieser Ehrlichkeit von jenen Männern zurückgewiesen zu werden, die sich ihren männlichen Erfolg durch vorgetäuschte weibliche Lust beweisen lassen. Sie wird riskieren, von Frauen als Spielverderberin angeschwärzt zu werden, wenn sie diese Art von Geheimnissen offenlegt. Und sie geht für sich selbst ein Risiko ein, indem sie sich eingesteht, wie wenig sie darüber weiß, was ihr Körper braucht; wie wenig sie sich spürt; wie wenig begehrend oder erregt sie ist; wie wenig sie sich mitteilen kann; wie wenig sie mit sich, mit ihrem Körper verbunden ist. Sie muß sich eingestehen, in ihrem sexuellen Alter vielleicht irgendwo bei drei, fünf, zwölf oder fünfzehn Jahren stehengeblieben zu sein. Will sie jemals zu dieser erwachsenen sexuellen Frau werden, die sie *ist*, steht ihr ein langer Weg geduldigen Lernens und Suchens bevor. Nur wenn sie wieder dort ansetzt, wo es in ihrer sexuellen Entwicklung nicht weitergegangen ist, kann ihre Sexualität real werden - frei von Schauspiel, So-tun-als-Ob, Lügen, Kompromissen, Mißverständnissen, Verletzungen: ein heiliger, natürlicher Akt.

Ankommen

Ein erster Schritt auf diesem Weg ist das bewußte Annehmen und Anerkennen von all dem, was wirklich ist. Was spürt eine Frau tatsächlich in ihrem Körper, wenn sie dem Geliebten nahe ist? Was empfindet sie in ihren Genitalien, ihrer Yoni, wenn sie ihn anschaut, ihn berührt, ihn küßt; wenn sie gestreichelt und berührt wird, wenn er in sie eindringt? Was erzählt der Körper, was möchte er? In welchen Momenten der Intimität verschwinden die Empfindungen wieder, werden Bereiche des Körpers, der Genitalien wieder taub? An welchen Punkten taucht dieser unwiderstehliche Drang erneut auf, doch besser etwas vorzuspielen - zum Beispiel, damit es (endlich) vorbei ist? Welche Gefühle, vor denen sie sich selbst schützen möchte, könnten in diesen Augenblicken an die Oberfläche kommen? Vielleicht Traurigkeit über all das Nicht-gelebte, Nicht-Ausgedrückte, das Nicht-Spüren, all die Selbstverletzungen und Wunden? Oder Wut, Ärger, Angst, Mißtrauen, Scham, Verzweiflung, Nicht-Wissen? Wie kann sie all diese Gefühle zulassen und sie - in Würde und Achtung vor sich selbst - umarmen? Wird sie dem Mann, der bei ihr ist, vertrauen können, daß auch er so etwas aushält; daß er mit ihr bleibt und sie nicht zurückweist, wenn sie "so" ist? Und dann das langsame Lernen, diesen Körper wieder aufzumachen, ihn liebevoll, heilend zu erwecken... Vorsichtig bewegen, atmen, den kleinen Impulsen aus dem Inneren folgen - und so lange warten, bis der Körper wirklich *bereit* ist, bis das eigene Begehren im Körper *spürbar* wird. Lernen, zu fordern; lernen, für sich und die eigene Lust einzustehen. Entdecken, erkunden, ausprobieren - und immer wieder auch alleine forschen.
Leidenschaft zur Lustschaft wachsen lassen. Zuhause ankommen.