



Ahlers, Christoph Joseph u. Michael Lissek, *Himmel auf Erden und Hölle im Kopf. Was Sexualität für uns bedeutet*, Goldmann 2015, 448 S., geb., mit Schutzumschlag, 19,99 €

Um es vorweg zu nehmen: dieses ist ein erstaunliches Buch über das, was Sexualität für uns Menschen darstellen kann. In zwölf, in Gesprächsform (im Dialog mit dem Journalisten Michael Lissek) gehaltenen, sehr gut lesbaren Kapiteln behandelt der Autor umfassend die verschiedensten Aspekte von Sexualität, Sexual- und Beziehungspräferenzen, Verlieben, Zusammenkommen, die „Erosion der Beziehungssexualität“ und das Wieder-Auseinandergehen, sexuelle Funktionsstörungen, Geschlechtsidentitäts-Störungen sowie sexuelle Besonderheiten und „Absonderlichkeiten“, und den Ablauf einer Paar-Sexualtherapie, um nur einige der Themen zu nennen. Darüber hinaus befassen sich zwei Kapitel ausführlich mit den Auswirkungen des Internets auf die Lebensbereiche Liebe, Sexualität und Partnerschaft und insbesondere mit der Dimension und Bedeutung von medialer Internet-Pornographie. All dies geschieht auf eine höchst differenzierte, lebendige, von großem Wissen und langjähriger klinischer Erfahrung geprägte Art und Weise, die das Lesen dieses Buches zu einem großen Vergnügen macht und dazu anregt, sich intensiver mit diesem Thema auseinanderzusetzen. Letzteres wird nicht zuletzt auch dadurch erleichtert, dass dem Autor kaum eine sexuelle Eigenart fremd scheint. Vielmehr sieht er diese stets als Ausprägungen eines Kontinuums an, auf dem wir alle uns befinden.

Basierend auf dem Konzept der syndyastischen Sexualtherapie besteht der zentrale Gedanke dieses Buches darin, dass wir im Rahmen sexueller Beziehungen auf sehr konkrete Art und Weise miteinander kommunizieren und uns auf diese Weise wechselseitig psychosoziale Grundbedürfnisse erfüllen können. Gefühle von angenommen sein, gemocht und eventuell geliebt werden, die bei dieser Form der Kom-

munikation entstehen können, werden dabei in einer Unmittelbarkeit und Intensität vermittelt, die mit Worten allein so nicht erreicht werden kann. Auf evolutionsbiologische Spurensuche gehend schreibt der Autor, dass „Körperkommunikation in unserer stammesgeschichtlichen und individuellen Entwicklung die primäre Möglichkeit der Verständigung war“, und hierüber Aufregung, Anspannung und Angst reduziert, Beruhigung, Entspannung und Wohlgefühl befördert werden. Es ist also gewissermaßen die Rückkehr zum Original, die Erfüllung unserer Grundbedürfnisse betreffend, die wir in der Sexualität erleben können. Braucht es letzten Endes, dass wir, ähnlich wie früher von unseren Eltern, im Rahmen sexueller Handlungen (von Partner/Partnerin) im wörtlichen Sinne bewegt, (an)genommen, berührt, (an)gesehen werden, er/sie nah bei uns ist – damit die entsprechenden Gefühle bei uns in Gänze (re)aktiviert werden können? Damit Menschen sich auf dieses einlassen und in der Folge erleben können, benötigt es Selbstvertrauen des Einzelnen sowie Fremdvertrauen zwischen den Partnern, welches wiederum Achtsamkeit und Urvertrauen voraussetzt. Beides droht in der heutigen Zeit der multiplen Leistungsanforderungen ein zunehmend rares Gut zu werden – so dass sich hier, wie der Autor darlegt, ein Spannungsfeld auftut. Eine die Grundbedürfnisse befriedigende, mit der „Überwindung von Vereinzeln“ und temporärer Verschmelzung einhergehende Sexualität hat das Potential, vor gesellschaftlicher Inanspruchnahme und Funktionalisierung zu schützen. Die heutige Arbeitswelt jedoch möchte nicht selten den ganzen Menschen, 24h und 7 Tage der Woche: in ihr soll er aufgehen, sich über sie definieren und in ihr exklusiv das Gefühl des Angenommenseins erfahren. Dieses funktioniert dann besonders gut, wenn bei dem Betroffenen zuvor ein Mangel an diesem Gefühl herrschte. In unserer Kultur mag die römisch-katholische Amtskirche, die Sexualität auf die beiden Pole Erregung (potentiell negativ) und Fortpflanzung (Endzweck) reduziert, zu diesem Mangel beigetragen haben, wie der Autor darlegt. Vor diesem Hintergrund macht die möglicherweise zunächst beinahe provokant klingende These, dass eine wie oben beschriebene Sexualität per se als subversiv anzusehen ist, plötzlich Sinn und erscheint sehr schlüssig.

Ein Diskurs über alternative Beziehungsmodelle, der in Anbetracht gesellschaftlicher Entwicklungen zunehmend relevant erscheint, hätte diese außerordentlich vielschichtige und umfassende Darstellung dessen, „was Sexualität für uns bedeutet“, vielleicht noch bereichern können, möglicherweise jedoch auch zu einer Überfrachtung dieses hervorragenden Buches führen können, so dass sich an unserem Wunsch vielleicht insbesondere zeigt, wie sehr dieses Buch zum Weiterdenken anregt und die Interviewform einen Wunsch lässt, weiterführend mit dem Autor über derlei Themen diskutieren zu können.

E. Severus (Dresden) / E. Mennigen (Albuquerque, USA)