

Die sexuellen Ängste des Mannes

Männer und Frauen haben im Laufe der Entwicklung vom Matriarchat zum Patriarchat einen jahrtausendelangen Geschlechterkampf hinter sich. Sexuell aktive Frauen wurden im Mittelalter als Hexe verbrannt, Jahrtausende vorher wurden Männer von Frauen als Lustsklaven mißbraucht. Heute leiden wir unter sexueller Unlust: In einer US-Studie bekannte jede dritte Frau und jeder sechste Mann zwischen 18 und 59, dass sie im Jahr vor der Erhebung monatelang nur wenig Interesse an Sex hatten. Eine Untersuchung des Hamburger Sexualwissenschaftlers Gunter Schmidt über Partnerschafts-Biografien zeigt, dass auch in Deutschland es nicht viel besser aussieht: 41 Prozent der Befragten zwischen 30 und 60 finden maximal dreimal im Monat zueinander - selbst bei den ungefähr 30-Jährigen ist etwa jeder dritte gleichermaßen „sexfaul“. 48 Prozent der Deutschen sind mit ihrem Geschlechtsleben unzufrieden.¹

Um die Sexualität des Mannes, der noch nicht die „neue Sexualität“ (Lingam-Massage, Tantra etc.) kennen gelernt hat, gibt es einige, von ihnen selber gehütete Geheimnisse, die uns bei der Entdeckung der Lust des Mannes auf die Spur helfen können²:

- Männer sind genauso durch restriktive Rollenerwartungen begrenzt wie Frauen: Sie glauben „etwas“ erreichen oder sein zu müssen. Heilung bedeutet das Risiko einzugehen, mit sich und der eigenen Sexualität ehrlich zu sein, seine Gefühle zu spüren, zu erlauben und sich Versagen oder Unwissenheiten einzugestehen.
- Das Leben des Mannes ist von Angst bestimmt: Männer investieren viel Kraft, um diese Angst von sich fernzuhalten. Sie versuchen aufgrund ihres Mutterkomplexes Frauen (meiste vergeblich) sie zu beherrschen. Sie sehen in anderen Männern Konkurrenten. Sie wissen, daß die Welt groß und gefährlich ist. Sie fühlen sich im Inneren noch wie Kinder, haben aber die Vorstellung sie dürften keine Angst haben, ihre Aufgabe sei es, die Natur und ihre Angst zu bezwingen. Der Mann hat Angst (sexuell) kein richtiger Mann zu sein. Deshalb gibt er an, tyrannisiert, heuchelt oder manipuliert er oftmals. Die Heilung beginnt im Eingeständnis dieser Angst und der Umarmung der damit verbundenen Scham. Da die Frauen so erzogen wurden, daß ängstliche Männer Memmen sind, erleben sie in der Regel wenig Beistand im

¹ Quelle: Zeitschrift „Psychologie heute“

² Quelle: Im Schatten des Saturn, James Hollis

Eingeständnis ihrer Angst, werden dafür verurteilt und müssen sich Beistand bei anderen Männern oder wissenden Frauen suchen. Nur so kann der Mann seine Mitte wieder gewinnen.

- Das Weibliche hat eine gewaltige Macht über den Mann: Den größten psychologischen Einfluss erfährt der Mann durch seine Mutter, dadurch entwickelt er eine verzerrte Beziehung zum Weiblichen:
- Der Mann gibt den Frauen zuviel Macht über ihre Psyche. Deshalb versucht er zu gefallen, kontrollieren oder auszuweichen. Die Angst ersetzt den Eros durch Macht(spiele).
- Der Mann hat Angst vor der eigenen Anima: Sobald der Mann in der Frau, die ihm begegnet, seine eigene Anima erkennt und annimmt, ist Transformation möglich. Die eigene Anima, der sie mißtrauen, da sie diese an die Mutterwelt erinnert, wird in Schach gehalten und unterdrückt. Dadurch entsteht Reizbarkeit. Da der Mann als Kleinkind vollkommen abhängig war, erzeugt jede Bedrohung seiner Bedürftigkeit große Angst. Männer haben große Angst, daß ihre Bedürfnisse nicht erfüllt werden und sie dieses Unerfülltsein in Abhängigkeit hält. Deshalb bekämpft der Mann das Weibliche in sich und im Außen, schuf das Patriarchat mit hierarchischem Denken, gesellschaftlichen Strukturen, Unterwerfung des Weiblichen
- Der Mann ist in seiner sexuellen Identität verunsichert: Aufgrund von Angst wird freier Ausdruck der Liebe durch Unterdrückung ersetzt. Er hat Angst nicht dem zu entsprechen, was die Frau/die Gesellschaft von uns (sexuell) erwartet. „Erst wenn der Mann wieder in Kontakt mit seinem Begehren – unabhängig von den Erwartungen seiner Partnerin - kommt, ist sexuelle Heilung und Stabilisierung möglich.“³
- Der Mann gibt der Sexualität keinen angemessenen Stellenwert: Die Macht, die der Mann dem Weiblichen gibt, führt entweder zu einer Überbewertung oder zu einer Ablehnung der Sexualität.

Der Weg zur (Ein)Lösung geht für den Mann dahin, sich seine (sexuellen) Ängste einzugestehen und für die Frau dahin, die sexuellen Ängste des Mannes zu ehren ohne ihn deshalb wie ein Kind zu behandeln. Einen Mann, der sich seiner (sexuellen) Ängste bewusst ist kann die Frau als vollwertig und ebenbürtig (an)nehmen, sich von ihm „nehmen lassen“ und von ihm lustvoll „genommen werden“.

³ s. dazu Clement, Ulrich systemische Sexualtherapie; und Clement, Ulrich, guter Sex trotz liebe

Viele Facetten des auslaufenden und fehlverstandenen Patriarchats, wie zum Beispiel Panzerungen, der Aufbau von Hierarchien und der „Kampf gegen das Böse“ sind grundlegender Ausdruck der Angst des Mannes vor dem Weiblichen. Um das sexuelle Bewußtsein zu öffnen für ein neues Verständnis von Mannsein wurde ein extra Kapitel dem Vergleich von fehlgeleitetem Patriarchat und moderner, integrierender, wechselseitiger Geschlechtlichkeit gewidmet. Die Zeit ist reif dafür, daß Männer und Frauen auf *ebenbürtigem, offenherzigen und ehrlichen* Level miteinander kooperieren, einander verzeihen, einander heilen.