

Alles wieder offen?

Eine feste Bindung hat viele Nachteile, denen man heutzutage gekonnt aus dem Weg gehen kann: Wer ein paar Stolperfallen zu umgehen weiß und mit der Freiheit der Liebe wirklich umgehen kann, kann sich durchaus aus der Zweckerfindung der Monogamie lösen.

VON SEBASTIAN STEGER

Ute nippt an ihrem Cocktailglas. Ihr Lieblings-Drink, der Cosmopolitan, hat einen herben, fruchtigen und irgendwie wilden Geschmack. In ihrer Lieblingskneipe lernt die brünette 30-Jährige Stefan kennen. Er ist schon ihr dritter Treff in diesem Monat. Die beiden plaudern und laufen später noch eine Runde durch den Park. Wenige Stunden später finden sich die beiden eng umschlungen auf Stefans Sofa wieder. Ist Stefan vielleicht endlich die große Liebe ihres Lebens? Nein, ganz sicher nicht. Und doch war es nicht das letzte Mal, dass sich Ute mit ihm trifft.

Nein, eine feste Bindung sucht Ute nicht. Sie hat lieber ein lockeres Techtelmechtel nach dem anderen, bleibt lieber unabhängig und sitzt zwischen den Stühlen sogar recht bequem. „Zügellos, aber nicht wahllos“, so lautet ihr Motto. Und die verführerische Annett Louisan, so sagt sie, trifft mit der Zeile „Ich will doch nur spielen“ den Nagel auf den Kopf. Denn in der Promiskuität kann man sich's herrlich einrichten: Ein solches Liebesleben bleibt unter Garantie spannend und verpflichtet zu nichts. Niemand fragt nach, wo man letzte Nacht so lange war oder wer da eigentlich laufend SMS schickt. Wer unverbindlich liebt, geht vielen Nachteilen einer festen Liaison aus dem Weg – kein Wunder also, dass sich viele Menschen ganz bewusst für ein Single-Leben mit einem gelegentlichen sexuellen Stelldichein entscheiden.

Gesund ist, was Spaß macht

Mit dieser Freiheit dürfte allerdings nicht jeder umgehen können! Ehrlichkeit und die Verantwortung für die Gefühle des anderen gehören dazu – genau wie die eigene Ruhe in sich selbst. Wer täglich verlässliche Nähe braucht, wer sich nach Sicherheit sehnt oder die große Liebe sucht, wird sich mit vielen wechselnden Partnern wohl eher unglücklich machen.

So wie Charlotte, einer der vier Freundinnen aus der US-Serie „Sex and the City“: Sie ist eine konservative Romantikerin, sucht ihren „Mr.

Right“ und muss nach unzähligen Unglücks-Romanzen immer wieder qualvoll von vorne beginnen. Samantha hingegen ist ihr lässiges Komplementär. Sie zeigt uns am TV-Bildschirm ihre freudvolle Erfüllung darin, das eigene Glück nicht von einem einzigen Partner abhängig zu machen. Das preisgekrönte Serien-Format stilisiert sich so zum perfekten Sinnbild für die zelebrierte „Nicht-Partnerschaft“ – und trifft damit ganz offenbar den Zeitgeist. Der stetige Wandel dieser Zeit schlägt sich eben auch im Liebesleben nieder.

Dabei müssen längst keine neurotischen Bindungsängste heraufbeschworen werden, um das Phänomen zu erklären – grundsätzlich gilt nämlich: Solange es Spaß macht, ist es gesund! Immerhin kann die Evolutionswissenschaft der Polyamorie, also der Liebe zu mehreren Menschen gleichzeitig, gute Rückendeckung geben: Männchen wollen ihren Samen möglichst effektiv verteilen, während Weibchen nach einer Befruchtungs-Sicherheit trachten, die sie am besten durch mehrere Partner sicherstellen können. Das Motto „Ich nasche einfach von je-

dem Töpfchen“ kommt unseren biologischen Anlagen also am aller-nächsten, während die monogame Partnerschaft eher dem Gedanken der Zweckgemeinschaft entspringt.

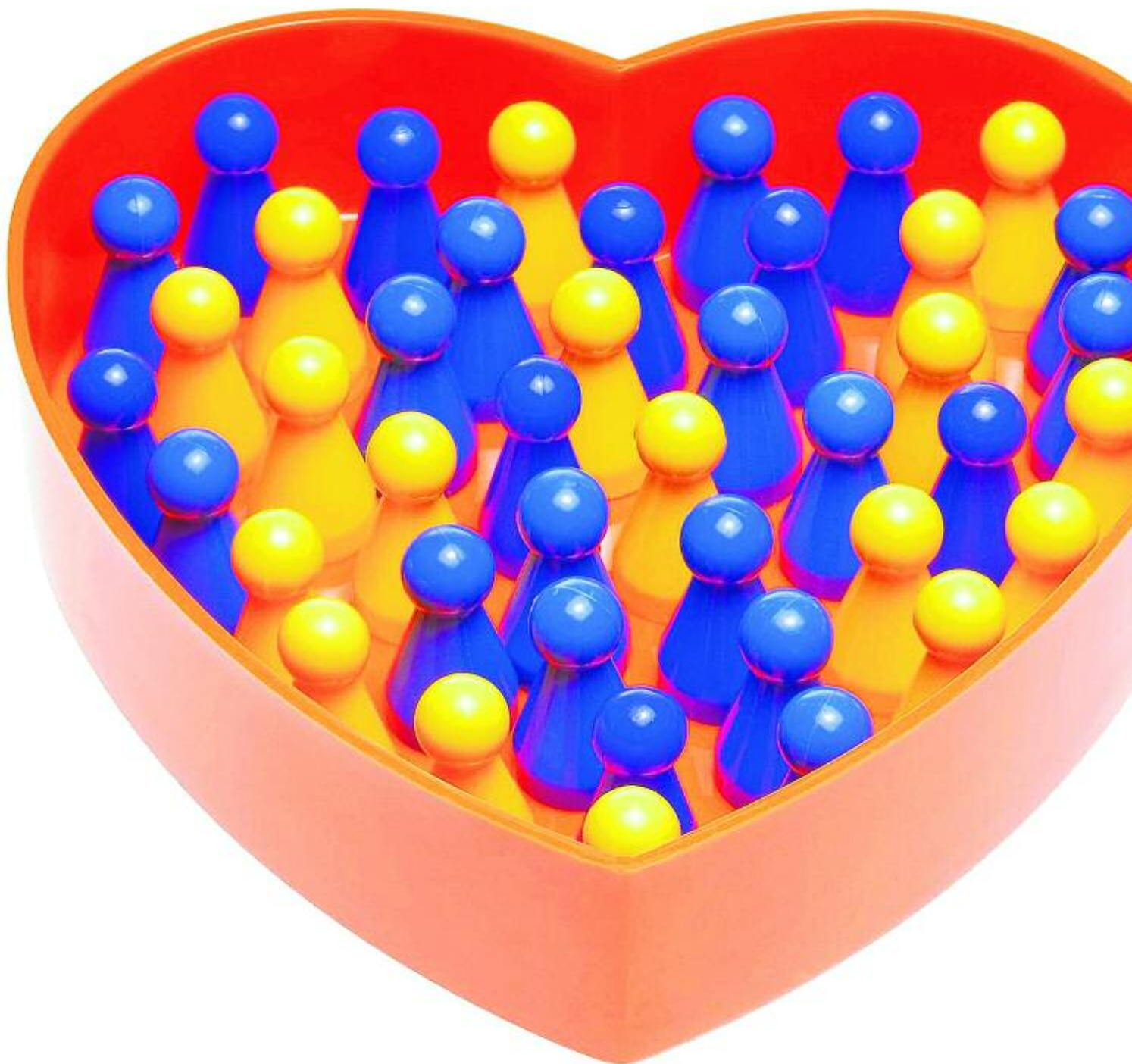
Die gefühlte Idee

Wer auf die Liebesheirat, wie sie übrigens erst seit dem 18. Jahrhundert üblich ist, dennoch nicht verzichten möchte, kann sie ja mit freier Liebe verbinden – oder dies zumindest versuchen. Die sogenannten „offenen Beziehungen“, bei der beide den berühmten „Freibrief“ besitzen, ist bislang nämlich nur wenigen wie et-

wa dem Philosophenpaar Jean-Paul Sartre und Simone de Beauvoir gelungen.

Denn das unwillkürlich einsetzende Gefühl der Eifersucht, das wohl jedem Liebenden (un-)wohl bekannt sein müsste, vermag keine noch so fortschrittliche revolutionäre Idee auszuschalten. Und spätestens dann, wenn die Pheromone so stark ausschlagen, dass der Nestbaubetrieb einsetzt und sich der wilde Disco-Jäger zum knuffigen Sofa-Bärchen verwandelt, dann wird der Cosmopolitan vielleicht doch nicht mehr so prickelnd schmecken...

FOTO: IMAGEBROKER/VARIO



STIL-FOUL

Boden der Tatsachen

SEBASTIAN STEGER
ÜBER DIE GEFAHREN BEIM SPIEL MIT NÄHE UND DER LUST AM ALLEINSEIN

Ute sitzt auf ihrem Bett und heult ein Taschentuch nach dem anderen voll. Damit hat sie nicht gerechnet: Sie vermisst Stefan. Sehr sogar. Er war doch nur eine Affäre unter vielen. Wieso musste sie sich nun doch noch in ihn verlieben? Das ist wohl die Crux der unverbindlichen Beziehungen – wenn es einen dabei so richtig erwischt, ist man ganz schnell wieder auf dem Boden der Tatsachen angekommen.

Plötzlich muss man sich eben doch noch mit irdischen Gefühlen wie Sehnsucht oder Liebeskummer herumschlagen, vor denen man sich in seinem Flatterleben doch eigentlich so geschützt wähnte. Wer sich einem so luftigen Liebesmodell hingibt, muss sich darüber im Klaren sein, dass es einen dabei umso heftiger fortputzen kann!

Ratschläge

Offenheit Auch wenn es die Chancen vielleicht schmälert: Sagen Sie einem Partner möglichst von Anfang an, wie Sie unterwegs sind. Mit jeder (Not-)Lüge wächst auch die Gefahr, sich in ein Doppel- oder Dreifachleben zu verstricken. Das führt im einfachsten Fall zu massivem Stress, der dann von den paar Freuden nie und nimmer aufgewogen wird. Bedenken Sie: Wer sich frisch auf eine Beziehung, egal welcher Art, einlässt, ist sowieso bereit, sich durch die rosarote Brille vieles schönzusehen. Seien Sie also nicht nur offen, seien Sie auch besonders deutlich!

Abstand Lust ist eine Sprache, die vor allem durch Nähe Freude bereitet. Nähe führt aber zur seelischen Berührung – und die zur Verbindlichkeit. In diesem Spannungsfeld muss man seine Position vorsichtig bestimmen. Will man sich nicht zu tief verstricken, ist Abstand dringend nötig. Wer sich einfach fallenlässt, verstrickt sich beinahe zwangsläufig – dessen muss man sich immer bewusst sein.

Bereitschaft Auch wer unverbindlich sucht, kann aus Versehen finden. So wenig, wie man prinzipiell aus jedem Gefühl gleich die Liebe des Lebens basteln darf, sollte man sich aus prinzipiellem Abstand nicht vor wirklich echten Gefühlen verschließen, wenn sie denn doch mal auftreten.

Verschwiegenheit So offen man dem Partner gegenüber sein muss, so wenig sollte man seine Erlebnisse als eine Art erotischen Reisebericht im Freundeskreis breitretzen. Auch offene Beziehungen sind letztlich etwas Intimes, die durch einen hohen Plauder-Faktor um ihre Besonderheit gebracht werden. Hier ist die Kunst der Andeutung gefragt...



Kein Vertrauen mehr? Das Handy des Partners ist ein häufiger Stolperstein für Eifersuchtsszenen. FOTO: IMAGO

Das Othello-Komplott

Wer schon einmal mit rasender Eifersucht konfrontiert wurde, weiß: Eine heftige Liebe, die nicht an den richtigen Stellen locker lassen kann, wird schnell auch zur heftigen Qual.

VON SEBASTIAN STEGER

Eine feste Beziehung ist so bequem wie eine Hängematte: Man kann sich vertrauensvoll in sie hineinfallen lassen, in ihr Kraft tanken und ihre Sinnlichkeit genießen. Doch in dieser himmlischen Ruhe kommt sie schon um die Ecke und grinst uns hämisch an: die hässliche Fratze der Eifersucht!

Auf den Luxus, mit unserem Partner ganz alleine und quasi „exklusiv“ zusammen zu sein, will schließlich kaum jemand verzichten – entsprechend wachsam sind wir also über unser Privileg. „Ein gelassenes Herz ist des Leibes Leben, aber Eifersucht ist Eiter in den Gebeinen.“ Soweit das Ideal des weisen Salomon. Doch die Übergänge sind leider oft recht fließend. Erst recht braut sich der explosive Gefühls-Mix aus Angst, Wut, Minderwertigkeitsgefühlen und Aggression zusammen, wenn Liebe auch noch mit archaischem Besitzdenken verwechselt wird. Im schlimmsten Fall entwickelt sich die Sorge um das eigene Liebesleben dann zu einer krankhaften Manie.

Das wusste auch schon Shakespeare: Sein Othello fiel auf die Intrige des Gegenspielers Jago herein, der ihm weismachte, seine Frau Desdemona hätte ihn betrogen. In seiner

Raserei bringt Othello die vermeintlich Untreue um. Ja, gefährlich kann sie sein – und bisweilen schlägt sie auch grundlos zu. Ist die Eifersucht erst einmal ausgebrochen, womöglich nur durch eine Nichtigkeit, kann sie sich wie ein Geschwür durch eine zuvor kerngesunde Beziehung fressen. Entsprechend kommt ihr Name auch von der alt-hochdeutschen Suht – der Seuche oder Krankheit. Doch der Volksmund weiß auch, dass sie einer wirklichen Sucht nahe kommt. „Eifersucht ist eine Leidenschaft, die mit Eifer sucht, was Leiden schafft.“ Sie kommt einfach und tut ihr Werk geradezu automatisch – da können auch die mühsamsten Beschwichtigungen kaum etwas ausrichten.

Denn wir Erwachsene können noch viel dickköpfiger als Kleinkinder sein: Während die Hosenmätze schnell wieder beruhigt werden können, indem Mama ihnen die

gleiche Portion Liebe und Aufmerksamkeit schenkt wie dem Geschwisterkind, will der eifersüchtige Ehemann jedoch, dass seine Frau ausschließlich ihn liebt – und niemand anderes. Zum Sprengstoff wird das, wenn geringste amouröse Tendenzen des Partners in andere Richtungen spürbar werden: Die Effekte der Eifersucht reichen von der berühmten „Szene“ über das Ausspionieren des Handys bis zur Gewalt. Kein Wunder, dass Eifersucht zum Tatmotiv in jedem zweiten Krimi fungiert! Die Eifersucht – eine Geißel der Menschheit also? Immerhin könnten wir uns derlei Dramen sparen und gänzlich frei lieben, wenn es sie nicht gäbe! Ironischerweise ist jedoch beinahe jeder zweite Deutsche schon einmal fremdgegangen – egal ob Männlein oder Weiblein. Von einem gelegentlichen Ausflug scheint uns also auch der eifersüchtigste Partner nicht abhalten zu können...