

Meinten Sie: Einführwinkel?

Ich habe angefangen, mit meinen Freudinnen über Sex zu reden. Ich weiß, es klingt unglaublich, dass ich erst mit 49 Jahren damit beginne, über erogene Zonen zu sprechen, über Orgasmen und darüber, was mir mit einem Mann am meisten Freude macht, aber tatsächlich war mir das noch vor zwei Jahren unangenehm. Ebenso wie meinen Freundinnen, aber auch vor zehn Jahren hatten wir noch nicht den Mut dazu, auch nicht vor dreißig, als wir noch junge Mädchen gewesen sind. Oder soll ich an dieser Stelle behaupten, es hat uns damals noch nicht interessiert?!

Über Sex reden macht Spaß. Es ist Sommer, wir sind in der Stadt geblieben, sitzen am Abend auf unserem Balkon, trinken ein Glas Rotwein, genießen die leichte Brise, die nach einem heißen Tag über unsere nackten Arme und Beine streicht, kichern über den alten Herrn Lowisch auf dem Balkon nebenan, der uns wie immer heimlich belauscht und glaubt, dass wir nicht bemerken, wie er sich ächzend hinter die Brüstung duckt. Soll er doch! Wir prusten, trinken noch einen Schluck und reden über Sex.

Maria erzählt, dass sie erst nach ihrer Trennung von ihrem Mann entdeckte, wie sie sich selbst befriedigen könne und wie unabhängig sie sich plötzlich fühlte, wie frei. „Ich hatte immer gedacht, dass ich ohne einen Mann keinen Orgasmus haben könnte – aber diese Erfahrung hat mich irgendwie erlöst!“ Ich bin entsetzt. „Wie, du hast dich nie vorher selbst befriedigt, du wusstest nicht, wie das geht?!“ Aber die Unwissenheit, die ich Maria unterstelle, schlägt auf mich selbst zurück. Maria klärt mich auf, dass ihr Orgasmus ein anderer als der meinige ist,

Marias Orgasmus hat seinen Ursprung in ihrer Scheide, während bei mir ohne meine Klitoris nichts funktioniert.

Der vaginale Orgasmus ist ein großes Mysterium. Die Frauenbewegung hat schon vor langem mit dem Klischee aufgeräumt, dass der einzig mögliche Orgasmus der Frau in ihrer Vagina stattfinden muss und die Frauen ermuntert, dass es mithilfe der weiblichen Klitoris auch noch ganz andere Möglichkeiten gibt. Trotzdem bleibt der vaginale Orgasmus der Traum vieler Männer, die der festen Überzeugung sind, dass nur erst der Richtige kommen müsse, der eine Frau zum echten Höhepunkt führt. Auch bei mir haben sich im Laufe der Zeit verschiedene Traumprinzen beworben und mir großartige Versprechungen gemacht. „Wir müssen nur deinen G-Punkt finden, du wirst sehen, wie überwältigend das werden wird!“ – aber bisher hat mich noch keiner erlöst. Doch ehrlich gesagt, finde ich das nicht schlimm. Ich genieße meine Orgasmen und von dem Aberglauben, eine Frau müsse frigide sein, wenn sie keinen vaginalen Orgasmus erleben könne, habe ich mich längst befreit. Vor kurzem habe ich gelesen, dass das auf die unterschiedliche Anatomie der Frauen zurückgeführt werden kann. Von der Klitoris, die der eigentliche Auslöser für den Orgasmus ist, führen viele Nervenbahnen bis in die Vagina, aber wenn Klitoris und Vagina zu weit auseinanderliegen, ist die Sache mit dem Orgasmus in der Scheide wirklich erschwert. Ich weiß nicht, ob das stimmt. Ich lausche Maria, die von ihrem neuen Freund erzählt und davon, dass sie sich manchmal wie Teenager benehmen würden und denke dabei an den Mann, mit dem ich zur Zeit zusammen bin. Mit ihm habe ich wunderbaren Sex. Er versucht nicht krampfhaft, irgendwelche Punkte bei mir

zu beleben, er wusste von Anfang an genau, was mir gefällt, er ist unglaublich zärtlich und zugleich bestimmt und manchmal denke ich, dass er der wunderbarste Liebhaber ist, der mir je begegnet ist. Aber vielleicht liegt das auch an mir. Maria und ich sind uns einig, dass unsere Lust und unsere Genussfähigkeit im Laufe der Jahre zugenommen hat. Aber warum? Vielleicht, weil wir unseren Körper inzwischen besser kennen oder weil er sich verändert hat? (Auch darüber habe ich etwas gelesen: dass angeblich viele Frauen nach ihrer ersten Geburt intensiver empfinden können als zuvor. Bedeutet das, dass mit jedem weiteren Kind das Lustempfinden steigt? Warum haben die Deutschen dann so wenig Kinder? Ich habe drei Kinder geboren – heißt das jetzt, ich bin eine Bombe im Bett?) Oder können Maria und ich mehr genießen, weil wir inzwischen genau wissen, was wir wollen und es aussprechen können ohne Angst?! Hätte ich das doch schon vor dreißig Jahren gekonnt! Und während Maria erzählt, dass ihr Freund und sie neulich in einer dunklen Häuserecke herumgeknutscht haben wie die 14-Jährigen, erinnere ich mich an mein erstes Mal und daran, wie schrecklich es gewesen ist.

Meinen ersten Sex hatte ich mit sechzehn Jahren. Er fand bei einer Party bei meinem Kumpel Michael statt, genauer gesagt im Anschluss an seine Party, zu der ich gemeinsam mit meinem ersten Freund Udo gegangen war. Udo und ich hatten ebenso wie alle anderen den Abend über Cola-Wodka getrunken, ein bisschen getanzt, ein bisschen herumgeblödel, in der Hauptsache aber in einer Ecke gehockt und herumgeknutscht. Nach der Party landeten Udo und ich im Bett. Das Bett war das Ehebett von Michaels Eltern, die das Wochenende auf ihrer Datsche in der

Nähe Berlins verbrachten, Michael hatte uns das Schlafzimmer seiner Eltern großzügig angeboten, nachdem er die letzten Gäste verabschiedet hatte und bevor er diskret in seinem Zimmer verschwand. Ich weiß nicht, was uns in dieser Nacht durch den Kopf gegangen ist. Udo und ich waren bis dahin sechs Monate zusammen gewesen und hatten all unsere ersten Erfahrungen gemeinsam gemacht: den ersten Kuss, das erste Necking, das erste Petting (ja, wir nannten das damals so – möglich, dass diese Begriffe inzwischen total veraltet sind) und nun auch unseren ersten Sex. Vielleicht wollten wir es in dieser Nacht einfach wissen, aber es funktionierte irgendwie nicht. Ich weiß nicht, ob es an dem elterlichen Schlafzimmer lag, an den überdimensionalen dunklen Kleiderschränken mit großen Spiegeltüren, den mahagonifurnierten Nachttischschränkchen, auf dem troddelbesetzte Nachttischlämpchen standen und der Vorstellung, dass Michaels Eltern normalerweise ihre Nächte in diesen Betten verbrachten; oder an den Cola-Wodkas, die wir über den Durst getrunken hatten, an der Tatsache, dass meine Eltern mir unbefristeten Hausarrest angedroht hatten, wenn ich später als elf nach Hause käme, oder einfach an unserer Scham und unserer Angst. Jedenfalls waren wir beide zu verkrampft. Es wollte einfach nicht gelingen, was Udo nicht zugeben konnte und ich aus Zuvorkommenheit nicht wahrnehmen wollte, und so versuchten wir es immer wieder erneut. Das Ergebnis war, dass meine Scheide wie Feuer brannte und es half auch nicht, dass ich immer wieder ins Badezimmer ging, um die schmerzenden Stellen mit Wasser zu kühlen - ein blödsinniger Versuch - und als es am Ende doch irgendwie klappte, tat es einfach nur höllisch weh. Mit Spaß hatte das alles nichts zu tun. Am nächsten

Morgen war das Bett versaut, ich wollte am liebsten sterben vor Reue und Scham und Udo und ich haben uns eine Weile lang danach nicht mehr gesehen.

Wie anders ist das jetzt! Neulich haben mein Freund und ich Sex in meiner Küche gehabt und nie hätte ich gedacht, dass Küchensex so aufregend sein kann! Vor allem, wenn die halbwüchsigen Söhne zu Hause sind und man Angst haben muss, ertappt zu werden, aber wir hielten es einfach nicht länger aus. Wir schlossen die Tür von innen, gaben uns Mühe, kein Geräusch zu machen und bei dem Versuch, jeden Laut zu unterdrücken, biss sich mein Freund während des Aktes in seine Hand. Scheinbar biss er sich zu stark, jedenfalls zeigte er mir mitleidheischend seine Verletzung hinterher, so dass ich ihn trösten musste, aber nachdem er sich beruhigt hatte, kamen wir aus dem Lachen nicht mehr heraus.

Ja, Sex macht Spaß! Fast ebenso viel Spaß macht es, darüber zu reden, das tun wir gerade, meine Freundin Veronika und ich, es ist mitten in der Nacht, wir haben in einer Bar ein paar Cocktails getrunken, bevor ich Veronika nach Hause gefahren habe, und jetzt sitzen wir im Auto vor Veronikas Haus. Es ist Sommer, es ist dunkel und heiß, wir wollen den Abend irgendwie noch nicht beenden und wo kann man besser über Sex reden als in einem Auto in einer heißen Sommernacht?

„Ist dir das auch schon passiert, dass der Penis deines Freundes im Eifer des Gefechts herausrutscht, meinst du, dass das mit dem Alter des Mannes zusammenhängt?“- vielleicht habe ich einen Cocktail zu viel getrunken und bin ein bisschen überdreht. „Oder meinst du, ob das am Einfuhrwinkel liegt?“, fahre ich fort und Veronika lacht sich über meine Frage halb tot. „Am was?“ Ich

lasse mich von Veronika nicht irritieren und wiederhole ernst: „Na, am Einfuhrwinkel!“, bis sich Veronika vor Lachen fast in die Hose macht. Am nächsten Tag sehe ich bei Google nach. *„Meinten Sie: Einfuhrwinkel?“* werde ich gefragt und als ich etwas unsicher bestätige, wird mir tatsächlich eine Diskussion über Einfuhrwinkel gezeigt. „Kann meine Freundin beim Sex Einfuhrwinkel und Geschwindigkeit selbst bestimmen?“ – darüber diskutieren verschiedene User, aber eigentlich interessiert mich dieses Thema nicht so sehr. Umso mehr interessiert mich, warum ich als junges Mädchen den Sex nicht richtig genießen konnte und woran das eigentlich lag.

Meinen ersten Orgasmus hatte ich aus Versehen. Mario, mein zweiter Freund, der mir dazu verhalf, war älter und erfahrener als ich, er kannte die weiblichen Mechanismen und wusste, wie man sie in Bewegung setzt, und während mein Körper zum ersten Mal auf köstliche Weise zuckte und vibrierte, ein bis dahin ungeahntes atemberaubendes Gefühl, wunderte ich mich, was gerade mit mir geschah. Ich weiß, dass man das heutzutage kaum glauben kann. Aber ich hatte tatsächlich kaum eine Ahnung von meinem Körper und von Sex allgemein, mit meinen Eltern konnte ich darüber nicht reden und Bücher zum Thema gab es kaum. Das einzige Aufklärungsbuch für Jugendliche „Denkst du schon an Liebe?“, das meines Wissens in der DDR existierte, konnte man im Buchladen sowieso nicht kaufen und in unserer Bibliothek war es ständig ausgeliehen. Undenkbar, es vorzubestellen, das hätte ich mich im Leben nicht getraut! So kam es, dass meine Freundin Katrin und ich noch mit zehn der Überzeugung waren, die Kinder würden durch das Poloch geboren (wie sie hineingekommen waren – darüber wagten wir

gar nicht nachzudenken!) und lange vergeblich rätselten, wie sich dieses Loch während der Geburt so vergrößern kann. Sechs Jahre später wusste ich zwar etwas mehr, aber noch immer nicht ausreichend Bescheid. Ja, ich bin unglaublich verklemmt gewesen, und auf eine andere Weise unglaublich frei. Es gab damals noch kein Aids, aber die kostenlose Pille in der DDR, um diese Dinge mussten wir uns keine Gedanken machen, also haben wir uns auch keine gemacht. Nach der Trennung von meinem ersten Freund lernte ich andere Jungen kennen und mit den meisten von ihnen hatte ich Sex. Ich hätte das eigentlich genießen sollen, doch dummerweise war ich nicht in der Lage dazu. Statt Spaß zu haben, habe ich jeden Jungen darauf geprüft, ob es mit ihm jetzt die große Liebe wäre und gebangt, ob er mich auch wirklich heiraten will. Sogar beim Sex wurde ich diese Sorge nie ganz los und man kann sich denken, dass das die Lust nicht gerade erhöht. Ich befand mich sozusagen in einem Modus ständiger Kontrolle, und als ich das meiner Therapeutin erzähle, die im Westen aufgewachsen ist, ist sie geschockt. „Ich dachte, in der DDR wäre man so freizügig gewesen, so emanzipiert ...“, und obwohl ich ihr einerseits zustimme, melde ich andererseits Bedenken an. Vielleicht ist es so, dass in einer Gesellschaft längst überholt geglaubte Normen und Werte viel länger wirken, als man es wahrhaben will, selbst in einer erkärt anti-bürgerlichen DDR.

„Sieh‘ dich vor, die Männer wollen nur das Eine!“ – mit dieser Ermahnung bin ich aufgewachsen und sie stammte ironischerweise von den Frauen meiner Familie, die in der Überzahl eine gute Ausbildung hatten und finanziell unabhängig gewesen sind. Sie brauchten einen Mann nicht als Ernährer der

Familie, sie hätten einfach ihren Spaß haben können, stattdessen haben sie mir den meinen auf lange Zeit vermiest. Wie viele Jahre habe ich damit vergeudet, meinen jeweiligen Freund von dem Einen abzulenken und mühselig vom Anderen zu überzeugen und dabei vollkommen vernachlässigt, was meine eigenen Bedürfnisse eigentlich sind!

Heute ist das anders. Heute bin ich wirklich frei. Heute bin ich diejenige, die das Eine will und an das Andere nicht denken muss, heute kann ich das Zusammensein mit meinem Freund genießen, ohne mich verkrampft zu fragen, was uns die Zukunft bringen wird. Ich führe ein selbstständiges Leben, meine Kinder sind fast erwachsen und ich muss nicht überlegen, ob der Mann an meiner Seite sie gut versorgen wird, das führt zu einer Gelassenheit, die ich früher nicht kannte, und wenn ich heute mit meinem Freund Sex habe, genieße ich einfach den Moment. Das ist sogar noch besser als darüber zu reden, so wie jene, die im Internet noch immer auf der Suche nach dem G-Punkt sind, verwundert informiere ich mich über die verschiedenen Praktiken, die dort vorgeschlagen werden, wie zum Beispiel dass sich die Frau ein Kissen unter den Po schieben müsste oder dass man die Sache auf einer Tischkante praktiziert, überhaupt scheint alles davon abzuhängen, den richtigen Winkel zu finden, aber irgendwie glaube ich nicht, dass es wirklich nur um den Winkel geht. Es ist schön, einen anderen Menschen zu begehren und begehrt zu werden, einen anderen zu berühren und sich berühren zu lassen, und wenn ich meinen Freund heute Abend treffen werde, werde ich das sicherlich tun.