

Marlene, 32, aus Hamburg genießt die Zeit als Single. Auch ohne Sex



Es gibt Singles, die verzichten auf Sex und warten auf die nächste Liebe. Andere vertreiben sich diese Wartezeit mit erotischen Abenteuern. Ein Gespräch zwischen zwei Frauen mit gegensätzlichen Standpunkten

# Wie viel Sex tut Singles gut?



Carla, 33, aus Berlin lebt die Freiheit als Single voll aus, inklusive vieler sexueller Abenteuer

Marlene sagt >

Ich bin seit zwei Jahren Single. Genauso lange hatte ich keinen Sex mehr. Das heißt jetzt nicht, dass ich prüde geworden bin. Und auch nicht, dass ich nicht trotzdem manchmal nach Männern Ausschau halte. Ich flirte gerne. Aber um einen Mann leidenschaftlich zu küssen oder sogar mehr zu tun, gehört für mich dazu, dass ich verliebt bin. Mit Unverbindlichkeiten kann ich nicht umgehen. Deshalb will ich keine One-Night-Stands.

Carla sagt >

Also, ich möchte nicht sterben, ohne mein Leben gelebt zu haben. Ich finde es schon schade genug, dass ich Single bin. Soll ich deshalb auch noch auf jede Art von Sex und Zärtlichkeit verzichten? Warum sollte ich nicht die Vorteile des Single-Daseins genießen dürfen?

Marlene sagt >

Du meinst, ich verpasse etwas ohne One-Night-Stands? Das glaube ich nicht. Für mich hat körperliche Nähe viel mit Vertrauen zu tun, und das entsteht für mich nicht in einer Nacht. Wenn ich mich auf einen Mann einlasse, dann will ich mehr als eine flüchtige Begegnung. Das ist doch das Schöne am Sex – dass man sich am Anfang einer Liebe gegenseitig entdeckt.

Carla sagt >

Guter Sex muss nichts mit Vertrauen zu tun haben. Manchmal machen gerade die Anonymität und das Fremde den Reiz für mich aus. Ich kann mich viel besser fallen lassen, mich besser ausleben bei einem Mann, den ich nicht so gut kenne. Und die Aufregung, jemanden zum ersten Mal zu küssen, die kann ich immer wieder genießen. So oft, wie die Chemie stimmt – und so lange, wie ich Single bin.

Marlene sagt >

Aber was hast du von diesen ganzen einmaligen Begegnungen außer dem schnellen Kick? Fühlst du dich danach nicht einfach nur doppelt so einsam wie vorher?

Carla sagt >

Ich mache das doch nicht, um meine Einsamkeit loszuwerden. Es geht mir darum, mich lebendig und begehrenswert zu fühlen. Allein die Annäherung bis zur ersten Berührung ist immer wieder spannend. Und für diese eine Nacht bin ich sogar irgendwie verliebt in den Mann, den ich mir aussuche. Dabei ist mir völlig klar, dass meine Miniromanze nur bis zum Morgen dauern wird. In den Tagen danach zehre ich davon. Ich stelle mir immer wieder vor, was wir nachts alles gesagt und getan haben. Aber das ist allein meine Sache, das geht ihn nichts mehr an. Hätte ich vorher gefragt: „Ist das jetzt der Auftakt zu einer großen Liebe?“, hätte diese Nacht vermutlich gar nicht stattgefunden.

Marlene sagt >

Besteht bei so vielen unverbindlichen Erlebnissen nicht die Gefahr, dass man am Ende gar nicht mehr weiß, wie es ist, richtige Gefühle für jemanden zu haben?

Carla sagt >

Natürlich ist es schon vorgekommen, dass ich nichts anderes im Sinn mehr hatte als diese eine Nacht. Wenn es schön war – und das ist es eigentlich immer – und ich morgens gefragt werde, ob wir uns wiedersehen, gebe ich ihm meine Telefonnummer. Aus einem One-Night-Stand ist so auch mal eine Affäre entstanden. Eine Beziehung aber noch nie.

Marlene sagt >

Er kann sich einfach bei dir melden, aber du würdest dich nicht zuerst bei ihm melden? Da bist du doch wieder das Objekt und nicht die Bestimmende!

Carla sagt >

Ich bin lieber bewusst das Objekt von jemandem als gar nicht mit von der Partie! Außerdem: Durch meine Abenteuer bleibe ich viel lockerer als du mit deiner Hoffnung auf die große Romanze. Ich glaube nicht an den Prinzen, der mich rettet!

Marlene sagt >

Ehrlich gesagt klingt das alles ganz schön abgestumpft! Ich warte trotzdem. Ich möchte kein Paket sein, das durch tausend Hände geht, die es nicht behalten wollen. Ich würde es als extreme Zurückweisung empfinden, ausprobieren und danach fallen gelassen zu werden.

Marlene kann sich Erotik nicht ohne Liebe und Vertrauen vorstellen



## Ein Kick: Sex ohne Liebe

Carla sagt >

Aber sieh es doch einfach als Spiel, bei dem sich beide so attraktiv finden, dass sie die Nacht zusammen verbringen wollen. Es ist wie ein Deal, eine spontane Verabredung zu einer aufregenden Sache. Ich führe sogar Buch. Ich schreibe auf, wie es war, wie die Männer heißen, wie alt sie sind, was ich von ihnen weiß. Das schaue ich mir an, wenn ich frustriert bin.

Marlene sagt >

Also benutzt du sie doch nicht bloß. Sie bedeuten dir etwas?

Carla sagt >

Einerseits benutzt man sich gegenseitig. Andererseits erinnere ich mich an haarkeine Details. Z. B. daran, wie sich ihre Haut angefühlt hat. Oder was sie Süßes gesagt haben. Was nach außen wie eine „flüchtige Begegnung“ aussieht, ist intensiv und einprägsam. Und danach habe ich mindestens drei Tage lang gute Laune. Sex ist und bleibt das beste Antidepressivum der Welt! Was machst du für deine gute Laune?

Marlene sagt >

Sex ist kein Allheilmittel! Ich lasse es mir auf andere Weise gut gehen. Ich gehe saunen, lass mich massieren oder im Hamam von oben bis unten einseifen. Danach fühle ich mich auch wie neu.

Carla sagt >

Das ist mir zu unerotisch. Ich brauche den ganzen Mann, seinen Duft, seine Kraft, seine Lust.

Marlene sagt >

Hast du keine Angst davor, dass die Männer denken könnten, du bist nicht besonders vertrauensvoll, wenn du so mir nichts, dir nichts mit ihnen schläfst? Ich wette, für die meisten ist es undenkbar, sich in so eine Frau echt zu verlieben.

Carla sagt >

Das ist doch ein Klischee, und wenn ein Mann tatsächlich so denkt, dann ist das sein Problem und eh nichts für mich. Abgesehen davon binde ich aber auch nicht jedem auf die Nase, was ich tue. Ich möchte einfach das Gefühl für meinen Körper nicht verlieren, und das behalte ich nur, wenn ich lebe. Und zum Leben gehört für mich Sex.

Marlene sagt >

Und für mich gehört zum Sex immer noch Liebe. ♀

IDEE UND INTERVIEWS: MONIKA WESELING; REDAKTION: EDITH EINHART; FOTOS: ALEX TREUBUS; HAARE & MAKE-UP: FRANZISKA GOTTSCHLICH/BASICS



Carla kann Liebe und Sex trennen und sieht Erotik eher als eine Art „Wellness-Programm“