Foto: Corbis

leben ohne

Martin hat mit Männern geschlafen und mit Frauen, er hat sadomasochistische Spielarten ausprobiert. Jetzt hat er sich entschieden: Er will gar keinen Sex mehr.

„Ich bin Martin, 33 Jahre alt, dunkelblond, 75 Kilo… Nun, das brauche ich jetzt wohl nicht mehr. Aber das hat lange gedauert – lange, lange."

So beginnt Martins erster Eintrag in einem Internet-Forum. Martin hat früher mit Frauen geschlafen, dann mit Männern, er hat sadomasochistische Sexspiele ausprobiert. Jetzt will er gar keinen Sex mehr. Martin heißt nicht wirklich Martin, er sitzt im Café Extrabreit in einer Stadt im Ruhrgebiet, deren Namen er nicht in der Zeitung lesen will. „Sonst kann man mich doch sofort erkennen", sagt er. Er wirkt nervös, spricht mit gedämpfter Stimme. Das Café ist besser besucht, als Martin erwartet hat. Im virtuellen Raum, genauer gesagt dem Internetforum „Aven", in dem sich Menschen austauschen, die kein Interesse an Sex haben, hat er sich offen geäußert. Von Angesicht zu Angesicht fällt ihm das schwerer. „Ich war immer unsicher, was Sexualität angeht. Irgendwann habe ich gedacht: Da stimmt etwas Grundsätzliches nicht", sagt er. Er trägt ausgewaschene Jeans, ein kariertes Hemd. Seine Halbglatze ist braun gebrannt, er hat breite Schultern. „Ich sehe ja schon gut aus", sagt er.

„Entweder hetero oder homo, vielleicht noch bi? Wenn man das Hin und Her die ganzen Jahre mitmacht, ist man irgendwann ein Fall für den Irrenarzt. Bei mir war es so, dass mein Körper versagte und mein Geist mit der weißen Fahne schwenkte. Gnade! Gnade!"

„Aven" steht für „Asexuality Visibility and Education Network" – Netzwerk für Öffentlichkeitsarbeit und Aufklärung über Asexualität. Der 23-jährige David Jay hat es vor vier Jahren in Amerika gegründet. Martin hat gemeinsam mit anderen Asexuellen den deutschen Ableger von Aven ins Leben gerufen. In den Vereinigten Staaten hat das Forum rund 5400 Mitglieder, in Deutschland mittlerweile mehr als 800, Tendenz steigend. Bis heute stuft die „Internationale Klassifikation der Krankheiten" einen Mangel an sexuellem Verlangen als psychische Störung ein, obwohl eine Reihe von Forschern vermutet, dass ein kleiner Teil der Bevölkerung von Geburt an keine Lust empfindet. Einer Umfrage unter 18 000 Briten zufolge, die der kanadische Forscher Anthony Bogaert im „Journal of Sex Research" veröffentlichte, hat sich etwa ein Prozent noch nie von anderen Menschen angezogen gefühlt. Wissenschaftlich ist das Phänomen noch weitgehend un-

Zeitungen und Fernsehsender haben über die Asexuellen berichtet. Martin hat in den ersten beiden Monaten mehr als 400 Beiträge ins Internetforum geschrieben und war damit einer der eifrigsten, doch jetzt hat er sich weitgehend zurückgezogen. „Ich habe manchmal zehn Stunden am Computer gesessen", sagt er. „Jetzt möchte ich meine Eindrücke erst einmal verarbeiten."

„Bei mir war es so, dass ich anfangs problemlos mit anderen Menschen schlafen konnte. Es ist nicht so, dass ich keinen hochgekriegt hätte. Das Gefühl der Abscheu oder des Abstandes habe ich dabei nie einordnen können. Jeder Akt war für mich eine Vergewaltigung. Anfangs eher nur am Rande wahrnehmbar wurde die Abneigung immer stärker, bis schließlich mein Körper streikte."

„Ich bin ins Forum eingestiegen und habe reinen Tisch gemacht", sagt Martin. „Tabula rasa." In seinen Beiträgen schildert er, welche Spielarten der Sexualität er ausprobiert hat. „Ich habe immer gedacht: Es muss sein. Man muss Sex haben", sagt er. „Also habe ich es immer wieder versucht: Sex, Sex, Sex."

Dabei merkte er schon während der Pubertät, dass er anders ist. In einem Alter, in dem andere ihre erste Freundin hatten, blieb Martin allein. Nach der Schule machte er eine Lehre als Elektroinstallateur. Das Umfeld änderte sich, die Ungewissheit blieb. Manche outeten sich als schwul. Auch Martin fühlte sich eher zu Männern hingezogen. „Die Schwulen wurden schief angeguckt, aber sie standen nicht im leeren Raum", sagte er. „Irgendwann war ich der Letzte, der übrig war. Ich dachte: Wenn du nicht hetero bist, musst du schwul sein. Das klingt schon reichlich verrückt." Sicher war er sich aber nie. Es folgten Affären mit Frauen, dann wieder mit Männern, ein „kurzes Zwischenspiel mit einem Ledermann aus einem Lederlokal", schließlich eine acht Jahre lange Beziehung mit Günther.

Die Startseite des Forums gibt auf die Frage, was Asexualität sei, eine einfache Antwort: „kein Wunsch, mit einer anderen Person Geschlechtsverkehr zu haben". Den meisten reicht diese Definition nicht. Sie diskutieren darüber, ob man asexuell sei, wenn man gelegentlich Lust empfinde oder nur, wenn man niemals Lust auf Sex habe. Philosophisch angehauchte Mitglieder schreiben über den Zusammenhang von Asexualität und Evolution. Martin definiert sich so: Er ist ein asexueller Mann

xuelle Phantasien, einen Fetisch (behaarte Männer) und masturbiert gelegentlich, aber immer, wenn es zu Sex mit einem Partner kommt, wird ihm „mulmig" zumute. „Ich habe romantische Gefühle", sagt er, „aber immer wenn es sexuell wurde, habe ich mich nicht gut gefühlt. Was ein Normalsexueller unbedingt anstrebt, will ein Asexueller nicht."

Bevor er das Aven-Forum entdeckte, hat Martin acht Jahre mit seinem Freund zusammen gelebt und zwei- bis dreimal im Monat mit ihm geschlafen. „Zum Glück hat er das nicht so oft gewollt, sonst hätte die Beziehung sicherlich nicht so lange gehalten", sagt er. „Sex war für mich immer bestenfalls ein Konzentrationsspiel." Vor einem Jahr sind die beiden auseinander gezogen, die Beziehung blieb aber zunächst intakt.

„Eine Zeit lang hing unsere Beziehung in der Luft. Gestern saßen wir zusammen, haben ein Gläschen Wein getrunken und ich erzählte ihm, dass ich asexuell bin. War gar nicht so einfach *schwitz*. Er schluckte kräftig, als er das hörte, dann sagte er nach einigem Überlegen: ‚Irgendetwas hat nicht gestimmt, aber dass es das ist…"

Die Frage, ob sich ein Asexueller outen soll, nimmt im Forum breiten Raum ein. Einerseits ist den Aven-Mitgliedern daran gelegen, Asexualität bekannter zu machen, andererseits befürchten manche, ihre Freunde und Verwandten könnten mit Unverständnis reagieren. Martin hat sich zuerst vorgestellt, dass sich Asexuelle zu einer gesellschaftlich sichtbaren, organisierten Bewegung mit Paraden, Festen und prominenten Fürsprechern zusammen schließen könnten – so wie die Homosexuellen. „Aber die Aven-Leute sind da zurückhaltender. Vielleicht hängt das mit der Asexualität zusammen."

„Vor zwei Tagen habe ich noch überlegt: Wie bringst du das deinem Umfeld bei? Mittlerweile weiß es mein Freund, zwei meiner Nachbarn, und als ich neulich in der Sauna von einem hübschen Kerl angegraben wurde, habe ich es ihm auch erzählt. Seine Freunde wissen es mittlerweile auch, und einer hat sogar versucht, mich anzusprechen. Aber darauf habe ich wirklich keine Lust. Ich gehe ja in die Sauna, um mich zu entspannen."

Als ihm einer seiner Freunde zu einer Therapie riet, bereute Martin seine Offenheit. Nichts fürchtet er mehr, als dass seine Asexualität als Krankheit

hat ein gutes Verhältnis zu seinem Körper. Er joggt und macht asiatischen Kampfsport. In seiner Freizeit geht er gerne ins Kino, auf Flohmärkte, ist mit Freunden unterwegs. Ganz normale Hobbies. Im Forum melden sich auch Leute an, die unter Depressionen leiden oder vergewaltigt wurden. Martin sagt, er habe nichts dergleichen erlebt.

Anfang März organisierte er mit anderen Asexuellen ein Treffen. Hinter den Spitznamen aus dem Internet kamen Menschen mit einem Namen, einem Beruf und manchmal sogar mit Partnern zum Vorschein. Sie saßen zusammen in einem Berliner Café, unterhielten sich, tauschten Erfahrungen aus. „Das waren Leute, die mitten im Leben stehen", sagt Martin. „Manche waren sogar verheiratet." Er überlegte sich, ob er eine Beziehung möglich sei, wenn er von Anfang an sagen würde, dass er keinen Geschlechtsverkehr will. Gibt es eine asexuelle Beziehung? Martin wollte es auf einen Versuch ankommen lassen.

„Das Telefon klingelte. Dann kam eine SMS und es klingelte wieder. Ich dachte: Wenn du es so haben willst, komm doch vorbei. Es war ein alter Freund, von dem ich lange nichts gehört hatte. Ich wollte nicht gleich mit der Asex-Tür ins Haus fallen und deshalb schauten wir uns erst einmal ‚Kill Bill' an. Er fand das nicht so prickelnd und lachte über meine Frage, ob er Sex haben wolle. ‚Das wolltest du doch immer', sagte er, ‚oder irre ich mich?' Ich fragte: ‚Es hat dir doch Spaß gemacht?' – ‚Dir wohl nicht, was?', fragte er zurück. Ich sagte: ‚Ich bin asexuell.' Danach redeten wir noch lange über das Thema. ‚Jetzt gehen wir schmusen', sagte er anschließend. Wir haben uns ins Bett gelegt und nichts ist geschehen – jedenfalls nichts eindeutig Sexuelles."

Der Versuch, eine Beziehung mit einem Asexuellen aufzubauen, ist nach ein paar Tagen gescheitert. Zuerst war Martin euphorisch darüber, dass er mit seinem neuen Freund im Bett liegen konnte, ohne Sex mit ihm zu haben. „Ich dachte, er sei asexuell", sagt Martin. „aber das war er nicht. Er hat versucht, mit mir zu schlafen." Wie könnte eine asexuelle Beziehung aussehen, die Frage hat Martin im Forum gestellt – und sich selbst geantwortet: „Eigentlich definiert sich eine Partnerschaft über Sex." Martin will keine Beziehung mehr, sagt er.

SCHWESTER ALPHA

FLAMMENDE HERZEN

Von Ihrer letzten Erkältung haben Sie sich immer noch nicht erholt. Husten und Schnupfen waren zwar nach acht Tagen weg, doch mittlerweile sind fast drei Wochen vergangen, Sie fühlen sich immer noch schlapp und müde und beim Joggen bleibt Ihnen die Luft weg. Sie hätten das alles ja tapfer ausgesessen, denn irgendwann wird alles wieder gut. Aber dass Ihr Herz ständig rast oder stolpert, hat Ihnen doch Angst gemacht. Also haben Sie sich zum Äußersten durchgerungen und sind zum Arzt gegangen. Der hat sich Ihre Wehklage angehört.

Verdacht: Alle Ihre Beschwerden sprechen für eine Herzmuskelentzündung. Meist sind Viren die Auslöser: Eine verschleppte Erkältung oder Darmgrippe kann sich auch auf die Pumpe auswirken. Seltener greifen Bakterien das Herz an. Oder Pilze, wenn das Immunsystem nicht richtig funktioniert. Die Probleme sollten Sie nicht auf die leichte Schulter nehmen, denn es drohen gefährliche Herzrhythmusstörungen und die enden im schlimmsten Fall tödlich. Oder eine Herzschwäche, die Ihnen heftige Probleme bereiten und Ihr Leben erheblich verkürzen kann.

Gewissheit: Wenn Sie Ihre Beschwerden genau schildern, weiß der Arzt meist sofort Bescheid. Hatten Sie kurz zuvor auch noch eine Erkältung oder Durchfall, ist die Sache ziemlich klar. Um wirklich sicher zu sein, sind noch einige Details zu klären. Eine Untersuchung des Blutbilds wird eine Entzündung ans Licht bringen, und möglicherweise sind Ihre Herzwerte ein wenig erhöht. EKG und Ultraschall bestätigen meist den Anfangsverdacht. Weil Sie rasch aus der Puste sind, wird auch Ihre Lunge geröntgt werden. Lässt sich nichts Schlimmes erkennen, haben Sie Glück gehabt. Denn wenn sich bereits Wasser zeigt, spricht das für eine Herzschwäche und somit für einen besonders schweren Fall. Möglicherweise muss dann auch per Herzkatheter eine kleine Gewebeprobe aus dem Herzen entnommen werden. Dies geschieht nur in spezialisierten Kliniken.

Behandeln: Jetzt aber genug mit der Schwarzmalerei. Die gute Nachricht: Meist laufen Herzmuskelentzündungen unbemerkt ab und machen keine Probleme. Aber auch wenn Sie etwas davon mitbekommen, haben Sie recht gute Aussichten, denn schwere Fälle kommen relativ selten vor. Sind Viren der Auslöser, müssen Sie in der Anfangszeit streng das Bett hüten. Damit haben Sie schon das Wesentliche getan. Kommt die Entzündung von Bakterien, müssen Sie zusätzlich Antibiotika schlucken. Auch in den folgenden Wochen und Monaten sollten Sie um mindestens zwei Gänge runterschalten. Damit Ihnen das alles nicht blüht, sollten Sie jede Erkältung auskurieren.

Seien Sie ruhig mal ein bisschen faul, rät
IHRE SCHWESTER ALPHA

Mehr Infos:
www.medizinfo.de/kardio/herzmuskel/myokarditis.shtml,