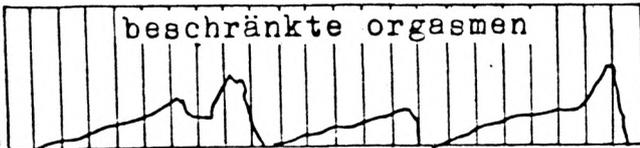


tel.

Männer- Orgasmus

"Viele Männer scheinen einen Samenerguß ohne Orgasmus zu haben", "viele Männer wissen nicht, was sie vermissen", "viele Männer bekommen nur sehr oberflächliche Orgasmen" ... das sagen Ärzte und Sexologen. Das ist nichts, über das man redet oder nachforscht. Das Wissen über Orgasmuserlebnis ist sehr unvollständig. Männer sprechen offenbar nicht über Orgasmen, forschen nicht nach und haben auch keine formulierten Ansprüche. Der weibliche Orgasmus dagegen ist weit und breit untersucht, in Wissenschaft und Frauenbewegung. Über den männlichen Orgasmus herrscht Stille. Die Männer kommen eben beim Ficken leicht zum Samenerguß. Aber es ist sicher eine Frage, ob Samenerguß und Orgasmus dasselbe ist.

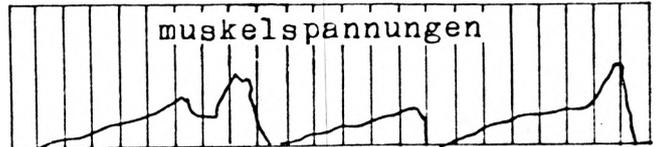


In seinem Buch "Die maskuline Mystik" wies E.H. vor fünf Jahren darauf hin, daß Orgasmus und Samenerguß nicht dasselbe ist, obwohl beide sehr oft gleichzeitig auftreten. Männer simulieren auch Orgasmen, um das Ficken zu beenden. Sie bekommen zwar vielleicht einen Erguß, aber sind so leistungsbewußt, daß sie nicht wissen, was sie vermissen. W.T. meint, daß der Orgasmus von Männern oft viel örtlicher und beschränkter ist als bei Frauen. Das Problem des Mannes ist der oberflächliche Orgasmus, der auf den Schwanz beschränkt bleibt. Männer bekommen oft nicht das mystische Gefühl vom aufgehen in etwas, worüber Frauen oft sprechen. Orgasmen von Männern pflanzen sich selten durch den ganzen Körper fort. Man kann feststellen: der männliche Orgasmus ist immer eine Selbstverständlichkeit gewesen, nicht der Mühe wert, darüber zu reden. Männer kümmern sich nicht um die Qualität ihres Orgasmus, sondern "kommen"

nur. Aber Orgasmen sind keine meßbare Größe, sie werden ganz verschieden erlebt. W.T.: "es ist nötig, das männliche Orgasmuserlebnis näher zu betrachten. Man hat den Samenerguß hinsichtlich Fruchtbarkeit untersucht, ebenso Impotenz und vorzeitigen Samenerguß, aber es existiert keine Untersuchung über den sexuellen Höhepunkt des Mannes und sein Erleben dabei. Wir kennen zwar die Physiologie des männlichen Orgasmus, wissen aber nicht, was sie im Erleben bewirken."

Warum wird der männliche Orgasmus nicht untersucht?

G.W.: "Patienten klagen über Impotenz und vorzeitigen Erguß, aber höchst selten über die unbefriedigende Qualität ihres Orgasmus." Untersuchungen fehlen, weil Männer nicht darüber reden.



Als Vorbereitung zu diesem Artikel hielt ich eine kleine Umfrage unter Freunden, um den Orgasmusproblemen auf die Spur zu kommen. Demnach scheint das wichtigste Problem darin zu bestehen, daß der Orgasmus örtlich erlebt wird, rund um den Schwanz, vor allem in der Eichel, während der übrige Körper nur selten "mitkommt". Als Ursache werden Spannungen, v.a. im Bauch und in den Oberschenkeln, genannt. W.T.: "Der Mann spannt die Muskeln in Schenkel und Bauch, um beim Ficken die Klitoris zu reizen. Dadurch kann der Orgasmus leicht oberflächlich werden, denn er bleibt abgeschlossen in den Muskeln und kann sich nicht im übrigen Körper austreten. Aber die Spannungen werden nicht ausschließlich dadurch verursacht, daß man den Partner befriedigen will, vielleicht spielen auch unbewußte Faktoren dabei eine Rolle. Männer haben von Kind an gelernt, sich zu bremsen, einzuhalten, den Unterleib anzuspannen. Sie haben gelernt, Lust zu unterdrücken, Lustgefühle zu bremsen."

Wie reimt sich eine solche Erklärung auf die Behauptung, daß für einen Orgasmus Spannungen nötig sind?

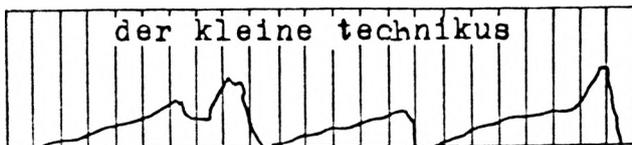
W.T.: "Es muß erwähnt werden, daß Männer Spannung und Aufregung zu erhöhen versuchen durch das Anspannen der Muskeln, was Aggressivität ausdrückt. Einerseits wird durch

die Muskelspannung die Aufregung erhöht, andererseits blockieren aber die Spannungen die Fähigkeit, den Orgasmus zu erleben."

P.H. über Muskelspannungen: "Das ist die wichtigste Idee von Wilhelm Reich, daß der Orgasmus unvollkommen werde, weil Atmung und Muskelanspannung dagegen arbeiten, das könne laut Reich zu einer Aggression führen, die sich dann gesellschaftlich niederschlägt z.B. in Faschismus."

Können Männer also einen intensiveren Orgasmus erleben, wenn sie die Muskelanspannung unterlassen?

P.H.: "Ich möchte keine Hierarchie von Orgasmen aufbauen und sagen, dieser ist besser als jener; man soll nur sein eigenes Erleben als Maßstab nehmen. Dann kann man sich selbst befragen: warum ist es nötig mich anzuspannen, warum der Muskelpanzer? Das ist wegen der Gesellschaft, weil man sich in dieser Welt behaupten muß. Es ist schwer, die Muskelverteidigung, die man draußen braucht, im Bett dann plötzlich abzulegen. Wir unterdrücken uns täglich und erwarten dann aber eine tiefe und übersinnliche Erotik zu erleben. Aber es ist eine merkwürdig, nach einem erschöpfenden Arbeitstag zu erwarten daß alle Spannungen von einem abfallen und man zu Übersinnlichem Erleben fähig ist."



Aber sind gespannte muskeln und oberflächliche Orgasmen ausschließlich Folgen des Kapitalismus und der daraus folgenden erziehung von Jungen? Könnten neue Gesichtspunkte in der Sexualität und beim Ficken ein reicheres Erleben möglich machen?

W.T.: "Die Zeit des kleinen Techniklers ist vorbei. Die Betonung des klitoralen Orgasmus in den sechziger und siebziger Jahren, wo Männer zu kleinen Technikern wurden, war historisch gesehen vielleicht nötig, aber das hat dazu geführt, daß viele Männer Zuschauer ihrer eigenen Sexualität wurden, weil sie sich nach den reaktionen der Frauen richteten. Dadurch werden sie von ihren eigenen Gefühlen entfremdet."

Männer müssen lernen, sich zu entspannen, das Gefühl sich im ganzen Körper ausbreiten zu lassen. Das Ficken wird zart, weil der Körper sich spannungslos bewegt, wie

eine selbstverständliche Fortsetzung der zarten psychischen Intention. Man muß erkennen, daß entspannte Orgasmen nicht so leicht zu timen sind wie ihre gespannten Versionen. Wenn man dem Körper freien Lauf lassen will, muß man davon absehen unbedingt gleichzeitig mit dem Partner kommen zu wollen. Das heißt aber nicht, daß der psychische kontakt nachlassen muß, im Gegenteil.

P.H.: "Es ist eine Frage von geben und nehmen. Nicht nur die weibliche Sexualität kann passiv sein, aber Männer werden leicht unsicher, weil sie nicht glauben, daß auch sie selbst passiv sein und nehmen können. Sie haben aber Angst davor."

Deswegen kommt Kritik an der aktiven Sexualität in der Männerrolle nicht zuletzt aus der Schwulenbewegung.

J.W.-H.: "Kürzlich erlebte ich zum ersten Mal einen Orgasmus. Das war, nachdem ich schwul wurde. In meinen langen Jahren als Hetero bekam ich nie einen Orgasmus, sondern immer nur einen Erguß. Ich glaubte, das sei nun mal so. Der Leistungszwang der männlichen Sexualität macht Orgasmen ganz unmöglich. Jetzt habe ich einen Orgasmus erlebt und gemerkt, daß er überhaupt nicht im Schwanz abläuft. Es ist, als ob der Kopf er wird, wie bei einer Meditation. Ein Gefühl von Freiheit und Entrücktsein. Das passierte mir nie, als ich in Heteroverhältnissen der aktive sein musste, die ganze Zeit nur steuerte und mit Triumph aus der Arena treten musste."

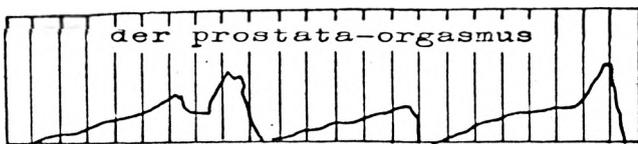
Hat der Leistungszwang etwas mit den Diskussionen über weiblichen Orgasmus zu tun?

J.W.-H.: "Enorm viel. Jemand, der einer Frau keinen Orgasmus besorgen kann, ist kein Mann."

Aber die männliche Passivität gilt doch nicht nur für schwule Beziehungen?

J.W.-H.: "Nein, aber passive Sexualität setzt in Heteroverhältnissen das Einreisen vieler Barrieren voraus. Aber das gilt eigentlich genauso für Schwule."

F.M., auch aus der Schwulenbewegung, sagt: "Wir Schwule haben zwei sexuelle Zentren: Schwanz und Anus. Beim analen Verkehr wird die Prostata direkt gereizt, weil der Schwanz dieses Organ direkt massiert, es liegt am Mastdarm. Man kann einen reinen Prostata-Orgasmus erleben, ohne daß der Schwanz überhaupt gereizt wird. Das ist ein sehr heftiges Gefühl."



Prostata-Orgasmus - ist das die Antwort der Schwulenbewegung auf den Vaginalorgasmus? Wohl kaum, aber auch bescheidene Kenntnisse der Physiologie männlicher Sexualität reichen aus, um zu erkennen, daß die Prostata beim männlichen Orgasmus eine wichtige Rolle spielt.

Die Prostata ist eine Ansammlung aus Muskeln und Drüsen in der Größe einer Walnuß. Sie liegt unter der Harnblase und umfaßt die Harnröhre. Die Prostata drüse scheidet ein Sekret ab, das in den Samen kommt. Ihre rhythmischen Kontraktionen bewirken den Samenerguß. Die Prostata ist eine wichtige Station der Samenzellen auf dem Weg zum weiblichen Ei. Die Samenzellen werden in den Hoden produziert und zur Prostata geführt, wo sie mit den Sekreten zweier anderer Drüsen zur Samenflüssigkeit gemischt werden. Beim Erguß gibt es kräftige Kontraktionen im gesamten Gebiet der Prostata und der Harnröhre. Sie befördern den Samen aus dem Schwanz. Wenn man die Parallele zum weiblichen Orgasmus zieht, könnte man annehmen, daß die Prostata-kontraktionen ein tiefes Orgasmusgefühl hervorrufen, also wie die Kontraktionen der Scheidenwände und der Gebärmutter wirken.

G.M.: "Wir wissen, daß das Prostatagebiet und der Schließmuskel des Mastdarms sich beim Samenerguß rhythmisch zusammenziehen. Aber wir wissen nicht, ob sie direkt mit dem Orgasmusgefühl zusammenhängen."

Ist etwas darüber bekannt, ob die Intensität der Kontraktionen mit der Stärke des Orgasmus zusammenhängen?

G.M.: "Nein, darüber wissen wir nichts."

P.H. sagt zur Bedeutung der Prostata für das Orgasmusgefühl: "Ich bin nicht dafür die Orgasmusfrage auf ein einziges Organ zu reduzieren. Der ganze Körper kann ein Geschlechtsorgan sein, und man kann von vielen Stellen her ein Orgasmusgefühl bekommen." Die Frage danach, ob die Prostata das Orgasmusgefühl stimuliert, bleibt ungelöst.

In der Literatur finden wir weiteres zur Bedeutung dieses Organs. Der Psychiater O. Fenichel schreibt in "The Psychoanalytic Theory of Neurosis", schon 1946: "Es ist auffallend, wie wenig in der psychoanalytischen

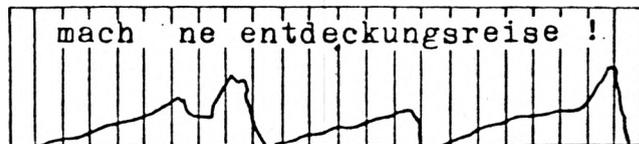
Literatur über die Tatsache geschrieben wurde, daß der männliche Geschlechtsapparat, wie der der Frau, zwei Zentren hat."

Fragt man Männer mit stärkeren passiven analen Neigungen, wo bei ihrem Orgasmus die Post abgeht, so erhält man gleichbleibend die Antwort: an der Wurzel des Penis, im Perinaeum oder im Rectum. In Wirklichkeit meinen sie das Gebiet um die Prostata. Die Prostata wird also genau dann gereizt, wenn man die Stimulation des Penis verringert, zugunsten der Peniswurzel, wenn man also Anus und Hodensack stimuliert. Nach Fenichel führt die Stimulierung dieser Gebiete viel eher zu einem von der Prostata verursachten Orgasmus, als die Reizung des Schwanzes.

Dies spricht für die Theorie eines intensiveren männlichen Orgasmus, der seinen Ursprung in der Reizung des ganzen Unterleibes hat. Dafür sprechen auch die Erfahrungen Schwuler beim passiven analen Fick. Sind ähnliche Erlebnisse auch bei heterosexuellem Verkehr möglich? Die gegenwärtigen sexologischen Kenntnisse reichen nicht für eine Antwort aus.

P.H.: "Ich habe tatsächlich schon Beschreibungen von Männern über einen empfindlichen Punkt an der Peniswurzel gehört. Darüber liefen aber keine Untersuchungen."

G.M.: "Das klingt interessant, aber wissenschaftlich ist nichts näheres darüber bekannt. Die sexuell besonders empfindlichen Gebiete des männlichen Körpers sind bisher kaum kartographiert. Aber es ist bekannt, daß im Normalfall 50% aller Männer kaum reagieren, wenn die Eichel nur durch Vibration gereizt wird."

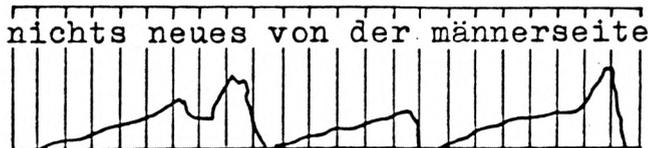


Ob die Theorie vom Prostata-orgasmus stimmt oder nicht, wissen wir nicht, aber es spricht einiges dafür, daß der Schwanz nicht das einzige Sexualorgan des Mannes ist.

P.H.: "Es gibt viele Tabus um diesen Gegenstand, aber zweifellos sind viele Männer an verschiedenen Stellen ihres Körpers reizbar, z.B. am Anus oder an den Brustwarzen."

F.M.: "Es geht darum, deine reizbaren Stellen zu entdecken."

Männer sind dazu nicht erzogen, aber es ist auch die Frage, ob es die Frauen sind. Der Hite-Report, in dem über 3000 Frauen über ihre sexuellen Erfahrungen berichten, bringt mehr Klarheit. Auf die Frage: "Glaubst du, daß die meisten Männer vom Ficken selbst haben, als vom sexuellen Beisammensein?", antworteten zwei Drittel der Frauen bestätigend. Viele Frauen sind also der Meinung, daß Männer nicht soviel Wert auf das Vorspiel legen, wie auf das Ficken selbst. Es ist für sie auch anscheinend nicht wichtig, ob Sack und Anus gestreichelt werden. Man kann das auf zweierlei Weise interpretieren: Männer legen keinen Wert auf breitere Sexualität; oder, Männer sind nicht imstande tieferen Genuß zu erleben. Eine der Frauen im Hite-Report sagt: "Er macht lieber einen auf die Schnelle als ich, es sieht aber so aus, als ob er seinen Orgasmus mehr genießt, wenn ich ihn vor dem Ficken längere Zeit gestreichelt habe." Wie das wirklich ist wird vielleicht im Hite-Report über Männer stehen (ist erschienen).



Die Diskussion um den weiblichen Orgasmus, die Mitte der sechziger Jahre einsetzte, zeigt, daß Frauen eine breite Variation von Orgasmen erleben können, was die Stärke des Höhepunktes und seinen Ort angeht. Ob das bei Männern ebenso ist, bleibt wissenschaftlich eine offene Frage. Die Sexologen sind noch nicht viel weiter als der alte Linné, der 1790 schon sagte:

"Nach der Überlieferung erleben Frauen ein größeres am Zusammensein als Männer, weil sie sich öffnen und den Samen empfangen, aber das ist unsicher. Es genügt aber, daß jeder viel Vergnügen daran hat, so daß viele danach verlangen und dazu getrieben werden." Das mangelnde Verständnis für den männlichen Orgasmus wird 200 Jahre nach Linné sehr gut in einem Comic ausgedrückt, worin ein Herr die männliche Reaktion auf die sexuelle Befreiung der Frau in die Worte faßt:

"Ich schaffe ihr natürlich jedesmal einen Orgasmus. Erst ein Vorspiel, um sie aufzumuntern und wenn sie heiß ist, lecke ich sie bis zum Orgasmus."

Wenn sie dann richtig wild geworden ist, gräbt sie ihre Nägel in meinen Rücken. Mein Orgasmus? Ja, ich liefere regelmäßig mein Löffelchen voll!"

Ist das Schweigen der Männer der Beweis dafür, daß ihr "Löffelchen voll" die einzige Erfahrung der letzten Jahre ist? Kann man besseres erhoffen?

Quellen: Per Nørretranders: "Hengivelse" Informations Forlag, Kopenhagen, 1981

Wir haben den Beitrag aus der belgischen Männerzeitung "Ontkoppeling", Nr 2 im Juni 1982 erschienen, ins deutsche übersetzt.

Die Abkürzungen bedeuten:

- I.L. = Arzt in den USA, Irving London
- W.T. = Willy Trysø
- E.H. = Eske Holm, "Die maskuline Mystik"
- G.W. = Gorm Wagner, Uni Kopenhagen
- F.H. = Preben Hertoft, Sexologe
- J.W.-H. = Jakob Wind-Hansen, Flikker Bevr. Front
- F.M. = Finn Mikkelsen, Schwulenbewegung

Kommentar: Ich würde gerne mehr über das Thema von Männern hören... und mich auch in der nächsten Ausgabe darüber äußern und einbetreffene Stellungnahmen veröffentlichen... eigene Erfahrungen schreiben. Wir haben den Artikel besprochen und fanden das ganze zu orgasmusfixiert. Nur der Orgasmus wird betrachtet und nicht die Beziehung.

Es kommt darin nichts darüber vor, wie der eigene Orgasmus auf den Partner wirkt, bzw. wie der Partner beim Orgasmus gefühlsmäßig erlebt wird. Die Schlußfolgerung "normaler" Orgasmus mies — analer Prostata-Orgasmus macht alles klar, fanden einige von uns schlecht, Probleme verdeckend.

Etwas anderes fällt mir auf. Von 115 Titeln Männerliteratur befassen sich nur ganze 4 mit dem Thema Körper. Körpererfahrung und Sensibilisierung wird in einigen schwulen Büchern neben bekannter Yoga-Literatur angesprochen. Das entspricht nicht den "Tätlichkeiten" in Männergruppen. Dort heißt es: lieber mehr für den Kopf und weniger für den Körper. Mann möchte nicht in den Verdacht kommen, orgasmusgerichtete Spielchen zu betreiben.