Lange galt es als festgelegt, wen und wie wir lieben. Man war straight, lesbisch oder schwul, und einige liebten sowohl Frauen als auch Männer. Heute trauen sich immer mehr Menschen, einfach ihren Gefühlen zu folgen und jemanden zu lieben, ganz unabhängig vom Geschlecht. Sie sind fluidsexuell – und frei!



Text Stella Brikey



Glennon Doyle war der Inbegriff der perfekten amerikanischen Hausfrau. Sie heiratete einen attraktiven Mann, bekam drei Kinder, lebte in einem hübschen Haus. Blond, schlank, stets perfekt gestylt. Kuchen backen, lächeln, auf heile Welt machen – und darüber bloggen. Von allen beneidet werden, um ihr vermeintlich makelloses Leben. Doch hinter den Kulissen war gar nichts perfekt: Doyle litt unter Bulimie, war alkoholsüchtig und ihr Mann ging fremd.

Vor vier Jahren, mit Anfang 40, verliebte sich Doyle neu: in eine Frau. Sie hatte sich immer für absolut straight gehalten – bis ihr Abby Wambach begegnete. Es gibt einen Begriff für das Phänomen, wenn man sich in einen besonderen Menschen verliebt, ohne dass das Geschlecht dabei eine Rolle spielt: fluide Sexualität. Glennon Doyle krempelte ihr Leben um, verließ ihren Mann und heiratete sieben Monate später die ehemalige Profifußballerin.

"Es ist kompliziert: Wir suchen uns Menschen aus, die zu uns passen, so wie wir sind, und dann erwarten wir, dass keiner sich mehr verändert – was nicht aufgeht, denn Menschen entwickeln sich", sagt Glennon Doyle. "Das Schöne an den Vierzigern ist, du kannst dir selbst vertrauen, du lernst, zu dir selbst zu stehen. Du kommst an den Punkt, an dem du bereit bist, so viele Menschen zu enttäuschen wie nötig, um dein wahres Ich nicht zu enttäuschen", sagt sie. "Wenn dir klar wird, du kannst es nicht aller Welt recht machen, spürst du eine unglaubliche Freiheit." Aber es gebe eine schlechte Nachricht: "Niemand kann dir sagen, wie's weitergeht. Keine Freundin, kein Pastor, keine Therapeutin, kein Buch." Die gute Nachricht: "Du weißt es bereits. Es ist dein Leben, also hör auf, Leute bei etwas um Rat zu fragen, was sie selbst nicht kennen." Ihre Mutter habe sie davon abhalten wollen, sich zu trennen und Abby zu heiraten. "Sie wollte das Beste für mich. Aber ich habe mich entschieden, die Verantwortung für mein Leben selbst in die Hand zu nehmen." Und so hat sie sich erlaubt, ihren Gefühlen zu trauen und sich auf Abby einzulassen. Sie träumt davon, eine Bewegung von Frauen zu schaffen, die darauf vertrauen, dass sie schwierige Lebenssituationen meistern können. Ihr Memoir "Ungezähmt" ist in den USA ein Millionen-Seller, jetzt erscheint es bei uns.

Das Phänomen ist spannend, aber nicht neu: "Fluidsexuelle sind meist emotionale Menschen, die sich nicht in Konventionen pressen lassen wollen", sagt die Hamburger Sexualberaterin Corinna Beseler (liebes-und-sexualberatung.de). Der Wechsel von einem bevorzugten Geschlecht zum anderen könne unvorhergesehen passieren, die meisten würden nur ein- oder zweimal im Leben "springen". Dabei spielt die sexuelle Komponente oft eine entscheidende Rolle, vor allem für Frauen. "Viele sind überrascht, wie mühelos sie mit einer Frau zum Höhepunkt kommen können, vor allem, wenn es vorher nur selten geklappt hat." Für viele sei das ein fast spirituelles Erlebnis. Beseler ist überzeugt, dass es in Zukunft immer mehr sexuelle Nuancen geben wird, weil wir feiner in unserer Wahrnehmung und ehrlicher mit uns selbst werden.



MOLLY WIZENBERG

Die Restaurantbesitzerin und Food-Autorin aus Seattle hielt sich von klein auf für straight und liebte nur Männer. Sie war gerade Mutter geworden, als sie sich in eine Frau verliebte.

"Ich dachte, ich hätte den Verstand verloren", erzählt Wizenberg im Gespräch mit EMOTION. "Von dem Begriff fluide Sexualität hatte ich noch nie gehört. Ich wollte davon auch erst mal aar nichts wissen, nicht wahrhaben, was ich da fühlte. Ich dachte, ich sei die Einzige, der so etwas passiert!" Irgendwann ist ihr klar geworden, dass sie sich jahrelang selbst beschnitten hatte, um einem ldealbild zu entsprechen. In ihrem Bestseller "The Fixed Stars" (Abrams & Chronicle Books, ca. 18€, auf Englisch) beschreibt die 42-Jährige radikal ehrlich, wie es sich anfühlte, plötzlich queer zu sein.

D

Das eine Normal gebe es nicht. "Wir erleben heute eine noch nie da gewesene sexuelle Freizügigkeit. Das ist natürlich nur möglich, weil wir in einem Land leben, in dem wir uns so frei entfalten können. Dafür sollten wir dankbar sein."

Glennon Doyle sagt: "Es gab schon immer ,Fifty Shades of Gay' – die Leute haben ihre Bedürfnisse bloß unterdrückt. Heute trauen sich immer mehr, sie auszuleben." Was nicht heißt, dass es dazugehört, Erfahrungen mit dem anderen Geschlecht zu sammeln. "Sehr viele Menschen lieben ihr Leben lang nur ein Geschlecht und fühlen sich damit wohl", sagt Beseler. Die sexuelle Identität werde von mehreren Faktoren bestimmt: von den Sexualorganen (Penis oder Vagina), von der Geschlechtsidentität (das Erleben des eigenen Geschlechts), vom tatsächlichen Handeln (mit wem schlafe ich) und von der sexuellen Orientierung (was zieht mich sexuell an). Gerade Letztere könne sich überraschend auch im Alter noch mal ändern. Sie ist "fluide".

Doyles berühmte Autorenkollegin Elizabeth Gilbert, 51, hat das auch erlebt. Zuerst verließ sie ihren zweiten Ehemann für eine Frau. Nach dem tragischen Krebstod ihrer Partnerin verliebte sie sich wieder in einen Mann.

Das ist das Jahr 2020. Von allen Seiten erreichen uns Geschichten über späte Coming-outs, Geschlechtsanpassungen, freie Beziehungsmodelle. Miley Cyrus tröstete sich nach ihrer gescheiterten Ehe mit einer Freundin. Kristen Stewart, die früher Männer liebte, erzählt im Fernsehen, dass sie ihrer Lebensgefährtin bald einen Antrag machen möchte. Das ist mutig. Dadurch steigt die gesellschaftliche Akzeptanz, die Gefühle einfach fließen zu lassen.

Selbstredend muss nicht jede emotionale Selbstfindung oder -befreiung in einer gleichgeschlechtlichen Liebe münden. Aber es ist heute möglich, und das ist gut. Lisa Diamond, Professorin für Psychologie und Gender Studies an der Universität von Utah, hat in einer

Langzeitstudie über die Veränderungen sexueller Identitäten bei Frauen herausgefunden, dass sie häufiger dazu neigen zu "springen". Allerdings bringe sie die Gesellschaft häufig erst mal dazu, eine Familie zu gründen, Kinder großzuziehen. Viele entdeckten erst später – wenn die Kinder aus dem Haus seien und die Ehe nicht mehr funktioniere –, dass sie auf Frauen stehen. Meist ausgelöst durch eine ganz spezielle Frau.



So ähnlich erging es auch Karolina Ott. Die zweifache Mutter lernte nach der Trennung von ihrem Mann die lesbische Schlagersängerin Kerstin Ott kennen. Für Kerstin war es Liebe auf den ersten Blick. Für Karolina war es: Verwirrung. Es dauerte ein Jahr, bis Karolina ihrem Gefühl traute. Heute sind sie



GLENNON DOYLE, 44

... wurde in den USA als christliche Mom-Bloggerin bekannt. Als sie sich in die Ex-Profifußballerin Abby Wambach (r.) verliebte, änderte sie ihr Leben.

"Ich verstehe, warum die Leute verwirrt auf das reagieren, was sie als Veränderung wahrnehmen", sagt Doyle. Oft komme es ihr vor, als fürchteten manche, Homosexualität sei ansteckend. "Dabei ist das Einzige, was ansteckend ist, die Freiheit, Menschen werden nicht homosexueller, sie werden freier, ihr Queersein zu leben." Mehr Menschen hätten den Mut, den eng gesteckten gesellschaftlichen Rahmen für Sexualität zu verlassen, was vor allem bedeute: "Heute müssen sich Menschen weniger verbiegen." Sie hofft, dass viele erkennen: Liebe ist das Gegenteil von Kontrolle. "Unaezähmt" (Rowohlt Polaris, 16€, ab 17.11.)

verheiratet. Es habe einfach zwischen zwei Menschen gefunkt, so Kerstin Ott: "Liebe ist Liebe."

"Heute sind die heterosexuellen Normen nicht mehr so offensichtlich wie früher", sagt Corinna Beseler. "Deshalb wird es immer schwerer zu definieren, ab wann jemand homo- oder bisexuell ist." Die Grenzen sind fließend. Das mag verwirrend sein, aber gleichzeitig ist es befreiend. Es eröffnet uns die Möglichkeit, mit unserer Sexualität zu spielen und uns von Geschlechterklischees zu verabschieden. Wieso sich viele erst so spät trauen? "Viele von uns Frauen tragen das Mütter-Gen in sich", sagt Beseler, "sie wünschen sich eine Bilderbuchfamilie und sind bereit, dafür Opfer zu bringen." Genau deshalb plädiert Glennon Doyle dafür, dass wir endlich den Mythos von der Mutter, die zu Märtvrertum bereit sein muss, loslassen.

Die Bereitschaft, sich mit einer unglücklichen Ehe zu arrangieren, kennt auch Molly Wizenberg. In ihrem Memoir

"Ich fühle mich von BESONDEREN MENSCHEN ANGEZOGEN. Das Geschlecht ist mir heute egal"

"The Fixed Stars" beschreibt die 42-Jährige, wie sie jahrelang dachte, so sei das eben in langen Beziehungen.

Wizenberg hatte vor allem damit zu kämpfen, dass ihr Selbstbild erschüttert wurde: "Als ich mich plötzlich zu einer Frau hingezogen fühlte, habe ich alles, was ich jemals über mich zu wissen glaubte, infrage gestellt. Ich hatte das Gefühl, verrückt zu werden", sagt sie, "ich habe mich so geschämt, weil ich verheiratet war und ein kleines Kind hatte." Heute vermutet sie, es lag auch

daran, weil fluide Sexualität den wenigsten ein Begriff war. "Man war entweder gay oder straight, vielleicht noch bi. Die Grauzonen dazwischen kommen erst langsam zum Vorschein", sagt sie, "seit meinem Coming-out habe ich viele getroffen, meist Frauen, aber auch Männer oder nicht-binäre Leute (Anm. d. Red.: Menschen, die sich nicht der Einteilung in zwei Geschlechter zuordnen), die sich zu allen möglichen Geschlechtern hingezogen fühlen. Ich selbst fühle mich von besonderen Menschen angezogen. Das Geschlecht ist mir heute egal."

Sexualberaterin Beseler bestätigt, was Wizenberg beschreibt: "Es geht nicht darum, sich einer Kategorie zuzuordnen, sondern darum, was ich empfinde, vor allem körperlich. Es geht um Lust: Was erregt mein Genital? Zu wem fühle ich mich hingezogen? Dieses Wissen ist das größte Geschenk überhaupt." Danach braucht es nur noch eins: den Mut, die eigenen Bedürfnisse und Gefühle offen auszuleben.