

Carsten Heider

Gemeinsam zweismam

*Der Beziehungsratgeber
für Schwule*

© Querverlag GmbH, Berlin 2003
© Comics, Jeff Allan, *Living with Adam*

Erste Auflage September 2003

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlag und grafische Realisierung von Sergio Vitale unter Verwendung einer Fotografie von getty images.

Druck und Weiterverarbeitung: Druckhaus Köthen
ISBN 3-89656-095-6
Printed in Germany

Bitte fordern Sie unser Gesamtverzeichnis an:
Querverlag GmbH, Akazienstraße 25, D-10823 Berlin
<http://www.querverlag.de>

Inhalt

Prolog	6
Das teuflische Spiel des Liebesboten	9
Wenn der Liebesbote im Weg steht	17
Sex	23
Der Einzug in die Realität	35
Streit- und Gesprächskultur	57
Krisen	71
Eifersucht und Treue	85
Beziehungsmodelle	107
Die Beziehung im sozialen Umfeld	117
Der Beziehungsalltag	135
Veränderungen und Stagnation	161
Das Ende – Teil 1	173
Das Ende – Teil 2	175
Service	189
Register	197

Prolog

„Sie meinen also, meine Geschichten seien nicht realistisch genug!“ William schnippte die ihm angebotene Zigarre als Zeichen seines Protests in das offene Kästchen zurück. Es hatte schon lange niemand mehr gewagt, seine Stücke so zu kritisieren.

„Nun, lassen Sie mich nachdenken“, antwortete sein Verleger spitz. „Da hätten wir einen Mann, der eine Frau spielt, die sich als Mann verkleidet und eine schwule Beziehung mit seinem Dienstherrn beginnt.“

William stöhnte.

„Dann gab es da noch die Kampfesbe, die für Venedig in den Krieg zieht ...“, fuhr der Verleger fort.

„... und aus der Sie hinter meinem Rücken einen heterosexuellen Farbigen gemacht haben“, schob William beleidigt ein.

„Und einen Juden, der Händlern ein Kilo Fleisch aus dem Hintern schneidet.“ Der Verleger hatte offensichtlich beschlossen, ihn vollends in die Knie zu zwingen. Denn Williams letzte Stücke waren nicht wirklich zu Kassenschlagern geworden. William wimmerte und sackte in seinem Sessel zusammen.

„Wir brauchen jetzt mal was Nützliches, William“, folgerte der Verleger in versöhnlichem Tonfall. „Ein Buch, das dem Leser praktische Tipps für sein tägliches Leben liefert und ihn gleichzeitig zu Tränen rührt. Machen Sie doch mal was über die Liebe.“

William richtete sich auf. Das klang doch gar nicht so übel. Er kannte da einen kleinen Schotten mit Vorliebe für enge T-Shirts und Uniformröcke. Und, wer weiß, vielleicht würde sich im Laufe der Interviews auch endlich die Gelegenheit für ein engeres „Kennenlernen“ ergeben.

Doch der Verleger unterbrach seine Gedanken. „Ich möchte, dass Sie Romeo treffen“, sagte er und schob eine Karte mit einer Adresse in Italien über den Tisch. „Ein sehr viel versprechender, junger Mann aus gutem Hause, sehr romantisch und mit hehren Idealen, wenn es um Beziehungsfragen geht. Außerdem ist er der Sohn eines unserer wichtigsten Auslandskontakte. Die perfekte Hauptfigur für Ihr nächstes Stück!“



Das teuflische Spiel des Liebesboten

Es treten auf:

Enrico, Küchengehilfe im Anwesen der Montagues

Romeo Montague

Die schöne Helga (eigentlich Holger)

Robert und

Benni (die kleine Sahneschnitte)

Da lag er nun, der junge Montague, verschwitzt, verklebt und völlig außer Atem. Die Haare voll Eischnee, das Gesicht im Hefeteig und mit dem nackten Oberkörper auf der mit Mehl bestreuten Tischplatte. Von hinten brach Enrico erschöpft über ihm zusammen, ebenfalls schweißnass, mit einem Gesichtsausdruck, der glücklicher nicht sein konnte.

Vor zwei Monaten hatte Enrico seinen Job als Küchengehilfe auf dem Anwesen der Montagues angetreten und sich sofort unsterblich in den Sohn des Hauses verliebt. Die üblichen Symptome des Verliebtseins kannte er bereits, aber mit Romeo hatte es ihn heftiger erwischt. Bisweilen war er regelrecht weggetreten: Einmal fand er sich am Küchentisch, vor ihm die Butter, die er kunstvoll mit kleinen Herzchen verziert hatte.

Gut, dass er nichts auf die Ratschläge seiner Freunde gab. Sonst wären Romeo und er niemals so weit gekommen.

„Hauptsache, du bleibst locker“, hatte die schöne Helga, eigentlich Holger, zum Besten gegeben. Locker bleiben? Wie denn? Schon beim Gedanken an seinen Schwarm fing Enrico an, nervös zu zittern.

„Du solltest ihn noch etwas hinhalten“, war Bennis Beitrag. „So machst du dich interessanter.“ Super Idee! Vor der heißen Nummer auf dem Küchentisch hatte es nichts hinzuhalten gegeben. Enrico hatte ja nicht einmal gewagt, ein Gespräch zu beginnen.

Es gab nur einen Vorschlag, der seine Chancen verbessern konnte, und der kam von Bennis Freund Robert: „Ran an die Buletten!“ Der Tipp war nicht ganz uneigennützig, denn Robert hoffte darauf, endlich mit schmutzigen Details versorgt zu werden.

Also nahm Enrico all seinen Mut zusammen: Als der junge Montague eines Morgens überraschend in der Küche erschien, um nach etwas Salz zu fragen, zeigte Enrico auf eines der unteren Schränkchen. Und als Romeo sich bückte, war es bereits um ihn geschehen.

Das Feuerwerk der Gefühle

Mit Sicherheit lässt sich nur behaupten, dass es zu diesem Zeitpunkt eher um Enrico geschehen war. Verknallt hatte er sich bereits vor Wochen, aber erst jetzt hatte auch sein Schwarm Interesse gezeigt. Zumindest hatte er offensichtlich Spaß am Sex gehabt.

„Die Liebe ist eine Crème Brûlée“, pflegte Enricos Vater, ebenfalls Koch, zu sagen. „Wenn die Zutaten stimmen und man die Tricks der Zubereitung kennt, kann nichts schief gehen.“ Das Verliebtsein hingegen ist nur der Duft über der Nachspeise: Er kann dir die Sinne rauben. Er kann aber auch verwehen, sobald jemand das Fenster öffnet.

Der Duft in der Nase, sozusagen der Appetitmacher, ist entweder da und berauscht – oder nicht. Darauf kann man sich nicht vorbereiten. Genau wie auf das Verliebtsein – und im Gegensatz zu einer Beziehung. Es gibt keine ausgefeilten Techniken und keine gewagten Sprünge, mit denen man sich direkt in die Flugbahn von Amors Pfeil katapultiert. Entweder er trifft, oder er fliegt vorbei. Manchmal nur knapp daneben, doch meist in weiter Ferne.

Sitzt das Geschoss aber erst einmal mitten im Herzen, verliert alles andere an Bedeutung. Wen stört die mangelnde Konzentrationsfähigkeit, die Nervosität oder der schlechte Schlaf, wenn man dem Mann seiner Träume endlich begegnet ist? Wer wollte Appetitlosigkeit und Kribbeln im Bauch als nahende Magen-Darm-Grippe deuten, wenn der Angebetete einem tief in die Augen geblickt hat? Plötzlich ist es dir egal, ob er so aussieht, wie du dir das immer gewünscht hast, oder ob sein wunderbares Lächeln ein Blumenbeet schiefer Zähne freilegt. Und, mal ganz ehrlich, stehen ihm die Segelohren nicht ganz ausgezeichnet?

Als Nächstes habt ihr euch wahrscheinlich kennen gelernt und einander immer noch klasse gefunden. Zugegeben, er pinkelt im Stehen. Aber wer will denn jetzt kleinlich sein? Vielleicht wirkt er auch etwas arrogant. Aber damit verdeckt er bestimmt nur seine Unsicherheit. Durch die rosa

Wolken, die jetzt deinen Blick umnebeln, lässt sich deutlich erkennen: Er ist perfekt – der oder keiner.

Auch Enrico hatte eine genaue Vorstellung von seiner großen Liebe. Ausgeh- und zeigefreudig müsste er sein, der Lover. Mit beiden Beinen fest in der Szene stehen. Er sollte einen ehrlichen Beruf ausüben, Arbeiterklasse, schließlich wollte Enrico ihn seiner Familie vorstellen.

Tja, und dann sah er Romeo, die kleine, blasierte Husche, die nicht einmal wusste, wie man Dreck unter die Fingernägel bekommt. Und plötzlich war Enrico verliebt bis über beide Ohren. Seine Ideale? Vergessen! Seine Ansprüche? Egal! Sein Stolz? Welcher Stolz? Echte Liebe macht vor Kleinigkeiten nicht Halt, Amor würde letztlich siegen.

Enrico war sich sicher: Gemeinsam würden sie alle Schwierigkeiten überwinden. Sie mussten nur zusammenhalten. In dieser Phase war für ihn alles andere unwesentlich, der Fallschirmsprung des letzten Sommers war dagegen eine unbedeutende Gefühlsregung gewesen. Romeos Lächeln berührte ihn weit mehr als alles, was er bisher erlebt hatte.

Leider ist genau diese Euphorie auch die große Gefahr des Verliebtseins. Denn zusammen mit den Hormonen, die unsere Nebennieren in dieser Phase produzieren, kann dieses Gefühl süchtig machen. Unmengen einsamer Herzen sind jede Nacht auf der Suche nach der großen Liebe. Früher oder später entdecken sie ihren Traumprinzen und erleben den zeitweiligen Glückstaumel. Wenn die Drüsen aber nach einigen gemeinsamen Wochen wieder auf Stand-by schalten, schicken die desillusioniert Verliebten ihren Lover aufs Abstellgleis.

Dabei waren sie vielleicht schon auf dem richtigen Weg und haben nur am Ende des Hormontaumels den Sprung auf den richtigen Zug verpasst. Keine Frage, es gibt kaum etwas Berauschenderes als die erste Zeit des Verliebtseins. Man sollte sie genießen, jede Minute. Aber Realität ist dieses Hochgefühl nicht – und schon gar nicht Liebe. Wer glaubt, seine Nebennieren würden bis ans Lebensende diesen fantastischen Hormoncocktail produzieren, der irrt.

Tipp: Stelle einen leeren Schuhkarton im Schrank bereit und fülle ihn nach und nach mit den banalen Zeugen eurer gemeinsamen Zeit: Karten vom ersten Kinobesuch, Liebesbekundungen auf Post-it-Zetteln, die E-Mail mit dem ersten Missverständnis, ein voll geheultes Taschentuch

und so weiter. Der Karton gerät im Laufe der Beziehung in Vergessenheit und taucht erst beim nächsten Umzug auf. Du glaubst gar nicht, wie viel Spaß ihr nach ein paar Jahren mit diesem Nippes haben könnt. Und wenn ihr euch vorher trennt? Ab in den Ofen. Eine Feuerbestattung befreit!

Die Tücken der Stimmungsschwankungsskala

Gefährlich wird es, wenn man Stimmungsschwankungen nach ihrer Größe beurteilt. An Tagen, an denen Romeo ihn keines Blickes würdigte, war Enrico am Boden zerstört, kurz vor dem Selbstmord. Auf einer Stimmungsskala von -10 bis +10 erreichte er das untere Ende. Zum Vergleich: Die ersten Filzläuse werten empfindliche Personen in der Regel nicht schlimmer als -6, eine Steuerprüfung löst durchschnittlich eine -2 aus. In den positiven Bereichen der Skala lässt sich eine +7 beispielsweise mit Freikarten für den Grand Prix d'Eurovision erzielen. Ein Abend mit Madonna, oder wahlweise eine Nacht mit Brad Pitt, sprengt die Skala.

Enrico erreichte aus dem Stand eine +5, wenn der junge Montague nach einem Tag ohne Kontakt kurz in der Küche vorbeischaute. Ein absoluter Unterschied von 15 Punkten und ein wahrer Glückstaumel. In den folgenden Wochen stabilisierten sich das gemeinsame Sexleben und Enricos Gefühle. Ein Tag ohne Romeo drückte ihn schlimmstenfalls noch in die Nähe des Nullpunktes.

Seine Stimmungsschwankungen betrug also nur noch 5, nicht mehr 15 Punkte. Absolut betrachtet ging es ihm deutlich besser. Und doch vermisste er das Hochgefühl, ohne zu bemerken, dass nur der Kummer es dazu gemacht hatte. War diese Veränderung ein Zeichen dafür, dass Romeo nicht der Richtige war? War das schon das Ende seiner Leidenschaft?

Nicht zwingend. Es könnte auch der Beginn einer großen Liebe sein. Denn während die Leidenschaft – so platt das klingt – auch immer Leiden schafft, ist es die Aufgabe der Liebe, für Sicherheit und Geborgenheit zu sorgen. Enrico musste nur verstehen, dass das kurzfristige und oft trügerische Glücksgefühl des Verliebtseins nicht unbedingt ein Bestandteil der Liebe ist. Auch wenn die Liebe dadurch anfangs unbedeutend und manchmal sogar langweilig erscheint.

Vielleicht kennst du dieses Dilemma aus eigener Erfahrung. Du hast dich in den Mann deiner Träume verliebt, weil er nett ist und intelligent. Oder einfach nur, weil er unheimlich gut aussieht. Leider behandelt er dich etwas herablassend oder manchmal sogar schlecht. Und trotzdem läuten bei dir nicht die Alarmglocken. Du ziehst dich nicht auf einen sicheren Abstand zurück.

Erliegst du womöglich den Tücken der Stimmungsschwankungsskala? Weil dein Gefühl in guten Zeiten 18 bis 20 Punkte über dem aus schlechten Zeiten liegt? Fällst du auf dein persönliches empfundenes Maximalglück herein?

Wenn du es schaffst, jetzt loszulassen, um dich um eine gesunde Beziehung zu kümmern, hast du eine der wichtigsten Lektionen bereits gelernt.

Tipp: Hilfreich ist es, schon als Single eine Checkliste anzulegen. Notiere in Stichpunkten, was du dir von einer Partnerschaft erhoffst oder was du bei anderen bewunderst. Es geht natürlich auch zu einem späteren Zeitpunkt. Aber wer gerade auf den Wellen der Stimmungsschwankungsskala surft oder den Kopf im rosa Nebel hat, verliert meist an Objektivität.

Und dann, ab mit deiner Liste in den Schuhkarton. Sie soll kein Prüfstein werden für eure Beziehung. Du darfst sie jederzeit verändern, erweitern und sogar vergessen. Solltest du aber feststellen, dass du „Geborgenheit“ von Platz 1 gestrichen und durch „seinen geilen Hintern“ ersetzt hast, ist das kein gutes Zeichen für eine glückliche Partnerschaft.

Kontrolliere die Checkliste, sobald du zweifelst, ob alles richtig läuft. Dann hilft sie dir dabei, dich auf die eigenen Wünsche und Bedürfnisse zu besinnen.

Abzüge in der B-Note

„Es läuft gerade super, Mama“, war Enricos Standardsatz geworden, wenn seine Mutter ihn am Telefon erwischte. „Aber jetzt muss ich Schluss machen, wir wollen noch ... äh ... einkaufen.“ Seit Wochen war er nicht bei seinen Eltern gewesen, hatte seine sozialen Kontakte auf ein Minimum gekürzt und sogar den Urlaub in Playa del Inglés gestrichen. Nirgends fühlte er sich wohler als in seiner Küche. Nur wenn Romeo

ihn schnitt oder auf einen seiner nächtlichen Streifzüge verschwand, kreuzte Enrico wieder bei Freunden und Familie auf.

Enrico machte den gleichen Fehler wie viele frisch Verliebte: Er vernachlässigte sein soziales Umfeld. Seine Mutter war froh, ihn überhaupt noch zu Gesicht zu bekommen, aber der schönen Helga, Robert und Sahneschnitten-Benni riss der Geduldsfaden, denn sie fühlten sich als Kummerkasten missbraucht.

Jeder hat Verständnis dafür, wenn sich ein guter Freund oder Bekannter etwas zurückzieht, weil er verliebt ist. Das Verständnis endet aber, wenn man nur noch zum Teilen des Leids, nicht aber der Freude da sein soll. Versorge also deine Freunde und Familie auch mit den guten Nachrichten aus deinem Privatleben und lass dich ab und zu bei ihnen blicken. Nur so werden sie auch dann für dich da sein, wenn Amors Pfeil schmerzhaft aus deiner Brust gezogen werden sollte oder du im späteren Beziehungsalltag mal wieder Lust auf andere Gesichter bekommst.

An dieser Stelle soll Platz sein für eine häufig gestellte Frage, eine *frequently asked question* (oder kurz: FAQ).

FAQ

„Wieso hat mein bester Freund nicht das geringste Verständnis dafür, wenn ich mich mit meinem Lover zurückziehe und mich deswegen vorübergehend nicht bei ihm melde?“

Dafür kann es zwei Gründe geben: Entweder du übertreibst es; das heißt, du verbringst deine Lover-freie Zeit zu einhundert Prozent mit deinem besten Freund und lässt dich dann von einem Tag auf den anderen überhaupt nicht mehr blicken. Oder dir ist noch nicht aufgefallen, dass dein Freund Absichten hat, die über eine Freundschaft hinausgehen. Dann werden deine Affären seine Eifersucht schüren und sein Verständnis für dein Verhalten minimieren.

Der große Knall

„Meine Herren, war ich verknallt!“, wirst du später einmal von dir sagen. Dann fragst du dich, wieso du diese lächerlichen Song-Texte abgeschrieben und ihm in einem Umschlag mit Rosenblütenblättern vor die Tür gelegt hast. Wenn ihr noch glücklich miteinander seid, werdet ihr euch, wie so oft, verliebt umschlingen und über eure Torheiten plaudern. Ist die Liebe aber schon vorbei, wird es dir womöglich peinlich sein. Du wirst dir wünschen, er möge den Brief bloß niemandem zeigen, der dich kennt.

Dabei ist es keine Schande, im Strudel der Gefühle den Verstand zu verlieren. Nicht umsonst heißt es, man sei „verknallt“, scheint es doch bisweilen, als hätten frisch Verliebte einen Knall. Wenn dieser in literarischen Ergüssen, spontanen Liebesschwüren oder kleinen Peinlichkeiten gipfelt, ist das ein gutes Zeichen. Gefühle nicht nur zu haben, sondern sie auch kundzutun, ist eine wichtige Voraussetzung für das Zusammenleben. So schafft man Gewissheit und Vertrauen und bereichert den Schatz im Schuhkarton.

FAQ

„Ich habe tatsächlich solche peinlichen Briefe geschrieben und sie mit kleinen Marienkäfer-Aufklebern verziert. Inzwischen haben wir uns getrennt, und meine Briefe machen die Runde unter seinen Freunden. Was kann ich tun?“

Du solltest ihm sagen, dass du in seinem Verhalten einen Vertrauensbruch siehst. Bitte ihn, dir die Briefe auszuhändigen oder sie für sich zu behalten. Natürlich kann er sich weigern. Aber letztlich schadet er sich mit diesem Verhalten mehr als dir. Denn es wird lange dauern, bis sich der Nächste traut, ihm seine Liebe zu gestehen. Auch arrogantes Verhalten dem Ex gegenüber spricht sich herum.