

„Sex sollte etwas Privates bleiben“

Das Gespräch führte PHILIPP HEDEMANN

Sie kam 1928 im Karlstadter Stadtteil Wiesenfeld (Lkr. Main-Spessart) zur Welt, überlebte den Holocaust und wurde in Amerika zur wohl bekanntesten Sexualtherapeutin. Ruth Westheimer erklärt seit Jahrzehnten, was guten Sex ausmacht. Einst hat sie mit Tabus gebrochen, heute plädiert sie dafür, dass Frauen sich nicht allzu freizügig kleiden sollten. Ein Gespräch darüber, wie ihr das Judentum bei ihrer Karriere geholfen hat und wie sie der Holocaust prägte.

FRAGE: Frau Westheimer, worüber wollen wir zuerst sprechen: über Sex oder über den Holocaust?
RUTH WESTHEIMER: Sex! Ich habe in letzter Zeit so viel über den Holocaust gesprochen.

Okay, lassen Sie uns in Zeiten der Krise über etwas Heiteres sprechen. Wie hat man guten Sex?
WESTHEIMER: Dazu muss man einfach nur meine Bücher lesen. (Lacht) Mein Buch „Sex für Dummies“ ist gerade in der vierten Auflage erschienen. Das gibt es auch auf Deutsch. Wer es gelesen hat, weiß, was man wissen muss.

Verraten Sie es uns doch: Wie hat man guten Sex?

WESTHEIMER: Okay, du bist hartnäckig! (Seufzt) Für guten Sex braucht man eine gute Beziehung. Sex sollte man nicht nur mal eben schnell am Abend abhaken, damit man befriedigt ist. Man sollte sich daran erfreuen, dass man in einer Beziehung ist. Und diese Beziehung muss man pflegen. Dazu muss man zusammen schöne Dinge tun: einen Film gucken, spazieren gehen, Ski fahren – irgendwas Schönes. Man muss sich für die Beziehung Zeit nehmen, sich für den Partner interessieren. Wenn man sich langweilt, ist es das Ende einer jeden Beziehung. Wenn man trotz einer guten Beziehung keinen guten Sex hat, kann es körperliche oder psychische Gründe haben. Dann muss man zum Arzt oder zum Therapeuten. Diese Probleme lösen sich nicht in Luft auf, wenn man nichts tut.

Und wenn man keine Lust auf Sex hat? Ist das schlimm?

WESTHEIMER: Ja, das ist schlimm! Es gibt keine gute Beziehung ohne Sex. Denn wenn man nicht die Energie für Sex hat, hat das einen Grund. Es ist das Symptom dafür, dass etwas kaputt ist. Den Grund muss man finden und ihn beheben, denn ansonsten geht jede Beziehung endgültig kaputt.

Wie finden Sie Pornos?

WESTHEIMER: Ich bin absolut dafür, dass Erwachsene sich – alleine oder als Paar – erotische Filme anschauen oder erotische Bücher wie „Fifty Shades of Grey“ lesen, um die Sorgen des Alltags zu vergessen und um sich zu stimulieren. Aber sie müssen wissen, dass Pornos keine Realität sind. Das ist Fantasie! Kein Mann hat eine gewaltige Erektion nach der anderen. Und guter Sex hat nichts mit der Größe des Penis zu tun. Size does not matter. Das gilt natürlich auch für die Brüste der Frau. Das müssen Mann und Frau sich klarmachen, sonst könnten sie Minderwertigkeitskomplexe bekommen.

Mittlerweile haben fast alle jungen Menschen Pornos geguckt, bevor sie das erste Mal Sex haben. Ist das ein Problem?

WESTHEIMER: Ja, ein großes Problem! Es ist schlimm, wenn sie glauben, dass echter Sex tatsächlich so abläuft. Das kann sie unter schrecklichen Druck setzen.

Sie reden seit 40 Jahren über Sex. Stellen die Anrufer seit Jahrzehnten immer wieder die gleichen Fragen?

WESTHEIMER: Gute Frage! Die Antwort ist: Die Fragen haben sich kaum geändert. Frauen fragen immer noch, wie sie zum Orgasmus kommen können, Männer fragen immer noch, wie sie einen vorzeitigen Orgasmus vermeiden können und ob man einen großen Penis braucht, um eine Frau zu befriedigen. Aber was sich geändert hat, ist die Sprache. Man spricht heute viel expliziter über Erektion, Masturbation und Orgasmus.

Über Ihre eigene Sexualität haben Sie nie gesprochen.

WESTHEIMER: Genau. Und das werde ich auch heute nicht tun. Nächste Frage!

Die Leute erzählen Ihnen alles, Sie erzählen nichts. Warum?

WESTHEIMER: Daran hatte ich nie ein Interesse. Nächste Frage!

Dabei – das haben Sie selbst gesagt – können Juden besonders gut über Sex sprechen. Warum ist das so?

WESTHEIMER: Weil in der jüdischen Tradi-

tion Sex nie eine Sünde war. Im Gegenteil: Es gibt sogar die Verpflichtung des Ehemannes, seine Frau zu befriedigen. Dass ich deshalb immer offen über Sex sprechen konnte, hat mir auch bei meiner Karriere geholfen.

Vor 40 Jahren haben Sie Tabus gebrochen. Heute plädieren Sie dafür, dass Frauen sich nicht zu freizügig kleiden sollen. Sind Sie konservativ geworden?

WESTHEIMER: Ich finde es sehr schlimm, was jetzt passiert. Wohin man geht, laufen Frauen mit Dekolletés rum. Ich finde, dass Frauen wissen müssen, wann und wo ein Dekolleté in Ordnung ist. Im Büro finde ich es ganz schlimm, denn das suggeriert Männern auf jeden Fall, dass es in Ordnung ist, eine sexuelle Anspielung zu machen. Aber wenn das passiert, dann heißt es gleich, dass es eine sexuelle Belästigung war. Ich habe nichts gegen Nacktschwimmen und Nacktstrände. Ich habe auch nichts dagegen, sich am Körper zu erfreuen, aber ich habe etwas dagegen, wenn Frauen im Büro ein zu tiefes Dekolleté haben und wenn die Hosen beim Mann so eng sind, dass man die Form des Penis sehen kann.

Nicht nur Anhängerinnen und Anhänger der #MeToo-Bewegung würden Ihnen hier entscheiden widersprechen.

WESTHEIMER: #MeToo ist nicht so mein Ding. Das liegt vielleicht auch daran, dass ich old fashioned bin. Schreib das auf: Old fashioned! Altmodisch! In unserer Gesellschaft ist und soll Sex etwas Privates bleiben.

Beziehungen

Sie ist Sexualberaterin, Holocaust-Überlebende und ausgebildete Scharfschützin: Ruth Westheimer spricht über Pornografie, Hitler und warum die jüdische Tradition der gebürtigen Karlstadterin bei der Karriere geholfen hat.



Ruth Westheimer in ihrer New Yorker Wohnung. Für ihr Lebenswerk erhielt sie das Bundesverdienstkreuz.

FOTO: HEDEMANN

”

Wenn man sich langweilt, ist es das Ende einer jeden Beziehung.

Ruth Westheimer,
Sexualberaterin

Ruth Westheimer

Ruth Westheimer wurde am 4. Juni 1928 in Karlstadt (Lkr. Main-Spessart) geboren. 1980 moderierte sie erstmals die Radio-Sendung „Sexually Speaking“. „Dr. Ruth“ wurde schnell zur 1,45 Meter großen Kultfigur und schrieb über 30 Bücher über Sex. Sie war drei Mal verheiratet, hat einen Sohn, eine Tochter und vier Enkelkinder.

Ich glaube immer noch daran, dass ein Mann und eine Frau oder zwei Männer oder zwei Frauen sich ehren, lieben und sich aneinander erfreuen müssen. Auch als es in Mode war, habe ich nie gesagt: Jetzt geht alles, jetzt ist Gruppensex in Ordnung.

Sie sind kein Fan der #MeToo-Bewegung. Sind Sie trotzdem Feministin?

WESTHEIMER: Meine Enkelin sagt, dass ich Feministin sei. Das habe ich mittlerweile auch zugegeben. Aber ich bin ganz bestimmt keine radikale Feministin. Ich will nicht, dass meine Enkelin ihren Büstenhalter verbrennt. Aber ich bin dafür, dass Männer und Frauen die gleichen Rechte haben und gleich bezahlt werden. Und ich hatte das große Glück, dass ich einen Mann hatte, der bereit war, das Abendessen zu kochen.

Konnte Ihr Mann gut kochen?

WESTHEIMER: Nein! Er hat immer dasselbe gekocht. Spaghetti mit Fleischklößchen. Aber meine Kinder haben sich nie beschwert, und ich habe mich einfach nur gefreut, dass ich nicht kochen musste.

Lassen Sie uns bitte jetzt auch noch über das zweite große Thema sprechen, das Ihr Leben bestimmt hat: den Holocaust. Ihre Eltern starben in Auschwitz.

WESTHEIMER: Und wäre ich 1938 nicht mit einem Kindertransport von Deutschland in die Schweiz gekommen, wäre ich jetzt auch tot. Deshalb habe ich eine Verpflichtung, darüber zu sprechen, wie dankbar ich der

Schweiz bin. Mir ist es sehr wichtig, dass auch nachfolgende Generationen über den Holocaust Bescheid wissen. Darum habe ich für Schüler das Buch „Roller-Coaster Grandma“ (Die Achterbahn-Oma) geschrieben. Darin spreche ich zwar nicht direkt über Auschwitz, aber sehr wohl darüber, dass mein Vater von den Nazis geholt worden ist. Jetzt soll dieses Buch von Steven Spielbergs Shoah Foundation animiert und an Junior Highschools in Amerika und Kanada gezeigt werden. Das freut mich sehr. So soll über den Holocaust gelehrt werden, ohne Angst zu machen. Der Film soll klarmachen, dass man Menschen so akzeptiert, wie sie sind.

Sie sind ein Einzelkind. Nicht nur Ihre Eltern, auch die meisten Ihrer Familienmitglieder haben den Holocaust nicht überlebt. Hat Adolf Hitler gewonnen?

WESTHEIMER: Nein! Hitler ist tot, und meine vier Enkel sind fantastisch.

Wie hat der frühe Verlust Ihrer Eltern Ihr Leben geprägt?

WESTHEIMER: So ein Trauma kann man nicht überwinden. Die Wunde bleibt immer. Das muss man akzeptieren. Ich habe alle meine Bücher meinen Eltern und meiner Großmutter gewidmet. Ich habe viele Puppenhäuser. Ich gucke sie gerne an. Ich kann Vater, Mutter und Kinder zusammen in ein Zimmer setzen. Bei Puppenhäusern habe ich alles unter Kontrolle. Über mein eigenes frühes Leben hatte ich keine Kontrolle. Aber dass ich später als Sexualtherapeutin so vielen Menschen helfen konnte, zeigt mir, dass es wunderbar und richtig war, dass ich überlebt habe.

Als Sie nach Ende des Krieges ganz allein waren, sind Sie als 17-Jährige nach Palästina gegangen und haben sich der Hagana, einer paramilitärischen jüdischen Untergrundgruppe, angeschlossen. Warum?

WESTHEIMER: 1948 hat sich fast jeder junge Jude, der damals in Palästina war, irgendeiner militärischen Gruppe angeschlossen, um den jungen Staat Israel zu verteidigen. Ich wurde zur Scharfschützin ausgebildet. Und du musst aufpassen: Ich kann immer noch eine „Sten Gun“ (Anmerkung: Maschinenpistole, die damals von der Hagana verwendet wurde) zusammenbauen, Handgranaten werfen und schießen. Ich war eine sehr gute Scharfschützin. Also, pass auf, was du mich fragst!

Haben Sie getötet?

WESTHEIMER: Nein, ich habe niemanden getötet, und darüber bin ich heute sehr froh. Aber ich hätte töten können und wäre dazu bereit gewesen, um mein Leben und den jungen Staat Israel zu verteidigen.

Trotz des Holocausts haben Sie 2014 wieder die deutsche Staatsbürgerschaft angenommen. Warum?

WESTHEIMER: Das ist mir nicht leichtgefallen. Aber ich habe kein Problem mit Deutschen, die zu jung waren, um am Krieg teilzunehmen. Ich werde dich aber nicht fragen, was deine Großväter während des Krieges gemacht haben. Adenauer hingegen bin ich sehr dankbar. Er hat viel Geld nach Palästina geschickt. Zudem sehe ich jedes Jahr junge deutsche Männer und Frauen, die einen Sommer oder ein ganzes Jahr in israelischen Altenheimen arbeiten. Das freut mich sehr! Sie wollen etwas zur Wiedergutmachung tun. Dass ich die Staatsbürgerschaft wieder angenommen habe, hat auch pragmatische Gründe. Meine Kinder und meine Enkelkinder – die zwar alle kein Deutsch können – sollen die Möglichkeit haben, in Deutschland arbeiten und studieren zu können. Die Welt soll für sie offen sein. Da kann es nicht schaden, dass ich die deutsche Staatsbürgerschaft habe.

Sie werden im Juni 92 Jahre alt. Wie sieht Ihr normaler Tagesablauf aus?

WESTHEIMER: Ich stehe um zehn Uhr morgens auf. Vorher darf mich niemand anrufen. Tagsüber bin ich sehr beschäftigt. Ich gebe immer noch Vorlesungen, halte Vorträge, schreibe Bücher und gebe Interviews. Vielleicht bin ich ein Workaholic. Aber ich habe auch viel Zeit für meine Kinder und meine Enkelkinder. Ich habe das große Glück, ein sehr harmonisches Familienleben zu haben. Außerdem kommt zwei Mal in der Woche meine wunderbare Haushälterin. Ein junger Mann macht seit Jahren alle meine Bank- und Computersachen. Das ist alles, was ich an Hilfe brauche.

Wären Ihre Eltern stolz auf Sie?

WESTHEIMER: Ich weiß nicht, ob sie stolz darauf wären, dass ich so viel über Sex rede. Vielleicht müsste ich ihnen erst erklären, dass es in der jüdischen Tradition keine Sünde ist, über Sex zu sprechen.