

INHALT

Vorwort

15

1.

Einleitung

17

2.

Postmoderne Beziehungskultur

Emanzipation der Liebesbeziehung	22
Sex und Konsum	23
Zeiten der Untreue?	25

3.

Der Untergang des Patriarchats

Die Frauen holen auf	32
Das kommende Matriarchat	36
Pornutopia und die Heilung der Wunden	42
Der postpatriarchale Mann	46

4.

Glück und Liebe

Verdamm zum Glück	50
Flow und Nondualität	56
Liebe, der Renner auf dem Glücksmarkt	60
Jeder nach seiner Façon	64
Die Überfrachtung der Liebesbeziehung	68

11

5.

Sexualität und Erotik

Genitale Sexualität	72
Weibliche und männliche Sexualität	77
Resümee der Ungleichheit	85
Erotische Sexualität	90
Sex, Erotik und das Fremde	97

6.

Treue und Untreue

Der Lohn der Treue	105
Eifersucht	108
Statistik der Untreue	110
Gründe für die Untreue	113
Regeln für den Untreuefall	118

7.

Postmoderne Liebe

Narzisstischer Zeitgeist	124
Die narzisstische Beziehung	129
Bindungsscheu	133
Die Deregulation von Liebesbeziehungen	135
Das Ende der Familienmutter	139

8.

Wege aus der Verunsicherung

Inventur	145
Defizite	146
Altlasten	150
Verzeihen	153

9.

Revision des Beziehungsvertrages

Komplementaritäten	157
Gewohnte Missemmpfindungen	163
Der heimliche Plan	165
Veränderungen und die Schwierigkeiten damit	170

10.

Entwicklung der Liebesfähigkeit

Trost und Scheitern der Liebe	175
Koevolution	178
Paargespräch als Empathie-Übung	186
Abwehrfreie Momente	191
Der Reiz der Unterschiedlichkeit	198
Sex in langen Beziehungen	203
Entwicklung des Bewusstseins	209
Der Erhalt der Liebe	217

Schluss

223

Anmerkungen	229
Literatur	241