

# 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

Verdammt 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 Missempfindungen	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