

Inhalt

Vorwort	9
Vom wilden Fluß zum ruhigen See	13
1 Das Phänomen: Lust-Frust und Lust-Lüge	
Über allen Zipfeln ist Ruh'	19
»Wie soll ich den Leuten Lust machen?«	23
Lust-Blocker Hemmung, Lust-Blocker Harmonie: Zwei Fälle	28
Das Grundprinzip der Lust-Lügner	32
»Not Tonight, Dear«: Unlust-Pionierland USA	38
Reeperbahn-Feeling	45
2 Die Lust-Killer: Alte Macken, neue Zwänge	
Sex im Griff von Normen, Ängsten und Streß	53
Falsch geparkte Lust – Ängste als Lust-Stopper – Potenzstörungen durch Streß – Gute und schlechte Normen – Sex-Normen übers Fernsehen	
Die sechziger Jahre: Auf ins Sex-Nirwana	63
Genitale Strebungen im Ich – »Gibt es was zu ficken?« – Frust auf der Kommunardenmatratze	
Todfeinde: Kirche und Lust	71
Geile Engel – igittigitt – Heuchelei und wilde Orgien – Macht-lust als Ersatzlust – Kein Kirchen-Spott im Kabarett-Spot – Gut-Böse-Prägung im Kindesalter	

Statistiken – Vorschlaghammer für die Sinnlichkeit	83
Zahlen zählen auf Lust komm raus – Bitte »Länge Oberseite« messen – Sex im großen Euro-Test	
Die Wissenschaft: Hin und her in Sachen Sex	91
Widersprüchliche Forscher – Sexualtrieb im Mittelpunkt – Wo sitzt die Lust der Frau? – Modelle der Lust – 500 Millionen Sper- mien – Schreckensvision Lustpille	
Zeitgeist – Die Unlust-Zeitbombe	102
Lust und Glück im Pflichtprogramm – Steigendes Unbeha- gen, großes Schweigen – Vollgestopfte Sinnleere	
Porno – Die Überdosis macht's	112
Keulen und Höhlungen – Schmuse mit Uhse – Pornos lernen wippen und hoppeln – Einsam den Trieb plattmachen – Sex als Markenartikel	
Wann ist ein Mann ein Mann?	124
Der moderne Tarzan: Typ Teddybär – »Das Glied ist einen Me- ter lang« – Statt Neu-Mann neue Männerkrise – Erektionspro- blem Frau – Frauen – »nur unfruchtbare Männer«	
New Age: Falsch gepolte Lust	140
Esoterisches Fast-Food – Erotische Spannung zwischen zwei Po- len – Die eigenen Schattenseiten zeigen – Das Ritual schafft Reiz – Lustgefühle nur über Leiden	
Mit der chemischen Keule gegen die Lust	153
Zum Beispiel Valium und LSD – Bedrohung der Bevölkerung – Blei im abnormen Sperma	
Bali ist verdammt weit weg	161
3 Die Zeugen: Bilder aus einem lustgestörten Land	
Die Frauengeschädigten: Ihr Ich ist vernichtet	169
Das Frauentherapiezentrum: Zuviel Last – keine Lust	175
Die Telefondame: Reden mit sprachlosen Männern	182

Der Soziologe: Lust-Absturz am Computer	188
Das Männerbüro: Lernziel Sinnlichkeit	198
Der Sex-Professor: Lust ganz ohne Norm und Trieb	203
Der Mental-Guru: Keine Lust ohne Zeitverlust . . .	208
Die Vermittlerin: Alle aus Sexfrust-Ehen	213
Die Hure: Wir verdienen mit der Unlust	219
Der Lustmesser: Elektroden melden Reizverluste . .	224
Der Stecher: Akupunktur gegen Unlust	231
Der Psychologe: Folgen von drei Streßfaktoren . . .	236
Die Feministin: Lustproblem Verhütungsmittel . . .	242
Der Berater: Lustfeind Bruder-Schwester-Syndrom .	245
Wann endlich kommt Eva?	251

4 Die Zukunft: Lust als Kraftquelle

Kraftquelle Lust	261
Die Liebe zu sich selbst pflegen	264
Fragen führen weiter	268
Ein Ahnen neuer Lust	272
Routine muß nicht sein	276
Ansätze für Veränderungen	279
Achtung, Stolperfallen	281
Bewußt-Sein voller Lust	283