

Der Ursprung der Lust

Die „Lust“ des fast Erstickten, Verdursteten, Verhungerten, bzw. Erfrorenen am ersehnten ersten freien Atemzug, Schluck Wasser, Nahrungsbissen, bzw. Wärmestrahl, verweist auf das große Moment der **psychosomatischen Erleichterung**, welches, evolutionär relevant, Situationen des Gerade-so-Überlebens auszeichnet. Die Entlastung folgt aus dem Nachlassen der Schmerzen und der Angst, die der Körper sich selbst als Warnung und Motivation in Gefahrensituationen zufügt. Eine wesentlich abgeschwächte Form der Erleichterung erlebt man beim Urinieren bzw. Defäkieren, verstärkt aber, wenn man es lange einhalten musste (oder wollte), beim Ziehen eines Splitters oder festgewachsenen Nagels, etc., und schließlich auch beim Sexualverkehr, wobei letzterem natürlich eine Sonderrolle zukommt. Beim Sex wird der *zu durchleidende* und über den Orgasmus schlussendlich *aufzulösende* Zustand zuallererst herbeigeführt, welches bereits als lustvoll erlebt wird. Das schöne Leiden, sozusagen, oder auch: *Der kleine Tod*. Metaphysisch kann die Erleichterung auch zur (spirituell-religiös konnotierten) **transzendenten Erlösung** beim Beichten der Sünden („den Stachel aus der Seele ziehen“) oder beim Eintritt ins Paradies weitergeführt werden.

Die Funktion der Lust

(Hetero)Sexuelle Paar-Handlungen dienen primär der **biologischen Fortpflanzung** (Zeugung), darüber hinaus als ein Weg zur Steigerung der partnerschaftlichen **sozialen Bindung** (Liebe), was die Überlebenswahrscheinlichkeiten des Nachwuchses (vor und nach der Geburt) erhöht und damit ebenfalls evolutionär relevant ist. Die tendenziell längere Vorlaufzeit zum Orgasmus bei der Frau und der signifikante räumliche Abstand der lustschaffenden Klitoris zur Vagina dienen vermutlich in besonderer Weise der „Zuchtwahl“, indem gerade *dem* Mann, der sich erfolgreich um die Lust der Frau bemüht, höhere Befruchtungschancen bei der Begattung winken. Die *Masturbation* ist eine **Self-care-Technik**; sie dient zum einen dem Stressabbau und der Selbstvergewisserung, zum anderen dem Erhalt der Funktionen des Sexualapparates und beim Mann der Reinigung des Harntraktes. Als soziale Handlung am (zumeist männlichen) Gegenüber dient sie unter manchen Primaten der *Befriedung von Aggressionen*.

Da „Lust“ im weitesten Sinn ein **Erleben** darstellt, welches durch Handlungen hervorgerufen und aufrechterhalten wird, ist sie am besten handlungstheoretisch zu beschreiben. Die *inhaltlich diversen* lustvollen bzw. vergnüglichen Handlungen und Prozeduren der Hochkultur („Lustbarkeit“) haben verschiedene *formelle Schwerpunkte* (Praxis, Theorie, Improvisation), wonach sie sich grob einteilen lassen, obwohl alle Handlungstypen natürlich alle Aspekte anteilig in sich tragen – **Praxis**: „sinnliches Kunsthandwerk“ (Musik, Malerei, Kochen, Handwerken, Sport, etc.), **Theorie**: das Aufnehmen „geistiger Nahrung“ (Bücher, Rätsellösen, Erkenntnis, etc.), und **Improvisation**: schieres Ausgelassen sein (Feiern, Spielen, Lustigkeit, Spaß haben, Schauspiel, etc.). Obwohl solche komplexen Formen der Lust (fast) nur dem Menschen zukommen, bedienen sie *funktional* dennoch *auch* die basalen sozial-biologistischen Aspekte Self-care, soziale Bindung und Fortpflanzung. *Individualpsychologisch* sind noch die Vorfreude, das Lernen, das Loslassen können und das Schwelgen in schönen Erinnerungen als lustverwandt zu nennen.

Varianten, Grenzen und „Gefahren“ der Lust

P. Sloterdijk: Aufteilung der sieben **Todsünden** in Aspekte des *Eros* (Wollust, Völlerei, Habgier), des *Thymos* (Stolz, Neid, Zorn) und indifferent (Trägheit). Ihnen gegenüber stehen die vier **Kardinaltugenden** (Klugheit, Gerechtigkeit, Tapferkeit und Mäßigung). Alle können auf ihre Art als lustvoll erlebt werden (z.B. Selbstgerechtigkeit).

Die psycho-sozio-politischen Bedeutungen **nicht-reproduktiver Sexualität** (LGBTQIA+, Pornographie, Prostitution, spezielle Praktiken/Zielobjekte (Nekrophilie, Pädophilie, Fetischismen, etc.)); **Lustlosigkeit**; Todessehnsucht.

Von der (gelegentlichen) Völlerei zur Fress- und Trinksucht. Vom (Gelegenheits-)Rausch zur (Drogen-)Sucht.

Vom produktiven (Work-)Flow zum destruktiven Workaholic. Vom Wunsch nach Anerkennung zur Geltungssucht.

Von der Lust nach Kontrolle zum Machtmissbrauch. Von der Lust an den Schmerzen anderer zu Folter und Mord.