

*Over eerder werk van Daan Borrel:*

'Daan Borrel heeft een vaste hand als ze schrijft  
over het lijfelijke, het tastbare.'

**– De Groene Amsterdammer**

'Vloeiende stijl.'

**– De Volkskrant**

'Borrel ten voeten uit: prikkelend,  
maatschappelijk betrokken en niet bang om  
zich met stevige passen buiten de platgetreden  
paden te betreden, en passant wat taboes  
onder het onkruid vandaan plukkend.'

**– VPRO Gids**

DAAN BORREL

# **RECHTS VERPEST ONZE SEKS**

STEM VOOR EEN LEUKER SEKSLEVEN

**MAVEN**  
PUBLISHING

© Daan Borrel / Maven Publishing bv

[www.mavenpublishing.nl](http://www.mavenpublishing.nl)

**Art direction** Momkai

**Zetwerk** Coco Bookmedia

**Drukwerk** Wilco

**Fotograaf** Coco Olakunle

ISBN boek 978 94 934 3425 7

ISBN e-boek 978 94 934 3429 5

NUR 320

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie of op welke wijze en/of door welk ander medium ook, zonder voorafgaande toestemming van de uitgever. Gebruik voor tekst- en/of data-mining is niet toegestaan.

Voor Monte,  
bij wie ik leerde dat seksualiteit  
zoveel meer betekent dan seks.

'Traditionele morele waarden als gezin, krijgshaftige mannelijkheid en vrouwelijke eerbaarheid zijn bedoeld om iedereen zijn eigen rol toe te wijzen. Mannen als kanonnenvoer voor de staat, vrouwen als lijfeigene van mannen. Uiteindelijk allemaal tot slaaf gemaakt, beroofd van onze seksualiteit, in de gaten gehouden, aan normen onderworpen. Er is nog altijd een sociale klasse die er belang bij heeft de dingen te laten zoals ze zijn, en die de waarheid over de onderliggende motivaties verzwijgt.'

Virginie Despentes, *King Kong-theorie* (2006)

# PROLOOG

Op een dinsdagmiddag kom ik op een winderig perron een kennis tegen. Ik ken haar alleen van feestjes, niet het soort waar we het over politiek hebben. En toch durf ik mijn hand ervoor in het vuur te steken dat ze links stemt. Sommige dingen wéét je gewoon.

Terwijl we op de trein wachten, kletsen we over elkaars werk. Ze adviseert me om weer meer over seks te schrijven. Het valt haar namelijk op, zegt ze, hoeveel mensen om haar heen tegenwoordig ontevreden zijn over hun seks. Kan ik daar niet een leuk boekje over schrijven, iets met tien tips voor een leuker seksleven?

Als antwoord trek ik een vies gezicht. Ik ken zowat alle tips, maar daarmee voorkom ik alsnog geen periodes waarin de seks minder is. Periodes waarin ik te hard werk, te weinig tijd heb om te sporten of ontspannen, de komst van kleine kinderen. En daarbij lijkt leukere seks me geen topprioriteit in een wereld die langzaam ten onder gaat. Het is 2023, vlak nadat de PVV de grootste is geworden bij de Tweede Kamerverkiezingen, Trump in de VS doodleuk opnieuw mee-

doet aan de verkiezingen en in heel Europa een flinke rechtse wind waait. 'Laten we eerst maar eens zorgen dat mensen wat linkser stemmen,' zeg ik. 'In een betere, socialere wereld volgt die goede seks vanzelf wel.'

Ze blijft even stil, tuurt in haar flesje spa rood. 'Maar,' reageert ze, wanneer de trein het station binnenrijdt, 'linkse mannen zijn toch juist heel...' Ze stopt met praten, kijkt me even bedenkelijk aan, alsof ze nog twijfelt of ze dit echt gaat zeggen, en zegt dan zacht: '...die zijn toch juist heel slecht in bed?'

Zijzelf heeft er ervaring mee, vertrouwt ze me fluisterend toe wanneer we eenmaal naast elkaar zitten in een volgestampte, klamme coupé. Met die links stemmende en slecht seksende mannen. Momenteel heeft ze voor het eerst een romantische relatie met een man die rechts stemt. 'Op de VVD hoor,' haast ze zich te zeggen. 'Niet radicaal-rechts.' Ze kunnen vreselijk ruziemaken en eindeloos discussiëren over bepaalde politieke onderwerpen. Maar de seks, die is heel erg goed. Ze is helemaal overdonderd door deze dominante man. Het is heel anders dan met de linkse mannen met wie ze hiervoor het bed deelde.

'Het is écht waar,' vertrouwt ze me glunderend toe, 'dat "linkse meisjes met rechtse mannen" de beste combinatie is.' Ze glundert helemaal.

'O ja?' zeg ik met een wat schorre stem. Ik veins een ongemakkelijke glimlach. *Really*, denk ik, heeft ons politiek gedachtegoed zo direct invloed op onze sekslevens? En als dat zo is: waarom zouden rechts stemmende mannen dan geiler in bed zijn dan links stemmende? Ik kán en wil het vooral niet geloven. Is het niet juist progressief en sociaal gedachtegoed dat je seksleven leuker maakt?<sup>1</sup>

Toch brengt haar opmerking me van mijn stuk. Ineens herinner ik me weer een essay dat ik jaren daarvoor las, geschreven door een 'linkse jongen' die klaagde over zijn (niet-bestaande) seksleven en over zijn feministische moeder die zijn masculiene aantrekkingskracht met haar progressieve opvoeding zou hebben verpest. Destijds had ik hem nogal een zeurpiet gevonden, maar mijn eveneens linkse reisgenote deelt met haar 'linkse meisjes met rechtse mannen'-opmerking kennelijk dezelfde overtuiging: dat emancipatie leidt tot slechtere seks. Denken anderen in mijn omgeving stiekem ook zo? Is het *bon ton* geworden om conservatisme aantrekkelijk te vinden?

Ik weet dat er wetenschappelijk onderzoek bestaat dat deze overtuiging onderbouwt. Eens in de zoveel tijd verschijnt er een (semi)wetenschappelijke studie die aantoonst dat als een (heteroseksuele) man thuis ook afwast, de boodschappen doet, de vloer dweilt, luiers verschoont, vul maar in, dit resulteert in minder



seks.<sup>2</sup> Of dat als een vrouw meer verdient of werkt dan haar man, dit leidt tot relationele ontevredenheid.<sup>3</sup>

Volgens deze redenering zou de ook binnenshuis geëmancipeerde (linkse) man – je hebt er vele die vooral buitenshuis geëmancipeerd zijn: wél op sociale media posten over een gelijk inkomen, niet de schoenmaat van hun kinderen weten; wél meelopen met een abortusdemo, in bed weigeren een condoom om te doen – te zacht zijn, te veel bezig met zorgen voor de ander, in plaats van zijn eigen verlangens op te dringen. Hij zou niet meer hard en dominant zijn. Niet 'geil'.

Mijn feestjeskennis stapt een station eerder uit dan ik. We omhelzen elkaar wat onhandig in de blauwe stoeltjes. 'Zie ik je volgende maand bij de verjaardag van die en die?' vraag ik glimlachend.

Ondertussen vraag ik me toch af: heeft zij nou betere seks dan ik? Moet ik ook een rechtse partner vinden? Ja, ook ik heb ervaring met linkse mannen bij wie de hemelpoorten zich nou niet bepaald hadden geopend tijdens de seks. Maar hetzelfde geldt voor de rechts stemmende mannen met wie ik seks heb gehad – toch? Met niet-mannen heb ik niet genoeg ervaring om iets kwantitatiefs over de sekskwaliteit te zeggen.

Op het perron zie ik haar met een huppeltje naar de roltrap lopen. Het irriteert me dat, hoe sociaal ze

ook stemt, ze toch lekker egocentrisch voor haar eigen orgasme kiest. Het irriteert me ook hoe makkelijk je die conservatieve kant kunt verbergen. Je kunt als vrouw uit elke porie progressiviteit ademen – op zondagmiddag protesteren tegen genocides, als buddy meegaan naar de abortuskliniek, je eigen centen verdienen en daar met liefde belasting over betalen, op je sociale media openlijk walgen van Trump en zijn fascistische migrantenbeleid –, maar je in bed gedragen alsof een vrouw seksueel passiever zou zijn dan een man. Je alleen maar laten 'overdonderen'.

Voor linkse mannen geldt natuurlijk hetzelfde. Je kunt van de daken schreeuwen dat je voor gelijke rechten bent, stemmen op een vrouw, boeken schrijven over racisme of homofobie, maar in bed alleen om je eigen orgasme geven.

Je kunt voor de buitenwereld gemakkelijk progressief en sociaal zijn, en in bed conservatief en asociaal.

Als ik even later van het perron door het overvolle, naar frituur walmende station naar de fietsenstalling loop, vind ik me nog steeds op over haar opmerking. Zo gaan we de strijd niet winnen, als we onze politieke overtuigingen in het dagelijkse leven overboord gooien. We eten vegetarisch, totdat er op de menukaart een toch wel erg lekker stukje lam staat. We vliegen

niet (ver), totdat we in de winter écht behoefte hebben aan zon. We willen gelijkwaardige romantische relaties, totdat we in bed liggen en denken alléén opgewonden te worden van een ouderwets rollenspel. En het is misschien nog wel makkelijker om nooit meer te vliegen of geen vlees meer te eten dan je seksleven te veranderen. Dat is veel kwetsbaarder.

Een beter milieu begint niet bij jezelf zolang Tata Steel niets doet aan de uitstoot. Zolang de vleesindustrie niet aan banden wordt gelegd, hoef jij je niet schuldig te voelen over dat ene stukje biologische biefstuk dat je tijdens je verjaardagsetentje bestelt. Jouw jaarlijkse vriendinnenvakantie hoeft vanwege vliedschaamte niet altijd in Zeeland plaats te vinden. De politiek is verantwoordelijk voor het invoeren van een vliegtax.

Geldt voor goede seks niet hetzelfde? Ik vraag het me af terwijl ik in een rij vol vermoeide fietsers voor een stoplicht in het centrum van Amsterdam sta. Beïnvloeden politieke keuzes ons seksleven niet veel meer dan een links- of rechtsgeoriënteerde bedpartner? We hebben al bijna vijftig jaar vrijwel aan een stuk door rechtse kabinetten. Met kleine onderbrekingen zijn het CDA en de VVD al een halve eeuw steeds opnieuw de machtspartijen: hun neoliberale en conservatieve beleid kan toch niet echt positief hebben bijgedragen aan leukere sekslevens? We kunnen het er toch wel

over eens zijn dat BBB, NSC, CDA of VVD niet een seksuele revolutie richting vrijheid zal ontketenen?<sup>4</sup>

Is slechte seks niet net als de klimaatcrisis een collectief probleem en is goede seks daarmee naast een individuele vooral een collectieve verantwoordelijkheid?

De trend is juist al decennialang om de oorzaken van – en oplossingen voor – een onbevredigend of slecht seksleven bij jezelf te zoeken. Jij weet gewoon nog niet wat jouw échte seksuele verlangens zijn. Jij moet een seksuele zoektocht beginnen. Jij moet leuke lingerie aan of een biologisch merk glijmiddel gebruiken. Jij moet je vrouw gewoon weer aantrekkelijk vinden. Jij moet op de seksapp Feeld. Jij moet je heteroseksuele repertoire uitbreiden, jij moet een open relatie, jij moet vaker en meditatief masturberen, jij moet eens bondage proberen, jij moet gewoon drie keer per week seks hebben en dan komt de zin vanzelf wel, jij moet eens een sekszelfhulpboek lezen, jij moet niet zo zeuren, jij moet eens proberen je eigen porno te maken met AI, jij moet op zoek naar je ware identiteit. En dan volgt de vrije, leuke seks vanzelf.

Elke zoektocht naar leukere seks is individueel, met dus ook enkel oplossingen voor het individu.

In mijn eerste boek heb ik die individualistische belofte zelf ook verspreid. *Soms is liefde dit* (2018) is

een persoonlijke zoektocht van een jonge vrouw naar haar seksuele verlangens. En hoe ze die kan bevrijden van invloeden van buitenaf – alsof je je ooit aan je omgeving kunt ontworstelen. Ik had als jonge vrouw net ontdekt dat de onvrede die ik voelde over mijn romantische en seksuele leven helemaal niet zo uniek was. Vele andere vrouwen met mij ervaarden die onvrede. Dat betekende dat het niet aan mij lag, zoals ik daarvoor dacht, maar dat het iets breeders, iets maatschappelijks was.

Toch zocht ik oplossingen voor die onvrede vervolgens niet per se in politieke oplossingen. Want de politiek, zo moet ik destijds hebben gedacht, was voor zaken als abortus, dierenrechten of klimaatverandering. Niet voor gelijkwaardige, veilige, opwindende, speelse, kwetsbare en dus goede, leuke seks.

Zo bleef er maar één andere mogelijkheid over: het probleem buiten de politiek om oplossen. Een geliefde uitkiezen die niet jaloers ingesteld is. Mezelf bevredigen met masturbatie. De juiste vrouwvriendelijke nachtclubs bezoeken. Me niet op traditionele dating-apps aanmelden. Zuinig zijn op mijn lichaam. In therapie gaan.

En ja, mijn seks veranderde door mijn individualistische zoektocht; buiten de norm bleek er meer seksuele vrijheid en bevrediging te vinden, maar de verandering vond alléén plaats in mijn eigen bed. Niet maatschap-

pelijk, en zeker niet structureel. Waardoor leuke seks alsnog geen garantie werd.

Als ik bijna thuis ben, realiseer ik me dat ik zo klaar ben met deze neoliberale boodschap. Ik wil me niet meer laten verleiden door dat individualistische gedachtegoed. Wij – individuen – kunnen toch niet in ons eentje verantwoordelijk zijn voor de aanwezigheid van leuke seks en seksualiteit in ons leven? Met dat gedachtegoed zadel je toch al doodvermoeide mensen op met nog meer verantwoordelijkheid voor hun eigen levensgeluk. Daarom moet ik mijn kennis uit de trein ook niet veroordelen: het ligt niet aan haar, het ligt niet aan mij. Ik vermoed dat onze seksuele toestand nooit écht beter wordt als we daar alleen individueel aan gaan werken. Maar bewijzen kan ik mijn vermoeden nog niet.

In de maanden na die ontmoeting in de trein valt het me op dat er in de media steeds vaker gesproken wordt over een 'wereldwijde seksrecessie'. Ondertussen groeit de orgasmekloof tussen vrouwen en mannen ook vrolijk door.<sup>5</sup> Ik lees in het nieuws dat single heteroseksuele vrouwen minder behoefte aan dates of een relatie hebben dan single heteroseksuele mannen.<sup>6</sup> Dat de gemeenschap van incels (*involuntary celibates*) groeit, en hun gebruik van (extreem) geweld ook.<sup>7</sup> In een ander artikel lees ik dat het aantal

'gooners' ook stijgt; jonge mannen die urenlang samen online masturberen op pornografie zonder klaar te komen, en die vrijwillig geen seks meer hebben met andere mensen.<sup>8</sup> Op televisie hoor ik dat jongeren steeds rechtser stemmen en later dan ooit voor het eerst seks hebben.<sup>9</sup> Of dat laatste erg is, daarover kun je discussiëren, maar iedereen met een vriendengroep zal beamen dat er veel seksuele onvrede heerst.

Wat begon als een gesprekje in de trein leidde uiteindelijk tot een zoektocht naar de invloed van politiek beleid op ons collectieve seksgeluk. Loopt de aftaking van ons seksleven gelijk op met de internationale verrechtsing?

Met andere woorden: verpest rechts onze seks?

# 1.

## HOE STAAT HET MET ONZE SEKS?

Ben jij tevreden met de seks in je leven? En ben je geneigd die vraag anders te beantwoorden als ik het woordje 'seks' vervang door 'seksualiteit'?

Als ik die twee vragen voor mezelf beantwoord, denk ik in beide gevallen vooral aan de seks die ik de laatste tijd heb gehad. Specifieker: aan hoe vaak ik seks heb gehad. Nog specifieker: aan hoe vaak ik seks heb gehad met iemand anders. En als ik niet uitkijk, tel ik alleen de keren seks waarin we allebei een orgasme hebben gehad en aan penetratie hebben gedaan.

Als ik nadenk over mijn seksualiteit, denk ik maar weinig aan de mate van intimiteit die ik ervaar. Met mijn vriend, maar bijvoorbeeld ook met goede vrienden. Of we diepe gesprekken hebben, of ze me troosten met een hand op mijn schouder, of we elkaar begroeten met een oprechte omhelzing die langer duurt dan één seconde.



Ik denk ook niet aan de vraag of ik me recent aangetrokken voelde tot een wildvreemde, op zo'n manier dat mijn lijf vlamvatte door alleen maar heel goed naar een ander te kijken – in de trein, op het strand, op een feestje. Of aan de vraag of oogcontact met een ander onlangs in mijn buik resoneerde. Ik denk ook niet aan hoe vaak mijn lijf de afgelopen weken helemaal bevredigd voelde, niet omdat ik mezelf er goed vond uitzien in de spiegel, maar omdat ik me vanbinnen voldaan voelde. Bijvoorbeeld tijdens het dansen, het lachen of bij het snoeien van de jasmijn in de achtertuin. Ik denk bij het beantwoorden van die vraag maar weinig aan de intense verzadiging die ik voelde tijdens en na het masturberen.

Ik constateer dat ik een 'goed seksleven' heb in de weken waarin ik toevallig vaker 'seks' had met mijn vriend. (Ik schrijf 'seks' bewust tussen aanhalingstekens, want het is duidelijk een begrensde definitie, in dit geval: penetratie en orgasmegericht.) Toen ik single was, liet ik van het aantal sekspartijen met anderen mijn tevredenheid afhangen. In de weken waarin ik minder mentale sekskruisjes zet, ontstaat er al snel een ontevreden gevoel. Óók als ik me wél seksueel heb gevoeld.

Ik probeer mezelf te trainen om niet zo bezig te zijn met dat seksgetal, omdat ik ervan overtuigd ben dat seksualiteit uit véél meer bestaat dan alleen die

penis-in-vaginaseks. Ik probeer de betekenis van goede seks ook niet te koppelen aan klaarkomen. Goede seks is seks die geil is, waardoor je opwinding voelt ontvlammen in je buik, benen of tenen; het is gelijkwaardige, veilige, voor alle partijen onschadelijke en lichamelijk bevredigende seks. Goede seks is seks die je speels (voor even) bevrijdt van alles wat je moet en bent in het dagelijkse leven. Goede seks komt in vele gedaantes en het gaat eigenlijk niet om wat je doet, maar om wat je voelt. Aan dat alles probeer ik te denken als ik de vraag voor mezelf wil beantwoorden of ik tevreden ben met mijn seksleven.

Maar dat is nog best lastig als de rest van de samenleving zo gericht is op klaarkomen en eenzijdige seks. Kenniscentrum Rutgers is het onafhankelijk expertisecentrum seksualiteit in Nederland. Dit instituut verzamelt informatie en kennis over onze seksuele gezondheid en tevredenheid. Ieder jaar publiceren ze de 'Kerncijfers Leefstijlmonitor seksuele gezondheid'. Uit de cijfers van 2023, bijvoorbeeld, blijkt dat zeventig procent van de Nederlanders boven de zestien jaar seksueel actief was. Hier zie je die schrale betekenis van seks terugkomen, want 'seksueel actief' houdt volgens dit onderzoek in dat je de afgelopen twaalf maanden minimaal één keer penis-in-vaginaseks en/of anale seks hebt gehad. In deze onderzoeken is de definitie van seks: penis-in-vaginaseks of anale seks.

Gelukkig zijn dit niet de enige cijfers die we hebben. Elke vier jaar publiceert Rutgers ook resultaten van een groter onderzoek naar de seksuele gezondheid en het seksuele welzijn in Nederland.<sup>10</sup> Dit onderzoek wordt uitgevoerd onder 15.000 mensen van zo veel mogelijk verschillende achtergronden (1,4 procent van hen is transgender of non-binair, maar het onderzoek is wel binair ingedeeld naar man en vrouw), in de leeftijd van achttien tot tachtig jaar. In dit onderzoek is de definitie van seks meer divers, namelijk als aftrekken of vingeren, penis-in-vaginaseks, anale en orale seks én masturberen. Het is ook een 'gevoeliger' onderzoek, omdat ook gevraagd wordt naar gevoelens rondom seks in plaats van dat er alleen cijfers over lichamelijke handelingen gepubliceerd worden.

De cijfers uit deze monitor zijn behoorlijk positief. Zowel mannen als vrouwen beoordelen hun seksleven gemiddeld met een 7. Driekwart is zelfs tevreden over de mate van verbondenheid tijdens de seks. Een grote meerderheid (92 procent) van de vijftientigplussers voelde zich opgewonden tijdens de laatste keer seks, 96 procent voelde zich 'fijn' met hun laatste bedpartner tijdens de seks.

Waar mensen het minst tevreden over zijn? Over de hoeveelheid seks. 'Maar' 48 procent is tevreden over hoe vaak ze seks hebben. Een aanzienlijk lager percentage dus. Dat verklaart waarschijnlijk ook waarom

92 procent van de mannen en 69 procent van de vrouwen zegt 'erg te genieten' van seks, maar dat slechts 56 procent tevreden is over hun seksleven. 20 procent van de mannen tegenover 15 procent van de vrouwen is zelfs ontevreden over hoe vaak ze seks hebben.

### **We willen dus vaker seks (of willen we ons vaker verbonden voelen?)**

Als we met z'n allen vooral ontevreden zijn over de hoeveelheid seks, dan zou je kunnen stellen dat het toch vrij goed gaat met onze seksualiteit. Die 20 procent die wat vaker seks zou willen, ach, daar valt mee te leven. Als 96 procent een fijne laatste sekservaring heeft, dan is er toch eigenlijk niks aan de hand?

Toch wel. Want óók deze gelaagdere en gevoeligere vragen brengen veel niet in kaart. Intimiteit. Erotiek. Sensualiteit.

Seks wordt vaak verward met intimiteit; veel mensen denken dat seks gelijkstaat aan intimiteit.<sup>11</sup> En hoewel seks intiem kán zijn, is het dat lang niet altijd. Er zijn vele manieren om intimiteit te ervaren (waarover later meer), maar toch hebben veel mensen de neiging om intimiteit en verbinding (voornamelijk) in seks te zoeken. Ik herinner me dat het als single ongemakkelijk voelde om 'alleen' om lichamelijke aandacht te vragen (een massage, bijvoorbeeld, of een knuffel).