

Männer

Die Klientin wird in dieser Sitzung von ihrer inneren Frau zu dem Thema Sexualität geführt. Sie hat ihre Lust in vorangegangenen Sitzungen befreit und möchte jetzt endlich viele Erfahrungen mit Männern sammeln.

Gemeinsam mit ihrer inneren Frau räumt sie in ihrer Innenwelt alle Prägungen beiseite, die sie daran noch hindern.

Th.: Nun spüre einmal die Wellen.

Kl.: Das ist so schön. Ich springe da so gerne drin herum. Das ist so lebendig, so toll.

Th.: Sage das dem Meer ruhig einmal. Es ist so schön mit dir.

Kl.: Ich habe jetzt richtig Sehnsucht. Meer, ich finde das so schön. Ja, ich liebe dich. Ich muß wirklich schauen, daß ich noch einmal zu dir hinkomme, dort wo ich wirklich in dir baden kann. Es ist so toll. Gerade wenn du so stürmisch bist und so wild bist. Das finde ich so toll. - *Klientin genießt in vollen Zügen.*

Th.: Wenn du magst, lade das Meer in dein Leben ein, in dein alltägliches Leben, es ist ganz voll Energie.

Kl.: Meer, komm in mein Leben. Es ist alles so schön.

Th.: Lege dich ein bißchen an den Strand, vielleicht einen Moment zum ausruhen, zum wahrnehmen. Schau dich einfach einmal um wie der Strand aussieht. Ob die Sonne scheint, wie der Himmel ist.

Kl.: Ja, die Sonne scheint und da ist ein schöner langer Sandstrand mit hellem Sand und dahinter ist Dschungel und ich bin da alleine an diesem Sandstrand. Ich merke die Energie, das ist toll.

Th.: Ich mache dir jetzt einmal eine Vorgabe und zwar wenn du mit dem Kopf nach links schaust wirst du einen kleinen Punkt erkennen, der auf dich zukommt und das ist deine innere Frau. Sie wird größer und sie wird deutlicher und du kannst sie dadurch besser wahrnehmen - deine Weiblichkeit in der Frau. Dann lasse dich einmal überraschen, wie sie ausschaut und was sie sagt oder welche Haltung sie hat. Lasse deine ganze Energie da sein.

Kl.: Ja, du Frau, ich sehe dich. Du kommst da in einem feinen oder durchsichtigen, ganz bunten Kleid aus Seide. Du siehst schön aus, ganz leicht und beschwingt.

Th.: Wie ist das für dich, sie zu sehen?

Kl.: Ich kann dein Gesicht nicht erkennen. Ich sehe nur das Bunte deiner Kleidung.

Sie gibt mir jetzt ihre Hände. Ich soll hochkommen, aufstehen. ... Und jetzt tanzen wir am Strand. Ich finde es schön mit dir zu tanzen, aber ich würde auch gerne dein Gesicht sehen.

Th.: Dann frage sie doch einmal, ob sie etwas über Männer weiß.

Kl.: Du weißt, ich bin noch ziemlich unerfahren. Ich habe ganz wenig Erfahrung mit Männern und ich möchte gerne ganz viel Erfahrung mit Männern machen. Kannst du mir da etwas zeigen? Jetzt gehen wir in den Dschungel. Wir steigen jetzt auf einen Baum. Sie sagt, ich muß die Männer locken. Ich weiß ja nicht, hier im Dschungel wird ja kein Mann sein.

Th.: Lasse dir einmal zeigen, was sie meint.

Kl.: Wie soll ich denn hier im Dschungel die Männer locken? Hier ist doch kein Mann. Ein Tier locken ist doch etwas anderes. Das ist doch kein Mann. Ich möchte gern einen richtigen Mann. Ich habe eine ganz große Sehnsucht nach einem Mann, mit dem ich mich wirklich auf allen Ebenen austauschen kann. Mit dem ich geistig und emotional auf einer Wellenlänge bin, wo wir uns wirklich verstehen und bereichern. Natürlich möchte ich auch die Zärtlichkeit und

den Sex. Das möchte ich am liebsten. Dass ich das mit einem Mann erleben kann, wo alles da ist. Ich möchte nicht in eine neue feste Beziehung, aber ich möchte eine Beziehung, in der ich mich richtig wohlfühle, in der ich meine Bedürfnisse nach Körperlichkeit, nach Sexualität ausleben kann. Ja, das will ich. Sie zeigt mir ein Bild von Hingabe. Ich will mich ja gerne hingeben. Sie ruft jetzt einen Mann herbei. Dich habe ich schon oft gesehen in inneren Bildern. Und jedesmal wenn ich dich gesehen habe, war da diese Liebe. Du bist der Mann, mit dem ich schon lange eine Beziehung haben möchte. Wenn da noch diese Liebe dabei ist, ist alles perfekt.

Th.: Dann schau einfach einmal, was jetzt passiert zwischen euch. Schau einmal, ob du diese Hingabe und alles was da ist erlauben kannst?

Kl.: Da ist ganz viel Kontakt, es ist so schön. Wir sitzen uns gegenüber und halten uns an den Händen und schauen uns in die Augen. Es ist so schön, so intensiv. - *Klientin weint.*

Th.: Erlaube Dir auch den ganzen Körper miteinzubeziehen.

Kl.: Wenn ich so schön mit dir in Kontakt bin, habe ich das Gefühl, daß ich nach dir ewig gesucht habe. Ich habe dich so lange vermißt.

Th.: Erlaube dir einfach, dich diesen Gefühlen hinzugeben. - *Klientin gibt sich ihren Gefühlen hin.* - Dann höre einmal, was er zu dir sagt oder

was deine innere Frau dazu sagt, was will sie dir mitteilen.

Kl.: Ich habe das Gefühl, ich bin unersättlich. Ich habe Angst, daß dir meine Unersättlichkeit zuviel ist. Er sagt, daß er sich darüber freut. Ich erzähle dir das einmal von dem Tobias, als ich mit ihm zusammen war. Der Tobias kam zu mir. Er ist sehr, sehr jung. Es war ein schöner Austausch. Er merkte, daß ich Sex mit ihm haben wollte und es war auch wirklich schön. Und jetzt weiß ich nicht, warum er sich nicht mehr gemeldet hat. Du sagst, du hast die Telefonnummer nicht mehr. Das ist doch Schwachsinn, das glaube ich dir einfach nicht. Ich habe Angst, daß das damit zusammenhängen könnte, daß ich da so unersättlich bin.

Th.: Was sagt deine innere Frau dazu?

Kl.: Sie sagt, es war schon schön. Es war sehr intensiv. Irgendwie war ihm das zu intensiv. Also mir war es nicht zu intensiv. Mir könnte es noch intensiver sein.

Th.: Dann frage einmal deine innere Frau, was die dazu meint.

Kl.: Was meinst du denn dazu? - Wenn ich das noch intensiver haben möchte, dann liegt es an mir, das noch intensiver zu fühlen. Aber ich brauche doch einen Partner. Ich muß doch irgendwohin mit meinen Bedürfnissen. Ich versuche hier und da und morgen treffe ich mich mit zwei Männern. Ich muß das an den

Mann bringen. Genau, ja.

Th.: Schau mal was Tobias dazu sagt.

Kl.: Der hat Angst, vereinnahmt zu werden. Aber ich will dich doch nicht vereinnahmen. Er ist irgendwie erschrocken. Es ist doch nur „just for fun“ und so kann es doch auch bleiben. Das hat dir doch auch gefallen. Oder hat es dir nicht gefallen? - Ja, sicher, sagt er.

Th.: Hast du es ihm gesagt, als du mit ihm zusammen warst oder was hast du ihm gesagt?

Kl.: Was ist bei dir angekommen? Ich habe dir gesagt, daß ich das total schön finde. Jetzt sagst du, daß du Angst davor hast, daß es zuviel ist. Was ist das denn?

Th.: Sage ihm einmal, daß es dich traurig macht.

Kl.: Ich habe das Gefühl, daß du nicht willst, daß ich mich nicht so äußere wie ich das fühle und empfinde. Daß dir das zu stark ist. Ich mag mich aber nicht zurücknehmen. Ich möchte das noch stärker haben, noch stärker ausdrücken. Meinem Mann in der Innenwelt ist das nicht zuviel. Ich habe Angst, daß nur du da bist und nicht in der Realität existierst und daß anderen Männern das zuviel ist. - *Klientin wird wütend und drückt es in Worten aus, daß sie sich Männer wünscht, die Freude an Liebe und Sex haben.*

Th.: Wie ist das für dich, es so klar auszudrücken?

Kl.: Das tut gut.

Th.: Guck mal, wie der Tobias schaut. Ist er erschrocken oder begeistert?

Kl.: Er hat sich zurückgezogen. Ziehe dich nicht zurück. Komm einmal her. Jetzt nehme ich ihn in den Arm. Das ist schön. Er ist ganz weich geworden. Ich will das einfach ausdrücken können, was in mir ist. Weißt du, du bist einfach noch sehr jung und ich glaube nicht, daß das was auf Dauer ist. Aber trotzdem war das schön und ich fände es schön, wenn wir uns ab und zu sehen würden und du nicht auf der Flucht wärst. Er hat es mir auch am Telefon gesagt, aber ich glaube dir das einfach nicht. Es wäre schön, wenn du mich aushalten könntest und es auch genießen könntest, daß was wir miteinander teilen können. Er sagt, daß ist auch o.k. für ihn. Ich bin einmal gespannt, ob du anrufst. Ich habe jetzt auch Lust mich mit mehreren Männern zu treffen und nach dem zu schauen der am besten zu mir paßt, mit dem ich mich am wohlsten fühle. Und dann gucke ich einfach, daß macht mir Spaß. Das ist auch für den Tobias in Ordnung, daran liegt es nicht.

Th.: Frage einmal deine innere Frau.

Kl.: Was sagst du denn dazu, daß ich jetzt Männer erfahren will? Ja, das ist toll.

Th.: Es muß einen Anteil in dir geben, der Angst davor hat, alles was in dir ist zu leben. Und der Tobias in dir hat Angst. Es ist so etwas wie eine

Hemmung, dich einem Mann zuzumuten. Und diese Hemmung ist da, sie ist Realität. Und die spürt vielleicht auch der andere Mann und vielleicht ist das das Problem. Frage einmal deine innere Frau.

Kl.: Ist das so, daß es einen Anteil in mir gibt, der Angst davor hat sich einem anderen Mann zuzumuten? Was meinst du dazu, innere Frau? Jetzt kommt das Bild mit meinem Vater wieder. In der Küche, wo ich meinem Vater gezeigt habe wie schön das ist, wenn ich mich am Kitzler berühre, was das für schöne Gefühle macht. Da habe ich mich dann zurückgenommen. *-Klientin weint.*

Th.: Dann gehe jetzt in die Küche und sa-ge, du hast damals gesagt, das soll ich nicht machen und das steckt mir heute so tief in den Knochen, daß wenn ich heute einen tollen Mann kennenlerne immer das Gefühl habe, daß ich nicht zeigen darf wie ich bin. Das spüren die Männer und laufen ganz schnell wieder weg.

Kl.: Vater, weil du mich damals so zu-rückgepiffen hast, steckt das heute noch so in mir, daß die Männer das spüren und sich deswegen zurückziehen. Vater, du hast nun wahrlich genug angerichtet, das reicht ja wohl. Also mach es wieder gut, ich will das nicht mehr. Ich will endlich frei sein. ... Er nimmt mich auf den Arm und tröstet mich. Vati, ich habe da Schwierigkeiten, mit dir darüber zu sprechen. Aber ich habe jetzt richtig Lust

entwickelt und ein Bedürfnis nach Männern, nach Erfahrungen mit Männern. Du weißt, daß ich mit dem Manfred (ihr Ex-MAnn) den part meiner eigenen Sexualität überhaupt nicht gelebt habe. Ich habe sie gar nicht gelebt, ich habe sie gar nicht gespürt. Und jetzt bin ich so froh sie zu spüren, es ist einfach tierisch schön, daß ich dieses Gefühl habe. Und du darfst jetzt nicht zwischen mir und sämtlichen Männern stehen. Und dein erhobener Zeigefinger, der darf nicht da sein und auch du darfst nicht da sein. Ich bin jetzt eine erwachsene Frau. Geh du zur Mutti. Und jetzt bist du hier weg. Ja, Männer, jetzt ist der Vati weggeräumt und jetzt können wir machen, was wir wollen. Ihr seid ja ganz, ganz viele.

Th.: Lasse sie einmal selbst machen, was sie wollen. Es sind ja deine Bilder in dir.

Kl.: Ja, was wollt ihr denn? Kommt einfach einmal zu mir. Jetzt werde ich getragen und wir gehen ins Meer. Das war auch schon am Anfang so. Das Meer ist einfach erotisch. Es ist schön, so ge-schmeidig, die Körper so aneinander. *- Klientin genießt.* - Manfred, wenn du mich jetzt mit so vielen Männern hier siehst, dann habe ich das Gefühl, du wirst eifersüchtig und das ist schrecklich. Am besten ist, du machst einfach mit. Du kannst mitmachen, du kannst gucken, was du machen möchtest. Aber ich lasse das jetzt nicht sein wegen dir. Manfred ist eifersüchtig. So vor die Wahl gestellt, zu-zuschauen oder

mitzumachen, da möchte er doch lieber mitmachen. Das finde ich auch schön.

Th.: Schau einmal, ob deine Energie irgendwie beeinträchtigt wird?

Kl.: Ich habe jetzt das Gefühl, daß du nicht mehr viel Einfluß auf mich hast. Sicher ich denke noch an dich und ich habe dir auch gesagt, daß ich dich sehr sehr gerne habe, aber ich möchte nicht mehr mit dir zusammenleben, keine Beziehung mehr mit dir. Eine freundschaftliche Beziehung möchte ich gerne mit dir haben. Ich muß das noch einmal fühlen, wenn er dabei ist. Manfred, du machst mir Vorwürfe. Dann bin ich wohl doch nicht frei. Dann ist das ja doch schwieriger.

Th.: Dann nehme das einfach nur wahr. ... Gib dich einmal in die Spannung hinein, dann siehst du, wie er dich beeinflusst.

Kl.: Tom, ich kann jetzt gar nicht sprechen mit dir. Ich sehe jetzt immer nur den Manfred da sitzen. Ich will nicht diese Vorwürfe spüren. Manfred, du hast mich einfach nicht so gereizt, guck einmal, der Tom reizt mich.

Th.: Sage ihm einmal, du konntest nie zeigen, wie du wirklich bist. Das hat er verpaßt und jetzt zeige es ihm.

Kl.: Schau einfach einmal. Vielleicht kannst du etwas lernen für dich und die D. (seine neue Freundin). So bin ich und mit dir war ich auch schon einmal so. Und jetzt bin ich so und genieße das.

Th.: Schau einmal, wie er reagiert und wie das für dich ist?

Kl.: Er sagt, es macht ihn zwar eifersüchtig, aber es turnt ihn auch an. Bist du jetzt offener? Ja, dann lasse dich anturnen. Ich fände es schöner wenn du zu uns kommst als jemanden zum zu-gucken zu haben. Manfred, komm einfach mit auf die Matratze, dann kannst du deine Geilheit auch leben. Dann können wir zu dritt da sein, daß ist schön. - *Klientin genießt.*

Th.: Frage einmal deine innere Frau, ob irgendetwas dagegen spricht, daß du noch viele Männer kennenlernenst oder brauchst.

Kl.: Steht meinem Wunsch nach Erfahrungen mit Männern in jeglicher Weise und auf allen Gebieten etwas im Wege? Sag es mir oder zeig es mir. Die nimmt mich jetzt mit zu einer Höhle. Und jetzt bin ich hier in der Höhle. Da ist der Höhleneingang, der ist sehr hell und da steht ein großes Monster, daß füllt den ganzen Höhleneingang aus. Was willst du den du Monster, was bedeutest du? Hast du irgendetwas mit meiner Sexualität zu tun? Es will mich jetzt erschrecken, aber ich erschrecke mich nicht.

Th.: Frage einmal, ob es sich früher einmal erschrocken hat. Ein Monster ist normalerweise da, um dir Angst zu machen.

Kl.: Hätte ich früher Angst vor dir gehabt? Ja, wahrscheinlich. Jetzt ist er eher so wie Samson.

Th.: Frage es einmal, mit welchem Thema es zu tun hat.

Kl.: Mit welchem Thema hast du zu tun? - Mit überfallen werden. Ich denke gerade an meinen ersten ehemaligen Vermieter. Der hat mich zwar nicht vergewaltigt, aber er hat mich genommen und hat an mir herumgefummelt.

Th.: Dann gehe jetzt noch einmal in die alte Situation mit deinem Vermieter und verhalte Dich noch einmal neu.

Kl.: So Herr S., das will ich jetzt einfach nicht. Hören sie wohl auf, nehmen sie ihre Finger da weg. Ich habe das Fenster aufgemacht und ich hatte damals so einen Minibademantel an. Aber deswegen gibt dir das noch lange nicht das recht, mich zu berühren, oder? Er sagt ja.

Th.: Dann mache jetzt den Test. Ziehe den Minibademantel jetzt einmal an und schau was passiert.

Kl.: Das finde ich schlimm. Das ist es überhaupt, Männer reizen. - *Klientin überwindet sich, die Situation von damals noch einmal zu erleben und spürt ihre Angst.* - Wovor habe ich denn wirklich Angst? Ich habe Angst davor, daß ich wie eine Nutte bin, so ein leichtes Mädchen, das leicht zu haben ist. Daß man dann auf mich herunterguckt und ich keine Ehre mehr habe. - *Klientin weint.* - Als ich zwölf Jahre alt war, hat meine Mutter so einen Spruch gesagt als ich sie gefragt habe, was der Spruch bedeutet „Eine Blume ohne Blatt schenkt man dem, der

keine Ehre hat“. Da hast du gesagt, wenn du mit dem Hans ein Kind bekommst, dann hast du keine Ehre mehr. Ich wußte überhaupt nicht wie ich ein Kind kriegen sollte. Ich dachte, ich kriege vom küssen ein Kind und du hast mich auch in diesem Glauben gelassen. Du hast mich nicht aufgeklärt. Ich durfte keine Jugendliche sein, die mit Jungen Erfahrungen sammelt. Und du hattest Angst davor und bist dann mit diesem Spruch gekommen. Du bist selbst so verklemmt.

Th.: Schau einmal, jetzt willst du heute Erfahrungen sammeln und sie engt dich immer noch ein. Nur weil du denkst, du bist immer noch eine Nutte, nur weil sie diesen Spruch einmal gesagt hat.

Kl.: Ich habe so eine Angst davor, daß ein Mann meinen könnte, ich bin ein leichtes Mädchen und leicht zu haben. Deswegen kleide ich mich auch in Sack und Asche. Ich stelle doch meine Weiblichkeit überhaupt nicht heraus. Ich kleide mich so, damit ich gar nicht gesehen werde. Und ich habe Lust auf Männer und ich möchte gerne, daß Männer auf mich reagieren.

Th.: Jetzt ab zu deiner Mutter und sage ihr: Schluß jetzt, den alten Spruch nimmst du zurück. Ich mache jetzt meine Erfahrungen. Du hast mir damals zwar nicht geholfen, o.k. ich verzeihe dir. Aber jetzt übernehme ich mein Leben in meiner eigenen Verantwortung. - Mache das einmal deiner Mutter klar.

Kl.: Jetzt mache ich die

Erfahrung, die ich damals schon machen wollte und diesen Spruch „Eine Blume ohne Blatt schenkt man dem, der keine Ehre hat.“ - den nimmst du jetzt zurück. Den habe ich nicht verdient. Ich will jetzt Erfahrungen mit Männern machen und dahin kommen, daß ich frei werde, mich als Frau zu kleiden und zu geben. Jetzt gibst du mich als Frau frei und zwar als weibliche Frau und nicht als Neutrum. Jetzt kniet sie vor mir nieder. Mutti, ich bin froh, ich möchte gerne eine wirkliche Frau sein.

Th.: Du bist eine. Du wendest dich jetzt ans Leben und machst deine Erfahrungen damit. Und du darfst dich denen zumuten, so wie du es möchtest. Und wenn die damit nicht klarkommen, dann ist es ihr Problem. Es gibt auch einen, der damit klarkommt. Jetzt müßte sich das Monster vor der Höhle auch irgendwie verändert haben. Schau einmal hin.

Kl.: Jetzt sehe ich etwas ganz merkwürdiges. Damit habe ich es überhaupt nicht. So eine Frau in Leder.

Th.: Das sind dann die ganz heimlichen Wünsche.

Kl.: Zu dir habe ich überhaupt keinen Bezug. Ich weiß gar nicht, was ich mit Leder soll. Was machst du denn mit Leder? Leder wie eine zweite Haut, da fühlt man sich einfach stark. Es ist reizvoll. Willst du ab und zu einmal durch mich leben? Ich habe das Gefühl, du wartest noch bis ich bereit dazu bin, ist das so?

Th.: Lasse dich einmal mitneh-

men in ihr Reich. Einfach nur einmal einen Ein-druck bekommen. Es muß dir ja nicht fremd bleiben. Und du weißt, du kannst jederzeit frei entscheiden. Bei dem S. konntest du es und bei den Männern kannst du es.

Kl.: Das ist so ein Raum im Rotlicht, wirklich im Rotlicht. Also nein, das gibt es nicht in mir, das habe ich nicht in mir, nein, nein. Das ist nicht mein Ding.

Th.: Schau es dir einfach nur an.

Kl.: Selber würde ich Wut kriegen, wenn ich da so geprügelt werden würde.

Th.: Da kann ein Zusammenhang sein, etwas Unerlöstes an Energie. Vielleicht ganz tief gequält oder unterdrückt worden zu sein.

Kl.: Ist das so etwas, was ganz ganz tief verborgen ist in mir und das ich einmal viel von Unterdrückung oder Mißhandlung erlebt habe? Ist das so, dann nicke mit dem Kopf? O.k., das machen wir ein anderes Mal. Also das, was ich jetzt gesehen habe, ist sehr überraschend und fremd für mich.

Th.: Es geht immer darum, dich selbst kennenzulernen und die Verantwortung für alles zu übernehmen. Wenn ich das jetzt richtig sehe, dürfte deinem Wunsch, Erfahrungen zu sammeln, nichts mehr im Wege stehen.

Kl.: Toll so eine Erfahrung, es ist wie eine Erleuchtung. Jetzt kann ich wirklich leben.