



Sex als Sucht und Ventil

Ein unerfülltes eigenes Sexual- und Liebesleben; Traumatisierungen aus der Kindheit, Steckenbleiben in der Pubertät, unerfüllte Begierden und Verformungen durch das Arbeitsleben sorgen für sexuelle Verwirrung.

Sexuelle Verwirrung bringt das Energiegefüge durcheinander und kann Krankheiten verursachen.

Beispiele aus der Praxis:

Josef ist katholischer Religionslehrer. Seit 18 Jahren hat er keine feste Beziehung gehabt. Auch andere Frauen tauchen kaum in seinem Leben auf. Seine Einsamkeit betäubt er abends, indem er fast täglich Pornos anschaut und Liebe mit sich selbst macht. Seine Sehnsucht nach einer Geliebten wird unter den Phantasiebildern begraben.

Sein Arzt stellt die Vergrößerung der Prostata fest.

Sein Verständnis von Frauen ist durch sein Mutterbild und durch die Mutter Gottes fixiert. Im Laufe der gemeinsamen Arbeit entwickelt er ein anderes Verständnis der eigenen Männlichkeit. Sein inneres Mangel Gefühl verschwindet und er lernt eine Frau kennen, mit der er eine reale, personenbezogene Sexualität erfahren kann.

Ruth ist von in Ihrer Kindheit an bis ins Erwachsenenalter von Ihrem Vater missbraucht worden. Nach einer kurzen Zeit, in der sie mit freier Liebe versucht hat, „den Missbrauch zu heilen“, lernt sie einen Mann kennen, der Sie ins „Milieu“ zieht. Sie arbeitet zuerst als Bardame, um später in die Prostitution zu gehen. Mit Drogen betäubt Sie ihren Körper, entzieht Ihre Seele dem Körper der „Freier“. Die Entwertung Ihrer Selbst hört erst auf, als Sie schwanger wird. Mit Hilfe von Freunden zieht sie aufs Land.

Nach den ersten Jahren als alleinstehende Mutter, beginnt sie mit der Aufarbeitung und versteht erst mit Hilfe von Körper- und Atemarbeit, wie weibliche Sexualität erfahrbar ist, ohne unbedingt mit einem Mann verknüpft zu sein.



Michael ist Vertriebsmanager bei einem Konzern. Er ist beruflich viel unterwegs und durch seine Position engagiert (60 Stunden pro Woche).

Er ist zwar gutaussehend, aber seine geschiedene Ehe war ihm „zu viel Stress“. Am Anfang ging er in Discotheken oder Studentenclubs noch auf „Frischfleischjagd“, durch seine Karriere sitzt er abends oft alleine zu Hause und telefoniert mit Sex- Hotlines oder, wie er bei unserem ersten Treffen stolz erzählt „bumst telefonisch, am Wochenende mal in echt, mit Ärztinnen oder Rechtsanwältinnen, die er über Kontaktanzeigen in renommierten deutschen Wochenzeitungen kennen gelernt hat. Er leidet unter vorzeitiger Ejakulation. Nach 3 Sitzungen zieht er sich, mit den Worten „zu anstrengend, zu psycho, geht mir unter die Haut“ zurück.

Meg ist selbständige Kauffrau und leidet unter Ihrem Übergewicht. Sie wiegt bei 168 cm 118 Kilo, als ich Sie das erste Mal treffen.

Sie erzählt, dass sie seit 4 Jahre alleine lebt und dass Essen ihre große Leidenschaft ist. Wir arbeiten an Ihrem inneren Körperbild. Sie trifft sich nach langer Zeit wieder mit Männern, geht in Discotheken und mit einem Bauchtanzkurs kann Sie ihre Weiblichkeit neu entdecken.

Sie arbeitet viel an Ihrer heruntergeschluckten Wut und Ihrer Aggression auf sich selbst. Nach einem Jahr ist ihr Körpergewicht auf 77 Kilo runter und sie fühlt sich wohl in Ihrer Haut. Wie sie sagt: „Ich hole gerade die Pubertät nach, indem ich mir 2 Liebhaber leiste, und mir erlaube wild und ungehörig zu sein.“.

Alle Namen wurden verändert. Die Beispiele stammen aus unserer Einzelarbeit im Institut. In vielen Fällen ist es nützlich, bestimmten Anteilen einer verworrenen Körperlichkeit (und damit auch ihres Ausdrucks in der Sexualität) Raum zu geben und zu spüren, was sich **danach** entfalten kann. Manchmal ist der Rahmen von Gruppen unterstützend, manchmal aber auch das Thema verschließend. Sicherlich gibt es noch viel mehr zu schreiben zu diesem Thema „Leid- Körper und Ausdruck in Liebe und Sexualität“, aber dazu steht mehr an anderer Stelle.

Tara Sattva Tantra Institut
Gierather Str. 70
51469 Bergisch Gladbach
02202 284848
shanti@tarasattvatantra.de