

Leseprobe:

LIEBE, SEX & SCHULD

Fickst Du noch, oder liebst Du schon?!

Keine Angst vor der Liebe mehr...

Wenn Du Dein ganzes Leben lang auf etwas wartest, und es dann findest, ist es ein Wunder. Alles in Dir öffnet sich und beginnt zu leben. Vorher warst Du in Ordnung, es ging Dir gut. Du hattest ein Ziel und eine Richtung. Und alles war okay. Aber jetzt ist es mehr. Du kannst nicht erklären was es ist, aber Du weißt, wenn Du es verlierst, kannst Du diesen leeren Raum nie wieder auffüllen. Niemals mehr. Das ist eine erschreckende Vorstellung. Und sie macht uns Angst. (Zitat aus einem Roman von Nora Roberts)

... und genau darum fürchten wir Menschen uns so sehr vor der schönsten und wichtigsten Sache der Welt. Und damit fürchten wir uns vor der Liebe. Weil sie groß und mächtig ist. Weil sie Freud wie Leid verursachen kann. Weil sie offen und damit verletzlich macht. Weil sie einmal gekostet, alles andere dagegen schal schmecken lässt.

Aber...

...sollten wir auf den himmlischen Bissen einer traumhaften Speise wirklich verzichten, nur weil wir sie vielleicht nie wieder essen werden?

...sollten wir alles umfassende Freude vermeiden, weil wir vielleicht auch mal Leid verspüren?

... sollten wir das gute Gefühl von guter Macht liegen lassen, nur weil irgendwer, irgendwann mal Schindluder mit der Macht getrieben hat?

Oder sollten wir einfach den Mut aufbringen, die Liebe zu suchen, sich von ihr finden zu lassen, und alles zu umarmen, was sie uns zu bieten hat?! Entscheide selbst.

Wer sich selbst ausreichend liebt, der kann sich auch wunderbar hingeben, ohne dabei Gefahr zu laufen, sich selbst aufzugeben oder zu verlieren! Und das ist wahrhaft gesunder Selbstschutz.

Tatsache ist auch, dass das Ego sich von unzähligen Schwächungen des Menschen ernährt, und nur um eine wage Idee davon zu vermitteln, worüber alles gearbeitet wird, hier ein paar aus der ewigen Hit-Liste: Lieblingsfutter für jedes Ego ist ANGST jeglicher Form und Ausrichtung, dicht gefolgt von mangelndem Selbstvertrauen, Feigheit, Selbstzweifel, Misstrauen, Missgunst, Neid, Geltungssucht, Gefallsucht, unterdrückter Wut, Faulheit, Sexismus, Primitivität, Verantwortungslosigkeit, Schuldgefühle, Bequemlichkeit, Gier, Lügen, Selbstwertmangel, Würdelosigkeiten, Minderwertigkeitsgefühle, ...usw.

Was kann man also angesichts so vieler Ego-Nährstoffe tun? Ganz einfach:

LIEBE DICH SELBST, LEBE DIE WAHRHEIT UND ACHE AUF DEINE WÜRDE!

Das ist tatsächlich mal ein General-Rezept zur erfolgreichen Behandlung und Beseitigung von allem was den Menschen und ihren Beziehungen Schmerzen bereitet! ...Mehr dazu in „LIEBE, SEX & SCHULD – Fickst du noch, oder liebst du schon!“

Der Mensch mit dem Du Sex hast, sollte jedenfalls...

...ein zuvorkommendes Wesen an den Tag legen (und zwar dauerhaft und nicht nur um bei Dir zum Zuge zu kommen!), Dir Aufmerksamkeit und Zuwendung schenken, sich die Mühe machen und die Zeit nehmen DICH wirklich und ernsthaft kennen zu lernen, Gemeinsamkeiten mit Dir finden wollen, auch mal das eine oder andere tiefgreifendere Gespräch führen wollen und *können*, Dich als Mensch mit all Deinen vielen Facetten entdecken wollen (also nicht nur oberflächliches Interesse heucheln, um einen schnellen und billigen Aufhüpfer zu ergattern), Höflichkeit und Großzügigkeit entgegenbringen, von sich Persönliches preisgeben (denn Intimität beginnt bei Vertrauen – und Vertrauen wächst mit Öffnung und Transparenz), auf Deine Bedürfnisse eingehen, seine eigenen Bedürfnisse kennen und auch welche haben!, gemeinsame Zeit gestalten und Zuhören können, mit Dir lachen und bei Dir sein wollen, u.ä.

Wenn Du den Gedanken mit dieser Person ein Kind zu zeugen furchtbar findest, dann solltest Du Dich fragen, warum Du das Intimste überhaupt mit diesem Menschen teilen möchtest? Es ist ja keineswegs zwingend oder Vorgabe, nur dann Sex zu haben, wenn man ein Kind machen möchte, aber man kann an der eigenen Reaktion bei dieser bloßen Annahme ablesen, ob es wirklich eine gute Idee ist, mit einem Menschen zu vögeln, den man im Fall des Falles für den Supergau in Sachen Kindszeugung und Elternschaft hält – Denn wir wissen, dass schon so manches Kind „unabsichtlich passiert“ ist. Wenn der Mann für die Frau zu hässlich ist, um der Vater ihres Kindes sein zu dürfen, dann sollte er bitte schön auch zu hässlich sein, um ihn bei ihr reinzustecken zu dürfen! Denn bei aller Verhüterei, aber es kann nun mal auch was „schief“ gehen, und wir wissen ja: „Wer Sex hat, kann Eltern werden!“ Also warum willst Du dann in irgendwem herumstochern oder irgendjemanden in Dir herumstochern lassen???

Wenn Du nicht mal den Namen des anderen kennst oder kennen willst, warum willst Du Dich dann mit ihm/ihr vereinigen? Denn das ist es was der sexuelle Vollzug, jenseits seiner Leben spendenden Möglichkeit, ist. Vereinigung! Er schenkt uns die kurzfristige Erfahrung von „Eins-Sein“, die Verschmelzung von Weiblich und Männlich, von Anima und Animus, von diesem einen bestimmten Menschen mit mir. Das Geschenk der kurzfristigen Grenzauflösung, im günstigsten Fall eingebettet in Leidenschaft, Hingabe, Extase und wenigstens tiefer Zuneigung oder sogar Liebe. Bereichert durch die Fähigkeiten unseres wunderbaren Körpers, mit all seinen erogenen Zonen und dem Wonne bringenden Organ, nämlich der Haut, kann uns sexuell wahrlich in den siebten Himmel führen. Die körperliche Hingabe sollte das finale Grande sein, das höchste und heiligste Geschenk, dass zwei Menschen sich machen können.

SEX sollte also für jene Menschen reserviert sein, die Dich so sehr interessieren und berühren oder faszinieren, dass Du diesem Menschen exklusiv das Privileg einräumen möchtest, diese Ebene mit Dir zu teilen. Die meisten Menschen wollen sich beim Sex etwas vom anderen holen bzw. den anderen für etwas „benutzen“. Dabei vergessen wir aber oft, uns beim Sex zu „schenken“! Das wäre dann Hingabe, und damit eine bemerkenswerte Steigerung Deiner sexuellen Interaktion, Deiner Genussfähigkeit und des gemeinsamen Erlebens.

Wenn wir den Sex endlich dorthin zurück geben, wo er immer schon hingehört hätte, nämlich irgendwo zwischen tiefer Zuneigung und aufrichtiger Liebe, dann hat er seine Seele wieder. Und dann ist er auch überhaupt nicht würdelos, sondern das was er ursprünglich immer schon sein sollte: Leidenschaftliche Extase!

Würde

Die Würde ist etwas jedem Menschen Innewohnendes. Man kann sie nicht kaufen, aber man kann sie selbst mit Füßen treten, sie verkaufen, oder sie schlicht weg vergessen, und so tun als ob sie nicht wichtig wäre. Keine gute Idee! Denn wenn diese einmal verspielt ist, dann ist es wie mit allen wirklich wichtigen und heiligen Geschenken des Lebens, man erlangt sie nur schwer wieder zurück, und manchmal ist es sogar unmöglich.

So ähnlich verhält es sich beispielsweise auch mit Vertrauen. Einmal gebrochen, nur schwer wieder herzustellen. Oder mit einer Beziehung, einmal zerstört, ist sie oft irreparabel und für immer vorbei. Was in all den vielen Jahren meiner Arbeit mit Menschen aufgefallen ist, und das bei Jung und Alt gleichermaßen, ist dass viele grundlegende heilige Werte ihrer Wichtigkeit und Achtung beraubt sind. Unsere Gesellschaft verfolgt wie es scheint, andere - vermeintlich „modernere“ Wertvorstellungen. Das hat zur Folge, dass wir auf der einen Seite die vertrockneten Moralapostel stehen haben, und auf der anderen Seite die promiskuitiven Verfechter. Weder das eine noch das andere hat Recht.

Meiner Ansicht nach braucht es längst Etwas, dass nicht nur die bloße Mitte anstrebt, sondern etwas das den Menschen ihr Seelenheil und ihre sichere Orientierung wieder in die Hand der Eigenverantwortung legt. Dies vermag die Ethik. Völlig a-religiös und total einend ist sie für alle gleichermaßen da. Sie führt keine Trennung von „wir“ und die „anderen“ herbei, sie ist nicht für die *Braveren* von uns mehr bestimmt als für die *Schlimmeren*. Und sie wertet auch nicht ab, was in Wahrheit wundervoll ist, und sein darf. Ethik ist für das Leben, die Würde und die Liebe.

Wir brauchen Training in Herzensweisheit! Und das klappt nicht, wenn wir die wichtigsten Grundpfeiler eines ethisch reinen Lebens vergessen oder abwerten! Mit all seinen vielleicht an mancher Stelle derb und hart formulierten Worten, möchte dieses Buch genau das anregen: Training in Herzensweisheit.

Wir brauchen gelebte Begriffe wie Würde, Selbstachtung, Wertschätzung, Ehre, Demut und Wahrheit wieder in unserem Alltag! Verletzungen der Würde gehen immer zu Lasten der eigenen Selbstachtung! Und ohne Selbstachtung, kein ausreichender Selbstwert. Und ohne ausreichendes Selbstwertgefühl wird es auch echt schwer mit der gelebten Selbstliebe. Und ohne ausreichender Selbstliebe, klappt es auch nur äußerst schwierig und mitunter nur verlogen mit einer guten Paarbeziehung. Denn was ich in mir selber schon nicht lieben kann, dass kann der andere schon gar nicht in mir lieben! ...Mehr dazu in „LIEBE, SEX & SCHULD – Fickst du noch, oder liebst du schon!?“

Gesunde Eifersucht, ermahnt den Partner sich wieder, und vor allem hoffentlich noch rechtzeitig, auf die Exklusivität in jeder Hinsicht zu besinnen. Sie erhebt Anspruch auf einen geliebten Menschen und dessen ungeteilte Liebe und Zuwendung. Und wenn noch so viele vermeintlich erleuchtete Guru´s propagieren, dass Liebe und Sexualität zwei völlig unterschiedliche Paar Schuhe seien, ich behaupte hier aufgrund all meiner beruflichen Praxis und gesamten Lebenserfahrung sowie Beobachtungen das Gegenteil. Liebe und Sex, sind der linke und der rechte Schuh eines Paares! Beim Verlieben scheinen die meisten von uns das noch zu wissen. Wenn der Alltag dann zuschlägt, frustriert, fordert und Gewohnheit versprüht, dann wollen wir davon plötzlich nichts mehr wissen. Viel leichter scheint es uns, das eine vom anderen zu trennen und „auszulagern“. Es ist wesentlich schmerzhafter sich das Scheitern einer Beziehung einzugestehen, als zu solch seelenlosen Mitteln wie sexuelle Freilassung des Partners zu greifen. Es ist soviel einfacher, dem eifersüchtigen Partner Einbildung und Irrtum zu unterstellen, als vor sich und dem anderen zuzugeben, dass man innerlich begonnen hat

sich abzuwenden. Wie oft hat eine Frau von ihrem Mann gehört: „*Da ist nichts, das bildest Du Dir nur ein!*“ Und mit wem ist er schließlich im Bett gelandet? Mit genau derselben Frau, wo angeblich „*nichts war*“. Wie oft hat ein Mann von seiner Frau gehört: „*Wir sind nur gute Freunde und Kollegen!*“, nur um wenig später beide im ehelichen Bett zu erwischen. Ich bin dagegen, dass eifersüchtig reagierende Partner automatisch mundtot gemacht werden. Ich bin dagegen, dass wir jegliches lebendiges Interesse und jeglichen Anspruch auf Exklusivität ersticken. Und ich bin auch dagegen, dass wir Eifersucht zu etwas Überflüssigem erklären. Die gesunde Portion Eifersucht, ist immer noch ein Merkmal für „*Du bist mir wichtig und ich denke nicht daran, dich zu teilen!*“. Und damit ist sie ein Kompliment an den Partner, der womöglich zu naiv, zu arglos oder zu abwegig im Kontakt mit anderen unterwegs ist. Wenn der eine Partner gerade nicht wach genug ist, um einen Eindringling oder eine hinterfotzige Schlange zu erkennen und deutlichst in seine/ihre Schranken zu weisen, dann ist die eifersüchtige Reaktion des anderen Partners oft die „Reserve-Warnleuchte“ die es braucht, um die zweifelsfreie Zusammengehörigkeit des Paares zu reklamieren. Und so naiv oder schwanzgesteuert, oder auch beides zusammen, Männer auch sein können, aber machen wir uns nichts vor: Gerade Frauen können mit äußerst subtilen und fiesen Mitteln, schön in eine bestehende Beziehung hinein funken. Je weniger Selbstwert ein Mann in sich aufgebaut hat, desto anfälliger wird er auf derlei hinterfotzige Avancen. Und auch Männer haben manchmal keinerlei Skrupel, sich ausgerechnet die Frau des besten Freundes zu angeln, oder noch geschmackloser, die beste Freundin der eigenen Frau. Die wohl mieseste Art des Hintergehens überhaupt. Also wer oder was soll darauf reagieren, wenn nicht der Reflex der Eifersucht. Und ich nenne die Eifersucht nicht zufällig „Reflex“. Denn sie reagiert oft viel schneller, als Außenstehende oder sogar der Angebratene selbst. Ein jeder spürt und riecht in der Sekunde, und wir Frauen manchmal sogar noch früher, wenn ein Eindringling auch nur darüber nachdenkt, quer zu treiben. Wenn Deine Frau oder Dein Mann so überhaupt keine Anstalten macht, ein Mindestmaß an Eifersucht und Exklusiv-Anspruch an den Tag zu legen, dann fang schon mal an Dir Sorgen zu machen. Entweder bist Du ihm oder ihr egal, oder aber er oder sie tröstet sich bereits anderweitig, und ist nur deshalb so „tolerant“. Oder aber ihr führt bereits mehr eine Bruder-Schwester-Beziehung, als eine Paarbeziehung. Vielleicht liegt der Grund für diese wenig schmeichelhafte Phlegmatik auch darin, dass Dein Partner/Deine Partnerin glaubt, dass die Welt voller korrekter und anständiger Menschen ist... soviel Naivität wird häufig „ganz überraschend“ mit Betrug bestraft. Alles wenig erstrebenswert, wenn man mich fragt.

Die kranke Eifersucht beginnt dort, wo paranoide Wahnvorstellungen alles zu vernichten beginnen, sodass die Liebe selbst schon gar keinen Platz mehr hat. Und sie endet bei körperlichen Übergriffen bis hin zum Mord und Amoklauf. Pathologisches Misstrauen, ist definitiv eine Frage des eigenen Selbstwertmangels, und bei manchen Menschen ein Fall für den Psychiater. ...Mehr dazu in „LIEBE, SEX & SCHULD – Fickst du noch, oder liebst du schon!?“

Hurenhaus, Pornographie & Co. - Die bezahlte Würdelosigkeit

Wir haben in unserer Gesellschaft für massiv würdelose Handlungen eine derart verlogene Schönfärber-Sprache entwickelt, die bagatellisieren soll, was eigentlich ethisch und psycho-seelisch ein Supergau-Verbrechen an der Sexualität ist, aber auch an der Würde von Mann und Frau.

So Vokabeln wie „Sex-Arbeiterin“, „Sex-Dienstleistungsgewerbe“ oder „Nacht-Club“ statt Puff bzw. Hurenhaus oder Nachtclub-„Kunde“ usw. sind blanker Hohn für Liebe, Selbstliebe, Würde und erst Recht für die Sexualität! Warum schreiben wir nicht „Nutten-Stadl“, „Hurenhaus“ oder „Nuttenficker-Lokal“ drauf, wenn es doch genau das ist. Du fickst keine auf dich bereits

sehnsüchtig wartende „sexy Thailänderin“ oder „Ostblock-Barbie“, nein! Du fickst Prostituierten-Fleisch. So einfach ist das! Wer zu so etwas fähig ist, und es auch noch gut heißt, der sollte nicht so zimperlich sein, sondern wenigstens etwas mehr Mumm für die abstoßende Wahrheit aufbringen.

Wir brauchen Quoten und Weltfrauentage im Kampf gegen soziale und wirtschaftliche Ungleichbehandlung der Frauen, um letztlich immer noch um ein gutes Drittel weniger für die gleiche Leistung zu verdienen. Aber wir tolerieren daneben die absolute Entwertung jeglicher Weiblichkeit in Form von Hurenhäusern & Co. als ob es das Natürlichste der Welt wäre!!! An derartigen Abgründen kann man Ablesen, wo eine Gesellschaft mit ihrer Entwicklung und ihren Werten tatsächlich steht. Auf den momentanen Stand brauchen wir uns bei Leibe nichts einbilden!

Menschen und ihre Körper sollten niemals käuflich sein, denn das macht uns zu „Ware“, und damit ist das eine glasklare Verletzung der menschlichen Würde. Für den der Menschenfleisch kauft ebenso, wie für den der es anbietet! Daran ändert auch die fragwürdige *Freiwilligkeit* nichts.

Und Sex ist auch kein „Beruf“ oder „Geschäft“, sondern vielmehr ein Geschenk an die Menschheit, ihre Körperlichkeit, um Grenz-auflösende Erfahrungen machen zu können. Und ja, auch eine Methode um sich fortzupflanzen. Aber wenn wir schon so heuchlerische Bezeichnungen in ein so grindiges Betreiben hineinschmuggeln, dann sehen wir uns doch diese Begriff-Definitionen genauer an: ...Mehr dazu in „LIEBE, SEX & SCHULD – Fickst du noch, oder liebst du schon!“