

Ist Fragen fad und Zögern zickig?

Author : Hanna Krohn

Categories : [Grenzen respektieren oder überschreiten? - Tantra-Newsletter März 2018](#)

Date : 17. März 2018

Ist Fragen fad und Zögern zickig?

Über die Qualität der Langsamkeit und den Wert von Grenzen

Kaum etwas ist so erotisch für mich, wie (in der richtigen Situation) gefragt zu werden: „Darf ich dich küssen?“ Und mir dann einen Moment Zeit zu nehmen für die Antwort. Nicht aus einem Spieltrieb heraus, sondern um all das zu spüren, was es in diesem Moment zu spüren gibt: Das Flattern im Bauch und das Zittern der Lippen. Die Unsicherheit und das Verlangen an dieser Schwelle von Intimität und Fremdheit. Die Sehnsucht nach mehr und die Angst vor zu viel. Und dann mit einem „Ja“ meine Bereitschaft, meinen Willen, meine Lust zu offenbaren. Wenn ich zurückdenke, waren das die Küsse, die die größte Magie entfaltet haben und an die ich mich hoffentlich bis an mein Lebensende erinnern werde.



Viele waren es nicht. Es gilt als fad, zu fragen und es gilt als zickig, zu zögern. Ein großer Irrtum! **Die spannenden Sachen passieren oft dann, wenn gerade mal nichts passiert.** Sie entstehen, wenn ich nur so schnell agiere, wie ich auch fühlen kann. Wenn ich eine Grenze nicht nieder renne oder umgehe, sondern an ihr verweile und mich ihr stelle. In dieser Verlangsamung können sich in ein paar Sekunden unzählige Facetten spiegeln und zur Essenz verdichten.

So rar diese Erlebnisse in meinem Privatleben sind, so alltäglich sind sie in meiner Arbeit. **Die Frauen, die zu mir kommen, begeben sich in eine Ausnahmesituation,** sie betreten ein

Terrain, das nicht nur außerhalb ihrer eignen Komfortzone, sondern auch weitab der gesellschaftlichen Norm liegt. Schon seit sie das erste Mal auf meiner Homepage waren, haben sie eine Menge Grenzen überschritten. Das macht unsicher und verletzlich. Meine Aufgabe ist es, dafür einen Raum zu schaffen, der so sicher und klar wie möglich ist. Einen Rahmen, in dem sie das vermeintlich Neue, Fremde, Abwegige als etwas erleben können, was ein Teil von ihnen ist. Ein natürlicher Zustand, den sie in sich wiederfinden können.

Und umso dringender ihr Wunsch nach Veränderung ist, umso wichtiger ist es, der Versuchung zu widerstehen, die Dinge beschleunigen zu wollen. Denn dann passiert vielleicht tatsächlich zunächst einer von diesen „Wow!“-Effekten, einer von diesen Sensationsmomenten, bei denen Grenzen gesprengt und Blockaden gebrochen werden. Schon die Begrifflichkeiten lassen ahnen, dass hier etwas nicht organisch geschieht, sondern durch einen invasiven Akt herbeigeführt wird. Das ist das, wovon nicht nur viele Therapeuten, Heiler und Gruppenleiter träumen, sondern auch viele Klienten, Patienten und Teilnehmer. Und dann? Wieder daheim, erscheint ihnen diese Erfahrung wie eine exotische Insel im eigenen Leben. Wie sind sie bloß dorthin gelangt? Und wie kommen sie von dort wieder weg? Ich verstehe meine Angebote wie einen roten Teppich, den ich vor meinen Klientinnen ausbreite. An welcher Stelle und in welchem Tempo sie über ihn schreiten, entscheiden sie selbst. **Die Brechstange ist da fehl am Platz.**

Wenn ich für mich in Anspruch nehme, dass meine Arbeit eine Wirkung und einen Nutzen hat, dann hat sie auch das Potenzial, Schaden anzurichten. Und viele „Beschädigungen“ entstehen dadurch, dass nicht aktiv ein Konsens darüber getroffen wird, was geschehen soll. Wir sind es gewohnt, „mitzuspielen“. Ein „Spielverderber“ ist derjenige, der nicht mitspielt. Nicht derjenige, der ein blödes Spiel anfängt. Oder derjenige, der mitmacht und sich hinterher mies fühlt. **Aber nur, wenn ein „Nein“ jederzeit möglich ist, kann es überhaupt jemals ein wirkliches „Ja“ geben.** Darum weiß ich, dass ich alles richtig gemacht habe, wenn eine Klientin bei mir eine Yonimassage gebucht hat und dann an einem bestimmten Punkt sagt, dass sie hier und heute nicht weiter berührt werden möchte. Oft ist es das erste Mal in ihrem Leben, dass sie ihre Grenze spüren kann und weiß, dass sie sie aussprechen darf. Das ist ein großer Erfolg!

Der Respekt vor meiner eigenen Grenze machte aus einem "missglückten" Date eine wertvolle Erfahrung



Ich selber hatte so ein Erfolgserlebnis, als ich nach über 20 Jahren wieder als Single unterwegs war und meine ersten Gehversuche beim Dating machte. In meinen Zwanzigern hatte ich mich meist entweder sehr schnell eingelassen oder überhaupt nicht, weil ich genau diesen Zwischenraum, den ich inzwischen so schätze, nicht gut handhaben konnte. Sobald ich „A“ gesagt hatte, nahmen die Dinge ihren Lauf. Das wollte ich jetzt anders machen und die Bewährungsprobe ließ nicht lange auf sich warten: An einem lauen Sommerabend saß ich mit einem sympathischen Kandidaten bei Tapas und einem Glas Wein. Zwei Stunden später setzten wir die Unterhaltung auf seinem Balkon fort und wenig später erreichten wir „first base“. Diese in den USA sehr beliebte Metapher aus dem Baseball drückt aus, dass der Verlauf des Dates einer unausgesprochenen, aber allgemein bekannten und als idealtypisch angesehenen Dramaturgie folgte.

Daran ist nichts Falsches, so lange das, was man tut mit dem, was man fühlt, in Deckung ist. Als ich kurz darauf halbnackt auf seinem Bett lag, war das plötzlich nicht mehr der Fall. Keine Ahnung warum, aber mein Lust-Faden war gerissen und ich spürte keinen Kontakt mehr zwischen uns. **Ich hielt inne und atmete tief durch. Was nun?** Für einen Augenblick habe ich erwogen, einfach weiterzumachen. Ein kurzes, heftiges Schauspiel darzubieten, um diese missliche Situation zu dem Abschluss zu bringen, der im Skript für so einen Abend vorgesehen ist. Einen weiteren tiefen Atemzug später hatte ich entschieden, dass das für mich nicht mehr in Frage kam. Ich habe also gesagt, was es zu sagen gab und er hat sich für meine Ehrlichkeit bedankt.

Die in seiner Wohnung verstreuten Klamotten zusammenzusuchen, mich anzuziehen und zu verabschieden – das war eine Situation, für die ich kein Skript hatte und in der ich mich nicht sonderlich grandios gefühlt habe. Aber als ich dann endlich wieder auf der Straße stand und durch die letzten Strahlen der Abendsonne zu meinem Auto ging, da fand ich mich absolut fantastisch! Ich bin mir selber immer noch dankbar für diesen Abend und ihm auch, denn auch er hat alles richtig gemacht. **Mit der Erfahrung, eine intime Interaktion zu jedem Zeitpunkt beenden zu können, begeben sich seitdem viel freier und offener in einen Raum der Möglichkeiten hinein.**

Ob eine Begegnung Magie entfaltet, ist unkalkulierbar. Aber der Mut zur bewussten

Tantranetz

Verbindung in Liebe, Eros und Tantra

<http://tantranetz.de>

Entschleunigung und der Respekt vor Grenzen entscheiden über ihren Wert und ihre Qualität.

Sehr aufschlussreich fand ich in diesem Kontext das "[Wheel of Consent](#)" von [Betty Martin](#) und ihr "[3-Minuten-Spiel](#)" ist gut geeignet, um zu erfahren, wie gut sich Konsens anfühlen kann.

Text: Hanna Krohn

Website: www.hannakrohn.de