

Paar-Sitzung vom 11.06.07 mit Bernd Joschko als Demo im Sommercamp - „Martina und Michael“

Encounter: Beide sitzen sich im Sessel gegenüber

Michael: „Ich spüre eine tiefe Verbundenheit zu dir, die sich fein und leicht anfühlt. Ich finde es toll, dass du mich als Weggefährte begleitest.“

Martina: „Ich spüre Überraschung, wenn du das sagst. Das macht mich traurig, weil ich das einerseits von dir schon spüre, es andererseits bei mir ganz tief nicht ankommt. So als hätte ich einen Teil von mir abgeschnitten, wo ich diese Gefühle nicht zu mir hereinlassen.“

Michael: „Ich spüre ein Schuldgefühl bei mir, dass ich nicht genug mache, um bis zu deinem Innersten vorzudringen. Ich wäre gerne selbstbewusster dir gegenüber, dass mich das nicht irritiert, wenn du sagst, dass ich bei dir nicht ankomme. Ich spüre eine Bereitschaft in mir meinen Weg zu gehen.“

Martina: „Es ist nichts, was du falsch machst. Deswegen bin ich traurig, weil ich dich gerne in mich hereinlassen möchte.“

Martina erkennt in Michael sich selber.



Michael: „Ich habe dieses Schuldgefühl.“ Michael sieht in Martina kurz seinen Vater – dieses Bemühen und doch nicht richtig machen.

Michael: „Ich spür grad einen Widerspruch in mir: meinen Weg zu gehen und gleichzeitig eine schöne Beziehung mit dir zu haben. Die Freiheit mit einer anderen Frau zu kuscheln und zu erleben, ohne Schuldgefühle. Und du gibst mir in diesem Augenblick die Freiheit.“

Durch diese Haltung macht Michael Martina automatisch zu einem Verbot seiner Freiheit; er gibt ihr quasi keine Chance.

Martina: „Ich würde dir das nicht verbieten. Ich würde bei mir nachschauen. Ich würde mich erst mal darauf einlassen. Es ist nicht selbstverständlich. Ich möchte auch für mich frei sein. Ich würde dich auch nicht fragen. Im Moment lebe ich in so einem Vakuum. Da scheue ich die Konfrontation, weil du mir sehr wichtig bist.“

Das zeigt grosse Bereitschaft auf Michael einzugehen.

Michael: „Ich spür das erweitert was in mir, das gibt mir mehr Raum. Das kommt bei mir so an, dass du das bis zu einer gewissen Grenze mitmachen würdest. Freiheit bis zu einer gewissen Grenze. Das überrascht mich, ich weiss gar nicht so viel damit anzufangen. Das nimmt dem Seitensprung das Reizvolle.“

Martina: „Ich fühle mein Herz geht weiter auf. Warum soll ich meine Liebe begrenzen. Ich wünsche mir jeden Tag, dass du mit einem freien JA an mich denkst.“

Michael: „Das ist auch, was ich mir wünsche. Die Freiheit immer wieder von selbst zu dir zurückzukommen. Auch wenn ich mich immer wieder von dir entferne. Das gibt mir Sicherheit.“

Martina: „Das ist für mich selber eine grosse Herausforderung. Die freie Entscheidung von dir, mir begegnen zu wollen, ist mir sehr wichtig. Entsprechend schliesst das nicht aus, mir auch die Freiheit zu nehmen mich auf einen anderen Mann einzulassen.“

Michael (greift zum Dhyando): „Ich spür einen Anteil, der nicht mehr so verständnisvoll reagiert. Ich hab da schon ein Problem, dich in den Armen eines anderen Mannes zu sehen. Ich würde es gerne mal ausprobieren, was das mit mir macht.“

Offensichtlich haben Michael und Martina eine schöne Beziehung, die sich trägt. Es kommen keine grossen Spannungen hoch. Beide haben eine hohe Bereitschaft sich auf den anderen einzulassen. Es zeigt sich aber auch, dass es gefährlich und riskant ist, sich auf den anderen einzulassen. Gefühle kommen hoch und sind unter Umständen nicht mehr kontrollierbar.

Jetzt besteht die Möglichkeit, in der Innenwelt zu experimentieren. Eine Probebeziehung zu machen. Dann passiert das Experiment im Aussen vielleicht gar nicht mehr.

Beide begeben sich in Tiefenentspannung und bekommen nach der Treppe eine Vorgabe: „Jeder sieht eine Tür zu seinem Beziehungsraum vor sich, die jeder öffnet“.

Sitzung:

Martina steht vor einem grossen Portal eines Schlosses.

Michael hat eine weisse Bürotür. Thema bei beiden: „Unsere Beziehung“

Michael ist mit Martina auf einem Tantra-Seminar. Und der Lehrer macht die Martina an. Michael spürt Widerstand.

Martina hat einen grossen, warmen Raum, ein Feuer prasselt, Musik spielt, Kerzen brennen. Sie liegt entspannt auf dem Boden und fühlt sich sehr geborgen und wohl. Michael kommt in den Raum dazu und romantische, gemütliche Stimmung stellt sich ein.

Michael kann sich gut in Martinas Raum hineinbegeben. Er schaut sich noch um, ob sie alleine sind. Er bringt das Tantra-Seminar in den Raum.

Beide lassen sich aufeinander ein.

Martina: Der Raum verändert sich nicht. Michael ist jetzt allerdings nicht mehr bei ihr. An der Seite des Raumes sitzen mehrere Männer. Martina wendet sich den Männern zu.

Die Energie ist zu Martinas Raum hingezogen worden.

Martina: Michael sitzt jetzt hinter mir, relativ entspannt. Ich hab das Gefühl, dass er sich das Szenario einfach nur anschaut.

Währenddessen greift Michael zum Dhyando.



Martina: Die Männer sagen, der Raum ist so gross. Zwischen Michael und mir ist soviel Platz. Die Männer stehen jetzt zwischen Martina und Michael. Michael kann das auch so sehen.

Michael: „Ich könnte das bis zu einem gewissen Grad zulassen, wenn sie mich auch wahrnehmen.“

Martina: „Da ist soviel Raum zwischen uns. Da kommen immer mehr Männer. Es sind jetzt sechs.“

Michael: „Das ist neu für mich, die Nummer sieben zu sein. Ich spür unsere Verbindung nicht mehr so gut. Jetzt muss ich was tun, um die Verbindung aufrecht zu erhalten. Ich spür nicht mehr dieses Vertrauen. Habe Verlustangst, die Martina zu verlieren.“

Michael will wahrgenommen werden, ansonsten verliert er die Verbindung zu Martina.

Martina: „Jetzt wo du eingreifen willst, spür ich dich auch wieder. Ich weiche eher in die Richtung von Michael zurück. Ich will dich wieder besser spüren. Michael greif ein! Mach ihn fertig.“

Michael bearbeitet einen der Männer mit dem Dhyando.

Martina feuert ihn von ihrer Position auf der Matratze an."

Michael: „Du wendest mir jetzt wieder deine Aufmerksamkeit zu.“

In dem Moment, wo Michael in die aktive Rolle geht, wird die Verbindung wieder enger und für beide spürbar.

Martina: „Ich bin ganz überrascht, dass du dich so für unsere Beziehung einsetzt. Sie setzt Michael auf einen Thron.“

Michael: „Da möchte ich nicht sitzen. Ich möchte eigentlich nicht der einzige für dich sein. Das ist zu viel für mich.!"

Michael möchte nicht der Mittelpunkt für Martina sein. Er fühlt sich nicht stark / selbstbewusst genug.

Michael will schon, dass es mehrere Männer für Martina gibt, er will aber nicht die Nummer sieben sein, sondern die Nr. 1. Er lässt andere Männer auftauchen, die ihm sympathisch sind.

Martina wird wütend: „Michael, Was bildest du dir eigentlich ein?! Die Männer hast du mir nicht auszusuchen! Die such ich mir selber!“

Martina arbeitet mit dem Dhyando: Wenn du für dich Freiheit willst, dann will ich für mich auch Freiheit.

An dieser Stelle zeigt Martina ganz deutlich ihr Selbstbewusstsein.

Martina lässt den Mann auftauchen, den sie will. Sie sitzt als „Power-Weib“ auf dem Sofa mit dem anderen Mann. Befindet sich dann mit ihm in einer intimen Situation vor dem Kamin. Sie macht geniesserische Geräusche. Michael ist daraufhin eher unentschlossen und resigniert.

Auf Martinas Selbstbewusstsein hin rutscht Michael jetzt in den hilflosen, trotzigem Teenager.

Michael: „Ich fühl mich jetzt irgendwie dämlich und handlungsunfähig. In der Starre. Er kommt in eine Situation während seiner Schulzeit. Eine Klassenparty findet statt und er findet kein Mädchen zum Tanzen. Ich weiss gar nicht was ich machen soll, was ich sagen soll.“

Martina teilt sich an dieser Stelle bildlich. Ein Teil bleibt bei dem Mann vor dem Kamin. Der andere Teil geht zu Michael ins Klassenzimmer.

Michael kann Martina im Klassenzimmer wahrnehmen. „Schön dass du da bist.“ Die Kumpels sind beeindruckt von Martina, die eine richtige Frau ist. Sie sagt Michael, dass er ihr am interessantesten erscheint und hebt Michael so gegenüber den anderen ab. „Durch dein Erscheinen bekomme ich Aufmerksamkeit, vor allem von den Mädchen.“

Martina hilft Michael durch ihr Auftreten und ihre selbstbewusste Art.

Martina will Michael wieder mit in ihrem Raum nehmen, wo sie mit dem Mann schmust.

Michael entscheidet sich, dort zu bleiben in der Situation als 16jähriger: „Ich spüre eine Hemmung, ich kann das nicht so annehmen, wenn du sagst, da ist dein Prinz. Der will ich nicht sein.“

Martina: „Ich habe nur gesagt, dass du mir interessant erscheinst. Nicht dass du mein Prinz bist. Ich will keinen Prinz.“

An der Stelle ist festzuhalten: Michael will 16 bleiben, er will kein Prinz sein. Die Frage ist, was will Michael von Martina.

Selbstbewusstsein?

Michael: „Das ist mir jetzt zu flach mit den Teenis. Das ist mir zu blöd. Das ist es nicht, was mich befriedigt. Ich will mehr Tiefe und mein Herz mehr spüren.“

Michael weicht aus.

Martina geht auf eine Wiese mit einer Bank. Sie setzt sich dort hin und wartet, ob Michael nachkommt. „Wenn du willst kannst du nachkommen.“

Das ist sehr bezeichnend für die Freiheit in der Beziehung, dass Martina es nicht von Michael fordert mitzukommen.

Michael spürt da eine Abneigung: „Das ist wieder dieses Prinzessin-Sein. Das ist mir zu langweilig. Das ist mit zu dämlich.“

Martina geht wieder in den Raum. Michael: „Das klingt sehr gequält. Als ob du es mir zuliebe tust.“

Michael ist noch mit dem Teenager identifiziert.

Martina: „Das mach ich mir zuliebe. Weil ich mich geniessen und spüren möchte. Ich liege zusammen mit dem anderen Mann vor dem Kamin. Michael sieht die beiden liegen: „Ich spüre jetzt eine innere grössere Klarheit. Ich spür noch eine Herzensverbindung zu dir, aber sie ist kleiner geworden. Du kommst mir ein bisschen kindlich vor.“

Für Martina, die eine sinnliche-erotische Erfahrung macht, ist das nicht verständlich. Sie nimmt Michael als 12jähriges Kind wahr, das neugierig zuschaut.

Michael empfindet sich als der Michael von heute, er kann den 12jährigen nicht sehen. Er liegt auf einem Sofa und schaut den beiden zu. „Ich spür eher eine freundschaftliche Verbindung. Die Erotik und Spannung ist weg. Die Verbindung ist abgerissen, als ich gespürt habe, dass du mir zuliebe was machen willst.“

Martina: „Ich bin nicht um deinetwillen in den Raum zurück, sondern weil ich für mich sorgen will und weil es mir gut gehen soll. Ich mich lustvoll fühle.“

Die strenge Aussage ist, dass Michael Martina keine Chance gibt. Sie darf ihm zuliebe nichts machen, sonst zieht er sich sofort zurück und lehnt die Verbindung ab.

Welche Personen tauchen aus beider Leben auf, wo sie dicht gemacht haben? Sie lassen sich gegenseitig auftauchen und schauen wen sie jeweils bis sich haben.

Martina: „Meine Mutter kommt.“ Michael: „Das könnte meine Mutter sein.“

Als Test gibt der Therapeut die Anweisung, die beiden Mütter zusammenzustellen und beiseite zu schieben und zu überprüfen, ob Martina und Michael jetzt wieder eine Verbindung spüren können. Beide spüren ihre Verbindung wieder deutlicher. Als Gegentest stellen sich die Mütter blitzschnell wieder dazwischen und die Verbindung ist weg.

Martina und Michael bearbeiten jeweils ihre Mütter mit dem Dhyando. Martina: „Ich will meinen eigenen Weg gehen!“

Sie sitzen Rücken an Rücken, was schön zeigt, dass jeder für sich aufräumen muss, das Thema Mutter aufarbeiten muss, um für die Beziehung frei zu werden.

Michael fordert von seiner Mutter ihn so frei zu geben, dass sie sich nicht mehr in seine Beziehungen einmischt, dass seine Beziehungen heilig für sie sind. Martina ebenso. Martina: „Hab endlich Respekt vor meiner Privatsphäre.“

Das ist der Aspekt, der zwischen Martina und Michael steht. Sie projizieren sich gegenseitig diesen Mutter-Konflikt. Unter Umständen sind sie genau wegen dessen Lösung zusammen. Um sich davon zu befreien.

Nach der Bearbeitung der Mütter zeigt sich der Beziehungsraum so:

Michael: „Ich nehme die Martina jetzt wieder als Frau wahr, wieder attraktiver und erotischer. Ich spüre mehr Bereitschaft auf dich zuzugehen. Ich spüre eine grosse Verbindung zwischen uns.“ Im Raum sind auch noch andere Männer. Michael fühlt sich jetzt aber wahrgenommen von den Männern, die die Verbindung zwischen den beiden jetzt erkennen können.

Das Thema Selbstbewusstsein / Nicht-Wahrgenommen Werden bei Michael steht in direktem Zusammenhang mit der Mutter.

Martina: „Ich nehme das auch so wahr. Ich kann zwischen Michael und mir eine erotische Spannung spüren. Die romantische Stimmung ist da, der Raum ist sonnendurchflutet. Die Männer sehen uns beide und nehmen uns als Paar wahr.“

Michael: „Das ist mir jetzt bewusst geworden, dass ich Probleme habe anzunehmen, wenn du mir deine Nähe zeigst und nette Dinge sagst. Das fällt mir jetzt leichter, da muss ich aber noch dran arbeiten.“

Michael versteht, dass er positive Zuwendung nicht leicht annehmen kann und dass er dabei Martina verletzt.

Michael spürt jetzt eine Chance für sich und Martina, gemeinsam den Weg zu gehen. Er spürt ein Mitgefühl, jemanden zu lieben und derjenige kann es nicht annehmen. Das tut weh. Das verstehe ich jetzt.“

Michael kann Martina besser in ihrem Schmerz annehmen.

Martina: „Was deines ist, kann ich gut so stehen lassen. Das ändert meine Gefühle für dich nicht. Ich drück meine Gefühle aus, auch mit der Konsequenz, dass du es dann nicht nehmen kannst. Aber ich nehme es nicht als Zurückweisung meiner Person, sondern weiss es hat mit deinem Thema zu tun. Ich will mutig meine Gefühle zum Ausdruck bringen und dir als Frau begegnen.“

Martina zeigt hier erneut ihr starkes Selbstbewusstsein; dabei hilft ihr die Erkenntnis, dass es nicht an ihr liegt, wenn Michael ihre Zuneigung nicht annimmt. Beim Encounter hat sich das Thema genau anders herum präsentiert. Martina konnte Michaels Zuneigung nicht zu sich hereinlassen und er hat Schuldgefühle bekommen, dass er nicht das richtige oder zu wenig hineingibt.

Michael: „Das tut mir gut, wenn du deinen Weg gehst; da geht bei mir wieder so ein Raum auf.“

Beide haben ein JA für ihren weiteren Beziehungsweg.

Michael: „Ich würde gerne mit dir lernen, dass ich deine Liebe annehmen kann. Ich spüre dich in meinem Herzen, du bist mir wichtig.“

Martina: „Ich spüre erst mal das JA zu mir, meinen Weg zu gehen. Und ich möchte gerne den Weg unserer Beziehung weitergehen und gerne mit dir in der Beziehung wachsen. Den anderen in seiner Einzigartigkeit wahrzunehmen.“

Die gemeinsamen Themen sind:

- beide wollen gemeinsam ihren Weg als Weggefährten gehen
(Das zeigt sich bei Michael im Encounter deutlich, bei Martina am Ende der Session.)

- beide haben zu lernen, die Liebe und Zuneigung des anderen anzunehmen.
(Bei Martina am Anfang des Encounters und Michael ganz deutlich im Verlauf der Session.)

Bei Michael wird deutlich, dass er an seinem Selbstbewusstsein arbeiten muss - er will wahrgenommen werden -. Er sucht dieses bei Martina und sie zeigt sich in der Session auch wiederholt ganz selbstbewusst.

