

BDSM: Starke Sinnesreize können Kontakt schaffen

VON ATMA PÖSCHL

BDSM steht für »Bondage & Disziplin, Dominanz & Submission, Sadismus & Masochismus«. Mich interessiert das weder als cooler Lifestyle noch als Maske, hinter der wir uns verstecken. BDSM kann eine von vielen Möglichkeiten tiefer Berührung sein, und es umfasst ein breites Spektrum unterschiedlicher Sinnesreize, Körperempfindungen und Gefühle. So manche/r verwechselt BDSM mit Gewalt. In Wahrheit passiert Gewalt, wenn wir unsere Gefühle nicht lieben und anderen Menschen unter Schmerzen um die Ohren schlagen: In vielen Familien ist das der Alltag. Im Gegensatz dazu ist BDSM lustvolles Spiel mit gleich starken Partner/innen, einem bewussten Austausch von Macht und intensiven Gefühlen. Erfüllende Sexualität ist schließlich kein Synonym für Harmonie, sondern authentischer Selbstausdruck im intimen Kontakt.

Intensität mit Achtsamkeit

Scham, Schuld, Angst und Wut sind unterdrückte Gefühle einer Gesellschaft, die den Schmerz am Kreuz vergöttert, Sexualität und Aggression als Lebenskraft hingegen verneutelt. Auch diese Gefühle wollen fließen. Jede Berührung, vom Streicheln bis zum Schlagen, kann tief berühren und verletzen: Unser Körper speichert sogenannte negative Erinnerungen und wird dadurch hart, taub und gefühllos. Bei körperlicher Nähe und Berührung können diese eingefrorenen Gefühle wieder an die Oberfläche steigen. In einem sicheren, bewussten Rahmen und liebevollem Kontakt mit uns selbst und einem Gegenüber bedeutet das Heilung: mit all unseren Gefühlen ganz wir selbst sein. Als Körpertherapeutin gilt mein Interesse der heilsamen Arbeit mit Gefühlen. Auf

Wunsch integriere ich Dominanz, intensive Sinnesreize, Fesseln und das Spiel mit Fetischen in den Rahmen achtsamer Körperarbeit, sehe mich aber klar als Körpertherapeutin, nicht als Domina. Mit meiner Sensitivität und scharfen Intuition kann ich dich vertrauensvoll auf eine Reise begleiten, auf der du dich wohl und sicher fühlst, gesehen und gehört. Sobald wir mit Kommunikation, Selbstverantwortung und Respekt eine sichere Basis geschaffen haben, beginnt die Reise: Ziel ist eine tiefe, ehrliche Begegnung mit dir selbst. Wir spielen mit Hingabe und Verletzlichkeit, mit sexueller Lust und Unlust, Traurigkeit, Angst und allen Nuancen der ganzen bunten Gefühlspalette – was auch immer da ist, ist gut!

Aus der Dunkelheit ans Licht

Mein Angebot richtet sich an Menschen mit gut ausgeprägter Selbstwahrnehmung, Interesse an Entwicklung und Heilung. Ohne Bewusstheit ist BDSM lieblos und ohne Reiz. Dann empfinden wir unsere Neigung als Zwang oder zwischenmenschliche Sackgasse, benutzen andere oder leben ein Doppelleben. Aus der Dunkelheit ans Licht – auf diesem Weg gehe und begleite ich gerne. Ich begleite dich auf dem Weg zu mehr Bewusstheit und einer auf allen Ebenen befriedigenden Sexualität. Dabei hat meine Arbeit immer nur so viel Inhalt, wie du bereit bist, ihr zu geben. Während ich Erfahrungen um der Lust willen nicht verurteile (Wer mag das nicht?), ziehe ich es vor, mit Menschen zu arbeiten, die bewusst etwas Tieferes suchen. So wird auch die Sexualität, in Würde, Liebe und mit Bewusstheit gelebt, zu einer Quelle von Gesundheit, Kraft und manchmal auch ein spiritueller Weg.

Gedanken zur Unterwerfung

Das Wort »devot« stammt vom lateinischen *devovere* ab, es bedeutet *weihen, heiligen*. Im Mittelalter waren jene Menschen devot, die ihr Leben dem christlichen Glauben widmeten. *Sich hingeben* ist die Übersetzung, die der heutigen Verwendung von devot am nächsten kommt. Als Körpertherapeutin begreife ich den Wunsch nach Unterwerfung als Entwicklungsmöglichkeit mit hohem Potenzial: Hinter dem Wunsch nach Unterwerfung kann eine tiefe Sehnsucht nach Hingabe liegen, hinter dem Wunsch nach körperlichem Schmerz auch ein seelischer Schmerz. Ich unterstütze dich gerne dabei, dein ganzes Potenzial freizusetzen und dich weiterzuentwickeln.

Mein Angebot begreift sich als Teil einer partnerschaftlichen Kultur, in der Männer und Frauen mit ihren Herzen, Abgründen und den Quellen ihrer Kraft verbunden sind, ihre kollektiven Schmerzkörper geheilt und miteinander versöhnt haben – damit wir uns in Liebe und auf einer neuen Ebene begegnen können. Erleuchtung erlangen wir schließlich nicht, indem wir das Licht imaginieren, sondern durch Erforschen des Schattens. ☯



ATMA PÖSCHL arbeitet als Körpertherapeutin in Wien. Sie ist ausgebildet in Intimer Heilmassage, prozessorientierter Körperarbeit und Integrativer Körperpsychotherapie. In ihrer Arbeit begleitet sie Genießer/innen, auch Menschen mit Gewalt- und ohne Berührungserfahrungen, auf dem Weg zu einer auf allen Ebenen befriedigenden Sexualität. www.institut-atma.at