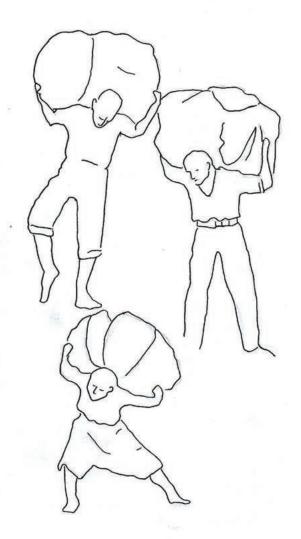
SZ/ER

GEDANKEN AUS DER KNAUTSCH ZONE





BzWir Gedanken aus der Knautschzone

Warum dieses Zine über Beziehungen?

- LEIPZIG-28.-30.08.2020

Manchmal treffen wir aufeinander mit einem großen Knall, manchmal streifen wir uns nur sanft und kratzen etwas Lack ab, manchmal verkeilen wir uns für einige Zeit ineinander und begleiten uns ein Stück. Manchmal stupsen wir uns an und sind wir füreinander da auf verschiedene Arten und Weisen. Manchmal hängen wir zusammen in Hängematten, manchmal wohnen wir zusammen, manchmal organisieren wir uns zusammen, gegen das was uns wütend macht. Manchmal spinnen wir zusammen Utopien. Aber egal wie, wir stehen immer in Beziehungen.

Wir haben uns viele Gedanken gemacht, viele Gespräche geführt und wollten ganz unterschiedliche Arten von Beziehungen in den Blick nehmen. Uns mit gesellschaftlichen Normen auseinandersetzen und diese in Frage stellen, persönlich schreiben und politisch, lustig und ernst. Das Ergebnis dieser Gedanken aus der Knautschzone findet ihr in diesem Zine: manchmal mit voller Wucht, manchmal gedämpft und leise, manchmal wird gelacht oder geweint.

Wir sind eine Gruppe von FLINT* Personen, ("Hä, das ist doch die Aufgabe von allen") die sich ein Wochenende Zeit genommen hat, dieses Zine zu gestalten. Es ist nicht un-/fertig, es sind Gedankenschnipsel, Eindrücke von Bildern, viel und wenig Emotion.
Wichtig war uns, eine Perspektive jenseits von heteronormativen Vorstellungen und der 'idealen Zweierbeziehung' zu zeigen. Denn Beziehungen sind so viel mehr und so wichtig: Wir führen Beziehungen zu uns selbst, zu Freund*innen, zu Kindern, Eltern und anderen Familienmitgliedern, Wahlfamilien, flüchtige Beziehungen und noch viel mehr.

Lasst euch inspirieren, denkt darüber nach, und habt Spaß!

AK Gender*Queer

Queer www.bdp.org

ich will so radikal leben wie die wirklichkeit

je mehr ich mir über meine eigenen bedürfnisse gedanken mache, desto mehr habe ich das gefühl ich bin vollkommen planlos. ich horche in mich hinein und kann nicht mehr einschätzen was gut für mich ist und was nicht. vorallem dann im nachhinein zu sagen, ja das wollte ich so und damit fühle ich mich gut.

will ich das oder will der tief in mir verankerte kapitalismus und das tief verankerte patriachart, dass mir all die jahre eingeimpft wird, das? ich weiß es nicht mehr.

jeden tag in jeder beziehnug muss ich dagegen kämpfen, muss ich mich hinterfragen. ich zerdenke alles, die ganze zeit und versuche so viel wie möglich da raus zu kommen, mich selbst zu hinterfragen und mit anderen darüber zu reden.

denn ich bin ja nicht die einzige, die immer damit kämpfen muss, die sich damit beschäftigen will. die hohe ansprüche an mich und andere hat und sie unbedingt umsetzten will. die dafür kämpfen will eine alternative zu haben zu den von jemand anderen geschaffenen bedürfnissen, die aber gar nicht das abbilden was ich wirklich will.

aber voll oft rede ich dann doch nur zu zweit darüber, mit einer person der ich nahe stehe, wie wir zusammen unsere bedürfnisse besser herausfinden und kommunizieren können. Und schon bin ich wieder nur bei mir und jemand anderem, nicht bei all den menschen mit denen ich unterschiedliche beziehungen führe mit denen ich gedanken und ideen teilen will, zusammen zu wachsen.

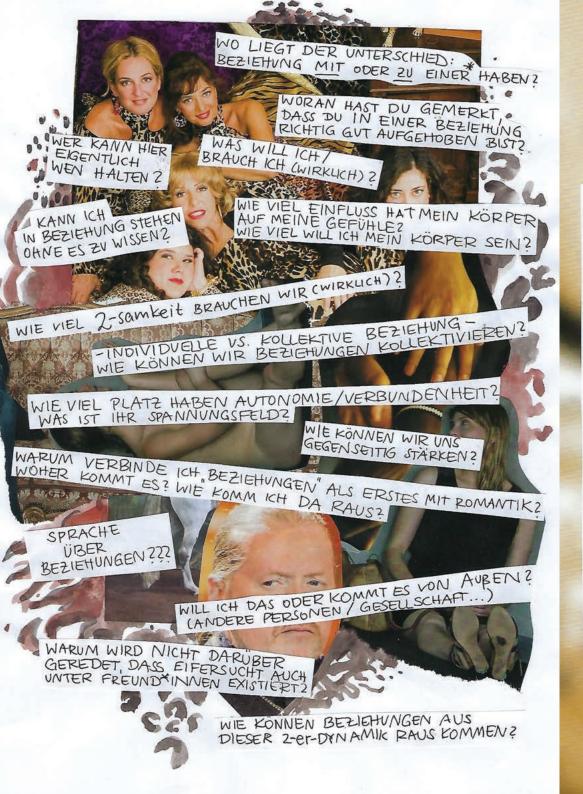
 denn ist ja immer noch nicht so richtig konform einfach zu sagen: he du, wir kennen uns zwar
 nicht so gut, aber wie sehen denn deine gedanken zu beziehungen aus. wie führst du beziehungen? was sind für dich beziehungen? wie schaffst du es weiter zu kommen und jeden tag diese scheiße auszuhalten und dich dagegen zu stemmen? wie geht es dir, jetzt mal ehrlich?

genau das würde ich aber gerne fragen, jede person die ich interessant finde, mit der ich lebe, ehrenamtlich unterwegs bin, mich bilde... wie können wir es schaffen, dass es normal wird über so vermeintlich private und intime sachen zu reden, ohne hemmungen zu haben, ohne dass dieses unangenehm berührte gefühl entsteht, dass es mich eigentlich gar nichts angeht. denn es geht uns alle was an!

wie sollen wir weiter kommen wenn niemand darüber redet, wie es uns geht, wie wir zusammen dinge entwickeln können, die uns gegen das system wappnen, die uns ermöglichen jeden tag weiter diese unfassbare anstrengung aufzubringen, nicht einfach mit der bequemen konformität zu gehen.

denn alleine ist es unmöglich, wie soll ich alleine all diese gedanken denken, all das in eine ordnung bringen? also will ich weg von mir selbst, weg von komischen 2-er dynamiken, die dann doch einfach oft die klassische beziehung sind, auch wenn sie irgendwie offen und poly und freund*innenschaftlich sind. am ende sitzen wir zu zweit und reden. und es sitzen nicht noch 3 menschen dabei, denen es vermutlich genauso geht, die diese worte gerade gebrauchen könnten, die ähnliche gefühle haben.

ich will zusammensitzen und weinen und lachen und einen weg finden aus dieser komischen einsamkeit auszubrechen und zwar nicht alleine, jede für sich, sondern zusammen.



Beziehungsarbeit

Nachfragen, Stimmungen deuten, Unterstützen, Emotionen rauskitzeln und bearbeiten, und noch vieles mehr. Das alles und noch mehr macht Beziehungen aus, zwischen Erwachsenen und Kindern, Freund*innen, Partner*innen, Familie, usw. Das alles ist Arbeit, macht nicht immer Spaß und ist anstrengend. Es braucht Kraft und Zeit.

Meist wird diese Beziehungsarbeit von FLINT* Personen geleistet, das wird uns allen so ansozialisiert: Mädchen kümmern sich, Jungs bauen. Verkürzt gesagt, aber da steckt so viel drin. Und das zeigt sich auch hier: wir sind als FLINT* Gruppe hier, obwohl das Thema uns alle betrifft! Es kann nicht sein, dass diese wichtige Aufgabe nur von manchen gemacht wird. Es reproduziert patriarchale

Machtverhältnisse, auf die ich keinen Bock habe! Ich will mich damit beschäftigen und Beziehungen anders definieren, ich will das aber nicht allein machen und damit Strukturen stärken, die ich eigentlich auflösen will.

Wie schaffen wir das? Und warum mache ich mir wieder Gedanken, wie wir/ ich das schaffe? Auch das sollte auf vielen Schultern liegen, nicht nur auf denen von FLINT* Personen. Das ist ein Dilemma. Obwohl es auch Ärger auslöst, war es auch schön, in dieser Gruppe mich auszutauschen und Utopien zu spinnen. Aber cis- Typen: macht eure Hausaufgaben, beschäftigt euch mit Beziehungsarbeit!

BEZIEHUNGEN ZWISCHEN INDIVIDUUM UND GESELLSCHAFT IM NETZ [Gedanken zu Soziales Leben von Hannah Black]

Im Raum des Internet ist Platz für den Ausdruck von Identitäten, die in unserer rassistischen und sexistischen Gesellschaftlich unterdrückt werden. Es können weltumfassende Interessengemeinschaften entstehen und damit eine Vernetzung von Kämpfen, Reformen und Revolutionen. Erfahrungen werden Kollektiviert, durch einen hashtag oder ein like. Gleichzeitig werden sie, das gesamte gesellschaftliche Leben, ökonomisiert. Deutet der Umgang mit den eigenen Texten und Bildern bereits darauf hin – versuchen wir uns nicht wortwörtlich gut zu verkaufen? Jedenfalls machen wir uns konsumierbar.

Und obwohl dieser Raum für Kritik offen zu sein scheint, die aus bestimmten Positionierungen in der analogen Welt nicht möglich wäre, entstehen immer wieder neue Normen, und es kommt eben nicht zu einer Freiheit einfach sein zu können. Es kommt oft eine Diskussion über Anonymität und Privatsphäre auf, die nicht mehr (oder auch nie) im Internet gewahrt werden (können).

Aber die Frage ist: Können diese beiden Aspekte politische Handlungen und generell Leben überhaupt schützen?

Sind Agency und Autonomie tatsächlich das, was "das Politische" ermöglicht? Personen wie Hannah Black werfen auf, dass es vielleicht interessanter ist, zu analysieren, wie in sozialen Medien über Ideen wie "Privatsphäre" und "Gemeingut" hinaus geschritten (z.B. creative commons), bzw. dieses "verkompliziert", vielleicht neu definiert werden. Black kritisiert, dass Menschen, die scheinbar viel ihres Lebens in sozialen Medien preisgeben, als schlechte politische Subjekte betrachtet werden, anstatt ihre andere politische Haltung zu verstehen. Ich muss daran denken, wie diese patriarchale Praxis des victim blaming, die im Umgang mit Opfern sexualisierter oder rassistischer Gewalt immer wieder beobachtet werden kann, beispielsweise wenn einer Person gesagt wird, sie hätte sich eben nicht so freizügig anziehen sollen, im Internet ihre Äquivalente findet.

Im Anbetracht dessen wird verständlich woher unter anderem das Bedürfnis nach Selbstdarstellung, das selbst Produzieren von Bildern kommt. Ich glaube, das Internet kann ein Raum sein in dem sich die eigenen Bilder wieder angeeignet werden können und verdrängte Positionen wie die von PoC und FLINTQ* wieder Raum finden. (Schon die Entstehung und Verbreitung dieser Selbstbezeichnungen sind ein Zeichen dafür.) Wohl darum spricht Black auch von einer "tendenziell rassistischen Verbindungslosigkeit" zwischen dem "weißen bourgeoisen Diskurs um Privatsphäre/Überwachung" und der rassistischen und sexistischen Gewalt in unserer Gesellschaft. Wer die so genannte Öffentlichkeit bestimmt und repräsentiert wird, wird zu wenig gefragt.

Das Internet ist "genau wie die Welt": "brutal, seltsam, witzig, mies, wunderschön, voll von Begehren und entfremdeten Begehren".



"E-Mails können oder sollten verschlüsselt werden, aber der Körper bleibt meist schmerzhaft lesbar; wer ihn unlesbar macht, wird bestraft."

Arca setzt sich immer wieder "der Qual des Erkanntwerdens, auch der rassistischen und geschlechtlichen Wiedererkennung" aus. Aber was bedeutet "erkannt werden" an dieser Stelle für Hannah Black - eine oberflächliche Zuordnung zu einer normativen Kategorie wie "weiblich" oder ein erkennen des Charakterlichen, Emotionalen, des Sozialen? Arca spricht in einem Video über ihr transitioning auf Instagram davon, dass sie* sich selbst als ihre* eigene Muse betrachtet und eine Muse Projektionen aushalten muss. Sie hält aus, gelesen zu werden, doch wieder in Kategorien gesteckt, weil ihr der Raum für den eigenen Ausdruck wichtiger ist, die Beziehung zu sich selbst, die eigenen Vielschichtigkeit.

Manchmal gehe ich raus wenn ich schlecht gelaunt bin, und obwohl ich am liebsten eigentlich in Ruhe gelassen werden will, ziehe ich mich auffällig an, schminke mich, mit der Intension einer Kriegsbemalung, einer Rüstung.

Zwar werde ich dann auch öfter dumm angelabert, aber irgendwie ist dann auch diese widerspenstige Person in mir, die erst recht schlagfertig reagiert und mit Genuss Erwartungen und Projektionen zerbricht.

Arca spricht über transitioning (auf Instagram live am 5.11.2019) https://www.youtube.com/watch?v= hu7kKBAzVc

Hannah Black: Soziales Leben. TEXTE ZUR KUNST https://www.textezurkunst.de/98/soziales-leben/

NAHE?

ist für mich ein Gefühl, das in allen Beziehungen zu Menschen in meinem Leben auf verschiedenste Weise präsent ist.

Körperlich, geistig, geographisch, emotional, ...

über meine geheimsten Gefühle reden; und mit wenigen einfach still Arm in Arm miteinander Existenz genießen. Wie nahe ich mich diesen

verschiedenen Menschen fühle. und wie nah sie sich mir fühlen ist in ständigem Wandel und abhängig von so vielen Dingen.

(Und manchmal läuft das -leiderauch nicht gleichmäßig auf allen Seiten.)

Ich habe mich in letzter Zeit ein bisschen mit der Idee der "Love Languages" (Gary Chapman 1992) beschäftigt, den "Sprachen der Liebe". Ich glaube, sie sind spannend wenn ich versuche. besser zu verstehen wie Menschen miteinander umgehen, und was sie für Bedürfnisse und Wünsche haben.



QUALITY TIME

GES (HENKE LOB & ANERKENNUNG

Gary beschreibt, 5 Arten, wie Menschen Liebe ausdrücken und empfangen (dort in romantischen Partner*innenschaften, ich finde aber, dass das auf verschiedenste Beziehungsarten beziehbar ist). Es gibt bestimmt noch viel mehr Arten, und diese überschneiden und verändern sich sicher immer wieder. Aber sie sind interessanter Anfang, und ich glaube, sie zu kennen - bei sich und in Bezug zu anderen - kann helfen, sich selbst, sich gegenseitig und das Miteinander besser zu verstehen und achten zu können.

HILFSBEREITSCHAFT

manche

Menschen

auf einem anderen Kontinent; die einen haben mich mein Leben lang aufwachsen sehen, mit manchen teile ich meinen Alltag,

einer Reise verbracht;

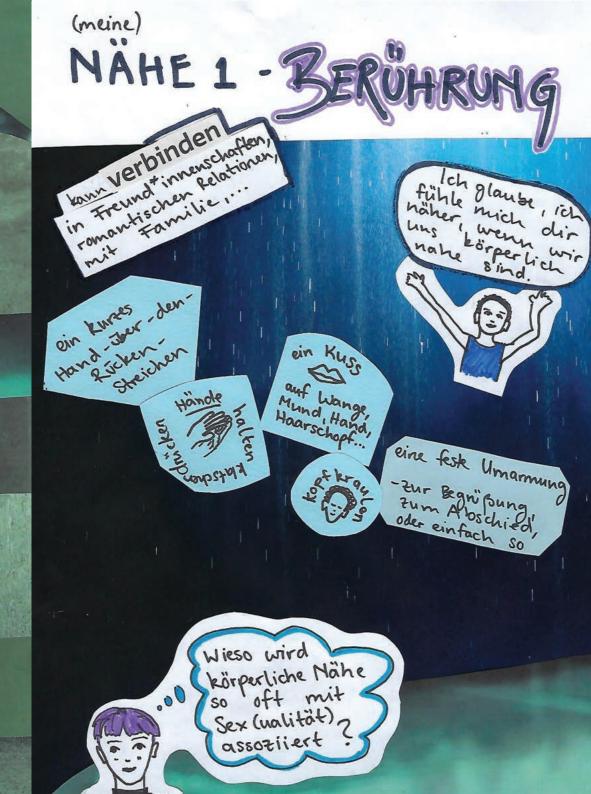
meinem Nachbarzimmer, manche

mit anderen habe ich zwei Tage auf

mit den einen kann ich über meine

Träume und Utopien, mit anderen

leben





NÄHE 3,4,5...

WEIL JEDE PERSON ANDERS NÄHE SUCHT UND FINDET ...

AND DA S

Ein paar Gedanken zu Autonomie und Verbundenheit in nahen Beziehungen:

Manchmal denken wir es gibt nur ein ,entweder oder'...

Eine feste Gebundenheit

-oder- eine lose Ungebundenheit.

Aber es gibt viel mehr als das entweder oder.

Es gibt viele verschiedene Möglichkeiten, verschiedene Formen und Intensitäten von Nähe, die sowohl voneinander unabhängiges Handeln als auch verschiedene Ebenen von Kollektivität nicht verunmöglichen, sondern ermöglichen.

Vielleicht ist das ein Balanceakt, un act d'équilibre,

ein immer wieder neu ausloten... wie wir leben und lieben wollen.

Wie können wir sowohl ein Meer aus Nähe und zeitloses sich aufeinander beziehen wagen (wenn wir wollen) als auch vielschichtige Formen von Autonomie, Kollektivität und Spontanität allein?

Welche Formen der Kommunikation, Absprachen und losen Sehnsüchte brauchen wir dafür? Welche Sprache und welche Bilder erfinden wir für unsere Beziehungen? Welche Geschichten erzählen wir uns und anderen?

Manchmal stelle ich mir Beziehungen, in Form einer Flüssigkeit vor, in etwa in der Konsistenz von Kleister. Davon gibt es verschiedene Formen.

Je nachdem welche Zutaten wieviel verwendet werden. Wie lange es den Kleister schon gibt und so weiter...

Manchmal verbringen wir eine Zeit intensiver Nähe und Intimität, etwas Wunderschönes, (find ich).

Und doch gibt es auch immer wieder den Moment, in dem es Zeit ist, so eine feste Insel für eine Zeit zu verlassen.

Es kann schön sein, nicht aus Bequemlichkeit permanent auf der Insel der nahen Intimität zu bleiben. Und neuen Platz zu haben für vielfältige Beziehungen, Projekte, Sehnsüchte.

Dieser Moment ist manchmal ein bisschen schwer, es fühlt sich komisch an, wieder alleine los zu gehen, niemanden neben sich zu spüren. Es ziept ein bisschen. Das ist dann meistens nur ein kleiner Moment, zwupp. Dieser Schritt, kann manchmal auch etwas schmerzhaft sein und braucht Mut. Es ist ein sensibler Moment.

T A A

Das ist dann wie Fäden von Kleister, die sich erst langsam auseinanderziehen. Dieser Schritt ermöglicht Formen von Autonomie oder auch Kollektivität. Neues Anrühren, neuer Konsistenzen.

Um dann wieder zu einem anderen Zeitpunkt gemeinsam Vorfreude, Neugier, Begehren, Spontaneitäten zu erleben.

Es kann schön sein, sich dabei zu trauen den Faden nicht schnell durchzuschneiden. Nicht einfach so abrupt zu gehen, zu verschwinden, sich nicht mehr zu melden, abzutauchen. Das ermöglicht dann eine verbundene Autonomie Oder autonome Verbundenheit.



Vermirende Bezielungen. · oder so. Minimum

Finde die folgenden Beegriffe im Wortgitter:

A= ae,etc.

Reiseteam Kontakt-bbruch Rollenspiel

Rollenspiel

Selluster Familienbande

Rodeband Chor Schwiegersohn

Seelenverwandte Adoption Schwiegersohn

Seelenverwandte Adoption Schwiegersohn

Seelenverwandte Adoption Schwiegersohn

Seelenverwandte Adoption B 七 0 H B W R S E K B S 0 0 B M E B N E 2 D 2 E R W 0 N N E E H # M M B P M R 2 E K H E P P 0 5 Q H P W 0 0 H E

Hierarchien in polyamourösen Beziehungen

In jeder Form von Beziehung gibt es unterschiedliche Hierarchien und Machtgefälle. Diese lassen sich meist nicht ändern (wie z.B. das Alter einer Person), jedoch ist es wichtig, sie zu reflektieren, um sie abzubauen bzw. ihre Auswirkungen einzudämmen. Im folgenden möchte ich ein paar Gedanken und Gesprächsanregungen zu möglichen Machtgefällen in konsensualen, also offen abgesprochenen und allen Beteiligten bewussten, polyamourösen Beziehungen geben. Mit polyamourösen Beziehungen sind nicht-monogame Beziehungen gemeint, in denen das körperliche und/oder romantische Begehren nicht auf eine Person beschränkt wird.

Privilegien, die benannt und deren Auswirkungen besprochen werden sollten. Privilegien beziehen sich oft auf soziale Kategorien wie Geschlecht, race, soziale Herkunft, Sexualität etc. Privilegien könnten also sein, dass du cisgender (du fühlst dich deinem dir bei der Geburt zugeordneten Geschlecht zugehörig), weiß, männlich, älter als andere in einer Beziehung beteiligten Personen, able-bodied, gesellschaftlichen Körpernormen entsprechend, aus einem akademischen Haushalt kommend, in einer stabilen ökonomischen Situation lebend ... bist.

Privilegien: Es gibt viele verschiedene

Jedoch gibt es auch andere Aspekte, die Machtgefälle erzeugen können, die weniger offensichtlich sind als die hier genannten Privilegien und nicht unsichtbar und unbesprochen bleiben sollten.

Dazu zählen:

Soziales **Standing**, also der Status einer Person innerhalb einer Community (z.B. queere oder linke Szene in einer Stadt).
Wie lange bist du schon Teil dieser Community? Wie viele Leute kennen dich? Wie ernst wirst du genommen? Wie sehr vertrauen dir andere? Partner*innen mit geringerem sozialen Standing als der*die andere(n) Person(en) kann es schwerer fallen, gehört zu werden und Kritik zu äußern. Möglicherweise fühlen sie sich ausgeschlossen oder angewiesener auf die/den Partner*innen.

Sexuelles Kapital: Eine andere mögliche Hierarchie ist, wie sehr eine Person von anderen als anziehend oder begehrenswert bewertet wird. Außerdem, wie offen die Person ist, wie schnell sie andere Leute kennenlernt und wie leicht oder schwer es ihr fällt, Intimität zuzulassen.

Eine weitere Hierarchie kann darin liegen, wie viele vergangene Sexpartner*innen oder Beziehungen eine Person schon hatte. Ein Mensch, dem es schwerer fällt neue Menschen kennenzulernen, Intimitäten einzugehen oder der*die noch nicht so "viele" Sexpartner*innen hatte als der*die Partner*innen, kann sich angewiesener und abhängiger fühlen.

Auch **psychische Gesundheit** kann hierbei eine Rolle spielen, da es einer Person mit Depressionen z.B. schwerer fallen kann, neue Menschen kennenzulernen oder intime Beziehungen einzugehen.

Offene Kommunikation gilt als großes Ideal in polyamourösen Beziehungen. Doch auch dort kann es große zwischenmenschliche Unterschiede geben. Wie sehr sind die unterschiedlichen Personen es gewohnt, offen zu kommunizieren? Wie gut können sie sich ausdrücken? Wie sicher fühlen sie sich dabei, über intime Dinge zu sprechen? Was lässt sich offen sagen und was möchte die andere Person auch hören (wie urteilsfrei kann z.B. über Eifersucht und Verlustängste gesprochen werden)? Wie selbstsicher fühlt sich eine Person gerade?

Gerade in polyamourösen Beziehungen kann es eine Hierarchie sein, wenn eine Person mehr (sexuelle und/oder romantische)Beziehungen als die andere Person führt. Es kann sein, dass die Person mit "weniger" Beziehungen im Falle einer Trennung viel einsamer sein wird als die Person mit "mehr" Beziehungen und somit eine Trennung oder Kritikpunkte eher vermeiden möchte.

Dies sind ein paar Gesprächs- und Reflektionsanregungen, die euch jedoch nicht abschrecken sollen! Polyamorie kann viel Schönes mit sich bringen. Viel Liebe, viele tolle Menschen und eine intensive Auseinandersetzung mit sich selbst und anderen. Gerade solche Gespräche haben in meinen Erfahrungen oft zu einem empathischeren Miteinander geführt und mich ein Stückchen näher dorthin gebracht, wo ich sein möchte. Ob Polyamorie etwas erstrebenswertes, etwas unvollstellbares, oder etwas, das ihr schon auslebt, ist, bleibt ganz euch selbst überlassen.

(Anregungen und Ideen zu Hierarchien in polyamourösen Beziehungen habe ich von Hengameh Yaghoobifarah in dem Podcast "Wie daten wir in 2020?" von Realitäter*innen und dem Essay "What the fuck is Mono-Normativität" von Gesa Mayer.)





Kommunikation





"Ist das jetzt ein Date?", fragt sie mich.

Mir fällt es schwer den Unterton zu lesen. Sie ist aufgeregt, das weiß ich. Sie hat diesen bestimmten Blick- den Kopf schief gelegt, ein kleines Zucken im Mundwinkel.

Aber ob sie erwartungsvoll ist oder unsicher, in der Hoffnung auf ein "Ja" oder "Nein", das weiß ich nicht. Ich ahne es, aber wissen kann ich es nicht.

Stundenlang haben wir über sie und mich, über die Möglichkeit ein "Wir" oder "Uns" zu bilden gesprochen. Immer wieder haben wir unseren Mut zusammengenommen und über unsere Wünsche und Unsicherheiten geredet.

Meist hat sie es initiiert, den Kopf schief gelegt, mit einem kleinen Zucken im Mundwinkel.

"Also würdest du sagen, das jetzt hier ist ein Date?", fragt sie noch einmal nachhakend.

"MMh, weiß nicht so genau, ja also...tja, mmh", antworte ich ihr sichtlich überfordert, "was ist das denn überhaupt? Ein Date?"

"Na für mich würd ich das so... wie wenn... also wenn zwei Leute sich alleine treffen ohne wen anderes einzuladen."

"Na dann ist es keins, wir haben ja beide noch andere Menschen gefragt und das Herradeln zählt nicht."

"Ok". Sie wirkt enttäuscht. Vielleicht ist sie es nicht. Vielleicht bilde ich mir das ein. Vielleicht, weil ich selbst enttäuscht bin. Also nicht davon, das wir kein Date haben sondern von meiner Kommunikation. Ich gehe der ganzen Thematik aus dem Weg. In meinem Kopf gehe ich mögliche Gespräche durch. Ich weiß was ich will – und was nicht. In der Realität erwischt es mich jedes Mal aufs Neue. Ich weiß nicht was ich will- und was ich nicht will. Sie ist meine Freundin. Also Freundin-Freundin, also nicht so romantisch

sondern so halt kumpelmäßig. Mir fehlen die Worte zu beschreiben was sie jetzt ist. Jetzt nach all diesen Gesprächen und der Entscheidung sich zu daten. So ab und zu. Also ganz klar nicht als Beziehung, also Beziehung-Beziehung, also romantische Beziehung/ feste Beziehung/ Liebesbeziehung. Verdammt ey, scheiß Worte. Wir führen eine Beziehung miteinander, festgelegt freund*innenschaftlich, aber manchmal auch romantisch. So mit lange in die Augen gucken, lange drücken, Abends noch "Gute Nacht-Sprachnachrichten" mit Kuss Emojis auf Telegram oder beim feministischen Vortrag Händchen halten. Naja und irgendwie fest ist es ja auch, zumindest unsere Freund*innenschaft. Tja und Liebe, ja Liebe ist ein dehnbarer Begriff. ich würde sagen ich liebe viele Menschen- sie auch.

"Alles ok?", holt sie mich aus meinen Gedanken.

Sie lächelt. Dieses Lächeln, so warm dass ich mich reinlegen möchte. Ich will Nähe mit ihr, vielleicht auch Körperlichkeiten, da bin ich mir noch nicht so sicher. Ich will einen emotionalen und intellektuellen Austausch, ich will neben ihr Aufwachen und mit ihr Händchen haltend auf Plena sitzen. Ich will das nicht benennen, ich will es einfach nur fühlen dürfen. Ich möchte weg von romantischen idealisierten gesellschaftlichen Kodierungen wie das alles auszusehen hat und ich will verlernen, dass Männer den ersten Schritt machen und ich mich darauf ausruhen kann. Diese gelernten Handlungsweisen bringen mir nämlich gerade nur Unsicherheiten und Probleme, die es mit dieser wundervollen Frau nicht unbedingt geben müsste.

Ich möchte mutig sein. Mutig für mich und für sie. Mutig um dem schief gelegten Kopf und dem warmen Lächeln gerecht zu werden. Ich möchte mutig sein, damit ein Date keine Definition mehr braucht, sondern als warmes Gefühl besteht und mutig sein, damit ein ungezwungenes und offenes "Wir" die Zukunft ist.





Beziehung zu Körper, mir

Vorstellungen von "schönem" Körper Ich übernehme gesellschaftliche Normen Druck

Wie hält mich das zurück? Wie beeinflusst es mein Gefühl zu mir? Wie beeinflusst es Beziehungen zu anderen?

Es ist schwer, sich aus diesen Anforderungen zu lösen. Lange hing ein gutes Gefühl zum eigenen Körper zusammen mit der Möglichkeit, eine romantische Beziehung zu führen.

Und erst viel später wurde mir klar, dass ich keine Beziehung brauche egal wie meine Beziehung zum Körper ist.

Und... dass mir Beziehungen wichtiger sind, die nicht von meinem Gefühl zu meinem Körper abhängen. Die auf anderen Prämissen beruhen.

Mein Gefühl zu meinem Körper hat eine neue Dimension gewonnen. Sport ist meine Möglichkeit, mich zu spüren,

mir was Gutes zu tun.

Stark sein, stark fühlen, Selbstvertrauen.

Was gibt dir ein gutes Gefühl? Wo fühlst du dich stark? Nimm dir Zeit dafür! Wir alle sind richtig so, wie wir sind!

Beziehungen umdenken

Eine romantische Zweierbeziehung als gesellschaftliches Ideal

Kein Bedürfnis nach romantischer Beziehung Warum? keine sexuelle Anziehung warum wird das hinterfragt? warum ist es mir selbst lange nicht klar?

Leben mit Kind, allein Verantwortung tragen Was macht das mit der Beziehung zwischen Kind und Erwachsenen? Macht, Verantwortung, Einsamkeit, Freude?

Verantwortung teilen mit Wahlfamilie Solidarität, Unterstützung für alle Warum machen das nicht viel mehr Menschen?

Ausbrechen aus Vorstellungen, wie Beziehungen gelebt, gestaltet werden sollen. Zu sich selbst, Freund*innen, oder...

Losgelöst von gesellschaftlichen Normen Lasst uns Alternativen finden, leben, probieren. von gelernten Vorstellungen. Lasst uns mutig sein. Allein und zusammen.



Ich kenne mich und ich liebe mich. Auch körperlich.

Sex mit anderen Menschen kann vieles sein. Ein lustvolles Erlebnis, Kommunikation, Leidenschaft, Verbindung, Nähe...

Sex mit mir kann ein Gedanken sortieren, zu mir kommen, Empowerment, Stressabbau und noch so vieles mehr sein.

Meine Fingerkuppen fahren über meinen Körper, ich bin warm und weich. Ich spüre mich, tue mir -nur mir- etwas Gutes und lerne meinen Körper besser kennen.

Ich lerne mich kennen und lieben, durch die Körperlichkeit.

Ich bin nur mit mir, bin mit mir intim und höre meinen Gedanken zu. Ich lerne sie zu deuten, genau wie ich meinen Körper zu deuten lerne. Meine Fingerkuppen streichen über meinen Hals, meine Brüste, meinen Bauch. Ich bekomme Gänsehaut, mir wird warm. Ich spüre den Unterschied zwischen meinen Achselhaaren, meinen Harren auf den Armen und meinen Schamhaaren. Ich spüre den Unterschied zwischen der rauen Haut an meinen Ellenbogen und der weichen Haut an meiner Hüfte. Masturbation führt mich zu mir selbst.

Die Beziehung zu mir wächst, ich brauche meine Bedürfnisse nicht kommunizieren, ich entdecke sie.

Für mich und mit mir.

Es geht um den Weg, nicht um das Ziel. Ob ich einen Orgasmus habe oder nicht ist egal. Es ist Qualitytime, das ist entscheidend.

Oder war es. Bis zu einer Werbung, die mir besseres versprach. "Besser" heißt in dem Moment - der beschleunigten Leistungsgesellschaft sei Dank - zu einem schnellen und zuverlässigen Orgasmus zu kommen.

Und wie das früher oder später immer so ist, hab ich mich dann doch hinreißen lassen und doch eines Tages voller Vorfreude auf das neue Erlebnis das Paket entgegengenommen, aufgerissen und bin los vibriert. Ja, der Orgasmus war gut, ja es war erfüllend und ja, ich hab und werde es wieder tun.

Aber oder besser ABER ich fühle mich nicht mehr selbst. Viele Sextoys haben eine unverhältnismäßig große Macht, viele Möglichkeiten und eine enorme Bandbreite ABER sie haben auch ein Ziel: Den Orgamsus. Ich muss über Knopfdruck bewusst Entscheidungen treffen. Sie sind auf ein Körperteil ausgelegt, so wie in dem Fall auf die Genitalien und ein Qualitätsmerkmal ist, dass es schnell vorbei ist, du einen "guten" Orgasmus hattest und zufrieden deine Tagesaufgaben erledigen kannst.

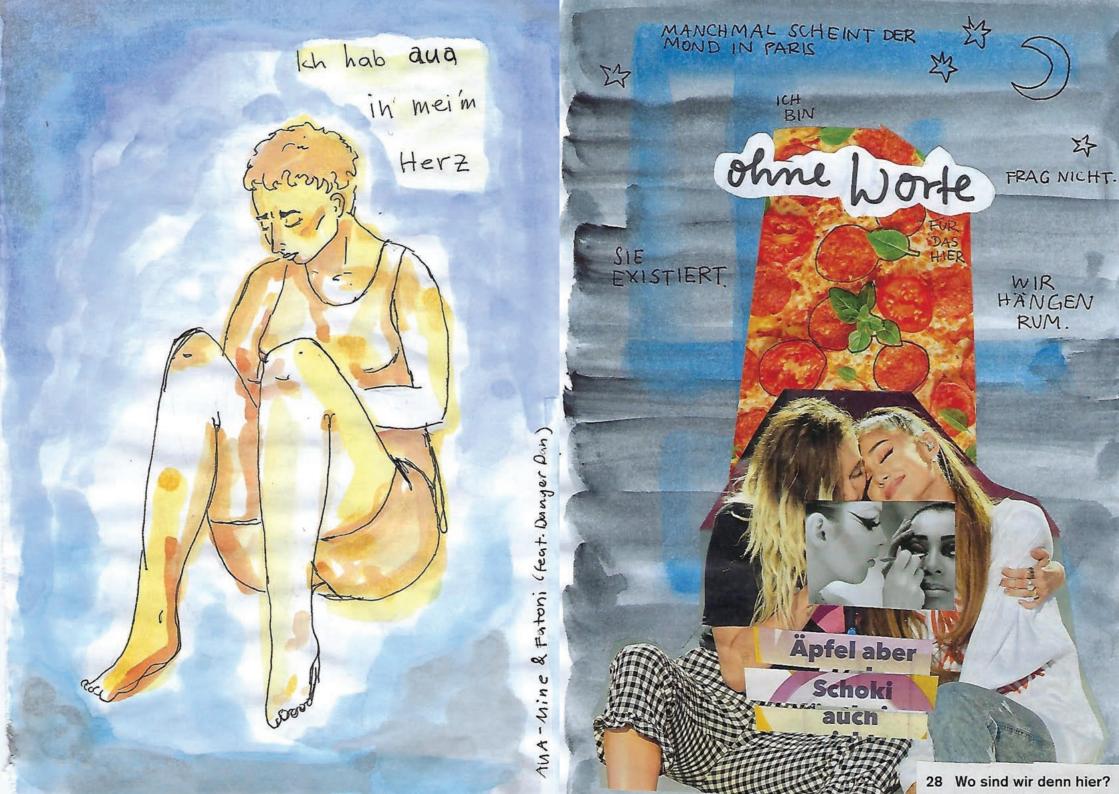
Ich beschränke (und reduziere?) mich selbst auf mein Genital, konzentriere mich auf das Pulsieren und spüre weder meine Wärme, noch Feuchte. Fast so, als würde ich mich wieder einmal an ein klinisch sauberes; fremdbestimmtes, normiertes Umfeld anpassen. Das Ergebnis ist Masturbation nicht mehr nur als selbstermächtigende und empowernde Praxis, sondern als wirres Konstrukt zwischen Selbstliebe und der eigenen Entfremdung.

Was sagt unser Masturbationsverhalten über uns aus? Was lernen wir dabei? Welchen Aspekt der Beziehung zu mir selbst kann ich wie am Besten ausbauen und wie möchte ich sie führen? Ist nicht auch irgendwie jede Masturbation für sich alleinstehend wertvoll? Ist es egal wie, ob und mit was ich sie praktiziere?

Weiß ich noch was ich mag oder nur, was ich mit diesem Toy mag? Weiß ich noch wie ich mich anfühle oder nur, wie ES sich anfühlt? Kann ich das vielleicht auch als zwei Beziehungen betrachten? Die mit meinem Körper und die mit meinem Vibrator?

Was bedeutet es, sich selbst näher zu kommen und wo verlaufen die Grenzen zwischen "die völlige Kontrolle haben" oder "kontrolliert Handeln?"

Ich kenne mich und liebe mich. Auch körperlich. Mit und ohne Toys. Und keine Beziehung ersetzt die andere. Und trotzdem bleiben Fragen, die ich wohl nur durch einen Weg klären kann ;)



→ Die folgenden Texte drehen sich um den Komplex Liebesschüchternheit/extreme Gehemmtheit/ Beziehungsunerfahrenheit und deren mögliche Auswirkungen.

Die Tragik meiner Hemmung

Nun schreibe ich wieder einmal. Sonst Tagebuch, heute öffentlicher Text. Ich schreibe und gehe dabei gedanklich durch, was der vergangene Abend mit sich gebracht hat. Ich schreibe deswegen, weil ich niemanden davon erzähle, was ich eigentlich empfinde. Und ich schreibe bewusst nicht, dass ich es nicht könne. Jedenfalls sehe ich hier einen bedeutenden Unterschied.

Um dem Ganzen einen Namen zu geben: Ich erzähle niemandem von meiner extremen Gehemmtheit in Sachen menschlicher Nähe und Annäherung. Mit dieser Gehemmtheit eng verbunden ist meine Unerfahrenheit in *Liebesbeziehungen*. Beides gehört bei mir zusammen wie düstere Zwillinge. Ich kann mir zwar ableiten, dass ich meine Situation nicht als "düster", "verloren" und "aussichtslos" sehen muss, aber hier geht es nun einmal um meine tiefsten Empfindungen. Also keine Lügen.

Den gestrigen Abend durfte ich wieder mit dem Menschen verbringen, der mich so unfassbar... ja, was...? - Begeistert. Fasziniert. Anzieht. Lähmt. Ohnmächtig werden lässt. Ich drehe mich weg, wenn er kommt, anstatt ihn freudig zu begrüßen. Ich vermeide Blickkontakt. Mein Lob gilt nur den Anderen, mit denen wir Musik machen. Innerlich genieße ich seine Anwesenheit ungemein, gleichzeitig bin penibel darauf bedacht, dass es niemand mitkriegt. Manchmal habe ich mich nicht gut genug im Griff, dann bin ich spontan und habe meine Kanäle offen. Auch mein Herz. Doch bisher immer habe ich das schnell genug wieder korrigiert und mich dadurch vor nicht auszudenkenden Folgen gerettet.

Dieser Mensch hatte sich sogar schon einmal offenbart – er hatte mir ein Liebesgeständnis gemacht! Doch ich, ich war unverbindlich-freundlich geblieben, eine "nette Abfuhr" war das gewesen. Ich war dann bald gegangen. Abgang von der Bühne, um hinter den Kulissen bitterlich zu weinen. Den geliebten Menschen derart dreist zu belügen und nicht zu den wahren Gefühlen zu stehen konnte ich mir schon im Moment selbst nicht verzeihen. Meine Fassade hatte ich trotzdem nicht eingerissen. Das Mauerwerk ist massiv.

Überhaupt – der Berg meiner Unzulänglichkeiten wächst und zwängt sich zwischen uns. Mein Gegenüber weiß ja nicht, wie schrecklich ich in Wahrheit bin. Oder zumindest nicht gut genug. Wenn diese Person mich so kennen würde, wie ich wirklich bin, würde sie nichts mehr mit mir zu tun haben wollen. Wenigstens würde sie von mir abrücken – und keinesfalls eine enge Bindung zu mir eingehen. Somit ist die Lage klar!?

Manchmal schleichen sich Zweifel ein. Vielleicht wäre ja auch alles komplett anders. Oder zumindest nicht so grauenhaft wie in meiner Vorstellung. Schließlich kann ich mich manchmal auch ganz gut leiden.

Mal sehen, ob ich morgen weiter schreiben kann, sofern mein Schlaf neue Erkenntnisse liefern konnte...

Am nächsten Tag: Ich schreibe weiter.

Es ist so unangenehm, vor allen Leuten zu verbergen, dass ich gehemmt und unerfahren bin. Ich meide meine Familie, mit der mich sowieso recht wenig verbindet. Sie stellt am ehesten die unbequemen Fragen. Meine Freund:innen reden mit mir einfach nicht darüber; sie spüren die unsichtbare Mauer. Angst steckt an. Ich bin jetzt Mitte 20 und in jeder Hinsicht unerfahren in den Bereichen, die schon vielen 13-Jährigen scheinbar mühelos

gelingen. Es fängt mit vielsagenden Blicken an (Hilfe!) und hört mit irgendwelchen zärtlichen Körperlichkeiten, Austausch von Körperflüssigkeiten und geheimnisvoll gewobenen Bändern auf, die man als meist als *intime Nähe* oder *sexuelle Verbindung* bezeichnet.

Ich wünschte, ich wäre mutig. Ja, das ist es. In der letzten Konsequenz steht und fällt alles mit dem Mut. Ich könnte theoretisch so vieles erreichen, wenn ich nur mutig und voller Zuversicht vorwärts gehen würde.

Aber woher nehmen?

Wer kann mir helfen?

Soll ich das alleine versuchen?

Das Risiko ist doch viel zu hoch.

Das Risiko ist egal.

Das Risiko verunsichert mich unendlich.

Vier Tage später.

Mein geliebter Mensch zieht bald in einen anderen Ort, weit weg von hier.

Ich will meinen ganzen Mut zusammen nehmen und mit Jochen reden. Bei ihm könnten meine Empfindungen gut aufgehoben sein. Ich habe so Angst davor. Aber ich will es jetzt unbedingt. Es wäre ein Anfang. Ich habe Hoffnung.

Wie es sich anfühlt

Wie es sich anfühlt, einen Menschen aus tiefster Seele zu lieben und dadurch in Frage zu stellen, sich selbst genug zu lieben.

In diesem Text soll es um den inneren und äußeren Konflikt von Selbstliebe versus amouröser Liebe zu einer anderen Person gehen. Ich möchte den Zwiespalt anhand eigener Erfahrungen darlegen.

Ich kenne die Person seit etwas neun Monaten; wir kennen uns durch eine gemeinsame Freizeitaktivität. Seit unserem Kennenlernen hatten wir einige prägende Erlebnisse, die uns zusammenschweißen. Wir haben bisher viel geredet, diskutiert, auch gestritten. Wir tun uns gut – und bringen uns auf subtile Weise weiter. Sowohl in unserer Entwicklung als auch bei praktischen Angelegenheiten.

Der Wunsch, dieser Person auf allen Ebenen sehr nahe zu sein, manifestierte sich bei mir an einem "frühen Stichtag". Seitdem pendle ich zwischen Qual und Lust, Aggression und Freude, Niedergeschlagenheit und Euphorie. Sie kann mich sowohl faszinieren als auch eiskalt ernüchtern. Lang missachtete Themen steigen in mir auf, ausgelöst durch unsere Interaktion - oder auch durch ihre charakteristischen Verhaltensweisen. Wir haben innige Minuten, in denen ich stets der naiven Hoffnung verfalle, ab sofort könne sich unsere Intimität nur steigern. - Du musst wissen: Ich habe berechtigten Grund zur Annahme, dass die Person meine Gefühle erwidert. Sie kann sich nicht komplett kontrollieren, sodass ich durch ihre Körpersprache, ihre heimlichen Blicke und indirekte Zuneigungsbekundungen spüre, wie wichtig ich ihr tatsächlich bin. Und dass es zwischen uns nicht "freundschaftlich" ist, spüren wir beide vermutlich. So viel Verkrampftheit, so viel gedeckeltes Begehren, keine Unschuldigkeit...

Ich habe auch noch den direkten Vergleich. Selbst Freund:innen von ihr, die mich gerade kennenlernen, gehen meist viel offener, selbstverständlicher und gelöster auf mich zu – und ich auf sie. Während mein geliebter Mensch und ich bevorzugt in einem Ring aus ungeschriebenen Gesetzen von Nähe und Distanz umeinander herumschleichen, ohne mal einen echten "Durchbruch" zu erzielen. Denn ich bin ganz und gar nicht unschuldig an meinem Dilemma. Ich genieße den Hormonrausch doch mehr als ich es offiziell zugeben würde. Genauso das Anwachsen unserer Vertrauensbasis.

Ich nehme den süßen Schmerz in Kauf, der aus meinem Verstand erwächst. Ich sehe die Macken, das Unbequeme an der Person. Und verliere mich gleichzeitig in Fantasien, wie wundervoll eine körperliche Beziehung mit ihr sein würde. Und – ganz wichtig – ich bin stark negativ beeindruckt durch die strikte Grenzziehung, die sie vornimmt. Abruptes Gehen, rascher Themenwechsel, keine emotionale Anteilnahme, wenn ich mir diese dringend herbeisehne... ich habe mich daran gewöhnt. Und kritisiere mich dafür.

Genauso meine Bedürfnisanpassung (-unterdrückung?): Ich verzichte auf körperliche Annäherungen, selbst auf die vorsichtigsten Berührungen. Stattdessen warte ich ab und schaue, was von ihr kommt. Auch das sehe ich sehr kritisch. Ich möchte eigentlich eine Beziehung zu jemandem, der:die vollumfänglich zu mir passt und sich innerlich verpflichtet. Ich will keine Perfektion, wo es keine geben kann, aber ich möchte Hingabe. Ich möchte Respekt und ehrliche Kommunikation mit allen zur Verfügung stehenden Mitteln. Ich möchte meine Ideale nicht verraten.

Ich mag es nicht sonderlich, Single zu sein. Ich möchte eine freiheitlich ausgerichtete Partner:innenschaft, die verbindlich ist. Ich möchte mich dauerhaft mit einer oder mehreren anderen Menschen durch das Leben bewegen und Intensität mit ihnen teilen. Und einer dieser Menschen ist ausgerechnet der, der mich immer wieder neu zur inneren Aushandlung von Anspruch und Wirklichkeit zwingt. Und ja, auch dafür liebe ich ihn. Ich weiß, dass ich mich stets genug lieben werde, um auf mich aufzupassen, meine Grenzen zu verteidigen und Schlimmeres zu verhindern. Gerade weil ich kein Spielball seiner Interessen bin und im Zweifel nach meiner Intuition handle, ist es oft so verwirrend. Ich fühle, dass wir ein enormes Potenzial miteinander haben. Ich spüre, dass wir gemeinsam erwachsen werden können. Dass ich das

Ideal einer "Beziehungsanbahnung im Flow" durchaus ebenso kritisch betrachten darf.

Ob und wann wir uns komplett öffnen und zueinander finden, bleibt abzuwarten. Bis dahin koste ich noch etwas von Süße und Schmerz. Wer weiß denn schon, wie lange wir uns überhaupt haben. Manchmal ist das Weniger der größte Luxus, den ich mir vorstellen kann.

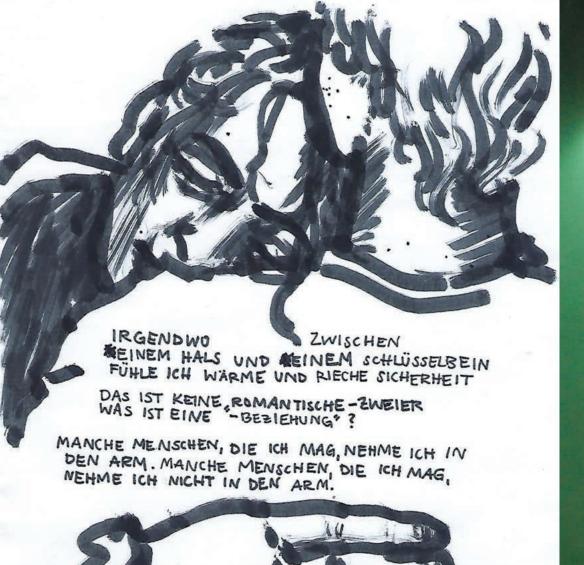
Ich beende meine Darlegung mit der Feststellung, wie traurig mich nicht die Gesamtsituation macht. Sondern, dass für mich sonnenklar ist, dass ich diesen Text ausgerechnet mit meinem geliebten Menschen nicht spontan teilen können werde.

EINE PERSON IN DER MENGE EINIGE METER
ENTFERNT TANZT MIT ROTIERENDEM UNTERARM
UND GESCHLOSSENEN AUGEN. ICH FÜHLE DEN
SELBEN RHYTHMUS, SIE ÖFFNET DIE AUGEN, WIR
TREFFEN UNS, ICH SCHLIESSE MEINE.
EINIGE ZEIT SPÄTER ENTDECKE ICH SIE WIEDER,
ZWISCHEN ANDEREN KÖRPERN; IHRE BEWEGUNGEN
SPRECHEN MIT MEINEN, ZITIEREN WIR UNS?
WIR BLICKEN IMMER WIEDER, VERSCHWINDEN
IMMER WIEDER. WIR HABEN UNS GESEHEN UND
DADURCH WURDE ICH MIR, DIE STUATION, DIE MUSIK
MIR REALER. MEIN KÖRPER DURCH EINEN ANDEREN.
WIR BRAUCHEN UNS NICHT WIEDER SEHEN.
ICH FÜHLE MICH GEKANNT, FÜR EINE NACHT.

EINE PERSON SITET IM GRAS EINIGE METER ENTFERNT. WIR SITZEN IM PARK.

EINE GRUPPE BULLEN KONTROLLIERT ALLE
AUSWEISPAPIERE DER ANWESENDEN FLINTQ'S,
DIE EINEN BARABEND MIT PIKNIKPECKE UND
SNACKS GENOSSEN HATTEN. WIR SIND UMSTELLT.
ANGEBLICH WURDE AM ENDE DES PARKS PYRO
GEZÜNDET. SIE HOLT SICH NOCH EINEN TELLER
NUDELSALAT WÄHREND UNSERE PERSONALIEN
ANFGENOMMEN WERDEN. WIR ALBERN HERUM,
REDEN ÜBER REZEPTE UND GEBURTSTAGSLIEDER.
WIR SCHAUEN DEN BULLEN IN IHRE EMOTIONSLOSEN
GESICHTER UND LACHEN. JA, WIR WAREN HILFLOS UND
FRUSTRIERT, ABER
ZUSAMMEN.

EINE PERSON IN DER MENGE EINIGE METER ENTFERNT; WIR LAUFEN. ICH ZERFLIEBE IN DER SONNE. SIE REICHT MIR IHRE CAP UND ICH NICKE DANKBAR, ÜBERNEHME DAS TRANSTI. SPÄTER REICHE ICH MEIN WASSER RÜBER.



MANCHE, MOCHTEN MICHT IN DEN

ARM GENOMMEN WERDEN.

EINE* KÜSSE ICH MIT WORTEN.

MIT BUCKEN.

DIE UNBEKANNTE* UMARME ICH

UBEL GELAUNT STEHE ICH VOR DER PIZZERIA MEINES VERTRAUENS, EIN MENSCH LÄUFT VORBEI UND FRAGT: HEY, IST ALLES OK? - JA.JA. ANTWORTE ICH ÜBERFORDERT UND SCHNELL. ABER VIELLEICHT HÄTTE ICH AUCH EHRLICH SEIN KONNEN UND ES HATTE GEHOLFEN ZU SPRECHEN? EIGENTLICH MÖCHTE ICH NICHT EINEM KONTAKT AUS! DEM WEG GEHEN, AUS ANGST, IRGENDWER WILL AM ENDE MEINE HANDYNIMMER. ABER MANCHMAL TUE ICH ES. I DER MENSCH AUS DER PIZZERIA REICHT MIR DAS OBJEKT MEINER BEGIERDE UND SAGT: DU WARTEST SCHON GANZ UNGEDULDIG, ODER? ALLES KLAR? KOMM, FUNF EURO REICHT. UND PLOTZLICH FÜHLE ICH MICH AVFGEHOBEN. CUND AUCH EIN BISSCHEN ALBERN.]

ES GIBT SIE UNZÄHLIG UM MICH HERUM: FLÜCHTIGE
BEZIEHUNGEN. DAS ÜBERRASCHEND INTIME
GESPRÄCH IN DER BAHN, DIE PLÖTZUCH EINE STUNDE
AUFENTHALT IN KAFFHAUSEN WEGEN EINEM
TECHNISCHEN PROBLEM HAT. DIE PERSON AN DER
POST, DIE MIR IHREN BRIEF MITGIBT, UM NICHT IN
DER SCHLANGE ZU STEHEN. DIE NACHBARIN, DIE MICH
GRÜßT, DER ALTE MANN, DER MICH ANRAUNZT, DAS
KIND MIT ROLLSCHUHEN, DEM ICH VON MEINEM
SKATEBOARD AUS ZUZWINKERE, DER BUSFAHRER,
DER ANFÄHRT, WENN ICH ANGERANNT KOMME,
DIE PERSON IM WALD, DIE MIR BAUMKLETTERN ERKLÄRT,
DER DUGENDUCHE, DER EINEN OHRZING SUCHT UND
DIE ALTE DAME, DIE MIR DEN WEG ERKLÄRT ENGAGIERT ABER FALSCH.

MANCHMAL WÜNSCHTE ICH DAS WÄRE ALLES ...
MOMENTE, IN DENEN ICH AUTONOMIE UND KLEINE
BEGEGNUNGEN ROMANTISIERE, LANGFRISTIGE VERANTWORTUNG IN BEZIEHUNGEN SCHEUE. [GEBT MIR
BLOSS NICHT EURE HANDYNUMMER, ICH PUFE NICHT AN.]

ANDERERSEITS IST ES SO, DASS ICH MIR WÜNSCHE, FLÜCHTIGE BEZIEHUNGEN WÄREN AUCH BEREITS VERANTWORTUNGSVOLL.

IN MEINER UTDPIE IST ES NORMAL, DER BETRUNKENEN FRAU IN DER BAHN DAS EIGENE WASSER ZU GEISEN UND SICH ZU UNTERHALTEN UM ZU SEHEN, OB ES IHR GUT GEHT. ICH WÜRDE MICH GERN BEI FREMDEN KUSHEULEN, UND WISSEN, DASS WENN ICH OHNE JACKE AUS DEM HAUS GEHE, SCHON IRGENDWER AUSHILFT.

IN MEINER UTOPIE FREUE ICH MICH, MEINE NACHBAR"
INNEN ZU SEHEN UND GIESSE IHRE BLUMEN, WENN
SIE VERREIST SIND. [JA, DAS KLINGT BANAL]

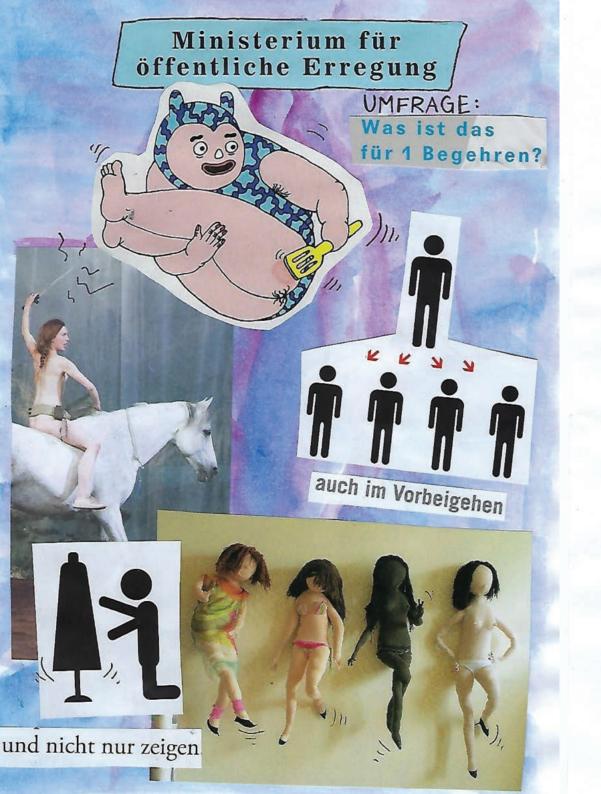
IN MEINER UTOPIE WERDEM MENSCHEN NICHT EMOTIONAL DURCH IHREN JOB AUSGESAUGT, WEIL SIE IMMER LÄCHELN SOLLEN.

DAS BEDEUTET MICHT, DASS EMOTIONALE ARBEIT,
SEX OPER NÄHE FÜR MICH NICHT KÄUFLICH SEIN
SOLLEN. ES MUSS NUR BESSER -BEWUSSTER- DARÜBER
KOMMUNIZIERT WERDEN. [MAL ABGESEHEN DAVON,
DASS MEINE UTOPIE KEINE LOHNARBEIT BEINHALTET]

ICH WÜRDE MICH GERNE FÜR MEIN FLUIDES UM FELD IM MOMENT VERANTWORTLICH FÜHLEN KÖNNEN.

BEZIEHUNGEN SIND EINFACH DA, DURCH EINEN
BUCK, EINEN KLICK IM REALEN OBER VIRTUELLEN
PAVM. WIE WERDEN WIR ALLE VERANTWORTUNGSVOUL
WIE INVESTIERE ICH MICH DABEI NICHT
ÜBERMÄSSIG IN FLÜCHTIGE BEZIEHUNGEN?
WIE SAGE ICH - OHNE ZU VERLETZEN-"DANKE, FÜR
DIESEN TANZ, ABER ICH BRAUCHE DICH NICHT
WIEDER SEHEN.? ODER IST ES FALSCH, DASS ICH
DIESE UNVERBINDLICHKEIT WILL? [NEIN.]

WO IST MEIN UNVERBINDLICHES LÄCHELN RICHTIG?





Wie kann ich mir eine Beziehung vorstellen?

Da ich jetzt seit einiger Zeit eine Beziehung führe, fühle ich mich nun etwas qualifiziert darüber zu schreiben. Direkt mit einer Poly Beziehung einzusteigen ist eine spannende, aber auch herausfordernde Sache…

Da viele intensive Emotionen durch die Gegend fliegen und ungreifbare Vorstellungen herumwabern, musste irgendwann für mich ein Bild her. An diesem konnte und kann ich mir Sachen vorstellen und dann auch kommunizieren. Dieses Konstrukt ist entstanden als eine große Erschütterung für mich durch diese Beziehung gegangen ist. Es musste eine kraftvolle Illustration her um auszudrücken wie es sich in mir anfühlt. Ganz platt gesagt ist mir zu dieser Zeit ein großes Stück Fundament aus der Beziehung gebrochen. Auf diesem Fundament stand ein ziemlich großes Haus, mit vielen Stockwerken, Winkeln und Zimmern.

Dann kam mir immer klarer dieses Bild, das ich mit dieser Beziehung ein großes Gedankenhaus mit vielen Räumen, Fenstern, Türmchen und Kammern gebaut habe. Zuerst stand es auf Stelzen, ein bisschen wackelig, aber mit der Zeit haben diese in

Zement eingegossen. Jedes mal wenn wir uns gesehen und geredet oder Dinge erlebt haben, wurde etwas neues gebaut oder ein neues Zimmer eingerichtet. Es gibt auch Gänge die zugemauert sind und Türen mit Vorhängeschlössern. Manchmal geht man zusammen in einen abgeschlossenen Raum oder eine Person reißt aus Versehen oder sehr behutsam eine Mauer ein. Manchmal wird auch sehr viel Zeit in unterschiedlichen Teilen des Hauses verbracht.

Als dieses blöde Ereignis war, hat es sich angefühlt, als hätte mein*e Partner*in ein Stück heraus gesprengt. Als wären all die wackeligen Stelzen noch tragend gewesen und einfach explodiert. Dann standen wir erst einmal vor dieser Baustelle, sie war zu fragil und einsturzgefährdet um noch weiter darin zu wohnen. Aber damit war jetzt die Idee von Beziehungshäusern entstanden und ich habe um mich herum nah oder fern viele andere Gebäude entdeckt, kleine gemütliche Hexenhäuschen, hohe, schlanke Glasgebäude, Häuser mit Bällebad und Rutschen, eingefallene Hütten, Zelte mit Gärten, jedes ganz anders und alle zusammengewürfelt.

Bei manchen Häusern gibt es viele Labyrinthe und Näpfchen voll Fett, bei anderen kann ich mich sofort zuhause fühlen.

Wenige Beziehungshäuser haben bei mir Schlafzimmer oder Betten und es scheint oft unmöglich diese mit anderen Leuten zu bauen;

Ich bin froh das ich dieses Bild gefunden habe und auch das diese Beziehung Stein für Stein angefangen hat das große Haus abzustützen, bis ich wieder das Gefühl hatte darin wohnen und bauen zu können. Jetzt fällt es mir oft einfacher Dinge zu erklären, wie sich etwas anfühlt, zum Beispiel: "Ich bin verwirrt, wann ist dieses neue Zimmer entstanden?" oder "ich finde es schade das du die Pflanzen vergessen und nicht gegossen hast"

Aber auch die Vorstellung, das alle Personen ganz viele Häuser haben an denen sie mit anderen Personen und Beziehungen herumbasteln lässt mich einige Zusammenhänge und Vorgänge besser zu verstehen.

Und wie in der physischen Welt ist es ein super dolles Privileg Häuser zu haben und dort wohnen zu können.

Und dann ist da auch noch das Haus aus der Beziehung zu sich selbst… wie sieht das eigentlich aus?

Hier ist Platz für ein Beziehungshaus

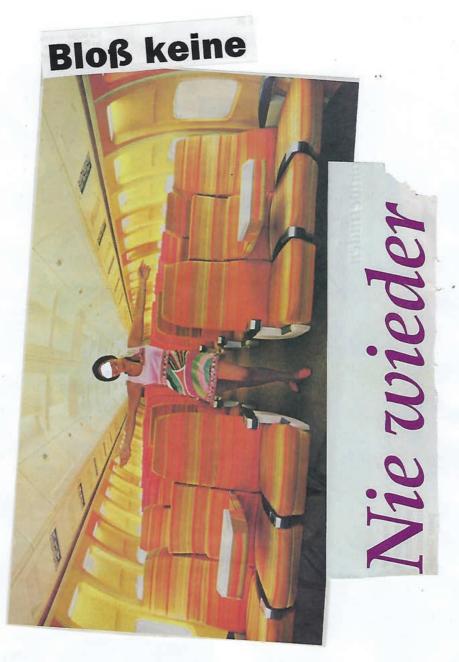
Ich vergrabe mich in meinem Bett. Ich glaube mir geht es nicht gut, ich weiß aber nicht so recht; eigentlich weiß ich nichts. Ich weiß nur, dass wir verabredet sind, dass du jetet irgendwie da bist, wahrend ich einfach nicht wirhlich do willst dich um mich hummern, mir was gutes tun, doch ich weiß nicht Soll ich wieder gehen? ich weiß nicht. ich werde ganz unzufrieden von all der ungewissheit, davon, dass ich nicht mit mir umzugehen weiß. so wenig, doss ich das gefühl habe nicht zu wissen, was jetzt das richtige ist. denn ich mag dich und will auch aber vielleicht muss ich ouch alleine sein mit der ungewissheit oder mich in ein buch flüchten oder doen was gant anderes ich weiß es einfach nicht. aber ich will nicht so homisch drouf sein, wir zusammen zeit verbringen es ist olay für mich, wenn ich wieder gehe ich will, dass es dir gut geht. du sitzt in der hüche, ich höre eure stimmen wahrend ich in meinem zimmer nachdenke, mich verbrieche. ich stehe auf und gehe in die wiche ich umarme dich du bringst mich zum lachen

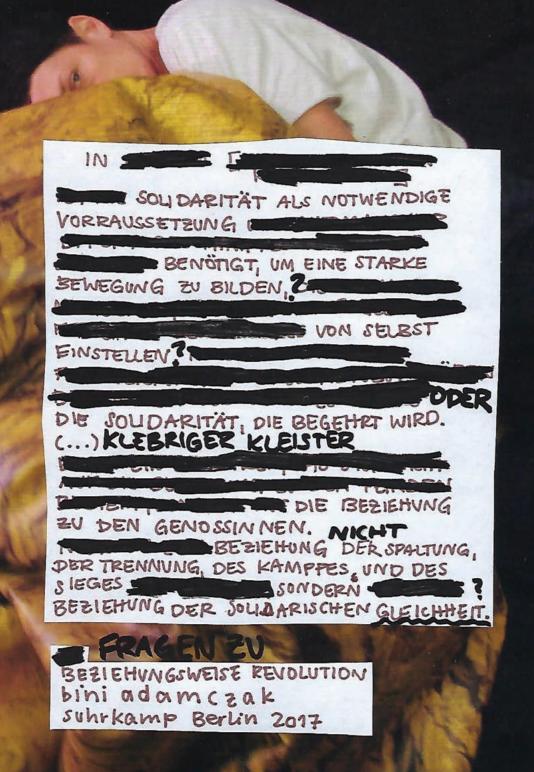
das weiß ich



X







W ... wir Hierarchien ... wir alle überwinden könnten? aufeinander achten würden? ... wir von klein an ermuntert würden, unsere Bedürfnisse und Grenten. Internsität. night so oft, an daver tennen und kommunitièren mont sa ort an dichkent hafte if ft ware ? be arbeitet ein den werden gut
bisschen wintausch alles

wird? . ich mit beliebig. heren bersonen beliebig "diverse" Beziehungen opstalen könntt ... wir beiner Beziehungeinen יי שיר eorperlos Hamen waren ? geben



