

Carmen 7. Watsu Session

Diese Session stand noch mal unter dem Thema „meine Fraulichkeit zu stärken“.

Da ich 32 Jahre bin und aber trotzdem sehr mädchenhaft bin in meinem Wesen war, das der Punkt, an dem wir ansetzten. Gyan arbeitete mit mir meinen Glaubenssatz heraus, der mich die Fraulichkeit nicht annehmen lässt. Wir kehrten diesen um und so ging ich mit dem Gedanken ins Wasser, eine Frau zu sein, wie ich sie sein möchte.

Eine Frau, die voller Lebenshunger und Lebenslust ist. Einer Wildkatze gleich. Bei der es stimmig ist, sich als Frau zu fühlen, mit all Ihren Wünschen und Sehnsüchten, die kraftvoll und bereit dazu ist, sich zu nehmen, was ihr guttut. Klar und bewusst in ihren Absichten aber nicht starr im Denken. Nicht festgefahren, sondern immer noch durchs Leben zu schreiten mit einer Leichtigkeit und Offenheit für vieles. Bereit auch Risiken einzugehen, um dann voller Entschlossenheit hindurchzugehen. Eine Frau, die mit ihren Reizen spielen kann, ohne dabei „billig“ zu wirken. Das war mein Bild, das ich mir mehr und mehr ausmalte während Gyan mich bewegte und berührte.

Trotzdem wurde mir im Wasser klar, dass ich nicht sagen konnte, was die Frau will. Mir fehlten schlichtweg die Worte – ich war nicht in der Lage zu definieren, was ich möchte und mit ein bisschen Abstand wurde mir das noch mal sehr bewusst. Ich habe das Bild im Kopf der Frau, die ich sein möchte, was ich aber wirklich will kann ich nicht sagen. Zum einen, weil ich es noch nicht so klar und deutlich will und zum anderen, weil ein Thema damit habe, zu dem zu stehen, was ich bin und was ich möchte. Es ist fremd, fühlt sich nicht richtig an und macht mir Angst – na ja wohl eher ein schlechtes Gewissen. Fast ganz gleichgültig um welches Thema es geht.

Ich nahm meinen Körper während dieser Session mehr wahr und fühlte mich sehr weiblich und schön. Eine Stelle meines Körpers, die ganz besonders heikel ist war auf einmal nicht mehr heikel – es war in Ordnung und es fühlte sich sogar sehr angenehm und frei an berührt zu werden. Ich möchte kurz erklären, von was ich spreche...

Ich habe am Kinn und am Halsansatz einen typischen Männerbart, den ich seit ein paar Jahren mit nichts außer einer täglichen Rasur in Griff bekomme. Ziemlich grausige Vorstellung für eine Frau und im krassen Gegensatz zur Weiblichkeit. Ich höre auf zu atmen sobald sich irgendwer dieser Region nähert. Nur meine Kinder dürfen das. Bei meinem Freund ist es mir schon sehr unangenehm, weil ich mir selbst dann nicht dem Bild entspreche, das ich von mir haben möchte. Aber ich konnte es zulassen und annehmen, dass es ein Teil von mir ist.

Spontan musste ich im Wasser so sehr lachen, weil ich ein Bild und Worte dazu im Kopf hatte und sich die Anspannung, die ich deshalb oft habe, irgendwie löste. Es war so befreiend!

Seit dieser Session finde ich übrigens meine Brüste wunderbar. Warum kann ich nicht sagen, aber ich entwickle ein anderes Gefühl ihnen gegenüber. Berührungen sind nun sehr schön – ich genieße sie. Davor war mein Empfinden dort vergleichbar mit der Berührung am Arm. Auf meiner persönlichen Rangliste der Stellen meines Körpers, an denen ich besonders gerne berührt werde, kamen sie fast ganz zuletzt. Jetzt finde ich es wunderschön und die Sexualität hat sich verändert.... für mich positiv!

Ich denke, diese Session wirkt fort in meiner Körperwahrnehmung. Ich bin deshalb nicht plötzlich eine „Frau“ geworden aber die ersten Schritte in diese Richtung gehe ich gerade und es fühlt sich sehr gut an!