

**Berühre mich,  
aber halte mich nicht fest.** Autor/in unbekannt.

*Wie kann ich Dich festhalten, wenn Du das nicht willst? Wehre Dich zur gegebenen Zeit! Zumal es niemals ein Mensch ist, den ich festhalten könnte, sondern immer nur eine Idee darüber, wie etwas sein müsste. Und woher bitte, könnte ich wissen, wann Du Dich festgehalten fühlst. Ist ja nicht weit weg voneinander! Feste gehalten und festgehalten!*

**Gib mir Geborgenheit,  
aber sperre mich nicht ein.**

*Ich gehe recht in der Annahme, dass Du mit Geborgenheit nicht ein Haus und magentechnische Versorgung meinst? Denn damit könntest Du selbst den ersten Schritt in einen abgesperrten Raum tun. Zudem kannst nur Du selbst für Deine Geborgenheit sorgen. Was schwierig, wenn Du noch nicht weißt, wie viel Muskeln Dir und mir zur Verfügung stehen.*

**Rede mit mir,  
aber verbiete mir nicht den Mund.**

*Mit wem warst Du bisher zusammen, dass Du das so einforderst? Hast Du Dir Deinen Mund schon mal verbieten lassen?*

**Sag mir Deine Wünsche,  
aber zwing mich zu nichts.**

*Ich kann mir nur schwerlich vorstellen, dass Du Dich zwingen lässt. Allenfalls könntest Du Dich, ob Deiner Wünsche, möglicherweise schnell selbst –mehr un- oder halb- bewusst- zu etwas zwingen. Manchmal allerdings ist es nützlich etwas zwingend zu machen. Zum Beispiel Gespräche, wenn zur Erhaltung der Gemeinschaft Klarheit erforderlich wird.*

**Mach' mich atemlos,  
aber nimm' mir nicht die Luft zum Atmen.**

*Es bist immer nur Du selbst, der Dich atemlos macht. Und so kannst auch nur Du Dir die Luft zum Atmen nehmen. Ich bin nur der Bewirker! Die Verantwortung für das, was mit Dir passiert, hast alleine Du.*

**Laß mich freiwillig zu Dir kommen,  
Denn Gefühle wachsen nur in Freiheit.**

*Wer könnte Dich zwingen unfreiwillig zu mir zu kommen? Könnten Gefühle nicht in Unfreiheit wachsen, könntest Du diesen Anspruch nicht formulieren. Und möglicherweise brauchst Du diese um zu heilen, das heißt, dass Du selbst für Deine Freiheit sorgst, anstatt darum bitten zu müssen.*

**Laß mich frei, damit ich frei und willig Dir alles geben kann, was Du nicht festhalten kannst.**

*Bist Du nicht frei? Kann ich für Deine Freiheit sorgen? Nur Du kannst Dich frei lassen und bestimmen, was Du geben willst! Das heißt, Du müsstest wissen, für welche art der Bedürfnisbefriedung Du nicht bemerkst, welchen Preis Du zahlst. Dazu wiederum müsstest Du Dich in Deinen Verlangen gegenüber mir wahrnehmen bzw. erkennen, ob Du mich so frei gelassen hast, wie Du Dir das für Dich wünschst. Ich wiederhole! Es sind niemals Personen, die frei zu lassen sind, sondern unsere Ideen über Partnerschaften. Du beispielsweise hast festgehalten, dass Du eine Klarheit willst, die vorab festgelegt, nur scheinbar eine gute Grundlage für solch eine Partnerschaft ist.*

**Wie fühlt es sich an, wenn du sagst:**

**In einer Liebesbeziehung gebe ich gerne viel. Doch ich achte darauf, dass das Konto einigermaßen ausgeglichen ist. Obwohl ich es gerne harmonisch habe, setzte ich mich für mich ein. Streit ist zwar nicht angenehm aber notwendig um zu klären, was es zu klären gibt. Ich habe keine Lust um der Harmonie willen meine Anliegen unter den Teppich zu kehren. In unserem Zusammensein möchte ich immer wieder Klarheit darüber bekommen, was wir uns geben wollen und was nicht. Manchmal habe ich das Bedürfnis nach Geborgenheit und Gehaltenwerden und dann wünsche ich mir, dass du mich hältst. Und ich halte Dich, wenn Du das willst. Auch wenn wir zeitweise wie Papa oder Mama und Kind zueinander sind, bleiben wir in der Hauptrolle Frau und Mann. Von Liebe sprechen wir nicht, wir erkennen sie in der Achtsamkeit, die wir uns entgegenbringen.**