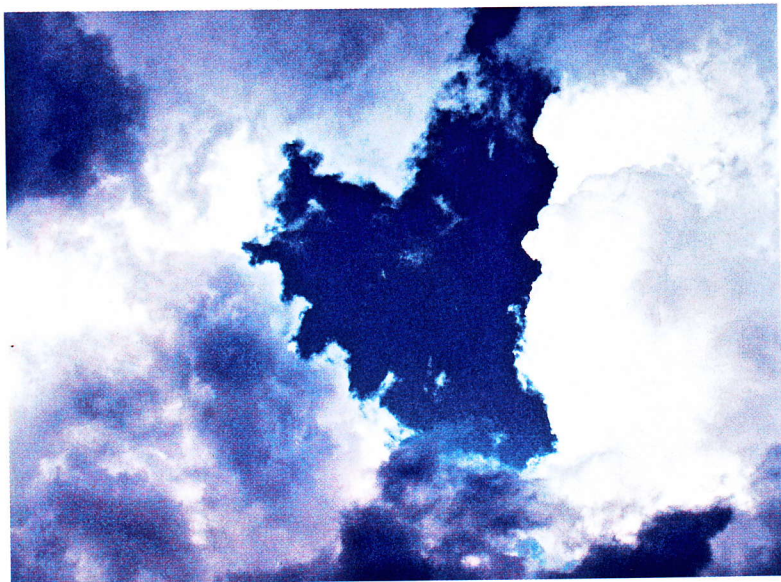


WILDFREMDE HERZEN

In einer warmen, verspielten Atmosphäre taut manch eine und manch einer gerne auf. Von Rébecca Kunz



Die Ausschreibung des Abends war es nicht, die mich an diesen Anlass lockte. Sätze wie «Lassen Sie sich überraschen» schrecken mich eher ab. Sie lösen jeweils das «Spontan-Dilemma» aus bei mir. Und doch war ich neugierig, was Patric Pedrazzoli und Janine Breetz gemeinsam unter dem Titel «Begegnung der Herzen» anbieten würden. Ihn kannte ich als Organisator des Berner Begegnungszentrums «Die Quelle», sie als TCM-Therapeutin und Leiterin von Frauen- und Meditationsgruppen. In wohlthuender Atmosphäre bei gedämpftem Licht finden sich fünf Männer und zwölf Frauen im Kursraum ein. Auf Meditationskissen sitzen wir

im Kreis um die ausgelegten Matten. Von Patric bekommen wir zuerst ein paar Tropfen einer «Herzmischung», die wir in den Händen verreiben und gut einatmen. «Zum Öffnen», wie er erklärt. Erstaunlich, wie das wirkt. Die Vorstellungsrunde jedenfalls ist schon sehr locker und liebevoll.

AUF INS CHRÜSIMÜSI

Jetzt sollen wir uns möglichst mit geschlossenen Augen ins grosse «Bett» – auf die Matten in der Mitte – legen und uns langsam so bewegen, wie es aus uns heraus entsteht: liegen, rollen, strecken und recken, auf allen vieren kriechen, aber nie jemanden festhalten, und damit niemand umfällt, auch nicht stehen.

Sanfte Musik erklingt. Die meisten folgen der Aufforderung und geniessen sichtlich die eigenen Bewegungen und die zufälligen sachten oder auch engeren Berührungen.

Ich staune. Es sieht ziemlich «chrüsimüsi» aus. Wieso kann ich da nicht einfach hinein und mitmischen? Ist etwa mein Herz zu? Oder bin ich neuerdings verklemmt? Ich fühle mich etwas verwirrt.

Nach einiger Zeit wird die Übung durch eine reine Männerrunde abgelöst; die Männer bewegen sich auf den Matten, die Frauen schauen zu. Dann dürfen nur die Frauen. Jetzt bin ich an der Reihe! Welche Erleichterung, dass mir das nun so leicht fällt! Ich gehe spontan als Erste auf die Matten, schliesse die Augen und genieesse diese Leichtigkeit des Seins, dieses vertrauensvolle Sich-gehen-Lassen in langsamen Bewegungen. Die zufälligen Berührungen unter den Frauen fallen mir nicht schwer, ganz im Gegenteil.

Bei der stillen Reflektion danach wird mir bewusst, dass ich mögliche sexuelle Annäherungen von mir ganz fremden Männern ausschliessen wollte. Das war der Grund meiner anfänglichen Zurückhaltung.

AUFGETAUT

Der gemeinsame Kreistanz und das angeleitete «Sich-in-die-Augen-Schauen» öffnen mein Inneres mehr und mehr. Janine, eine sehr sinnlich und geerdete wirkende Frau, leitet die Gruppe sicher und auf eine sympathische Art. Als Nächstes dürfen wir von jeder Person noch eine positive Eigenschaft auf einen Zettel schreiben, was intuitiv und locker sehr gut gelingt.

Von Gitarrenklängen begleitet, singen wir gemeinsam ein wunderschönes Lied und gleiten in die Schlussrunde. Jeder spricht seine guten Wünsche oder «Danke-schön» in einen mit Wasser gefüllten Krug und gibt diesen weiter. Die Augen, ja die ganzen Menschen leuchten. Welch innige, herznahe Atmosphäre ist da im Laufe des Abends entstanden!

Als wir alle aus dem grossen Raum hinaustreten, trinken wir von unserem beglückwünschten Wasser und essen bereitgestellte Snacks. Wir plaudern angeregt und lachen, erfüllt von Leichtigkeit. Gut vorstellbar, dass in einer solch aufgetauten Atmosphäre ein Herz ein anderes auch für länger findet.

Janine Breetz: www.chiveda.ch
Patric Pedrazzoli: www.die-quelle.ch