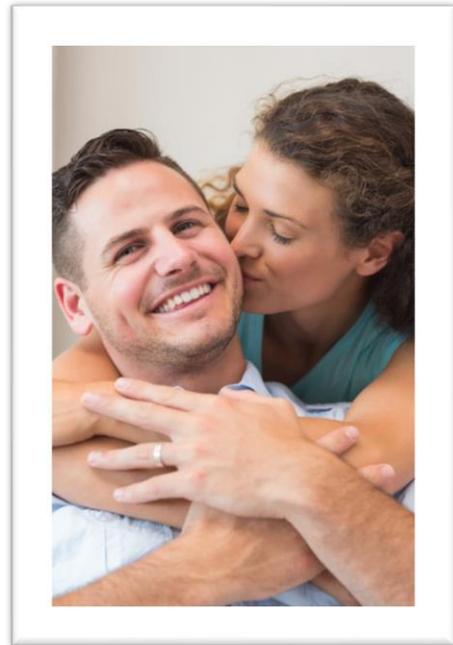


Bindung durch Hormone oder Vorfahren

Ein Artikel von Regina Heckert

Sicherlich kann man Sexualität nicht allein auf das Wechselspiel von Hormonen im Körper reduzieren. Durch Tantra gelingt es, neben dem Körper, auch Geist und Seele im Liebesbett zu genießen. Dennoch lohnt es sich, da und dort ein Ohr zu spitzen, wenn die Wissenschaft mit neuen Erkenntnissen aufwartet:



Kuschel- und Bindungshormone

Bei Berührung, Umarmungen, Liebesbekundungen und beim Sex schüttet der Körper ein ganzes Sortiment von Substanzen aus. Besonders bekannt sind Oxytocin und Vasopressin, die für Vertrauen, Treue und Bindung zuständig zu sein scheinen. Vor allem der hohe Oxytocin-Ausstoß nach einem Orgasmus bewirkt ein tiefes Gefühl von Verbundenheit und Zufriedenheit. Das Erstaunliche: Werden diese beiden Bindungshormone sonst monogam lebenden Präriemäusen entzogen, verlassen diese einander. Sex ist ein wichtiger Bindungsfaktor für eine Beziehung, und das wird wohl durch entsprechende Hormoncocktails unterstützt oder verhindert.

Hinterlässt Sex dauerhafte Spuren im eigenen Körper?

Besonders für Menschen, die vielfältig unterwegs sind, ist diese Frage spannend. Da gibt es zum Beispiel die Vorstellung, dass jede/r Partner/in beim Sex dauerhafte Spuren im Energiefeld des anderen hinterlässt. Das wird von vielen belächelt. Schauen wir wieder über den tantrischen Tellerrand hinaus, was die Forschung zu diesem Thema zu bieten hat:

Zumindest bei Frauen wurde untersucht, dass das durch das Sperma ihrer Liebespartner „eingewanderte“ Erbgut (DNA) Jahrzehnte lang im eigenen Körper bleiben und sich dort

einnisten kann. Das männliche Erbgut wurde sogar im Gehirn von Frauen nachgewiesen. Spermien sind lebendige Zellen und können sich nach dem Sex in vielen Gewebearten und Organen im Körper anlagern, schreibt William Chan vom Fred Hutchinson Cancer Research Center in Seattle. Der Fachbegriff für das Überleben fremder Zellen im eigenen Körper heißt Mikrochimärismus. Ursprünglich hatte man den DNA Austausch bei Müttern und ihren Söhnen festgestellt. Zufällig jedoch entdeckte man auch „familienfremdes“, männliches Erbgut.

*„Ihr Fund zeige auch, dass das männliche Gewebe offensichtlich über lange Zeit hinweg im Organismus der Frau überleben kann. Denn die älteste untersuchte Frau, bei der DNA-Sequenzen des Y-Chromosoms nachgewiesen wurden, war 94 Jahre alt.“ *1*

Mischen frühere Partner mit?

Fremdes Erbgut kann offensichtlich mit körpereigenen Zellen verschmelzen oder sich selbst zu Körperzellen entwickeln:

„Studien an Mäusen haben gezeigt, dass sich die kleinen Eindringlinge (= fremde Körperzellen) auch zu Nervenzellen und zu Zellen des Immunsystems differenzieren können.“ 2

Wenn wir davon ausgehen, dass alles Körperliche auch eine geistige und seelische Entsprechung hat, dann würde hier nicht nur auf der Ebene des Erbgutes eine Art Vermischung oder Bindung stattfinden. Dass frühere Partner, besonders wenn wir nicht in Frieden mit ihnen sind, in unser aktuelles Leben hineinwirken, zeigt drastisch die Aufstellungsarbeit.

Bindung nach dem Familienstellen von B. Hellinger

Gehen wir damit zur seelisch-geistigen Dimension über. Nach Bert Hellinger existieren in uns allen unsichtbare Bindungen, die uns und unser Leben steuern. Ob es ein früh verstorbener Bruder ist, oder die Oma, die den Mann im Krieg verloren hat und an deren Seite sich der Enkel auf den Männerplatz stellt, es gibt auch jenseits der gelebten Sexualität tiefe Verbindungen, die sich ungefragt in den Entwurf zum eigenen Leben hineinmischen und dort ein bedeutendes Wort „mitsprechen“. In der Regel schafft auch hier Sexualität Bindung, insbesondere wenn Kinder entstehen, egal ob sie leben oder abgetrieben wurden. In Aufstellungsarbeit spürt man die Bedeutung dieser meist unbewussten Dynamiken und die Wirkung früherer Partner. Aber auch eine große Liebe, die gar nicht zum Vollzug

kam, kann lebenslange Bindung schaffen. Entsprechend ist auch die Bindungsunfähigkeit nicht unbedingt auf mangelnde Hormonausschüttungen beim Sex zurückzuführen. Oft sind bindungsunfähige Menschen in- ihrem Inneren Personen aus dem Familiensystem nah oder ähnlich, die sich durch frühen Tod erst gar nicht binden konnten, oder die ihre wichtigsten Bindungen durch Flucht und Verlust der Heimat in den Kriegsjahren verloren haben. Zudem zeigt sich auch, dass die Bindungsfähigkeit immer mehr abnimmt, je häufiger man sich bindet.

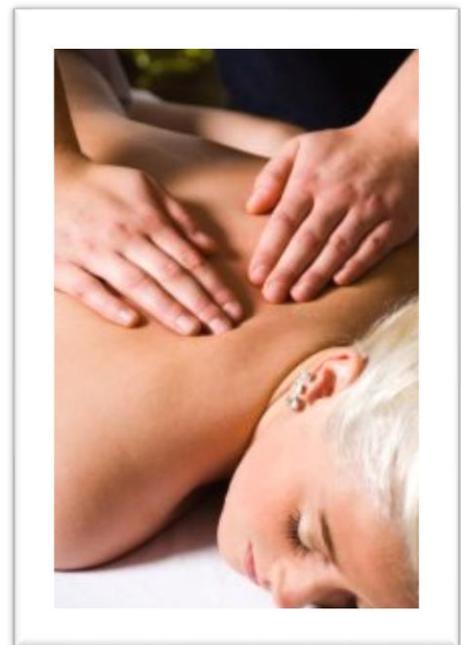
Sex bei schon Gebundenen

Nehmen wir die Anregungen von oben zusammen und schauen wir, wie Sexualität eine schon bestehende Bindung vertiefen, erhalten und bereichern kann.

Wenn eine Frau in einer Beziehung immer mehr nörgelt und keift, ist es gut, zu schauen, ob es mit der Oxytocin-Ausschüttung hapert: Findet nährende Sexualität noch statt? In der Regel ist schnell ersichtlich, dass ein signifikanter Zusammenhang zwischen weiblicher Unzufriedenheit und fehlender oder nicht erfüllender Sexualität besteht.

Bei Männern kann sich die Folge unzureichender sexueller Begegnung auch in Aggression, übermäßigem Arbeiten, Fernseh-oder Internetkonsum oder auch regem Alkoholzuspruch zeigen. Tatsache ist: Guter Sex ist gesund und macht froh, Männer wie Frauen. Das bestätigen viele Studien und Untersuchungen. Was allerdings kaum jemand weiß: Eine erfüllende Sexualität hat nichts mit ausgefeilten Techniken oder mit anstrengenden Veränderungen zu tun.

Gerade in lange währenden Partnerschaften ist das Einhalten regelmäßiger Liebeszeiten ein wahrer Jungbrunnen und Glücksbringer für Mann und Frau. Auch wenn der sexuelle Appetit mit den Jahren zu wünschen übrig lassen kann, gibt es keinen Grund, das Liebesbett zu verweigern: Viele entspannende Methoden des Liebens, kleine Massagen oder Liebesrituale sind alltagstaugliche Werkzeuge, die die Lebensbatterien von Mann und Frau aufladen und Kraft für alle Lebensbereiche generieren. Paare, die sich regelmäßig



körperlich lieben, sind nachweislich glücklicher und zufriedener. Dabei ist Sex nicht gleich Sex: Wird auf anstrengende, zielorientierte Methoden verzichtet zugunsten eines ganzheitlichen Miteinander-Verbundenseins ohne Leistungsdruck, werden Körper, Geist und Seele genährt. Daraus resultieren gute Laune und Lebensfreude, natürlich auch nur durch den regelmäßigen Oxytoxin Ausstoß. Wo es mit Lust und Liebe trotz redlichen Bemühens einfach nicht klappen will, steckt vermutlich System dahinter. Dann lohnt sich ein mutiger Blick ins eigene Familiensystem.

Entspannende Methoden des Liebens: <https://befree-tantra.de/tantra-liebesschule-online/lust-der-frau/sanfte-vereinigung.html>

Bert Hellinger zur Paarbeziehung (Video) : <https://befree-tantra.de/tantra-liebesschule-online/tantra-wissen/tantra-familienstellen.html>

Zu den Zitaten:

*1 <http://www.scinexx.de/wissen-aktuell-15173-2012-09-27.html>

*2 <http://www.sexmedpedia.com/sex-als-bindungsfaktor/>

Artikel von Regina Heckert, veröffentlicht auf tantranetz.de, Erscheinungsjahr: 2017