



VOLKMAR ELLMAUTHALER

ELLMAUTHALER NACKT. DAS BUCH.

ELLMAUTHALER



NACKT DAS BUCH

24 VERSUCHE ÜBER DAS
NATÜRLICHE

EDITION L

N a c k t . D a s B u c h .

24 V e r s u c h e ü b e r d a s N a t ü r l i c h e .

Auch unser Körper ist ein großes Wunder.
Doch statt uns daran zu erfreuen, müssen wir lernen, uns unterzuordnen, uns zu verdecken: so lange, bis wir an uns selbst, an unserer Lust zu zweifeln und jene zu verachten beginnen, die ihre schwere Rüstung ablegen. Einfach so.

Nacktsein ist ja zugleich, wie das Lachen-Weinen, ein klein wenig subversiv; setzt einen Kontrapunkt: Sich nicht bedeckt zu halten, bedeutet ja Befreiung von Scham und Wut; Beziehung auf Augenhöhe, Wertschätzung, Selbstachtung, Genuss, Liebesfähigkeit, Geliebtwerdensdankbarkeit.

Nacktsein bedeutet auch, sich als einen Teil von „Natur“ zu begreifen: in aller Verletzlichkeit behutsam, wertschätzend zu sein, frei und froh.

Inhalt:

Ein Wintermorgen
Reflektierte Intimität
Erstbegegnung in der Gruppe
Versuch über Ängste
Therapeutische Kameraden
Bikinis ohne Menschen
Sexualstraftaten an Kindern
Über das Ich und das Selbst
Medizinische Psychologie I
Medizinische Psychologie II
Abhängigkeiten
Die Welle
Gedankennetze - einige Kurzgeschichten
Erläuterungen und Literatur
Anhang

ISBN 3-902245-07-6 editionL

Volkmar Ellmauthaler – Nackt. Das Buch.

**Allen liebevollen Menschen,
die sich dem Lebendigen widmen.**

Volkmar Ellmauthaler – Nackt.Das Buch.



Volkmar Ellmauthaler

geboren in Wien, Studium, Magisterium und Doktorat der Philosophie und medizinischen Psychologie mit Auszeichnung, postgraduelle Fortbildungen in Einzel-Psychoanalyse und analytischer Gruppenleitung, Rangdynamik, Gestalt und Supervision.

Berater, Kontroll- und Lehrsupervisor, Fachbereich Klinik;
Gutachter und Autor.

verheiratet mit Mag^a. Birgit Ellmauthaler, Germanistin, Diplom-Heilmasseurin,
Diplom-Legasthethietrainerin, Autorin.

Prägende Persönlichkeiten und Lehrer:

Prof. Dr. Erwin Ringel, Prof. Dr. Hans Strotzka, Doz. Dr. Raoul Schindler,
Prof. Dr. Kurt Rudolf Fischer,
Sir Karl Raimund Popper, Dr., Prof.

Weitere Ausbildungen:

Seit dem fünften Lebensjahr Klavier, später Dirigieren und Tonsatz;
20 Jahre lang nebenberuflich Kirchenmusiker in Wien.

Prägende Lehrer:

Paula Winter-Alpenwehr, Helene Sedo-Stadler, Rüdiger Seitz,
GMD Reinhard Schwarz.

Kontakt: info@medpsych.at

Website: www.medpsych.at

Inhalt

| | |
|---|-----|
| Vorspiel | 9 |
| Zum Titelbild | 11 |
| Ein Wintermorgen | 13 |
| Reflektierte Intimität..... | 103 |
| Erstbegegnung in der Gruppe | 121 |
| Versuch über Ängste | 137 |
| Zwischendurch gesagt | 154 |
| Therapeutische Kameraden | 155 |
| Bikinis ohne Menschen | 165 |
| Sexualstraftaten an Kindern. Vorwort von Dr. Udo Jesionek | 186 |
| Sexualstraftaten an Kindern..... | 187 |
| Über das Ich und das Selbst..... | 247 |
| Medizinische Psychologie I..... | 275 |
| Medizinische Psychologie II | 289 |
| Abhängigkeiten..... | 313 |
| Die Welle | 332 |
| Gedankennetze: Zum Weiterspinnen..... | 345 |
| Ja und Nein | 346 |
| Nur ein Wort | 349 |
| Von Tönen und Menschen..... | 352 |
| Wichtig: Ein Überlebensmittel | 356 |
| Endzeit | 362 |
| Abstürze | 367 |
| Spieglein, Spieglein an der Wand..... | 374 |
| Politische Reflexe | 378 |
| Das Fragen der Frommen | 386 |
| Versuch über das Trösten | 387 |
| Endnoten: Literaturverweise, Zitate und Erläuterungen..... | 394 |
| Verzeichnis der Abbildungen | 430 |
| Danksagung | 433 |
| Anhang: Psychosomatology – a Lecture (INF: Croatia 2012) | 435 |

Vorspiel

André Heller zugebracht

Auch unser Körper ist ein großes Wunder. Wir dürfen ihn erforschen, uns daran erfreuen: gemeinsam, gelassen, frei. – Frei?

Was wir ein Leben lang auch lernen mussten, ist jene Disziplin, die äußeren Zielvorstellungen entsprechen muss: den vielen unerfüllten Ideen anderer. Auf die Art versiegt bei Millionen *zivilisierter* Kinder zunächst die Körperlust. Dann erwachen Selbstzweifel, Depressionen und – ganz aus der Tiefe – bald ein rätselhafter Neid. Den wir selbst oft gar nicht erkennen, der sich aber in Akribie, Misanthropie und Aggression gegenüber dem erträumten Schönen äußern kann: und auch gegen jede, die – jeden, der – diese verletzte Saite streicht.

Hilft hier eher weiter *Panzern* oder das *Ablegen* der Seelenrüstung?

Nackt kann auch natürlich sein: Wärme, Beziehung, Schutzbedürfnis, Schwäche, unvermutete Stärke. Freisein: durch Empathie; kompromisslos: das eben, was ist, mit allen Tiefen und Untiefen meiner, deiner selbst in der Gesellschaft. – Genauso nackt ist auch dieses Buch.

Nacktsein mag sich angenehm oder auch unangenehm anfühlen. In jedem Fall ist es ein wenig subversiv: in der Befreiung von Scham und Wut, in der Beziehung auf Augenhöhe; Genuss, Selbstachtung, Liebesfähigkeit, Geliebtwerdendankbarkeit – wenn es so sein darf.

Ist ein *nackter Körper* überhaupt ein richtiger Mensch? Ein Spinner? Ist *Nackt-Kultur* nicht doch ein strafbarer Euphemismus für *schmutzigen Sex*, für Sünde? Sollte man eine/n Nackte/n verachten? Diese Frage schwingt immer dann mit, wenn du mit Leuten ins Gespräch kommst, denen ihr Nacktsein fremd geworden ist. – Als eine bekannte deutsche Agentin den Titel dieses Buches las, war die spontane wie knappe Antwort, dass man *derartige* Werke nicht akzeptiere. *Abartig* als leiser Nebenklang war kaum zu leugnen. Wer also dieses Buch liest, mag auch vor sich selber vielleicht in Verdacht geraten, etwas *Un-/Rechtes?* zu tun – etwas, das keiner der üblichen Richtlinien entspricht: Nun – das wäre doch ein ganz guter Anfang!

Tritt ein Gefühl der Abwehr auf, dürfen wir uns immer fragen, welchen *Vorurteilen* wir vielleicht aufgefressen sein könnten. Abwehr kann sich ja in einer gewissen Verbissenheit äußern. – Genau das wäre ein Indiz, zugleich Entscheidungshilfe: Wenn du den Beitrag über die erste Begegnung in Gruppen liest, könntest du meinen, dass „Gruppen“ grundsätzlich in einem Sodom-Gomorrha-ähnlichen Herumlungen enden. Ja stimmt das denn? – Du kannst dir seltsame Fragen stellen (Seite 386), und im Beitrag zur *Glücksmassage* darfst du an *Glück* und *Massage* denken – gerne auch an den letzten Klick auf eine *Pornoseite*: immer sind's deine *eigenen* Vorstellungsbilder.

Viele Hochkulturen halten Nacktheit grundsätzlich für blasphemisch und bedrohen *Religionsverräterinnen* mit Gefängnis und Tod: Vergewaltigungsopfer gelten so als der erwiesenen Unzucht überführt. Mauretaniens Strafgesetzbuch aus 1983 normiert im § 307 gar, nur dann könne überhaupt ein Kind entstehen, wenn eine Frau zuvor in den Geschlechtsakt eingewilligt hätte. – Und wie sieht es *in uns* aus?

Ich gehöre ja der Generation nach dem Staatsvertrag an, die im geradezu kunstvoll Provinziellen der österreichischen Sechzigerjahre aufwuchs. Doch ist es just diese eigentümlich enge, selbstgefällige Perspektive, die ein Gefühl für die Notwendigkeit des Blickes auf größere Zusammenhänge ermöglicht? – *Schauen wir uns das an.*

Nacktheit ist aber auch ein Ausdruck der Natur. Diese ist eben kein patentfähiges Spekulationsobjekt, kein *Subsystem von Ökonomie*, weder finanzierbar noch verhandelbar oder als eine Art von Krise einfach „aussitzbar“. Natur ist unsere Welt der Wende: von der selbstfixierenden Heuschreckenmentalität elitärer Egomanen, vom trübfischenden Wut- und Zornsammeln politischer Populisten hin zu einer ganz besonderen Form der respektvoll-supportiven Liebenswürdigkeit aller gegenüber allen – und allem, was ist.

Es liegt an uns: Wer beginnt, sich aus der kollektiven Depression zu lösen und wieder zu leben, eröffnet Zukunft. – Was hält uns ab, die erste Minute jenes geglückten *Morgen* schon heute zu träumen?

Volkmar Ellmauthaler – Wien, im Jänner 2012

Bestellen Sie unter edl@medpsych.at

Rezensionen: <http://www.medpsych.at/Nackt-Rezens.pdf>