

Zum Thema Bedürfnisse 1. Gruppe 2. Abend

Der Bedürfniskreislauf ist ein sensuelles Wunderwerk in uns. Er erinnert uns an das Leben und daran, dass die Natur großartig für uns sorgt, man könnte auch sagen der Schöpfer dieser Welt hat es so eingerichtet, dass es uns gut gehen soll.

Z.B.: wir sind lebendige Wesen, und dass wir leben können, dass wissen wir, dafür sorgt unser Stoffwechsel. Er nimmt was notwendig ist aus der Umwelt und setzt es in den Körperzellen um und gibt, was nicht mehr gebraucht wird, od. überflüssig ist, wieder nach außen ab.

So sorgt das Leben dafür, dass wir immer etwas brauchen: Luft, Wasser, Lebensmittel, Nähe, Bewegung, Sinnesreize und anderes mehr.

Lust stellt uns auf das ein, was wir brauchen. Gleichzeitig werden wir empfänglich und bereit, etwas in uns aufzunehmen, unsere Konzentration darauf wird gefördert. Die Lust macht auch genussbereit und fördert die Freude nach genussvoller Einverleibung. Haben wir genossen, entsteht ein seelisches und körperliches Gleichgewicht, wir sind satt und zufrieden.

In dem Zusammenhang ist der Begriff **Sinnlichkeit** sehr wichtig. Er ist ein negativer Beigeschmack bekommen, wie der Begriff Lust auch. Aber die Sinnlichkeit, mit unseren Sinnen zu leben, ist für diesen **Glücksproduktionsmechanismus** dringend notwendig, der in uns eingebaut wurde, damit wir ihn erfahren können. In jeder Körperzelle ist durch unser Erbgut dieser lebensbringende Stoffwechsel eingebaut, der uns immer wieder dazu bringt, den Kontakt mit der Schöpfung aufzunehmen, damit wir Glück, Zufriedenheit, Genuß und Lust immer wieder erfahren.

Dasselbe gilt auch für den seelischen Hunger. Zuwendung, Nähe, Berührung, Zärtlichkeit sind notwendige Lebensmittel, um seelisch satt zu sein. Wenn nicht, suchen wir sie ein Leben lang, werden unersättlich, bleiben innerlich leer und müssen immer wieder nachfüllen. Daher müssen Eltern bei **Sinnen sein**, damit sie auf die Bedürfnisse des Kindes reagieren können und bekommen als Wechselwirkung selbst ein Gefühl von Glück und Zufriedenheit und ein Gefühl von Befriedigung.