

Tanz zwischen
VERRAT
und
VERLANGEN

ELENA V. MARIS

Impressum

joerg suear
Dirlingsweg 135
46119 Oberhausen

Erstellung und Gestaltung:

Texterstellung, Überarbeitung und Gestaltung unter Verwendung digitaler Unterstützung durch Grok.

Covergestaltung und Bildmaterial:

Erstellung und Bearbeitung mit Unterstützung von Grok.

Konvertierung und Distribution:

tolino media GmbH, München

Tanz zwischen Verrat und Verlangen

Inhaltsverzeichnis

Kapitel 1: Die Leere

Kapitel 2: Die Entscheidung

Kapitel 3: Der erste Kontakt

Kapitel 4: Nachwirkungen

Kapitel 5: Vertrauen aufbauen

Kapitel 6: Die erste Fantasie

Kapitel 7: Grenzen verschieben

Kapitel 8: Das Geheimnis

Kapitel 9: Intimer werden

Kapitel 10: Der erste Kuss

Kapitel 11: Zerrissenheit

Kapitel 12: Eskalation

Kapitel 13: Die erste richtige Berührung

Kapitel 14: Die Sucht

Kapitel 15: Das erste Treffen außerhalb

Kapitel 16: Voller Verrat

Kapitel 17: Doppelleben

Kapitel 18: Kurs-Intimität

Kapitel 19: Risiko

Kapitel 20: Die Entdeckung der eigenen Lust

Kapitel 21: Schuld und Lust

Kapitel 22: Der Ehemann ahnt etwas

Kapitel 23: Gefährliche Nähe

Kapitel 24: Intensiver Sex

Kapitel 25: Die Kinder

Kapitel 26: Entscheidungsdruck

Kapitel 27: Der Höhepunkt der Affäre

Kapitel 28: Die Konfrontation

Kapitel 29: Der Preis

Kapitel 30: Neuer Anfang

Kapitel 1: Die Leere

Die Uhr auf dem Nachttisch zeigte 22:47. Im Kinderzimmer war es schon seit einer halben Stunde still. Nur das leise Summen des Babyphones drang noch durch die geschlossene Tür – ein beruhigendes weißes Rauschen, das Anna früher getröstet hatte. Heute fühlte es sich an wie ein Gefängniswächter, der sie daran erinnerte, dass ihre Welt klein und geordnet war.

Anna lag auf der Seite ihres breiten Ehebettes, den Kopf auf eine Hand gestützt, und beobachtete ihren Mann. Thomas saß am Fußende, den Rücken an das Kopfteil gelehnt, die Beine ausgestreckt. Das blaue Licht seines Handys tauchte sein Gesicht in einen kalten Schein. Seine Daumen bewegten sich routiniert über das Display – wahrscheinlich wieder ein Spiel, vielleicht Nachrichten aus der WhatsApp-Gruppe der Kollegen. Er lachte leise, ein kurzes, abwesendes Geräusch, das nicht für sie bestimmt war.

„Thomas?“, fragte sie leise.

„Hm?“ Er blickte nicht einmal auf.

„War ein langer Tag heute, oder?“

„Mhm. Der neue Projektleiter dreht völlig durch. Ich hab noch drei Mails geschrieben, bevor ich hochgekommen bin.“ Seine Stimme klang müde, aber nicht einladend. Kein „Wie war dein Tag, Schatz?“. Keine Hand, die nach ihrer suchte. Nur das stetige Tippen.

Anna drehte sich auf den Rücken und starrte an die Decke. Die Risse im Putz kannte sie auswendig. Sie hatte sie in den letzten Monaten oft betrachtet, während Thomas neben ihr schon schnarchte. Früher hatten sie nach dem Zubettgehen noch geredet. Über Träume, über die Kinder, manchmal sogar über Sex. Jetzt war alles Routine: Kinder ins Bett bringen, Küche aufräumen, kurz fernsehen oder aufs Handy starren, Zähne putzen, schlafen. Sex gab es vielleicht einmal im Monat, wenn überhaupt – meistens schnell, funktionell, ohne echtes Feuer.

Sie war dreißig. Dreißig! In ihrem Kopf fühlte sie sich manchmal wie eine alte Frau, die ihr Leben schon hinter sich hatte. Der Körper einer jungen Frau, ja. Ihre Brüste waren nach zwei Schwangerschaften noch immer fest, die Hüften rund und weiblich, die Haut glatt. Aber niemand berührte sie mehr so, wie sie berührt werden wollte. Nicht richtig. Nicht mit diesem Hunger, dieser Sehnsucht, die tief in ihrem Bauch schlummerte und nachts immer öfter erwachte.

Anna stand leise auf, zog ihren dünnen Morgenmantel über das kurze Schlafshirt und ging hinunter in die Küche. Das Haus war still. Die Kinder – Mia, sieben, und Lukas, vier – schliefen tief und fest. Sie goss sich ein Glas Rotwein ein, setzte sich an den Küchentisch und zog ihr Handy heraus. Nur fünf Minuten scrollen, sagte sie sich. Nur um den Kopf frei zu bekommen.

Instagram, Facebook, dann diese merkwürdige App, die ihr Werbung für „alternative Lebensweisen“ vorschlug. Plötzlich blieb ihr Daumen hängen.

****Cuddle & Sensuality – Workshop für bewusste Nähe****

Entdecke die Kraft der Berührung. Ohne Druck. Ohne Erwartung. Nur du und ein sicherer Raum für Nähe.

Termin: Jeden Mittwochabend, 19:30 Uhr. Anmeldung noch möglich.

Das Bild dazu zeigte zwei Menschen in einer sanften Umarmung, die Gesichter entspannt, fast verzückt. Annas Herz schlug schneller. Es war lächerlich. Ein Kuschelkurs? Für Erwachsene? Wer machte so etwas?

Und doch... ihre Finger tippten weiter. Sie las die Beschreibung. „Viele Teilnehmer kommen, weil sie in ihrem Alltag zu wenig körperliche Nähe erfahren. Paare, Singles, Menschen in langen Beziehungen. Kein Sex. Nur bewusste, respektvolle Berührung.“

Kein Sex. Das klang sicher. Harmlos. Fast therapeutisch.

Anna nahm einen großen Schluck Wein. Die Vorstellung, von jemandem einfach nur gehalten zu werden – richtig gehalten, lange, ohne dass danach etwas „erledigt“ werden musste – ließ etwas in ihrer Brust flattern. Wie lange war es her, dass Thomas sie einfach nur im Arm gehalten hatte? Nicht als Vorspiel, nicht aus Pflicht, sondern weil er es wollte?

Sie dachte an früher. An die Zeit vor den Kindern. Wie sie stundenlang auf dem Sofa gelegen hatten, Haut an Haut, wie seine Finger träge über ihren Rücken gewandert waren. Wie er sie manchmal einfach nur angeschaut hatte, als wäre sie das Schönste auf der Welt. Jetzt schaute er meistens durch sie hindurch.

Ein leises Geräusch von oben. Thomas ging ins Badezimmer. Anna schloss schnell die App und löschte den Browserverlauf. Warum fühlte sich das schon wie Verrat an? Es war doch nur ein Kurs. Nur Information.

Sie trank das Glas leer und ging zurück nach oben. Thomas lag schon im Bett, das Licht ausgeschaltet. Sie schlüpfte unter die Decke, rückte näher an ihn heran und legte eine Hand auf seine Brust.

„Thomas...“, flüsterte sie.

„Müde, Schatz“, murmelte er und drehte sich weg. „Morgen wieder früh raus.“

Anna blieb reglos liegen. Die Wärme seines Rückens war da, aber sie fühlte sich fern an. Wie eine Wand. Tränen stiegen ihr in die Augen, doch sie blinzelte sie weg. Sie wollte nicht weinen. Nicht schon wieder.

In dieser Nacht schlief sie kaum. Immer wieder sah sie das Bild aus dem Kurs vor sich. Zwei Körper, eng umschlungen. Die friedlichen Gesichter. Die Andeutung von etwas, das tiefer ging als Alltag.

Am nächsten Morgen machte sie wie immer Frühstück. Mia plapperte über die Schule, Lukas kleckerte mit seinem Joghurt. Thomas gab ihr einen flüchtigen Kuss auf die Wange, bevor er zur Arbeit fuhr. „Hab dich lieb“, sagte er automatisch.

„Ich dich auch“, antwortete Anna und lächelte das Lächeln, das sie in den letzten Jahren perfektioniert hatte.

Den ganzen Vormittag, während sie einkaufte, putzte und mit den Kindern spielte, kreiste der Gedanke in ihrem Kopf. Der Kurs. Mittwochabend. Sie könnte sagen, sie gehe zu einem neuen Yoga-Kurs. Oder zu einer Frauengruppe. Thomas würde nicht nachfragen. Er fragte nie wirklich.

Am Nachmittag, als die Kinder ihren Mittagsschlaf machten, setzte sie sich wieder ans Handy. Diesmal meldete sie sich an. Name: Anna Berger. Alter: 30. Grund für die Teilnahme: „Suche nach mehr Achtsamkeit und Nähe im Alltag.“

Die Bestätigung kam sofort. Willkommen, Anna. Wir freuen uns auf dich.

Ihr Herz raste. Was tat sie da? Es war doch nur ein Kurs. Nur Kuscheln. Harmlos.

Aber tief in ihrem Bauch, dort wo die Leere am größten war, spürte sie etwas anderes. Ein warmes, verbotenes Kribbeln. Eine leise Vorfreude, die sie seit Jahren nicht mehr gefühlt hatte.

Am Abend kochte sie Thomas' Lieblingsessen. Sie lachte mit den Kindern, las zwei Gute-Nacht-Geschichten vor und brachte sie ins Bett. Als Thomas später wieder mit dem Handy auf dem Sofa saß, setzte sie sich neben ihn, legte den Kopf an seine Schulter und versuchte, die Nähe zu genießen, die da war.

Es fühlte sich an wie eine Erinnerung an etwas, das einmal gelebt hatte.

Spät in der Nacht, als Thomas schon schnarchte, öffnete Anna noch einmal die Kursseite. Sie las die Teilnehmerregeln. „Berührungen nur mit ausdrücklicher Zustimmung. Grenzen werden respektiert. Kleidung bleibt an (außer bei speziellen Sensualitäts-Übungen mit Einverständnis).“

Sie schloss die Augen und stellte sich vor, wie es wäre, einfach nur gehalten zu werden. Von jemandem, der sie wirklich sah. Dessen Hände nicht automatisch nach dem nächsten Schritt suchten, sondern einfach nur spürten.

Ihre Hand wanderte unter die Decke, zwischen ihre Beine. Sie war schon feucht. Nur von der Vorstellung. Anna biss sich auf die Lippe und unterdrückte ein leises Stöhnen. Sie kam schnell, fast beschämt, während ihr Mann neben ihr schlief.

Danach lag sie wach und starrte an die Decke.

Die Leere war noch da. Aber jetzt hatte sie einen Namen. Und einen Ort, an dem sie vielleicht – nur vielleicht – gefüllt werden könnte.

Mittwoch war in vier Tagen.

Kapitel 2: Die Entscheidung

Die folgenden Tage vergingen in einem seltsamen Schwebезustand. Anna funktionierte wie immer – sie brachte Mia zur Schule, spielte mit Lukas, kochte, wusch Wäsche, lächelte Thomas an, wenn er abends nach Hause kam. Doch unter der Oberfläche brodelte es. Der Gedanke an den Kurs war wie ein kleines, verbotenes Feuer, das sie immer wieder heimlich anfachte.

Am Donnerstagvormittag, während Lukas seinen Mittagsschlaf hielt, saß sie wieder am Küchentisch. Ihr Finger schwebte über dem „Anmelden“-Button. Es war noch nicht zu spät. Sie konnte alles vergessen, den Kurs als dumme Idee abhaken und weiterleben wie bisher. Stattdessen tippte sie ihre Daten ein: Name, Alter, kurze Nachricht. *Ich suche nach mehr Bewusstheit für meinen Körper und sanfte Nähe.* Sie drückte auf Senden, bevor sie es sich anders überlegen konnte.

Die Bestätigungsmail kam Sekunden später. „Herzlich willkommen, Anna! Wir freuen uns auf dich. Mittwoch, 19:30 Uhr, Adresse: Alte Fabrikhalle, Raum 3. Bitte bequeme Kleidung mitbringen und pünktlich sein.“

Anna starrte auf den Bildschirm. Ihr Herz klopfte so laut, dass sie Angst hatte, die Kinder könnten es hören.

Selbstfürsorge, sagte sie sich. Das war das Wort, das sie wie einen Schutzschild vor sich hertrug. Tausende Frauen machten Yoga, Meditation oder gingen zur Therapie. Warum sollte ein Kuschelkurs etwas Verbotenes sein? Sie war eine gute Mutter, eine treue Ehefrau. Sie verdiente es, sich selbst etwas Gutes zu tun.

Am Freitagabend, als Thomas mit den Kindern auf dem Sofa saß und einen Film schaute, zog sie sich ins Bad zurück. Sie betrachtete sich im Spiegel. Dreißig Jahre. Die kleinen Fältchen um die Augen, die weichen Rundungen an Bauch und Hüften, die von zwei Schwangerschaften geblieben waren. Ihr Körper hatte Leben geschenkt. Er hatte gestillt, getragen, geliebt. Und jetzt? Jetzt fühlte er sich oft unsichtbar an.

Sie zog ihr Shirt hoch und strich mit den Händen über ihre Haut. Die Berührung war ihre eigene – vertraut, aber nicht aufregend. Sie stellte sich vor, wie fremde Hände das tun würden. Sanft. Aufmerksam. Ohne Eile. Ein Schauer lief ihr über den Rücken. Schnell zog sie das Shirt wieder herunter und schämte sich für den Gedanken.

Am Samstag log sie zum ersten Mal bewusst. „Ich habe überlegt, einen neuen Kurs zu machen“, sagte sie beim Frühstück zu Thomas. „Irgendwas mit Achtsamkeit. Mittwochs abends. Wäre das okay?“

Thomas nickte nur, während er sich Kaffee nachgoss. „Klar. Mach das. Du brauchst mal Zeit für dich. Die Kinder und ich