

Die Kunst zu Leben und zu Lieben

Artananda



Artananda

Die Kunst zu Leben und zu Lieben

Anmerkung des Verfassers

Ich biete dir dieses Buch im Geiste des Geschenks an. Dieses Buch unterliegt der Creative-Commons-Lizenz, die es dir erlaubt, es für alle nicht kommerziellen Zwecke frei zu verwenden. Das heißt, dass du Auszüge aus dem Buch kopieren und in Blogs etc. verwenden darfst, solange du davon nichts verkaufst oder als Werbeträger verwendest. Ich ersuche dich hiermit auch die Quelle zu zitieren, damit auch für andere Menschen meine Arbeiten zugänglich sind. Weitere gesetzliche Details findet du auf der Creative-Commons-Webseite: creativecommons.org

Die Eigenschaft von Geschenken ist, dass das Gegengeschenk nicht im Voraus festgelegt wird. Wenn du dieses Buch kostenlos erhalten hast oder verbreitest, begrüße ich ein freiwilliges Gegengeschenk, das die Dankbarkeit oder Wertschätzung zum Ausdruck bringt, die du vielleicht empfindest. Du kannst das auch über die folgende Webseite tun:

<https://artananda.github.io/web/book.html>

Einen großen Teil meines Wissens in diesem Buch habe ich seinerzeit auch geschenkt bekommen und schenke es hiermit an dich weiter.

ISBN: 9781980243601

Imprint: Independently published

Inhalt

Anmerkung des Verfassers.....	1
Danksagung.....	5
Vorwort.....	6
Über den Autor.....	11
Einleitung.....	16
Burnout.....	18
Mein erster Orgasmus.....	31
Ejakulation und Orgasmus.....	39
Samadhi.....	48
Brachmacharia.....	51
Umgang mit dem weiblichen Geschlecht.....	55
Liebe.....	61
Selbstliebe.....	91
Selbstliebe Ritual.....	97
Partnerschaft und Eifersucht.....	107
Slow Sex.....	116
DeArmouring.....	119
Chakra-System.....	122
Leben im Wohnmobil.....	132
Alles macht Sinn.....	143
Spiegel.....	162
Spiegel-Neurosen.....	167

Ewiges Leben.....	184
Energieprobleme gelöst.....	191
Energasmus.....	201
Blockaden lösen.....	207
Erleuchtung nur in Indien?.....	213
Manifestationen.....	223
Freiheit.....	228
Angst.....	231
Tägliche Praxis.....	240
Glossar.....	242
Verweise.....	244
Buchtips.....	245

Danksagung

Hiermit bedanke ich mich bei all meinen Lehrer*innen, Lebenspartner*innen und meinen Kindern.

Jeder Einzelne von euch machte es schließlich möglich, dass ich all die Erfahrungen sammeln konnte, die es mir heute ermöglichen dies mit den Leser*innen zu teilen.

Einen besonderen Dank möchte ich an meine geliebte Ehefrau richten, die es immerhin ganze 20 Jahre mit mir ausgehalten und bis heute noch keine Scheidung eingereicht hat, obwohl wir schon 4 Jahre nicht mehr zusammen leben.

Auch bedanke ich mich herzlichst bei Winja, die einige Kapitel des Buches korrigiert und mich dabei durch meinen Prozess der Selbst-Reflektion begleitet hat.

Vorwort

Vor zwei Jahren bin ich auf das Buch *Entfalte dein erotisches Potential* von Sheri Winston gestoßen und dachte mir: „So etwas benötigen wir auch für den Mann“. Leider liefen meine Recherchen ins Leere. Es schien nichts Vergleichbares für den Mann zu geben. Nach dem mir nun bereits der bzw. die Dritte dazu geraten hat, ein Buch über mein Leben bzw. über den Mann und seine Sexualität zu schreiben, fange ich einfach mal damit an.

Ursprünglich sollte es ein Buch für meinen Sohn werden, zu dem ich heute leider keinen Kontakt mehr habe. Auf diesem Wege versuche ich meine Weisheiten, wenn man das überhaupt so nennen kann, ihm mit auf den Weg zu geben.

Ich denke aber, das meine Worte noch andere Ohren erreichen könnten und damit meine ich nicht nur

andere Männer, sondern auch für Frauen. Es kann für alle Menschen eine interessante Lektüre werden, die erfahren wollen, wie es in einem Mann so aussehen kann.

Wobei meine Person ja nur eine Möglichkeit ist, wie ein Mann sein kann. Und ich bin da bestimmt kein Musterexemplar, jedoch gibt es bestimmt viele Ähnlichkeiten zu anderen Männern, denn irgendetwas haben wir ja bestimmt gemeinsam.

Dieses Buch zielt speziell auf den sexuellen Aspekt im Mann ab. Sei also gewarnt, ich werde versuchen authentisch zu sein und kein Blatt vor den Mund zu nehmen. Einiges wird dich bestimmt schockieren, Anderes wirst du bereits kennen oder es wird dich einfach nur triggern und du wirst evtl. gewillt sein, mir die Gurgel umzudrehen. Aber dieses Risiko gehe ich gerne ein mit dem Hintergrund authentisch zu bleiben.

Ich werde frei von der Leber weg alles ausplaudern, was es so zu erfahren gab.

Da ich eine tantrische Ausbildung genossen habe, werde ich einige Wörter aus dem Sanskrit (indische Sprache) benutzen, um die Dinge beim Namen zu nennen. Sollten dir diese Begriffe nicht geläufig sein, wirst du sie sicher im Glossar wiederfinden.

Da ich gebeten wurde keine Namen von existierenden Personen zu nennen, werde ich alle Namen umändern bzw. sie einfach weglassen.

Bist du eine Frau, dann sei dir bitte gewiss, dass dieses Buch nicht dazu dienen soll; den Mann dazu anzuleiten noch mehr Frauen rumzukriegen, sie zu benutzen und sie hinterher wieder wegzuschmeißen. Ganz im Gegenteil, ich möchte diejenigen Männer aufklären, dass sie genau diese Praxis in etwas wohlwollendes transformieren und in der Lage sind, eine Frau wie eine

Göttin zu behandeln. Und ja, dafür bedarf es etwas Übung.

Wenn du als Frau aber deine Einstellung zum Sex so transformierst, dass du ihn einfach als ein Teil eines tollen Spieles ansiehst, dann macht er dir bestimmt Spaß, in dem Moment, in welchen du diesen Sex gerade mit einem Mann hast. Und da kann es dir doch egal sein, ob dieser Mann irgendwann wieder weg ist und mit einer Anderen übt. Wichtig ist hier, dass der Mann dir seine Absichten offen und ehrlich kommuniziert und dir nicht das Blaue vom Himmel lügt. So von wegen: „Ich liebe dich über alles und möchte dich heiraten und Kinder mit dir großziehen.“ Mag ja sein, dass der Mann dies gerade in dem Moment ernst meint, aber das solltest du ihm eventuell erst glauben, nachdem ihr ausreichend Sex miteinander hattet und nicht vorher. In diesem Fall

könnte es sein, dass er einfach nur lügt, damit du dich ihm hingibst.

Vorab sei aber noch bemerkt, dass ich dich bitte, mir kein einziges Wort zu glauben, was ich hier schreibe. Ich möchte dich dazu einladen deine ganz eigenen Erfahrungen zu machen. Du wirst das Eine oder Andere sicherlich mit anderen Augen sehen, da du eine andere Perspektive zu dem Ganzen einnimmst und dir einige Dinge bereits anders beigebracht wurden bzw. du ja bereits schon so manches selbst erlebt hast und etwas anders als ich über die Themen denkst.

Ich hoffe, das du etwas aus diesem Buch für dich persönlich mitnehmen kannst und wenn nicht, ist es ja auch nicht schlimm.

„Glaube nicht alles was du denkst“
- Unbekannt

Über den Autor



Artananda ist am 20. November 1963 unter dem bürgerlichen Namen Olaf Japp als Skorpion, Aszendent Jungfrau mit Mond im Steinbock und viel Schütze-Energie in Hamburg geboren und im Kreis

Pinneberg aufgewachsen. Nachdem er die Realschule abgeschlossen hat, hat er eine Ausbildung als Maschinenschlosser absolviert. Als er durch eine Krankheit an der Wirbelsäule aus dem Arbeitsprozess gerissen wurde, die ihm eh kein Spaß machte, entschied er sich für die Meisterschule anzumelden. Parallel begann er ein Fernstudium zum Maschinenbautechniker. Für die Meisterschule gab es eine sehr lange Warteliste und das Techniker Studium hat Artananda bereits nach dem zweiten Semester abgebrochen, da er während des Studiums bereits sein erstes Programm entwickelt hat, durch das er in kurzer Zeit viel Geld verdienen konnte.

Aus purer Neugier hat Artananda weiter im Bereich der Softwareentwicklung geforscht und wurde fünf Jahre später zum ersten Mal als Consultant für einen großen Chemiekonzern engagiert. Einige Top 500 Firmen waren danach seine Auftraggeber für die nächsten Jahre bis schließlich der Börsencrash 2000 ihn zum Aufgeben

zwang. Nachdem das Finanzamt ihm alle Konten gesperrt hatte und er die Finger heben musste, ist er in die Schweiz gezogen. Dort arbeitete er noch ein paar Jahre für eine Fluggesellschaft und später für eine Bank. In der Schweiz studierte Artananda GrafikDesign und Human Computer Interaction Design. Letzteres brach er im dritten Semester ab, da er das meiste, was dort gelehrt wird bereits aus dem GrafikDesign-Studium kannte und er (in seinem Alter) nicht mehr auf einen Master-Titel angewiesen war.



Derzeit wirkt Artananda als Tantramasseur, gibt Sessions in Sexological-Bodywork, unterstützt Singles und Paare beim SlowSex, unterrichtet Menschen in der Tantramassage und gibt diverse andere Workshops um Menschen dabei zu helfen, ein besseres, spannenderes und erfüllteres Leben zu führen.

Weiterhin setzt er sich für die Umsetzung der UBUNTU-Bewegung ein. UBUNTU („Ich bin, weil wir sind“) ist eine Idee für eine Gemeinschaft, in der es weder Geld, noch Tausch, noch Handel gibt. Dabei macht jeder das, wozu er Lust hat und talentiert ist. Seine Zeit stellt er dem Wohle der Gemeinschaft, in der er lebt, zur Verfügung. Im Gegenzug bekommt er von der Gemeinschaft sicherlich das, was er benötigt.

Artananda ist öfters in Dänemark zum Kitesurfen anzutreffen, spielt Djembe zusammen mit ein paar Afrikanern im Mauerpark in Berlin, fuhr damals Motocross und Rennkart, fährt gerne Snowboard und

segelt gerne Katamarane. Zudem fährt er lieber mit dem Fahrrad als mit dem Auto durch die Stadt und ständig probiert er neue Dinge aus, die ihm eventuell gefallen könnten.

Er lehnt die Monogamie sowie auch die Polyamorie, zumindest wenn sie in geschlossenen Beziehungen gelebt werden, für sich selbst ab und lebt daher als Single nach dem Prinzip der Poly-Anarchie. Das bedeutet, dass er im Moment mit einem oder mehreren Menschen zusammen ist und diesen Moment einfach genießt. Man ist halt solange zusammen bis man am nächsten Tag oder auch nach ein paar Tagen oder Wochen wieder auseinander geht. Dann trifft man sich eventuell mit anderen Menschen oder doch wieder mit den Vorherigen. Eben so, wie es allen gefällt.

Artananda ist bei Fragen via Email direkt zu erreichen: artanidos@gmail.com

Einleitung

Damit du siehst, welche Transformation ich durchgemacht habe, ist es mir ein Anliegen, dir aufzuzeigen, welches ein Arschloch ich doch vorher war.

Noch vor vier Jahren habe ich für eine Schweizer Bank als Softwareentwickler gearbeitet und ein Schweinegeld verdient. Ich war extra in die Schweiz gezogen, nur um noch mehr Geld zu verdienen. Als Motivation benutze ich immer einen Blick auf einen meiner Kontoauszüge.

Nach dem ich nun 25 Jahre dem Profit hinterhergelaufen war, damit ich mir auch mal einen Porsche und teure Frauen leisten konnte, hat sich mein Körper gemeldet und einen Burnout manifestiert, um mich aus dem Verkehr zu ziehen.

Als ich etwa zehn Jahre alt war, hatte ich immer mit dem Sohn eines Unternehmers gespielt. Er hatte eine

Carrera-Rennbahn und trat immer prahlend mit seinem schicken, silbernen Porsche 911 gegen mich an.

Ich schwor mir, irgendwann hast du auch so einen, aber einen in Echt. 30 Jahre später hatte ich es dann tatsächlich geschafft. Erst fuhr ich den Porsche Boxter und drei Jahre später dann tatsächlich einen silbernen Porsche 911 Carrera!!!

Das war meine wohl längste Manifestation...
...aber ich habe es mit harter Arbeit erreicht!

Ich hatte zwar viel Kohle, habe davon aber nicht viel an meine Familie abgegeben. Wenn die Geld brauchen, können sie ja arbeiten gehen.

Auch nachdem ich mich später von meiner Frau und unseren Kindern getrennt hatte, hatte ich kein Sinn darin gesehen, ihnen Unterhalt zu zahlen, immerhin waren sie ja alt genug um selber arbeiten zu können.

Burnout

Wir kamen aus einer Projekt-Besprechung, in dem wir den zeitlichen Ablauf des neuen Software-Projekts besprachen und uns als Team für die geplanten Überstunden bereit erklärten, obwohl das Projekt noch nicht einmal am Anfang war.

Als ich eine Nacht darüber schlief, wachte ich morgens mit dem Gefühl auf: „Nein, das mache ich nicht mit! Ich bin doch kein Idiot.“

Im Team-Meeting an diesem Morgen teilte ich den Anderen mit den Worten: „Ihr macht das Projekt ohne mich. Ich kündige.“, dass ich raus bin.

Mein Teamleiter bat mich erst einmal einen Monat frei zu machen und daraufhin in aller Ruhe mein Know-How an das Team weiterzugeben.

Diese Zeit nutzte ich, um mal mit meiner Frau darüber zu reden, dass sie eigentlich auch mal arbeiten könnte.

Sie sah es ein und suchte sich einen Job in einem Fast-Food-Restaurant. Als ich dann später alles in der Firma übergeben hatte, machte ich sechs Monate Pause, kaufte mir auf Anraten meiner Ärztin ein E-Bike und radelte jeden Tag eine Stunde.

In der Zeit habe ich glatt 25kg abgespeckt.

Ich wollte wieder eine eigene Firma gründen, aber meine neue Geschäftsidee zerplatzte bei einem Gespräch mit einem Herren der Handelskammer und ich sah mich gezwungen wieder bei meinem alten Chef anzufragen, ob ich dort wieder arbeiten könnte.

Mein Chef bot mir an nur noch drei Tage die Woche zu arbeiten, um es ein wenig ruhiger anzugehen zu können.

Diese coole Zeiteinteilung nutze ich aus, um abwechselnd zwei Wochen zu arbeiten und zwei

Wochen nach Dänemark zum Kitesurfen zu fahren. Das war eigentlich eine coole Zeit.

Einige Dinge gingen mir nun aber gegen den Strich. Ich hatte zum Beispiel einen Kollegen, den ich extra für mein Projekt dazu geordert hatte, damit ich nicht alles alleine machen musste. Dieser hat nach meinem Burnout den Lead für das Projekt übernommen. Und dann musste ich mir dann so Dinge anhören wie: „So lange ich hier das Sagen habe, wird es gemacht, wie ich es will.“. Dabei ging es um das Design eines Benutzer-Interfaces und eigentlich war ich in diesem Bereich der Kompetentere, da ich zu dieser Zeit *Human Computer Interaction Design* studiert habe.

Auch konnte ich andere Entscheidungen nicht mehr mittragen, weil ich ein Pragmatiker bin und immer gleich alles umsetze, während mein Kollege immer alles künstlich in die Länge ziehen wollte, damit er lange an dem Projekt verdienen kann.

Da meine Frau dann auch noch ihre Probleme von ihrer Arbeit nach Hause brachte und ihr Sohn, der mit 28 immer noch bei uns wohnte, auch in derselben Firma arbeitete und auch seinen Frust mit nach Hause brachte, wurde es mir irgendwann zu viel. Ich startete ein Intervention, da ich der Meinung war, dass meine Frau und ihr Sohn in ihrer Firma gemobbt werden. Alle Anzeichen deuteten zumindest darauf hin.

Auf meinen Rat hin haben sie dann beide dort gekündigt, hatten aber anscheinend Angst, sich arbeitslos zu melden, weil sie wohl befürchteten wieder in so einen Ausbeuterbetrieb gesteckt zu werden. Ja, der Arbeitsmarkt im Billiglohnssektor ist sogar in der Schweiz grauenvoll.

Wie dem auch sei...

...nun waren nicht nur unser jüngster Sohn Zuhause, weil er mit 20 immer noch keinen Ausbildungsplatz

hatte, sondern auch noch meine Frau und ihr Sohn. Und natürlich hat keiner der drei zu der Zeit Miete abgegeben.

Außerdem wechselte die Projektleitung und unser neuer Projektleiter fand meine Idee, nur alle zwei Wochen zu arbeiten nicht so gut.

Mir fiel die Decke auf den Kopf und ich setzte mich in mein Auto und fuhr los. Ich muss noch erwähnen, dass ich zu der Zeit gerade einen kalten Alkoholentzug angefangen hatte und schon zwei Nächte kein Auge zubekommen hatte.

Ich parkte mein Auto und stellte mich vor einen Abgrund. „Nein...“, sagte ich zu mir, „...da lasse ich mich jetzt nicht runterziehen und springen tue ich erst recht nicht.“

Mein Blick schweifte weiter und ich sah am anderen Ende der Schlucht eine kleine Kapelle auf dem Berg. Dort fuhr ich hin und setzte mich auf eine Bank und

betete für meine Familie. Ich dachte, ich hätte nicht mehr lange zu leben und bat um Hilfe für meine Leute. Nach dem Gebet, bat ich Gott, mir ein Zeichen zu geben, wenn er mich erhört haben sollte.

Die Glocken fingen an zu läuten.

Wenn das mal kein Zeichen war. Vor lauter Euphorie wollte ich meinen dekadenten Mercedes-Cabrio-Oldtimer nach dem Erlebnis verschenken und deponierte den Autoschlüssel in der Kirche und ging Zufuss nach Hause.

Es war ein kalter Januartag und ich war eigentlich eher wie ein Autofahrer gekleidet statt wie ein Fußgänger.

Irgendwie hatte ich auch die Entfernung unterschätzt.

Irgendwann fing ich an, meine Jacke auszuziehen und auf den Boden zu schmeißen: „Scheiße, was war

denn das jetzt?“ fragte ich mich. Und es ging weiter, ich zog mir meine ganzen Klamotten aus und setzte mich irgendwie auf das Trottoir. Ich hatte komplett die Kontrolle über meinen Körper verloren. Auch die Gedanken konnte ich nicht mehr steuern. Was zur Hölle geht ab?

Ja, ich war tatsächlich in der Hölle angekommen: „Och nein, warum ich? Was habe ich falsch gemacht? Scheiße, stimmt ja, ich habe es verdient. Ich bin es nicht wert zu leben. So vielen Frauen habe ich ihre Herzen gebrochen.“ und so weiter und so fort. Nein im Ernst, ich konnte gar nicht so klar denken. Ich hatte nur einfach das Gefühl, ich habe die Hölle wohl verdient.

Was für ein Trip!

Irgendwie habe ich es aber willentlich geschafft, mich in den Lotussitz zu setzen und zumindest die Haltung eines Meditierenden einzunehmen.

Autofahrer, die vorbei kamen sahen für mich wie Höllenwesen aus. Ich winkte sie weiter. Irgendwie war ich in so einem komischen Zustand. Hatte kein klares Bild mehr. Alles verschwommen und ich nickte ein paar Mal einfach weg.

Irgendwann, einige gefühlte Stunden später hat mich dann wohl ein altes Ehepaar gefunden und zurückgeholt. Ich habe mich erst in einem Polizeiwagen aufgewärmt und wurde dann mit Blaulicht ins Spital gefahren.

Dort bot man mir an, entweder gehen sie freiwillig in eine Anstalt oder wir weisen sie zwangsweise ein.

Was für tolle Optionen.

Na ja, ich ging freiwillig in die Geschlossene. Sie war nicht wirklich geschlossen, aber raus durfte ich auch nicht. Als Diagnose gab ich Alkoholentzug und Spielsucht an. Ich hatte zu der Zeit bereits zwölf

Jahre *World of Warcraft*, ein Online-Rollenspiel, gespielt und dachte, das werden sie mir schon glauben.

Wenn man sich selber die Diagnose stellt, dann brauchen die Psychologen nicht zu suchen. Ich möchte gar nicht wissen, was die sich so hätten einfallen lassen, nur um die Betten dort zu belegen.

Dafür musste ich irgendsoein Teufelszeug von Big-Pharma schlucken. Na ja, ich konnte es nach meiner Entlassung locker wieder absetzen. Nach diesem Höllentrip hatte ich vor gar nichts mehr Angst.

Dort in der Klapsmühle fühlte ich mich wie Buddha, der bei einer schweren Krankheit in eine andere Stadt fahren musste und auf dem Weg dort hin, wirklich kranke Menschen sah, was ihn wieder gesunden ließ. Auch mir ist das so passiert. Ich war auf einmal relativ gesund im Vergleich zu den andere Leuten dort. Ein ganz besonderes Erlebnis hatte ich mit einer alten Frau, die sich kaum noch bewegt hatte. Nachdem ich sie

einige Tage lang motiviert hatte, konnte die Frau auf einmal wieder Tischtennis spielen.

Als ich dann ein paar Wochen später raus wollte, wurde mir meiner Meinung nach übel mitgespielt. Um raus zu können, wurde mir ganz früh morgens Blut abgenommen. So weit so gut. Augen zu und durch. Als die Schwester dann aber sagte: "Ich habe im rechten Arm nicht genug Blut abbekommen. Ich muss ihnen noch etwas aus dem linken Arm abnehmen." hat mich das irgendwie gestresst und ich bin kurz in Ohnmacht gefallen und habe mich eingepisst, „Nein, so können wir sie nicht entlassen. Sie müssen noch ein paar Wochen hier bleiben.“, sagte mir dann der Stationsvorsteher. „Was für ein Drecksack“, dachte ich, blieb aber ganz ruhig. Nur nicht provozieren lassen, sonst gibt es eine tolle weiße Jacke und ein Einzelzimmer mit Gummi-Tapeten.

Später riet mir eine ganz liebe Schwester heimlich, ich solle mich nächstes Mal beim Blut abnehmen hinlegen und abwarten bis ich wieder aufstehen kann, damit mir das nicht noch mal passiert. Auch riet sie mir ein bestimmtes Medikament abzusetzen. „Sie müssen das nicht nehmen.“ sagte sie mir „Sie sind freiwillig hier drin.“.

Hab keine Ahnung, was für ein Teufelszeug sie mir da gegeben hatten, aber ich habe es abgesetzt und bin nach insgesamt sechs Wochen wieder raus gekommen.

Das war echt gruselig manchmal. Ab und zu flippte eine Frau komplett aus und musste von drei Pflegern zur Ruhe gebracht werden. Sie wurde dann immer auf einem Bett gefesselt. Die Frau arbeitete früher dort als Schwester.

Scheiße.

Ich konnte ihr nicht helfen. Ich möchte gar nicht wissen, warum sie dort nun Patientin war. Hat ja

eventuell auch einem Patient helfen wollen und wurde dabei erwischt und für verrückt erklärt.

Es hat nicht lange gedauert und ich habe daraufhin die Schweiz verlassen. Das hat mir gereicht, was ich da gesehen habe !!!

Mein Projekt habe ich noch zu Ende gemacht, bin dann aber nach Dänemark umgezogen. Nach Deutschland wollte ich auch nicht mehr, denn dort warteten noch ein paar Gläubiger auf mich. Ganz oben auf der Liste das Finanzamt. Und deren Methoden habe ich kennengelernt. Die machen einen einfach mal alle Konten zu und lassen dich am ausgestreckten Arm verhungern.

In Dänemark bin ich dann zur Ruhe gekommen und konnte das Erlebte reflektieren.

Aber erst vor kurzem hatte ich die Erkenntnis, dass ich weder mein Körper noch mein Geist bin, da ich

ja auf diesem Horrortrip keine Kontrolle mehr über diese Dinge hatte.

Aber das Gleiche sagen ja alle anderen spirituellen Führer auch.

Mein erster Orgasmus

Wenn man bei einem Mann über einen Orgasmus redet, dann redet man eigentlich nur über die Ejakulation. Von Orgasmus kann hier eigentlich keine Rede sein, denn der eigentliche Orgasmus wird mit der Ejakulation abgebrochen.

Wirklich tiefe Orgasmen, wie sie Frauen auf natürliche Weise erleben können, wenn sie eine gewisse sexuelle und körperliche Reife erfahren haben, erlebte ich als Mann eigentlich gar nicht. Bis zu dem Tag an dem ich meinen ersten Tantramassage-Workshop, kurz nach meinem Aufenthalt in der Klapsmühle, absolviert hatte.

In diesem Workshop gab es eine nette junge Frau bei der die Männer regelmäßig, während der Tantramassage, eingeschlafen sind. Nein, nein, das ist alles andere als schlecht. Dass war ein Zeichen

dafür, dass man sich bei ihr so richtig fallen lassen kann. Und glaubt mir, selbst im Schlaf könnt ihr in einer Massage Spaß haben und tiefe Gefühle erleben.

Solltest du nicht wissen, was eine Tantramassage überhaupt ist: Stelle dir einmal vor du liegst nackt, so wie Gott dich schuf, auf einem Futon und wirst am ganzen Körper mit Öl, von jemanden, der auch völlig nackt ist, massiert. Und wenn ich sage am ganzen Körper, dann meine ich das auch so. Selbst in den Ohren, in der Nase, im Mund, im Anus, in der Yoni (Vagina) und auch der Lingam (Penis) werden massiert.

Ich weiß, da hat man erst mal Bedenken, weil das ist ja Sex. Und dann noch mit einem Fremden. Au backe.

Ja, das ist eine recht sexuelle Handlung, die sich mitunter auch in einen oder mehrere Orgasmen entladen kann oder auch in eine heftigen Ekstase münden kann.

Der Orgasmus ist aber gar nicht das Ziel einer Tantramassage. Die Ekstase hingegen schon, aber dazu später mehr.

Kommen wir nun aber zurück zu dem Massage-Seminar und meinem ersten Orgasmus. Eben diese junge Frau, von der ich weiter oben sprach, fragte mich, ob ich nicht ihr Modell für die Abschluss-Massage sein möchte. Sofort willigte ich ein, denn diese Frau hatte eine magische Anziehung auf mich.

Als ich am Morgen vor dieser Abschlussmassage im Wald wandern ging, manifestierte ich, dass diese Massage der absolute Höhepunkt in meinem Leben sein wird und, dass sich diese tolle Frau in mich verlieben wird. Damals wusste ich von dem Gesetz der Resonanz noch nichts, habe es aber unwissend angewandt. Diese wundervolle Frau verliebte sich tatsächlich in mich und wir wurden ein Paar.

Zum Gesetz der Resonanz erfährst du später im Buch mehr.

Was die Massage anging so war dies ein einmaliges Erlebnis, ...dass sich so nicht wiederholen wird.

Intuitiv öffnete ich dieser Frau vor der Massage das Herz. Frage mich bitte nicht, wie das funktioniert. Ich habe es einfach gemacht. Leider kann man nicht alles in Worte fassen. Worte sind im spirituellen eigentlich auch nicht immer angebracht. Nehmen wir zum Beispiel das Wort Orgasmus. Wenn wir den Orgasmus mit einem so kleinen Wort beschreiben, dann machen wir ihn ganz ganz klein, obwohl dieses Gefühl, das unseren Körper durchrauscht und bis zu 30 Minuten anhalten kann, in Wirklichkeit viel gewaltiger sein kann, als das, was wir bisher erlebt haben. Einige Menschen verlieren bei einem Orgasmus regelrecht den Verstand und schreien laut und bewegen sich ganz heftig und was weiß ich, was noch alles so passiert.

Na ja, ich legte halt meine Hand auf ihre Anahata-Chakra (Herz-Chakra) um sie dort zu berühren und als Intention hatte ich im Sinn, ihr Herz zu öffnen.

Ganz zum Anfang saß ich aufrecht und sie setzte sich hinter mich. Dabei hat sie dann bereits meinen Lingam eingeölt und massiert. Zum Ende der Massage, die anderen Paare im Raum waren, was man von der Geräuschkulisse annehmen konnte bereits mehr oder weniger fertig und ich wartete vergebens auf meine so sehr gewünschte Lingam-Massage. Nun dachte ich, och schade...hast ja am Anfang schon eine bekommen. Na ja, besser als gar nichts.

Ich war damals noch sehr im Ego verhaftet ;-)

Weit gefehlt, denn irgendwann, wir waren wohl fast alleine im Raum, setzte sie sich dann zwischen meine Beine und fing ganz sanft an, mein bestes Stück zu berühren.

Jedes Mal, wenn ich kurz vor dem Point of no Return war, gab ich ihr ein Handzeichen und sie hörte auf, mich zu stimulieren. Meine Atmung habe ich gezielt vertieft und visualisiert, so dass ich meine Chakren, eines nach dem anderen mit Energie fülle, so wie wir es in dem Kurs gelernt hatten.

Als ich dann beim Sahasrara (Kronen-Chakra) angekommen bin und wieder in die Entspannung ging, kam eine gewaltige Welle durch meinen Körper. Ich hatte Tränen vor Freude und Trauer gleichzeitig in meinen Augen, auch musste ich wie verrückt lachen. Wow, ich hatte gerade einen heftigen Orgasmus...und keine Ejakulation.

Du kannst dir sicher denken, dass ich mich an dem Tag wie neu geboren gefühlt habe, und es ist mir nicht schon mit 15 passiert, sondern ich war bereits 49 Jahre alt.

Ich hatte sexuell bis zu dem Tag schon viel erlebt, aber das, was ich da gespürt habe, war der absolute Hammer. Das Leben machte auf einmal wieder extrem viel Sinn. Auf dem Heimweg schoss mir dann auch noch folgende Tatsache in den Kopf: „Ab heute werden mich die Frauen für Sex bezahlen und nicht mehr andersherum.“ Zumindest für eine Massage...

Ab diesem Tag war ich natürlich neugierig und wollte wissen, was Mann denn sonst noch so sexuell und spirituell erleben kann.

Als Nebeneffekt dieser Ausbildung konnte ich auch ganze drei Nächte nicht schlafen, weil mein ganzer Körper voll mit Energie war. Ich telefonierte mit der Ärztin, die uns in dem Lehrgang über Geschlechtskrankheiten aufgeklärt hat, und fragte sie, was ich machen soll. Sie gab mir einen Tipp, wie ich die Energie in die Erde abfließen lassen könne,

beruhigte mich aber mit den Worten, „Das ist ganz natürlich, nutze doch diese Energie und sei kreativ.“

Das tat ich dann auch und richtete eine Seite auf Google Plus ein, um der Welt mitzuteilen, dass es da etwas ganz ganz Tolles gibt, das jeder erfahren sollte.

Ejakulation und Orgasmus

Ich bin mir ziemlich sicher, dass die meisten Menschen gar nicht wissen, dass der Orgasmus des Mannes und die Ejakulation nicht das Selbe sind. Genau genommen sind dies zwei unterschiedliche Dinge, die kurz hintereinander passieren und als Eins wahrgenommen werden. Während die Frau die Ejakulation erst erlernen muss und von Haus aus multiple Orgasmen erleben kann, muss der Mann die Ejakulation erst wieder verlernen, um multiple Orgasmen erleben zu können.

Genauer betrachtet wird der Orgasmus des Mannes durch die Ejakulation abgebrochen.

Die Ejakulation dient eigentlich nur der Fortpflanzung und man kann gerne auf diese verzichten. Leider wird dem Menschen in der Pornographie vorgegaukelt, dass die Ejakulation

zum erfüllten Sex dazu gehört. Diesbezüglich gibt es extra eine spezielle Sparte mit dem Namen Cumshot. Will man aber eine erfüllte Sexualität erleben, so rate ich jedem Mann davon ab, zu ejakulieren, denn.. ...im Normalfall ejakuliert der Mann bereits nach durchschnittlich 7 Minuten, dreht sich um und schläft ein, wobei die Frau dann auf sich alleine gestellt ist, da diese kurze Zeitspanne bei Weitem nicht ausreicht um auch einen Orgasmus zu erleben und an multiple Orgasmen ist hierbei gar nicht zu denken.

Ganz im Gegenteil, bei der Frau macht sich auf diese Weise nur Frust breit. Sie empfindet gar nicht erst Spaß an ihrer Sexualität, wenn sie es sich am Ende doch selber machen muss.

In einigen Fällen bekommt eine Frau erst ab etwa 30 Minuten einen Orgasmus und dafür ist dann zusätzlich noch ein langes Vorspiel nötig. Und dabei denke ich nicht an Mikado oder Halma ;-)

Da wir Männer aber gar nicht so egoistisch sind, wie viele unbefriedigte Frauen evtl. denken mögen, können wir uns die Ejakulation auch abtrainieren, um deutlich länger unseren Mann zu stehen.

Es gibt mehrere Arten, die Ejakulation zu unterbinden.

Zum Einen kann man mit der Stimulation natürlich kurz vor dem sogenannten Point of no Return aufhören, um gar nicht erst in die Nähe der Ejakulation zu kommen. Diese Methode habe ich zum Beispiel angewandt, um meinen ersten Tal-Orgasmus zu erreichen bzw. dieser hat sich auf diese Weise ergeben. Und zum Anderen kann man gezielt seinen sogenannten PC-Muskel trainieren, um entweder das Pumpen der Prostata zu unterdrücken, in dem man den PC-Muskel kurz nach dem Erreichen des Point of no Return kontrahiert oder man geht gezielt in die Entspannung dieses Muskels,

was meiner Meinung nach der bessere Weg ist, denn auf diese Weise macht man seine Muskel durchlässiger für die dann fließende, sexuelle Energie.

Um den PC-Muskel zu trainieren, musst du diesen erst einmal lokalisieren. Am besten spürst du diesen Muskel, der sich zwischen Anus und Peniswurzel befindet, in dem du den Strahl beim Pinkeln anhältst, ohne deinen Penis zuzudrücken. Probiere das doch gleich einmal aus, wenn du das nächste Mal auf Toilette musst. Du kannst diesen Muskel auch aufspüren, in dem du mit deiner Erektion spielst und auf diese Weise deinen Penis auf- und abbewegst.

Nachdem du deinen PC-Muskel nun gefunden hast, kannst du diesen gezielt trainieren, in dem du ihn immer wieder anspannst und loslässt. Diese Übung kannst du überall machen. Am besten funktioniert sie aber, wenn du eine Erektion hast oder wie gesagt beim

Pinkeln. Versuche beim Pinkeln den Strahl immer wieder anzuhalten.

Das eigentliche Üben kannst du natürlich beim Masturbieren machen. Am Anfang stimulierst du dich immer bis kurz vor den Point of no Return und verweilst dort einen Moment, um dann wieder dort hinzugelangen. Später gehst du dann einen kleinen Deut weiter, kannst deinen Orgasmus erleben und gehst dabei in die Entspannung. Du lässt quasi alles los. Zur Not kannst du auch den Samenleiter an deinem „One Million Dollar Spot“ abdrücken, um den Samenfluss zu unterdrücken. Diesen Spot findest du kurz über deinem Anus in Richtung Lingam. Dort kannst du deine ganze Fingerkuppe rein drücken und presst damit zum Einen deine Prostata, so dass diese nicht mehr pumpt und zum Anderen drückst du deinen Samenleiter damit ab, so

dass deine kostbare Energie nicht abfließen kann.
(Hierzu mehr unter Brachmacharia)

Am Anfang wird es dir eventuell öfters passieren, dass du trotzdem ejakulierst, aber das ist ja gar nicht schlimm, ...denn das hast du wahrscheinlich schon dein ganzes Leben lang gemacht. Also keinen Stress...dieses Training dauert Monate, wenn nicht sogar Jahre.

In der Masturbation ist es, zumindest für mich, schwierig, den Orgasmus zu erleben, da man dabei quasi immer eine Intention hat und Intentionen verhindern den Orgasmus. Dies wirst du eventuell bereits bei deiner Partnerin erfahren haben. Willst du sie unbedingt, absichtlich zum Orgasmus bringen oder hat sie diese Intention, dann wird es schwer bis unmöglich, einen Orgasmus zu erleben. Hier bietet es sich an, mit der Partnerin zu üben. Das kann ganz entspannt, auf dem Rücken liegend, während einer Lingam-Massage geschehen oder eben beim

Geschlechtsverkehr, während der Mann auf dem Rücken liegt und sie ihn reitet. Die Partnerin sollte sich dabei ganz langsam bewegen und ihr solltet ein Zeichen abmachen, damit die Partnerin weiß, wann sie die Stimulation einstellen soll. Wird der Lingam weiter stimuliert oder schwingt die Frau auch nur eine Runde ihr Becken mehr, kann die bereits zu viel sein und die Ejakulation kann nicht mehr gestoppt werden.

Hierbei rede ich nicht von einem Peak-Orgasmus, welchen man natürlich jeder Zeit durch ausreichende Stimulation herbeiführen kann. Nein, ich rede hier von den tiefen Orgasmen, die teilweise bis zu 30 Minuten andauern können und sich in einer Art Wellenbewegung durch den gesamten Körper schlängeln.

Zusätzlich gibt es genau wie bei der Frau auch beim Mann diese energetischen Orgasmen, die man gezielt

auf der Ebene der Chakras auslösen bzw. erfahren kann. (mehr dazu unter Chakra-System)

Ein weiterer Grund, auf die Ejakulation generell zu verzichten, ist die Tatsache, dass Mann nach der Ejakulation, abhängig vom Alter, eine Pause benötigt. Ejakulierst du aber nicht, kann du stundenlang Sex haben. Ja genau....stundenlang, wenn nicht sogar Tage lang (mehr hierzu unter Slow-Sex).

Um diese Trennung von Orgasmus und Ejakulation etwas besser in den Griff zu bekommen, solltest du bzw. solltest ihr ganz behutsam und langsam an die Sache rangehen. Stell dir einfach vor, du würdest dich in dieses Zeitfenster, welches nur ein Bruchteil einer Sekunde ausmacht, reinzoomen und den Beginn des Orgasmus und der Ejakulation weit von einander entfernt sehen. Genau dazwischen, sollte die Stimulation beendet werden. Was mir persönlich beim Masturbieren auch geholfen hat, ist das Drücken

meines Daumens auf die Penisspitze, um die Harnröhre zu verschließen. Man kann auf diese Weise zwar nicht eine Ejakulation stoppen, wenn sie bereits begonnen hat, aber man kann diese quasi mental stoppen, bevor sie überhaupt losgeht.

Übung macht den Meister.

Samadhi

In Dänemark habe ich nicht nur das Kitesurfen gelernt, sondern habe von dort aus auch Sexological Bodywork studiert und mir dann eine kleine Praxis mit einer Massagebank und einem Tantra-Tempel eingerichtet.

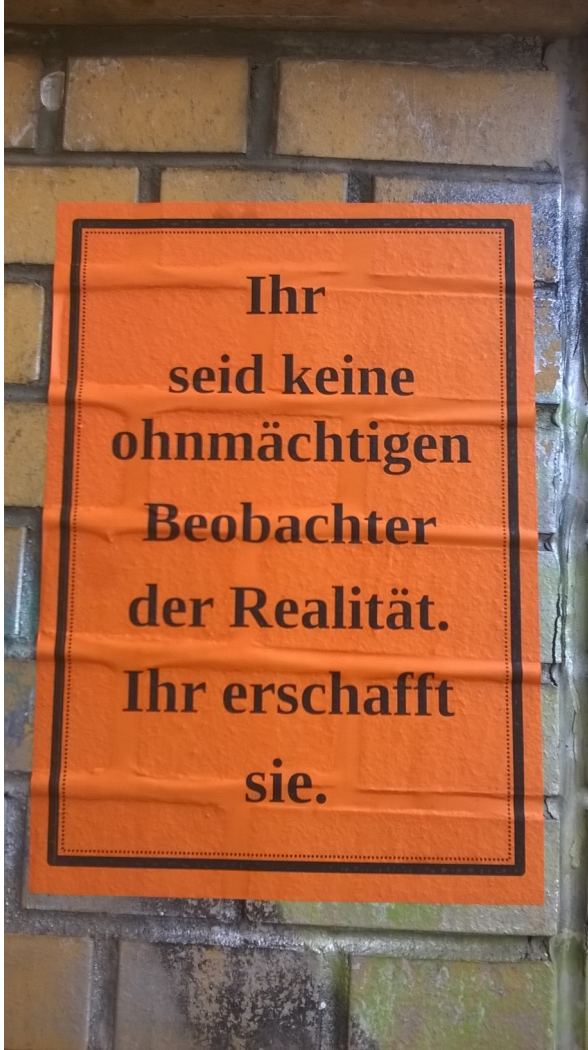
Die Ausbildung konnte ich in Dänemark wohnend leider nicht beenden, weil dort kaum Leute zu einer Sitzung zu mir rauskamen. Ich habe halt am Arsch der Welt, an der nördlichen Westküste, gewohnt.

Durch meine Sexological-Bodywork-Sessions habe ich natürlich selbst viel von der Kundalini-Energie abbekommen, die da durch die Körper meiner Klienten fließt und irgendwann habe ich mich im Samadhi-Zustand wiedergefunden. Ich weiß allerdings bis heute nicht, ob dies nur eine Vision, ein Traum oder wirklich ein Samadhi war. Ich spürte nur wie sich mein

kompletter Körper in seine Atome auflöste und ich nur noch Liebe war.

NUR NOCH LIEBE

Komischerweise hat mir dieser Zustand Angst gemacht und ich wollte wieder zurück. Ich hatte noch eine Aufgabe zu erfüllen in dieser Welt. Wie gesagt, ich weiß nicht ob es echt war, aber ich bin im Lotus sitzend wach geworden, was einen Traum mehr oder weniger ausschließt. Aber auch wenn es ein Traum war: was ist der Unterschied zwischen einem Traum und der Realität?



Brachmacharia

Bei Brachmacharia handelt es sich um eine Praxis der Yogis mit den Wurzeln in Rumänien. Die Yogis sind der Meinung, dass sie ihre Energie bei sich behalten wollen, um sie für spirituelle Transformation zu nutzen. Aus diesem Grunde verzichten Yogis auf den Geschlechtsverkehr oder ejakulieren zumindest nicht (so oft). Ich persönlich habe die Erfahrung machen dürfen. Zu dieser Zeit war ich für ein paar Wochen obdachlos und hatte keine Möglichkeit zu duschen und habe deshalb auf das Ejakulieren verzichtet. Das Ergebnis davon war, dass ich in eine höhere Energie kam und somit beim anderen Geschlecht eine höhere Anziehung hatte. Ich meine, es liegt ja auf der Hand, ob jemand ständig am Wachsen ist oder er weiß, dass die Dinge, die er in sein Leben zieht passieren, weil er in seiner vollen Energie ist und dies nicht nötig

hat. Da ändert sich die innere Haltung und diese strahlt man nach außen, um dies hier mal auf dem normalen Niveau zu erklären. Auch das Ejakulieren ist eine Art der Inkontinenz.

Du musst dir einfach mal vorstellen, dass du bei jedem Samenerguss genug Enzyme, Vitamine und sonstige Stoffe an die Frau bzw. an die Eizelle übergibst, um einen Menschen zu zeugen. Und da wir Millionen von Spermien erzeugen, geht da ganz schön Energie verloren, denn normalerweise wollen wir ja nicht unbedingt ein Baby machen, wenn wir Sex haben. Also benötigen wir den Samen auch nicht unbedingt.

Auch wird die Erektion weit aus stärker, als wenn man nicht alle Nase lang abspritzt. Du musst dir das so vorstellen, dass du mehrere Tage lang in hoher Erregung bist und da du nicht ejakulierst auch in dieser Erregung bleibst. Das bedeutet auch, dass du eine höhere Anziehung auf Frauen hast. Das Selbe gilt

natürlich auch für die Frau, die Brachmacharia praktiziert. Da auch sie keinen Peak-Orgasmus haben wird, bleibt sie auch die ganze Zeit auf diesem hohen Plateau und ist für dich natürlich sehr attraktiv, denn was ist schöner, eine gelangweilte Frau oder eine heiße Amazone, die nur darauf giert, endlich deinen Schwanz in sich zu spüren.

Ein anderer Aspekt ist folgender. Genetisch bedingt, möchte der Mann seine Art erhalten und ist ständig daran interessiert, seine Gene an so viel wie möglich unterschiedliche Frauen zu verteilen. Man sagt, dass ein Mann durchschnittlich 6-7 mal mit der selben Frau Sex hat und das dann die Wahrscheinlichkeit hoch ist, sie geschwängert zu haben. Da geht man natürlich von 6-7 mal auf den Monat verteilt aus und nicht 6-7 mal in einer Nacht :-)

Ist der Mann nun aber gewiss, die Frau geschwängert zu haben, hält er auch schon nach der nächsten

Ausschau. Dies gilt natürlich auch nicht für jeden Mann, sondern bezieht sich eher auf die sogenannten Alphas unter den Männern. Es gibt natürlich auch etwas zurückhaltendere Männer, die froh sind, überhaupt eine Frau abbekommen zu haben oder solche, die einfach fair sind und bei ihrer „großen Liebe“ bleiben.

Umgang mit dem weiblichen Geschlecht

Damit wir eine gute, ausgewogene Sexualität genießen können, ist es unabdinglich eine feste Partnerin zu haben, mit der wir in die Tiefe gehen können. Ständig wechselnde Partnerinnen erweitern zwar auch unsere Erfahrungen, aber eher nur horizontal, statt vertikal.

Es ist allerdings rein gar nichts dagegen einzuwenden, wenn man mehrere feste Partnerinnen hat. Diese sollten sich aber zumindest untereinander kennen und natürlich voneinander wissen. Heimlichkeiten sind hier eher hinderlich und tragen diesen Tatbestand des Betrügens in sich.

Auch sollte man sich nach Absprache mit den Partnerinnen hin und wieder mal ein Abenteuer gönnen, der Fairness halber jedoch auf

ungeschützten Sex verzichten, denn man möchte ja nicht dafür verantwortlich sein, dass auf einen Schlag gleich alle in seinem Polyversum infiziert werden.

Damit die jeweilige Partnerin sich bei dir wohlfühlt, solltest du sehr achtsam mit ihr umgehen, ihre Wünsche respektieren und möglichst ihre Grenzen nicht überschreiten.

Aus eigener Erfahrung kann es z.B. sehr schmerzhaft und damit unnötig sein, wenn du deiner Partnerin nicht gleich erzählst, dass du nebenbei noch Sex mit einer anderen hattest und deine Partnerin dies wohl möglich von jemand anderen erfahren muss.

Auch solltest du deine Partnerin eher wie eine Göttin als wie ein Sexobjekt behandeln. Es gibt natürlich auch Frauen, die es geil finden, einfach mal genommen und als Objekt benutzt zu werden, aber dies sollte immer im Einvernehmen erfolgen. Auch darfst du deine Partnerin hart rannehmen, wenn sie es denn ganz konkret so

kommuniziert.

Kommunikation ist eines der wichtigsten Dinge beim Sex und generell in einer Beziehung. Die Laune und damit auch die Vorlieben der Frau kann von Sekunde zu Sekunde schlagartig wechseln. Auch ändern sich mit dem Erregungsgrad der Frau ihre Empfindlichkeit und die Gefühle.

Konkret heißt das z.B., dass du ihren Tempeleingang (Yoni) nicht einfach so berühren solltest, bevor sie nicht in hoher Erregung ist. Da könntest du evtl. eher zuerst die Brustwarzen der Frau in deinen Fokus nehmen. Aber auch hier ist oberste Vorsicht geboten. Gehst du gleich von Anfang an auf die Nippel los, kann das zum vorzeitigen Aus des Liebesspieles führen, weil sie sich evtl. angegrabscht fühlt. Es gibt natürlich auch Situationen und spezielle Frauen, die wollen sofort an der Möse gepackt werden. Aber diese Vorliebe wird sie dir bei Gelegenheit mitteilen.

Machst du so etwas von dir aus, bekommst du schnell mal eine geknallt.

Habe immer zuerst ihr größtes Sinnesorgan, die Haut im Auge. Über 7.000 Nervenzellen der Frau sind mit ihrer Klitoris verbunden und das Liebkosen und streicheln der Haut kann sie in Erregung versetzen. Aber auch hier ist Vorsicht geboten. Es könnte ja sein, dass die Frau gerade an dieser oder jenen Stelle eine Traumatisierung gespeichert hat und dort mal gar nicht berührt werden will. Auch schützen Frauen instinktiv ihren „heiligen Hain“. Ein Bereich ihres Körpers, welche direkten Zugang zu ihrer Seele, ihrem Herzen oder ihrer Yoni gewährt. Findest du diesen heiligen Hain, weißt du, wie du sie sofort in Wallung bringen kannst. Aber vorsichtig...dieser Weg funktioniert nicht immer und ihr Ego wird es früher oder später bemerken, dass du einfach immer den direkten Weg nimmst, nur um sie vögeln zu können. Benutze deine Shakti bitte nicht einfach nur zum Ficken. Das ist nicht

nur unachtsam, sondern kann deine Liebste im schlimmsten Fall auch traumatisieren, denn wenn sie raus bekommt, dass sie benutzt wird, dann brichst du ihr Herz.

Auch das Küssen ist sehr wichtig, bevor du die Frau berührst. Ein sanfter Kuss in den Nacken kann unter Umständen ein kleines Feuerwerk in der Frau hervorrufen und sie für mehr öffnen.

Aber du musst jedes Mal aufs neue herausfinden, was deine Partnerin gerade möchte und dafür ist die Kommunikation nötig. Sei es, dass ihr vorher über eure gemeinsamen Absichten spricht oder sie dir eindeutige Hinweise gibt, was sie in diesem Moment möchte. Das muss nicht immer verbal sein, sondern kann sich auch durch ein Seufzen oder ein sanftes Stöhnen äußern.

Ich bin mir ganz sicher, dass du es herausfinden wirst, was sie gerade benötigt. Auch hier gilt: üben, üben, üben...

Du solltest versuchen, deine Bedürfnisse gleich zum Anfang eurer Zusammenkunft mitzuteilen, dich dann aber zurückhalten und nichts einfordern. Ist die richtige Zeit gekommen, wird sie dir entsprechend entgegen kommen. Wisse aber, dass ein Frau viel achtsamer behandelt werden möchte, als du es von dir selbst kennst. Während du gerne von Anfang an einen geblasen haben möchtest oder du es gut findest, dass sie dein bestes Stück in die Hand nimmt und kräftig damit spielt, so solltest du die diese plumpen Aktionen an ihrem Körper tunlichst vermeiden. Nein selbst wenn sie danach schreit, endlich genommen zu werden, solltest du dich in Zurückhaltung üben und sie noch ein wenig zappeln lassen. Ein perfektes Timing entscheidet, ob du sie zufrieden stellen kannst oder ob sie so richtig abgeht.

Liebe

Bevor ich mit 30 Jahren meine zukünftige Frau kennengelernt habe, mit der ich 20 tolle Jahre verbracht habe, hatte ich viel Gelegenheit, Mädchen und Frauen kennenzulernen und sie zu lieben. Ja, ich habe jede einzelne von ihnen geliebt, auch die vielen Prostituierten, denn auch sie sind Menschen. Sie spielen halt nur eine andere Rolle. Eine wichtige Rolle wie ich finde.

Aus therapeutischen Gründen habe ich vor kurzem mal versucht, mich an all diese tollen Mädchen und Frauen zu erinnern und sie aufzulisten und mir im klaren darüber zu sein, dass ich eventuell viele kleine Herzchen gebrochen haben könnte.

Ja, ich hatte damals tatsächlich Mitleid mit ihnen, weil ich immer wieder Schluss machen musste, um die nächste Frau kennenlernen zu können um noch

mehr schöne Erfahrung machen zu können. Eine Freundin meinte gerade zu mir, das dies mein Schütze ist (Sternzeichen Schütze folgt gleich dem Skorpion und von dem habe ich viel abbekommen). Der Schütze ist neugierig und möchte immer wieder neue Dinge kennenlernen, erobern und erforschen.

Der Schütze...oder auch Jäger, könnte natürlich mit dem Schürzenjäger verwechselt werden, aber dieser ist eher nur an ONS interessiert. Ich war tatsächlich an jeder einzelnen Frau interessiert und habe sie geliebt. Ihr müsst wissen, das der Skorpion seine Liebe mit seinem Lingam gibt, denn der Skorpion ist das Sternzeichen, welches die Sexualität verkörpert. Das mag für einige von euch sehr klischeehaft klingen, ich meine es aber so. Da gibt es ein Bild von den Sternzeichen wo der Löwe z.B. ein sehr großes Herz hat und dies auch am richtigen Fleck liegt. Beim Skorpion ist es auch groß, liegt aber eher im Beckenbereich und genau so habe ich die Liebe auch

gespürt und gegeben. Meine letzte, sehr intensive Beziehung war zu einer Löwe-Frau, die mir meine Sexualität austreiben und mir die Liebe näher bringen wollte. Netter Versuch übrigens, einem Skorpion-Mann den Sex austreiben zu wollen ;-)

„Die Liebe ist sexuell übertragbar,,
- Marcal Aquino

Wenn du auch dieses Verlangen hast, möglichst viele Frauen beglücken zu wollen, dann lass dich bitte nicht als Hurenbock abstempeln, sondern sehe dich eher als Liebesbote. Du bringst Liebe in die Welt und drückst dies eben durch deine Sexualität aus. Viele Frauen wollen das. Sie wollen den Sex genau so wie du. Wir müssen nur aufpassen, dass wir nicht an so eine monogame Frau geraten, die uns gleich in Besitz nehmen möchte, wenn wir eigentlich nur etwas kuscheln und natürlich auch Sex haben wollen.

Auch die Ehe ist Prostitution. Hier bietet die Frau regelmäßigen Sex gegen finanzielle Sicherheit und verpackt das ganze in eine monogame Beziehung. Ja, ich weiß du fühlst dich bestimmt wie viele andere gerade angegriffen. Macht aber gar nichts. Das ist nur meine ganz persönliche Wahrnehmung. Aber wenn du dich daran reiben möchtest, bitte. Reibung erzeugt Wärme und Wärme kann u.a. unser Herz erwärmen. Mit Liebe hat das aber nicht viel zu tun.

Vielen Menschen wird vorgegaukelt, das man nur einen einzigen Menschen lieben kann, ihn heiratet und ein Leben lang lieb hat. Nun, sobald du an deine Eltern, Geschwister, Verwandten und deine Kinder denkst, wirst du wissen, dass du mehrere Menschen gleichzeitig lieben kannst. Mit dem Ehepartner gehst du aber eventuell einen Vertrag ein. Treu zu bleiben, bis das der Tod euch scheidet. Tja, warum gibt es wohl so viele Scheidungen?

Selbst wenn ich der Meinung war, all diese tollen Frauen geliebt zu haben, so stachen einige von ihnen aus der Masse hervor. Da war zum Beispiel die tolle Krankenschwester mit dem Lockenkopf und den lockeren Kleidern, die ihren makellosen Körper verdeckt hatten. Ich habe mich in sie verliebt und nicht in ihren Körper, denn wie gesagt, den hatte sie hinter viel Klamotten versteckt. Als uns ein Wirt in Pinneberg einen Liebes-Cocktail gemixt hat, ist bei uns beiden die Post abgegangen, denn danach haben wir uns das erste Mal geküsst. Und einige Tage später dufte ich sie aus eben diesen Klamotten pellen und habe ihren makellosen Körper das erste Mal sehen können und wir hatten höllegeilen Sex bei meinem Kumpel in der Wohnung.

Leider war sie wegen sehr sehr starken Kopfschmerzen, die auf sexuellen Missbrauch hinwiesen, Heroin abhängig und ich hatte damals

nicht die Kraft, sie zu unterstützen. Ja, ich half ihr, einen kalten Entzug bei mir in der Wohnung zu machen. Ich sage euch, versucht so etwas niemals. Das ist scheiß gefährlich. Und gebracht hat es rein gar nichts, denn die Ursache war nicht aus der Welt und sie fing kurze Zeit später wieder mit dem Fixen an. Hierfür gibt es geschultes Personal und Langzeit-Therapien. Wie auch immer, die Liebe war zwar groß, hat aber nicht ausgereicht, um sie weiterhin zu unterstützen.

Bei meiner Frau war das etwas anders. Ich bin damals bei meiner Schwester auf ihrer Party rausgeworfen wurden, weil ich an Frauen rumgebaggert hatte, obwohl ihre Typen daneben saßen ;)

Danach holte ich mir Cola auf der Tankstelle, weil ich meinen Rest Whisky noch aussaufen wollte.

Da der Nachtschalter geruchsdicht war, hat meine zukünftige Frau nicht gemerkt, das ich blau war und

eine Fahne hatte. Sie dachte, mir geht es nicht gut und der so genannte Samariter-Effekt hat uns schließlich zusammengebracht. Sie war auch Krankenschwester.

Ja, damals dachte ich, das ist jetzt die große Liebe und tatsächlich hat diese Liebe einen Sohn hervorgebracht. Ich weiß noch wie sie sagte: „Ich kann nicht schwanger werden, hat mein Arzt gesagt.“

Wir haben keine Gummis benutzt, weil das wäre auch viel zu teuer geworden, weil wir haben 7 Jahre lang mehrmals täglich gevögelt. Aber irgendwie wollte ich diese Frau an mich binden und manifestierte ein Baby. Normal ist das ja andersherum. Da wollen die Frauen Babies, um den Mann zu binden ;-)

Ja richtig...ich habe unseren Sohn manifestiert. Das habe ich später als das Gesetz der Resonanz

kennengelernt. Erst ist es ein Gedanke, dann spricht man drüber und anschließend folgt die Aktion. Und in diesem Fall wurde sie tatsächlich schwanger, obwohl dies nach ärztlicher Meinung unmöglich gewesen ist.

„Nichts ist unmöglich.“
- Toyota

Tja, die ersten sieben Jahre waren toll. Wir hatten viel Sex und waren glücklich miteinander. Später, als der Sex dann nachließ, weil uns finanzielle Problem abgelenkt hatten, musste ich feststellen, das wir nicht viel gemeinsam hatten. Da war nur unser Hochzeitstag und unser gemeinsame Sohn. Das ist ein bisschen wenig für eine Ehe. Und Sex war irgendwie kein Thema mehr.

Die wahre Liebe habe ich viel später in einem Tantramassage-Seminar kennengelernt. Dort wurde mir nämlich mein Herz geöffnet. Um genau zu sein, habe

ich mein Herz geöffnet und die lieben Leute in dem Seminar haben mich dabei unterstützt.

Damals habe ich diese Liebe auf eine der Mädels projiziert, die mir diese tolle Abschluss-Massage gegeben hat. Wir waren danach rein platonisch zusammen und es hat sich paradiesisch angefühlt.

Einige Jahre später habe ich dann in Berlin aber die Liebe meines Lebens kennengelernt. So glaubte ich zumindest. Sie war eine graue Maus. Eine Frau, die durch Männer bereits viel gelitten hatte. Männer die nicht wussten, wie man eine Frau behandelt. Oh scheiße...in diesem Moment fühle ich wieder ihren Schmerz, den sie gefühlt haben muss, als dieser dumme Junge sie quasi gegen ihren Willen...

Keine Details an dieser Stelle.

Sie war es auch, die mich ermutigt hat, dieses Buch zu schreiben, damit nicht noch mehr Mädchen so

schlecht behandelt werden, nur weil die Männer nicht wissen, wie man ES macht.

Diese Frau ist eine Löwin...so viel Detail sei erlaubt...sie hatte das Herz am rechten Fleck. Sie war in der Lage mir Liebe zu geben, ohne mit mir Sex zu haben. Sie erfand extra für mich den Begriff Sexpause. Ich habe es gegogelt. Dieses Wort gibt es nicht. Das hat sie sich einfallen lassen, um mir zu zeigen, dass es auch ohne Sex geht.

Ja klar, das wusste ich natürlich...aber man muss es der Frau ja nicht unter die Nase reiben, dass es auch ohne Sex geht. Sie war so schön und hatte so einen tollen Körper und wir waren fast 24 Stunden pro Tag zusammen, denn sie hatte extra wegen mir, ihren Job an den Nagel gehängt, ich hatte zu der Zeit auch nicht gearbeitet und da wollte ich natürlich ständig mit ihr Liebe machen. Das ging sogar so weit, dass ich außerhalb unser Beziehung noch sexuelle Kontakte

hatte, weil sie mich einfach so geil gemacht hat, aber halt nicht so oft Sex wollte. Wir hatten abgemacht, 3 mal die Woche zu vögeln. Was für eine Abmachung. Entweder macht man dann Liebe, wenn man Gelegenheit hat oder irgendwas stimmt nicht. Na ja, ein Skorpion denkt über Sex halt anders als eine Löwin.

Aber weißt du was? Da sie mir diese Seitensprünge erlaubt hat oder sagen wir mal, dass sie versucht hat, damit umzugehen, empfand ich es als bedingungslose Liebe, wie ich sie nicht mal von meinen Eltern her kenne.

Ich wollte an einem Tantra-Seminar teilnehmen und wir beide hatten vorher eine gemeinsame Session bei dem Lehrer dieses Seminars. Wir sprachen auch über meine Teilnahme an dem Seminar und das es für sie schwer werden würde, egal, ob sie am Seminar teilnimmt oder draußen wartet. Der Lehrer erzählte

uns von seinem Lehrer, jemand, der u.a. die Tantramassage vor 40 Jahren nach Europa gebracht hat und das dieser bereit war, sich vor versammelter Mannschaft von seiner Geliebten ohrfeigen zu lassen. Da sagte ich, „Was der kann, kann ich schon lange.“ Nein, ich war dem Guru, sagen wir mal, gegenüber nicht respektlos, ich habe mich nur auf Augenhöhe begeben.

Diese Gelegenheit griff meine Partnerin als Chance und hat mir so richtig eine geknallt. Ich spürte die Wut vieler verletzter Frauen in diesem Schlag ins Gesicht. Aber ich war bereit, dies zu erdulden. Irgendwie hatte ich es verdient.

Das Seminar ging über 9 Tage und wir hatten keinen Kontakt zur Außenwelt. Als ich aus dem Seminar kam, sendet ich meiner Partnerin eine SMS mit den Worten. „Hi Süsse, um es kurz zu machen. Wir hatten hier eine Orgie und ich habe mit mehreren Frauen gevögelt.“

Als ich bei meiner Partnerin ankam, brachte sie mir bereits all mein Zeugs entgegen und machte Schluss. So kann das kommen. Erst sagte sie, es ist ok für mich, wenn du da drinnen Sex hast und wenn man es dann macht, bekommt man die Quittung.

Wir sind die Nacht noch lange spazieren gegangen und ich erzählte ihr alle Einzelheiten des Seminars.

Mitten in der Nacht klopfte es dann an mein Wohnmobil und sie stand vor der Tür. Die Liebe war stärker <3

Was für krasse Prüfungen...

Sie sagte, das sie es toll fand, dass ich während der gesamten Orgie keine Erektion hatte und deshalb mit keiner der anwesenden Frauen gevögelt habe. Tja, was soll ich sagen, ich fand das zu dem Zeitpunkt nicht so toll, keinen hoch zu bekommen, wo ich doch die Chance hatte, gleich mal 9 Weibchen zu

besteigen. Aber ich wusste mir als Sexological Bodyworker zu helfen, denn ich hatte zwar keine Erektion aber eine sehr eifrige Zunge und zehn tolle Finger.

Vor und nach dieser Orgie hatte ich natürlich Sex...aber so, dass keiner zuschaute. Na ja, im Schlafräum war es dunkel und man konnte uns nur hören.

Nun...da meine Partnerin wieder zurück gekommen war, sagte ich ihr, „Komm wir fahren jetzt mit dem Fahrrad zu dem Seminar und du kannst die beiden Frauen, mit denen ich Sex hatte, kennenlernen.“ Du glaubst gar nicht wie toll meine Partnerin diese Idee fand und mir hat es das Herz komplett geöffnet als ich ihr die beiden Frauen vorgestellt hatte. Zugegebenermaßen passten beide nicht in mein Beuteschema und kamen auch nicht aus Berlin, so dass meine Partnerin keine Gefahr sah, mich an eine der beiden zu verlieren. Ich habe da gelegen...mit weit

offenen Herz...und wurde mir diesem wundervollen Geschenk bewusst. Meine Partnerin hat endlich mein polyamorösen Neigungen akzeptiert, obwohl sie selber streng monogam lebte und sich nicht vorstellen konnte, mit noch einem anderen Mann außer mir, Sex zu haben.

Paradiesisch...an diesem Tag war ich voll mit Liebe und hätte am liebsten jeden Menschen auf dieser Welt umarmt und die Weibchen natürlich am liebsten alle gevögelt. Ich erwähnte ja bereits, dass meine Art Liebe zu schenken, über meinen Lingam geht.

Die Beziehung zu dieser Frau war so lehrreich. Aber leider...

...oder zum Glück war diese Frau noch nicht ganz mit ihren Themen durch und sie kam immer wieder an ihre Grenzen und die Eifersucht quälte sie.

Als wir noch frisch zusammen waren hatte ich ihr von meinen Neigungen und meiner Polyamory erzählt und sie vorgewarnt. Sie glaubte aber, dass schon nichts passieren wird, solange wir noch frisch verliebt sind. Auf einem Tantra-Seminar auf das ich sie und eine andere Geliebte eingeladen hatte, kam dann aber raus, das sie eine monogame Beziehung mit mir führte und ich eine offene.

Ich war mit dieser süßen indischen Schönheit zusammen mit einem anderen Mann in einer Gruppe und meine Partnerin mit zwei anderen Männern. Es ging in dieser Session darum, sich in der Gruppe auf einen gemeinsamen Nenner zu bringen und auszuloten, wie weit man in dieser Session sexuell gehen möchte. Wir, das heißt meine Partnerin und ich, verabredeten, das wir sofort STOP sagen, wenn es uns zu viel wird. Da wir in unsere Gruppe keine Grenzen gefunden hatten, sie, die indische Schönheit, war eine Kali und war zu allem bereit. Während sich die Gruppe, in der

meine Partnerin war, sich auf eine Tantramassage geeinigt hatten. Diese Session wurde von der Leitung des Seminars speziell für meine Partnerin ausgedacht, da sie in der Session davor mit einem Kuss bereits aus der Spur gebracht wurde und es nun um Fingerspitzengefühl ging, um ihre kleine Seele nicht zu zerbrechen.

Erinnere dich...sie war eine graue Maus, als ich sie kennenlernte...sie kleidete sich eher wie ein Mann mit Hosen und in dunklen Farben nur um den Männern nicht aufzufallen.

Wir hatten sehr viel Spaß in unser kleinen Gruppe, was meine Partnerin mächtig getriggert haben musste. Sie warf mir Hilfe schreiende Blicke rüber, vergass aber unser Safeword STOP zu benutzen.

Nachdem wir die Kundalini der indischen Schönheit geweckt hatten und neben ihr vor lauter Energie

regelrecht am Zucken waren, entschloss sich meine Partnerin, mich aus dieser Session herauszuziehen.

Da ist wohl jemand mit der Feuerwalze über alle möglichen Grenzen bei meiner Partnerin drübergefahren.

Na ja, nach dem wir festgestellt hatten, das es ihr viel zu sehr weh tat, habe ich mich dummerweise für die Monogamie entschieden. Diese Inkonsequenz sollte ich später noch bereuen. Das hat sich nämlich auf unsere Sexualität ausgewirkt. Ich war nicht mehr ich selber. Habe mich von meiner männlichen Energie abgeschnitten und sie war dann auch gar nicht mehr so scharf auf mich. Ich glaube dies wurde erst wieder gelöst, nach dem ich dann wieder mal Sex mit einer anderen hatte und meine Partnerin damit getriggert habe.

Ein Schlüsselerlebnis hatte ich, bevor sich meine Partnerin in mich verliebt hatte, oder besser gesagt, bevor wir ein paar wurden.

Ein paar Jahre zuvor hab ich eine Dänin kennengelernt, die in einer von mir moderierten Dating-Gruppe einen Massage- und Sexpartner gesucht hat. Da ich damals aus Dänemark weggezogen bin, hatte ich nicht mehr viel Kontakt zu dieser Frau. An meinem Geburtstag lud sie mich allerdings zu sich ein und wollte sich sogar an meinen Flugkosten beteiligen. Also hob ich ab und flog zu ihr. Dadurch, das meine Partnerin, sie sollte es in den nächsten Tagen werden, mir das Herz öffnete, ihr war zumindest total in sie verknallt, konnte ich nun mit dieser Freundin aus Dänemark mal wieder so richtig tollen Sex haben. Ich glaube, das war das erste Mal, dass ich sie beim Liebe machen geküsst hatte. Und durch dieses Küssen ist

dann zusätzlich noch Energie geflossen und wir beide hatten so einen richtig tiefen Orgasmus zusammen. Das war so heftig, dass wir am nächsten Morgen in einem schneebedecktem Dänemark aufwachten.

Ja, mittlerweile ziehe ich Wetterereignisse auf Dinge zurück, die mir oder durch mich passieren. Dazu später mehr.

Wie dem auch sei...ich flog wieder zurück nach Berlin und erzählte meiner neuen Flamme, von diesem wundervollen Ereignis, während wir im Baumarkt stöberten. Unsere ersten Dates waren sehr speziell. „Hast du Lust, mit mir in den Baumarkt zu kommen?“, waren ihre Worte. Wie romantisch. Aber sie hatte es echt drauf, immer wieder neue Orte zu finden, an denen wir uns treffen konnten.

Ich erzählte ihr also, dass sie mir mein Herz öffnete und ich mit meiner Ex mal wieder so richtig geil Sex hatte. Das hat sie so dermaßen getriggert, das sie mir

bereits einen oder zwei Tage später ein Geschenk machte, um mich zu erobern. Sie bastelte mit eine Art Adventskalender, eine Schnur zum aufhängen, an der kleine Säcke mit Geschenken und Gutschein-Schnipsel hingen. Die Gutschein-Schnipsel ergaben dann zusammengepuzzelt eine Einladung zum Essen. An dem Tag küssten wir uns zum allerersten Mal. Das war bei ihr im Treppenhaus. Das Küssen hatten wir beide echt gut drauf. Sie wurde dabei so feucht, dass sie mir zwischen die Beine langte, um zu sehen, ob mich das auch erregte. Echt frech die Kleine, dachte ich mir so. Geil. Die will ich. Ich war machtlos...na ja...ich liebte sie ja bereits vorher.

Dieser Kalender hatte keine 24 Türen oder Säcke, sondern nur 11. Da war mir klar, das wir in 11 Tagen das erste Mal miteinander schlafen werden. Frage mich nicht, wie ich das voraussehen konnte. Wir machten zusammen Tantra-Yoga und uns wurde

speziell in diesem Zusammenhang das Gesetz der Resonanz erklärt. Das habe ich einfach mal angewendet. Quasi eine selbst erfüllende Prophezeiung. Ja, ich meine mich daran zu erinnern, das wir an dem Tag, also 11 Tage später, wirklich das erste Mal Sex miteinander hatten.

Was aber noch viel krasser war, ist die Tatsache, das ich damals glaubte, sie wäre eine Seelenverwandte.

Lass es mich kurz erklären.

Ich habe zwei Jahre zuvor, nach einem Burnout und einem Nahtoterlebnis mein Leben komplett geändert, habe meinen gut bezahlten Job in einer Bank in Zürich hingeschmissen, habe meine Familie verlassen und bin nach Dänemark umgezogen. Meine Frau war eifersüchtig auf die junge Tantramasseurin, weshalb ich Abstand von beiden suchte. Mein Stiefsohn hat mit 28 immer noch bei uns gewohnt und schon seit einigen Monaten keine Miete mehr gezahlt und unser kleinster

hat mit 21 erst eine Ausbildung angefangen, nachdem er die Handelsschule nicht geschafft hatte, weil er, genau wie ich, auch lieber gevögelt hat, anstatt für die Schule zu lernen. Er hat natürlich auch keine Miete gezahlt, ach ja...meine Frau fand es auch angenehmer, mit ihrem Arsch Zuhause zu bleiben, anstatt arbeiten zu gehen.

Es reichte mir und ich lief weg, bzw. zog wie gesagt nach Dänemark. „Jetzt fange ich an zu Leben“, sagte ich mir.

In Dänemark hatte mir ein guter Freund, ein Haus angemietet, wo ich dann eine Zeit lang wohnte, Wellenreiten lernte...ich hatte es ganze 50 Meter zum Strand und konnte die Brandung hören, wenn die Wellen hoch genug waren. Na ja, ich konnte nicht wirklich gut Surfen, aber ein paar Wellen habe ich genommen, wenn auch nur auf Knien.

Dafür habe ich aber das Kitesurfen gelernt. Und das hat mein Leben nachhaltig verändert. Ich fühlte mich eher wie ein 20 jähriger als ein 50er.

Wie dem auch sei, die Schweizer, von denen ich zu dieser Zeit Arbeitslosengeld bekommen hatte, wollten mich in eine Maßnahme zur Eingliederung in der Arbeitsmarkt stecken. Als ich ihnen jedoch sagte, das mir der Anfahrtsweg aus Dänemark zu lang wäre, stellten sie rückwirkend die Zahlungen ein und ich war gezwungen, mein Haus zu kündigen. Eigentlich hatte ich mir ausgerechnet, wenn ich mein Mercedes-Cabrio und mein BMW-Motorrad verkaufen und noch ein Jahr lang mein Arbeitslosengeld sparen würde, dass ich dann die letzten Jahre bis zur Rente in Thailand leben könnte, ohne einen Cent dazuverdienen zu müssen.

Aber weit gefehlt...der Mercedes brannte mir ab, die BMW musste ich nun für 1,- € bei Ebay reinstellen und das ALG konnte ich nun auch nicht sparen. Es kam

noch schlimmer, ich fand auf die Schnelle keine Wohnung und musste mich mit dem Gedanken abfinden, obdachlos zu werden.

Ich gab meinen ganzen Krempel an meine Nachbarn in Dänemark und nahm nur die wichtigsten Sachen mit nach Flensburg, wo ich ein Lagerraum angemietet hatte.

Wohnen tat ich die erste Zeit in meinem kleinen Toyota Scarlet am Bahnhof in Flensburg. Dort hatte ich eine Toilette und ein Waschbecken zum Zähneputzen.

Ich spielte mit dem Gedanken, nach Indien zu reisen und dort in einem Ashram Yoga zu lernen.

Als ich dann meinen restlichen Kram auf Ebay verkaufen wollte, um das Geld fürs Flugticket und für den Ashram zusammen zu bekommen, lernte ich den netten türkischen Mann aus dem Ebay-Shop

kennen, welcher mich ein paar Wochen in seinem Lager hat schlafen lassen.

Ich konnte dort meine Sachen sortieren und meine Reise planen. Meine dänische Freundin, erzählte mir von einer Vision, die sie hatte. Sie sah mich im Ashram und erzählte mir, dass ich dort meine nächste Seelenverwandte kennen lernen würde.

Wow...sie war in der Lage mich loszulassen und gönnte mir zusätzlich noch diese eine tolle Seele.

Was für eine Herzensgröße. Das ist wahre Liebe.

Aber weiter...ich fuhr nach Hamburg und wollte mir ein Visum besorgen, hatte aber das falsche Formular ausgefüllt. Kennt ihr das, wenn nicht alles perfekt und reibungslos funktioniert, dass ihr dann nicht auf dem richtigen Weg seid?

Mir ging es so. Auch hatte ich Angst, Angst zu bekommen, wenn ich so lange fliegen würde.

Am Ende hat meine Angst mich auf den richtigen Pfad geleitet. Statt nun nach Indien zu fliegen, verkaufte ich mein E-Drum-Kit und kaufte mir davon ein gebrauchtes Wohnmobil.

Mein Wohnmobil heißt übrigens Max und wurde von, ich weiß nicht wem, in „Max Berlin“ umgetauft.



Ich hatte also wieder ein Zuhause. Achja, ich hatte auch schon eine Wohnung in Schleswig, aber irgendwie haperte es an meiner Schufa-Auskunft, denn ich hatte 13 Jahre zuvor meine Software-Firma gegen die Wand gefahren oder besser gesagt, ich war privat pleite, weil ich nach dem Börsencrash 2000 nicht für einen Hungerlohn arbeiten wollte, nachdem die Stundensätze für Informatiker auf fast die Hälfte gesunken waren. Und in der Schufa stand dann halt noch, dass ich beim Finanzamt die Finger gehoben hatte.

Das mit der Wohnung sollte also nicht sein...
...deshalb sah ich mich auch Richtung Berlin fahren um den Gründer vom Sexological Bodywork dort kennenzulernen, nachdem ich von einem Bodywork-Kollegen dorthin eingeladen wurde. An diesem Abend in Berlin habe ich mich dann zuerst mal in so ein junges Ding verliebt. Auch eine Tantramasseurin wie ich. Sie zeigte mir einen Platz in Wedding, wo ich kostenlos mit meinem Wohnmobil parken konnte. Vor

einer Schule...wo Abends die Parkplätze immer frei waren. Dort wohne ich nun schon zwei Jahre, wenn ich nicht grad in Dänemark zum Kitesurfen bin.

An dem Abend hatte ich mich mit meinem SexBod-Ausbilder geeinigt, meine Ausbildung abzuschließen. Ich musste lediglich nur ein paar (50) SexBod-Sessions geben um mein Zertifikat zu bekommen. Na ja, ich kannte nur eine Hand voll Menschen in Berlin, die zudem auch noch ihr eigenes Leben lebten und bekam nicht so viele Sessions zusammen. Aber eine Session war wichtig für mich. Ein junger Mann aus Oslo meldete sich an und buchte eine Session zum Ende des Monats. Irgendwie entschied er sich aber um und wollte dann kurzfristig einen Termin bei mir. Nach der Session redeten wir über Yoga und das er in Oslo eine gute Yoga-Schule besuchte. „Die Schule kenne ich aus Kopenhagen und Malmö“, sagte ich. Er erwiderte,

„Die sind auch in Berlin..nur unter einem anderen Namen“.

Krass...zu dieser Schule wollte ich schon in Dänemark und dort wollte ich Tantra-Lehrer werden. Im Internet sah ich dann, dass diese Schule bereits einen Tag später den Einführungs-Event in Sachen Tantra Yoga hatte.

Und an genau diesem Abend, in einem Ashram in Berlin, lernte ich sie kennen.

Einen schönen Gruß vom Universum!

Ich glaube ich brauche dir nicht zu erklären, dass ich mit dieser Frau das Paradies auf Erden hatte, mitten in Berlin.

Selbstliebe

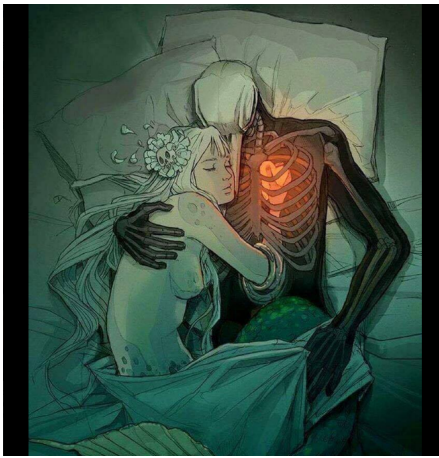
Nun ereignete es sich aber, dass meine Partnerin es mit mir irgendwann zu viel wurde. Wir hatten uns dazu verabredet, wenn es soweit ist, werden wir wieder unsere eigenen Wege gehen und uns nicht böse sein, was auch immer geschehen mag, das wir auseinander gehen müssen.


Ein halbes Jahr lang hatte ich gehofft, das wir wieder zusammenfinden werden. Keine andere Frau habe ich in mein Leben gelassen für diese Zeit. Und meine Ex hat jedweden Kontakt zu mir abgebrochen. Einfach so. Es gab keine Gründe. Zumindest keine rationellen, die ich hätte verstehen können.

Erst ein Freundin, die ich auch über alles Liebe, konnte mir die Augen öffnen. „Sie liebt dich noch immer, und deshalb muss sie dich ignorieren. Sie hat

versucht dir zu helfen, aber du hörst nicht auf sie.“ So ungefähr waren ihre Worte.

Es brauchte aber noch einen weiteren Anstoß, um endlich loslassen zu können.



 **The Cosmic Collective** ·
Diese Seite gefällt mir · 17. November 2016 ·
Bearbeitet ·

But can you love me in the deep? In the dark? In the thick of it?

Can you love me when I drink from the wrong bottle and slip through the crack in the floorboard?

Can you love me when I'm bigger than you, when my presence blazes like the sun does, when it hurts to look directly at me?

Can you love me then too?

Can you love me under the starry sky, shaved and smooth, my skin like liquid moonlight?

Can you love me when I am howling and furry, standing on my haunches, my lower lip stained with the blood of my last kill?

When I call down the lightning, when the sidewalks are singed by the soles of my feet, can you still love me then?

What happens when I freeze the land, and cause the dirt to harden over all the pomegranate seeds we've planted?

Will you trust that Spring will return?

Will you still believe me when I tell you I will become a raging river, and spill myself upon your dreams and call them to the surface of your life?

Eine Freundin postete auf Facebook obiges Bild und ich kommentierte, dass ich diese Frau bereits kennengelernt habe und sie mich auf die selbe Weise berührt hat. Als Antwort verlinkte sie mir einen Beitrag, in dem es um DualSeelen ging, und das dies

eine ganz schwere Aufgabe ist, weil wir lernen sollen, loszulassen.

„Ihr habt euch die Dualseele „gerufen“,
weil ihr erwachen wollt! Erwachen in
absolute Liebe – zu euch selbst!“
- Ute Strohbush

Nach dem Lesen dieses Beitrag löschte ich all die Kontaktdaten und die ganzen Fotos meiner Seelenverwandten von meinem Smartphone, damit ich endlich loslassen kann.

Durch diese Aktion fühlte ich mich wieder frei. Keine Anhaftung mehr und seit dem fließt mein Leben auch wieder und ich erlebe eine Synchronizität nach der anderen. Alles funktioniert und fließt wieder.

Die paradisischen Stunden, die ich mit dieser Frau erlebt hatte kommen mir nun nicht als „Das kannstest

nun nicht mehr erleben du Looser.“, hoch, sondern ich habe es zu einer schönen Erinnerung transformiert.

Heute weiß ich, das ich das Paradies auch ohne ein Partnerin erleben kann. Die Liebe, die ich zu dieser Frau gespürt habe, war meine eigene. Deshalb bin ich über der Trennung von dieser Frau sehr dankbar, denn ich kann sie nach wie vor lieben auch wenn ich sie nicht mehr sehen kann. Aber was noch viel wichtiger ist,

ICH LIEBE MICH

Die Liebe, die ich für andere Menschen empfinde kommt nicht von außen, sondern kommt aus mir heraus. Ich selber bin diese unerschöpfliche Quelle an Energie. Ich habe da eine Quelle angezapft, die so gewaltige Dimensionen annimmt, das man sich schon fast fürchten muss. Erst nach dem ich meine wirklich große Liebe loslassen konnte, durfte ich erfahren, das ich selber die Quelle der Liebe bin. Dafür bin ich

unendlich dankbar. Ich hoffe nur, das diese Erkenntnis nicht irgendwann vom Alltag wieder zugeschüttet wird.

Ich wollte dieses Buch schon viel eher schreiben...aber diese eine Erkenntnis fehlte mir noch. Du musst mal darüber philosophieren, was das alles bedeutet.

Irgendwann wirst du es auch wissen. Ich sagte ja anfangs, glaube mir kein Wort, mache selber diese Erfahrung. Anders funktioniert das nicht. Man bekommt sein Wissen nicht aus Büchern, man erinnert sich nur wieder daran, weil man es bereits selber erfahren hat, es aber wieder zugeschüttet wurde.

Stelle dir einmal vor, das jedes Buch, das du liest, dir irgendwie bekannt vorkommt, das du das, was da steht, schon irgendwann einmal erlebt hast. Könnte

es da nicht sein, das du eventuell der Autor des Buches
bist?

Es ist nicht leicht, Glück in sich selbst zu
finden, aber unmöglich, es anderswo zu
finden

- Agnes Repplier

Selbstliebe Ritual

Wenn du mal keine Partnerin hast, dann muss das nicht zwangsläufig bedeuten, dass du keinen guten Sex haben kannst. Ganz im Gegenteil, den schönsten beziehungsweise unkompliziertesten Sex habe ich mit mir selber.

Ich rede hier nicht vom Wixen, denn das tue ich schon seit geraumer Zeit nicht mehr. Nein ich rede hier von einer Tantramassage, die ich mir selber gebe. Klar ist es schön, dies zusammen mit jemand anderem tun zu können, weil dann haben beide etwas davon, aber manchmal ist es halt so, dass man entweder in einer Beziehung sein muss, um Sex haben zu können oder aber man geht auf entsprechende Veranstaltungen oder man trifft sich mit speziellen Freunden, die für Sex offen sind.

Eigentlich will ja jeder von uns gerne Sex, aber irgendwie bahnt sich so etwas nur selten an. Das liegt zum einen daran, das ich selber etwas zurückhaltend bin und ungern auf Menschen zugehe, wenn es um Sex geht, weil ich ungern abgelehnt werde und zum anderen benötigt es da auch ein passendes Gegenstück.

Na ja, zumindest hatte ich lange Zeit dieses Problem, nach dem ich aufgehört hatte, Alkohol zu trinken. Vorher war das gar kein Problem, ich hatte nur ständig eine Fahne, was nicht gerade sehr hilfreich ist Frauen zu gefallen. Und jetzt nehme ich jeden Korb dankend an. Eigentlich freue ich mich über jeden einzelnen Korb, den ich bekomme, denn dann weiß ich, das ich zumindest mutig genug war, überhaupt jemanden anzusprechen. Ein Tantra-Lehrer sagte mir einmal, „Stelle dir einfach vor, du hättest bereits Sex mit ihr gehabt, und spreche sie dann an.“ Das nimmt ein wenig den Druck raus. Es kann gar nichts schief laufen, du hattest sie ja bereits. Alles gut.

Außerdem wirkst du dann nicht bedürftig. Glaube mir, Frauen merken es dir sofort an, das du lediglich Bedarf hast sie flach zu legen, um wieder eine Kerbe in dein Kerbholz zu schlagen. Ja ja, diese bösen Gene, die uns Männer dazu zwingen, möglichst vielen Frauen unseren Samen einzupflanzen, nur um die Art zu erhalten. Aber wenn wir es nicht tun, dann machen es andere.

Nein, ich besitze kein Kerbholz, aber ich liebe es, Frauen zu berühren und wenn es passt, dann schlafe ich natürlich auch gerne mit ihnen. Ich sammle halt gerne Erfahrungen und habe gerne Spaß im Bett, im Auto, am Strand, unter der Dusche, ach egal wo.

Aber was das passende Gegenstück angeht, so ist mir leider mein Ego da immer öfter im Weg. Zu dick, zu dünn, zu groß, zu klein, geschminkt, zu unattraktiv, zu alt, zu jung, besetzt, zu freizügig, zu doof, zu schlau, zu dies, zu das, zu dings und zu bums.

Polarität kann echt zu einem Problem werden, wenn wir es nicht durchschauen. Polarität ist nur eine Illusion, aber unser Ego reagiert darauf meistens mit Ablehnung des Gegenübers.

Letztes Jahr habe ich einfach mal einen Versuch gemacht und wollte meinem Ego so richtig eines auswischen. Ich habe mir in einem Tantra-Seminar einfach mal eine Frau genommen, die meinem Ego zu unattraktiv, zu alt und auch zu groß war und eine andere, die mir zu mollig war. Was soll ich sagen, ich hatte geilen Sex mit beiden. Aber vor allen Dingen, ich hatte überhaupt mal wieder Sex.

Hätte ich auf mein Ego gehört, dann hätte ich mir wohl eine andere ausgesucht, aber die hätte bestimmt kein Interesse an mir gehabt. Auch da ist uns das Ego im Weg, in dem es uns einredet, die ist zu hübsch, die nimmt nur richtige Männer, die hat hohe Ansprüche, denen du nicht gerecht wirst. Bla bla bla ;-)

Ja ja, unser liebes Ego hindert uns daran so richtig Spaß im Leben zu haben.

Wenn wir nun aber wirklich mal für uns sind und so richtig tollen Sex haben wollen, dann können wir das zu jeder Zeit, mit uns selber.

Das könnte so aussehen, das du dir einen Raum schaffst, in dem Kerzen leuchten, sanfte Musik im Hintergrund spielt und du dir mal so richtig viel Zeit für dich selber nimmst.

Du kannst dich in der Badewanne oder unter der Dusche reinigen, dich dann vor einen Spiegel stellen und dich selber streicheln, während du dir dabei zuschaust. Du darfst natürlich auch Dessous tragen. Keiner wird dich verurteilen. Nur du selbst bist in der Lage dies zu tun. Also suche dir etwas erotisches aus, das die gefällt. Stehst du zum Beispiel auf halterlose Strümpfe, dann ziehe dir welche an...oder

aus, je nach dem. Magst du es mit heißem Wachs benetzt zu werden, dann darfst du dir auch dies antun. Streichel deinen gesamten Körper und liebe jeden Quadratzentimeter deines Körpers. Auch darfst du dich dabei am Lingam und am und im Anus berühren. Aber versuche doch vorher mal, deinen Körper zu erkunden. Dann spüre durch deine Hand, wie sich die Haut anfühlt, die du gerade berührst und fühle durch die Haut, wie sich deine Hand anfühlt. Berühre dich mit harten Griffen und auch mit ganz sanftem Streicheln. Variiere den Druck. Benutze auch mal Massageöl. Nimm mal wenig und mal ganz viel Öl. Saue so richtig mit dem Öl rum. Probiere einfach mal was ganz neues aus. Auch wenn du dir sagst, „Das kenne ich schon von damals und es gefiel mir nicht“. Mach es trotzdem noch mal, eventuell empfindest du heute ganz anders. Die Berührungen fühlen sich jeden Tag anders an. Je nach Erregung kann es sich auch ganz anders anfühlen.

Auch macht es Sinn, dich vorher im Fitness-Studio auszupowern, Yoga zu machen und in die Sauna zu gehen, bevor du dich selber zu einem Ritual einlädst. Auch macht es mir persönlich viel Spaß, einfach mal vor dem Aufstehen eine Stunde lang, meinem Lingam eine sanfte Massage mit Öl zu geben in der ich mich mehreren Orgasmen hingebe. So fängt der Tag gut an. Aber verschwende deine Energie nicht einfach in ein Taschentuch oder spritze dir auch den Bauch oder so. Behalte deine Energie lieber mal über mehrere Tage und Wochen bei dir. Du wirst sehen, das zieht die Weibchen an, denn sie lieben vor Manneskraft strotzende Männchen. Da wissen sie, dass du es schaffst, sie stundenlang in die Ekstase zu vögeln, so dass sie sich in einen kosmischen Orgasmus fallen lassen können.

Wenn du denkst, dass es unmöglich ist, Orgasmen zu bekommen, ohne abzuspritzen, dann irrst du dich

gewaltig, denn es gibt ja noch andere Orgasmen, die wir Männer haben können. Versuche es zum Beispiel einmal mit Atmen. Richtig atmen. Tief in deinen Bauch hinein atmen. Viel atmen. Sehr viel atmen. So lange bis deine Lippen, deine Nasenspitze, deine Hände und am Ende dein gesamter Körper zu kribbeln anfängt. Und dann entspanne dich da rein. SEI einfach nur. Fühle. Spüre die orgiastischen Wellen, die deinen Körper durchströmen. Ja, auch wir Männer können diese Orgasmen erfahren. Bei den Frauen ist dies angeboren. Zwar erleben Frauen dies erst wenn sie ein wenig tiefer in ihr Liebesleben eintauchen und auch den richtigen Partner haben, jemand der nicht nur schnell abspritzen will, sondern sich stundenlang um das Wohl der Frau kümmert, aber auch wir Männer können so etwas erleben. Dafür müssen wir uns aber erst einmal weit öffnen, unseren Panzer ablegen und all unsere Traumatas auskotzen. Ich nenne es auskotzen, weil sich das bei mir so äußert, wenn ich tief in die Körperarbeit

gehe um meine eigenen Blockaden zu lösen. Teilweise huste ich diese energetischen Blockaden einfach aus und teilweise, kommt auch ein wenig Materie mit. Da hilft dann eigentlich die Körperarbeit während des Fastens zu machen, denke ich mir gerade. Werde es demnächst einfach mal machen.

Bist du deine Blockaden erst mal alle los, das heißt, fängt dein Körper nicht mehr an zu zucken und ergibt sich in Spasmen, dann kann deine Kundalini frei fließen und du wirst in der Lage sein, deine Orgasmen im gesamten Körper zu spüren und nicht nur da unten am Lingam.

Um die Blockaden zu lösen, empfiehlt es sich, auf Nikotin, Alkohol, Fleisch, Zucker, Drogen und ungesundes Essen generell zu verzichten. Alleine schon das schlechte Gewissen, wenn ich eine Yoga-Stunde geschwänzt habe, kann mir wieder neue

mentale Blockaden setzen. Bei mir war zum Beispiel auch der Umstand, das ich nikotinsüchtig bin eine Blockade, die mich gehemmt hat. In einer Massage kam mir mal die Erkenntnis, das ich meiner Lunge stark zugesetzt habe hoch...da musste ich bitterlich weinen, denn ich wusste, das ich mich damit hätte töten können, obwohl das Leben doch sooo schön ist, wenn man erst mal weiß, wie es funktioniert.

Partnerschaft und Eifersucht

Das letzte Mal, als ich eifersüchtig war, war als ich mich während eines Tantra-Seminars dazu entschieden habe, die Beziehung zu meiner damaligen Partnerin aus einer offenen in eine feste, geschlossene Beziehung umzuwandeln, um ihr den Halt zu geben, den sie benötigte, um weiter spirituell zu wachsen. Kurze Zeit später sah ich sie, wie sie sich mit einem der Seminar-Teilnehmer unterhielt. Lustigerweise kam mir das wie ein Flirt vor und ich ging zu den beiden hin und sagte ihm, „Wir haben ab heute übrigens eine geschlossene Beziehung, lass sie also bitte in Ruhe.“ Ich fand es deshalb lustig, weil ich mein Ego dabei beobachtet hatte, die Beziehung zu schützen, obwohl ich der selben Frau ein paar Monate vorher komplette sexuelle Freiheit einräumte, als die Beziehung noch offen war.

Menschen sind doch merkwürdige Tiere.

Mit anderen Worten...ich habe meine eigene Eifersucht nur dadurch kompensiert, in dem ich mir die Freiheit genommen habe, auch mit anderen Frauen zu schlafen. Im inneren habe ich aber gehofft, das meine Partnerin ja nie einen anderen Mann anschaut.

Tja, da hatte bzw. habe ich wohl selber noch eine Baustelle.

Erst vor ein paar Tagen hat mich eine Freundin triggern können. Sie sagte ich bin in einer Kneipe und lass mich voll laufen und habe Spaß. Mein Ego dachte sofort. „Hm das würde ich jetzt auch gerne. Bin aber total blank und muss Zuhause bleiben.“ „Mist nun sucht sie sich bestimmt jemanden zum Vögeln.“

Zum Glück bin ich da jetzt schon einen Schritt weiter. Ich habe kurz den Schmerz gespürt, wusste aber auch gleich, das das nicht wirklich schlimm ist. Ich ging sogar noch einen Schritt weiter und gönnte es ihr.

Wünschte ihr viel Erfolg beim Baggern...zumindest so im Gedanken, wohl wissend, dass ich damit umgehen kann, wenn sie es machen würde. Dann ging ich noch einen Schritt weiter und mir wurde bewusst, dass sie ja im Außen ist und lediglich von mir dort hin projiziert wurde. Das heißt, das habe ich ja selber in mein Drehbuch geschrieben.

Alles gut ;-)

Eifersucht ist eines der größten Probleme in unserem Leben. Ich meine mal gelesen zu haben, dass erst mit dem Anbau von Getreide der Besitz definiert wurde, damit sich nicht jeder einfach Getreide vom Acker nimmt, sondern nur der Bauer dieses Recht hat. Mit diesem Begriff von Besitz wurde dann auch die Frau zum Besitz des Mannes. Das ist noch auf die Sklaverei zurück zu führen. Deshalb gibt es auch die Ehe. Da wurde die Frau, die keinen Beruf erlernen durfte von einem Mann geheiratet, welcher sie ab

dann auch finanziell versorgte. Im Gegenzug führte die Frau das Haus, versorgte die Kinder und Tiere und bot dem Mann ihren Körper zum Sex an. Damit der Mann sich sicher sein konnte, dass seine Investition geschützt ist, hat er natürlich keine anderen Männer in der Nähe der Frau geduldet. So etwas gibt es leider heute noch. Auch wollte er sicher gehen, dass die Nachkommen, für die er ja nun auch aufkommen musste, ausschließlich von ihm sind.

In der heutigen Zeit sieht es zwar immer noch an einigen Orten so aus, aber dennoch hat sich da viel getan. Man denke da zum Beispiel an die Poly-Bewegung und die Rituale im Tantra, wo die Menschen, die sich dort sexuell vereinigen, eher zufällig zusammengewürfelt werden. Es macht dem Mann dabei nichts aus, wenn seine Frau jemand anderes vögelt, da er ja auch gerade diese Möglichkeit für sich in Anspruch nimmt. Aber da trägt natürlich auch nur der Schein, denn bei einigen Männern gehen

bestimmt wilde Gedanken durch den Kopf. „Was ist, wenn er nun besser vögelt als ich?“, „Sein Penis ist größer als meiner, muss ich Angst haben, sie an ihn zu verlieren?“, „Die kleine, die ich gerade vögelt ist aber nicht so gut gebaut wie meine Frau. Ich habe einen schlechten Schnitt gemacht.“, und so weiter und so fort.

Ja, da ist noch viel Arbeit vor uns. Das können wir nur auflösen, in dem wir unser inneres Kind heilen und ihm die Liebe geben, die es als Kind nicht bekommen hat. Die Ablehnung der Eltern, die uns eigentlich abtreiben wollten oder die Tatsache, das unsere Mutter uns zur Adoption freigegeben hat haben tiefe Wunden in unser kleines Kinderherz gerissen. Aber auch die Tatsache, das wir von unseren Eltern nicht bedingungslos geliebt wurden, „Ess schön auf, dann habe ich dich auch lieb.“ oder „Hör auf zu schreien, sonst liebt dich Mutti nicht

mehr.“, spielen da eine Rolle. Diese Risse im Herzen gilt es erst einmal zu heilen, bevor wir uns in eine Beziehung stürzen und dort hoffen, mit Liebe aufgefüllt zu werden. Die Liebe kann niemals von Außen kommen sondern nur von uns selber ausgehen. Eine Beziehung läuft da nur, weil wir einen Vertrag miteinander geschlossen haben.

„Du liebst mich und dafür liebe ich dich.“

Liebt aber einer der beiden Partner noch jemand anderen, so bekommt der andere zu wenig Liebe ab und will dann auch keine Liebe mehr von sich geben.

Die Beziehung zerbricht.

All dies sind natürlich nur Konzepte, denn wie gesagt, die Liebe kann nur aus uns selbst heraus entstehen. Wenn wir glauben, das der Mensch gegenüber uns liebt, dann ist das lediglich eine Spiegelung unserer eigenen Liebe.

Was nun aber die Eifersucht angeht ist sie immer auf einen Mangel in uns zurückzuführen. Diesen Mangel erzeugen wir quasi jeden Tag selber in dem wir etwas wünschen oder fordern, das wir gerade nicht haben. Zum Beispiel fordern wir schönes Wetter, weil es draußen regnet, und uns der Regen nass macht. Oder aber wir beschweren uns über die heiße Sonne im Sommer, die unsere Haut verbrennt.

Wir können aber auch ganz einfach das annehmen, was ist. Wir können die Sonne annehmen, die uns wärmt.

Wir können den Regen annehmen, weil er unsere Nahrung wachsen lässt. Wir haben die Möglichkeit, das was gerade ist, so zu akzeptieren, wie es gerade ist. Das ist viel einfacher. Das kostet uns nichts und wir sind in der Fülle.

Wenn wir uns nun freuen, weil unsere Partnerin gerade mit uns zusammen ist und wir uns

übereinander freuen und uns gegenseitig Liebe schenken, weil wir das können, weil davon genug da ist, wir aber trotzdem glücklich sind, wenn unsere Partnerin gerade nicht da ist, wir dafür aber gerade Zeit haben zu Meditieren oder ein schönes Buch zu lesen, dann sind wir in der Fülle. Da spielt es doch gar keine Rolle, was unsere Partnerin gerade macht und mit wem sie das macht. Uns fehlt doch gerade nichts. Wir sind in der Fülle.

Wenn wir unsere Partnerin nun aber zusätzlich noch so sehr lieben und ihr das gönnen, was sie da gerade macht, dann können wir an dieser Begegnung auch noch teilhaben und uns für unsere Partnerin freuen. Wir können sogar noch aus dieser Begegnung dazulernen. Angenommen deine Partnerin sagt dir, „Wow, das Vorspiel gestern war intensiv. Er hat mich mindestens 1 Stunde lang an meiner Yoni geleckt und ich bin drei Mal gekommen, bevor er seinen Lingam sanft in mich eingeführt hat.“ Aus dieser Erfahrung können wir

lernen. Nächstes Mal leckst du sie auch so lange und sie wird hoffentlich ähnlich viel Freude daran haben. Und wenn nicht, dann mache das, was du sonst auch mit ihr machst. Es wird ja einen Grund haben, warum sie es mit dir machen möchte. Irgendetwas machst du halt richtig. Aber gönne ihr die Abwechslung. Erst dadurch kann sie das, was du mit ihr machst, noch mehr genießen. Du möchtest ja auch nicht jeden Tag Milchsuppe essen. Ab und zu ist das mal ganz nett. Aber jeden Tag? Nöö!

Gibst du ihr diese Freiheit wird sie dir sehr dankbar sein und dich beschenken.

Bist du aber mit einer Frau zusammen, die sich von einem nach dem anderen flach legen lässt und du nicht mehr zum Zug bei ihr kommst, dann wird es für dich Zeit, den Haken aus der Wange zu ziehen und wieder zurück in den Teich zu springen. Das musst du nicht über dich ergehen lassen.

Slow Sex

Du erfährst deine Sexualität auf ganz andere, achtsame Weise, weit weg von der herkömmlichen "schnellen Nummer". Du wirst tief mit dir selbst verbunden. Du wirst einen Raum erleben, in dem sich viele wundervolle Dinge zeigen und ereignen können.

Unter Slow Sex versteht man die Vereinigung von Mann und Frau ohne sich, wie gewohnt dabei rhythmisch zu bewegen und durch die Reibung des Lingams in der Yoni Lust zu erzeugen und auf einen, bzw. mehrere Orgasmen zu steuern.

Beim Slow Sex bewegt sich der Lingam wenn überhaupt nur sehr langsam in der Yoni. Millimeter für Millimeter. Hierbei geht es nicht um die Generierung von Lust durch sexuelle Stimulation, sondern nur um das miteinander SEIN. Eigentlich muss es dabei nicht einmal zur Vereinigung kommen. Denn es genügt,

wenn der Lingam einfach vor der Yoni liegt, damit dort Energie vom Lingam zur Yoni fließen kann. Der Lingam muss hierfür nicht einmal erigiert sein, was Männern generell entgegen kommt, ob sie damit nun Probleme haben oder nicht, es vermeidet möglichen Stress. Dieses Fließen der Energie, des Pranas oder auch Chi genannt, erfolgt vom Lingam (Yang) zur Yoni (Yin), dann fließt es mit dem Einatmen der Frau weiter zum Herzen (Anahata-Chakra) der Frau, wird dort mit Liebe angereichert und fließt über die Brüste, den Mund und die Zunge mit dem Ausatmen der Frau wieder zum Herzen (Anahata-Chakra) des Mannes, wird dort wiederum mit Liebe angereichert und fließt mit dem Einatmen des Mannes zum Lingam und dann mit dem Ausatmen des Mannes wieder zur Yoni. Die Energie befindet sich hierbei in einem steten Kreislauf.

Vorbereitend zu diesem Ritual, raten wir der Frau, ihre Yoni deamouren / entpanzern zu lassen. Damit die Energie dort frei fließen kann und sie den Lingam überhaupt spüren kann. Leider missbrauchen junge Mädchen heutzutage ihren Körper und speziell ihre Yoni, in dem sie auf ein ausgedehntes Vorspiel vor dem Liebemachen verzichten. Dies sorgt dafür, dass sich die Yoni eine Panzerung anlegt, um nicht überreizt oder sogar verletzt zu werden. Durch diese Panzerung fühlt die Frau sehr wenig, wenn überhaupt etwas in ihrer Yoni. Was sich denn in Wünschen wie z.B. "Nimm mich hart ran" äußern kann, da sie ansonsten nicht viel fühlt. Dies sorgt dann für einige Männer für Probleme, weil sie dann evtl. viel zu früh anfangen zu ejakulieren und dann zwangsweise eine Pause benötigen, was bei einer Frau für Frust sorgen kann, weil sie es nicht geschafft hat, in dieser kurzen Zeit zum Höhepunkt zu kommen.

DeArmouring

Beim DeArmouring wird das Gewebe in der Yoni der Frau wieder erweckt. Hierfür sollte die Frau mit einer Ganzkörpermassage vorbereitet werden, um Vertrauen aufzubauen und damit sich ihre Yoni für den Gebenden öffnet. Die eigentliche Technik besteht darin, jeden Punkt in der Yoni mit etwas Druck zu fokussieren und die Frau bitten, das sie sagt, wo sie den Druck spürt. Dafür kann man z.B. eine Analoguhr als Muster nehmen. Drückt man auf den G-Punkt, der ja oben in der Yoni liegt, zumindest wenn die Frau auf dem Rücken liegt, dann sollte sie 12 Uhr sagen. Drücken wir gegen ihren Anus, dann sollte sie 6 Uhr sagen.

Nun ertasten wir jeden Punkt und mappen ihn mit dem Gehirn. Fühlt sich dieser Punkt taub an, so erhöhen wir den Druck, bis sie es spürt. Nun kann es

sein, das dieser Punkt Schmerzen hervorruft. Dann halten wir dort solange, bis der Schmerz verschwunden ist. Wir laden dafür die Frau ein, dort in den Schmerz zu atmen und sich auf diesen Schmerz zu fokussieren. Irgendwann, nach ein paar Sekunden oder Minuten verschwindet der Schmerz dann und die Berührung geht, wenn es geklappt hat, in ein lustvolles Gefühl über.

Dies wiederholt man nun mit mehreren Stellen in der Yoni. Danach rate ich jeder Frau, ein paar Tage auf Sex und erst Recht auf harten Sex zu verzichten. Harten Sex möchte diese Frau dann allerdings sowieso nicht mehr, weil sie nun in der Lage ist auch sanfte, langsame Berührungen zu spüren. Glaubt mir, ich habe diesen Fehler schon ein paar mal gemacht und durfte das DeArmouring wiederholen. Nur weil wir uns nicht beherrschen konnten.

Man nennt es auch Yoni-Mapping, weil bestimmte Punkte in der Yoni wieder mit dem Gehirn verbunden, bzw. gemapped werden. Auf diese Weise kann sogar Narbengewebe, welches bei einem Dammschnitt, während der Geburt entstehen kann, in natürliches, rezeptives Gewebe umgewandelt werden. Hierfür wird speziell Rizinusöl benutzt. Bitte vorher ein Test machen, ob die zu Behandelnde auch nicht allergisch gegen das Öl bist.

Chakra-System

Über das Chakra-System kannst du eigentlich in jedem Yoga- oder Tantra-Buch nachlesen. Was ich dir hier aber mitgeben möchte ist eine kurze Erklärung, mit den Worten eines einfachen Mannes.

Die Chakren sind Energiezentren in oder an unserem Körper. Physisch sind diese Energiezentren nicht manifestiert sondern liegen lediglich in feinstofflicher Form vor, sind also unsichtbar. Was ich aber über dieses System erfahren habe, hindert mich nicht an dessen Existenz zu glauben.

Das System besteht im Wesentlichen aus 7 Chakren oder auch Chakras genannt.

1. **Muladhara** - Das Wurzel-Chakra befindet sich in der Region des Perinäums, also zwischen Anus und Lingam und ist nach unten gerichtet. Dort sitzt zum Beispiel die Existenzangst bzw. wenn das Chakra

aktiviert ist, dann macht man sich über das Überleben keine Gedanken mehr, denn man weiß, das man überleben wird, egal, was so passiert.

2. **Swadhistana** – Das Sexual-Chakra befindet sich auf Höhe des Lingams. Hier ist das Zentrum für die Kreativität. Dieses Chakra wird durch die Sexualität mit Energie versorgt. Zu viel Energie in diesem Bereich lässt den Mann z.B. im Schlaf ejakulieren, um den Druck abzulassen.

3. **Manipura** – In einige Schriften heißt es das Nabel-Chakra wird aber in anderen Schriften auch Solarplexus-Chakra genannt. Somit befindet es sich entweder auf Bauchnabelhöhe oder auf Höhe des Brustbeines. Ein aktives Manipura sorgt für viel Willenskraft, Leidenschaft, Temperament und inneres Feuer. Ist es blockiert, dann machen sich Ängste breit.

4. **Anahata** – Hierbei handelt es sich um das Herz-Chakra, welches auf Höhe des Brustbeines liegt. Hier ist das Zentrum der Liebe, der Toleranz, der Weite, der Offenheit und der Anpassungsfähigkeit. Bei Blockierung spürt man kaum noch Liebe und fühlt sich von der Welt getrennt.

5. **Vishuddha** – Das Hals-Chakra beherbergt die Kommunikation und das Durchsetzungsvermögen. Bei Blockierung kann man sich nicht so richtig mitteilen.

6. **Ajna** – Das sogenannte dritte Auge ermöglicht es uns telepathische, telekinetische und hellseherische Fähigkeiten zu entwickeln, wenn aktiviert. Hier sitzt auch unser Intellekt und unsere Intuition.

7. **Sahasrara** – Das Kronen-Chakra ist unser Tor zum Universum und zu Gott und dem All-eins-sein.

Das Chakren-System sollte möglichst rein und sauber gehalten werden, da dort viel Energie fließen kann um unsere Organe zu versorgen.

Leider werden diese Chakren durch falsche Ernährung wie z.B. Fleisch, Zucker, Fast-Food, Alkohol, gesüßte Getränke, Fertiggerichte usw. verunreinigt.

Auch Zigarettenrauch verhindert den Fluss von Prana, da wir es schwerer haben, die lebenswichtige Luft zu atmen, wenn wir unsere Lunge mit Rauch verstopfen und sich dort u.a. Teer ablagert.

Der Konsum von Pornographie, Kriegsspielen, Fernsehen und Radio sorgt auch dafür, dass wir verdummen und unser System verunreinigen.

Das Fernsehen wird ja auch „Untenhaltung“ genannt. Da wollen halt ein paar Menschen nicht, das wir uns in die Richtung Göttlichkeit entwickeln, weil sie uns dann nicht mehr kontrollieren können. Wir würden dann ja nicht mehr all ihre unnötigen Produkte kaufen, weil wir ihre Werbung nicht mehr

konsumieren. Außerdem würde ja keiner mehr 40 Stunden die Woche die Sklavenarbeit verrichten, weil wir benötigen ja gar nicht mehr so viel Geld dann.

Nenne mich ruhig einen Verschwörungstheoretiker, wenn dir danach ist. Ich denke da anders drüber. Für mich ist das leider Realität und keine Theorie. Aber, wir können etwas dagegen tun. Fernseher wegschmeißen, Radio in den Müll geben, selber Obst und Gemüse anbauen und auf Fleisch und Fertigprodukte verzichten, Zucker weglassen...ja, auch die Schoki...mit dem Rauchen aufhören, kein Alkohol mehr trinken, aufs Land ziehen, um nicht weiterhin durch die Werbeplakate manipuliert zu werden.

Aber eigentlich reicht es aus, das System zu durchschauen und dann kann man es für sich nutzen.

Kommen wir nun aber wieder zu den Chakren zurück. Wenn dein Energiesystem verschmutzt ist, kannst du dir zum einen eine Pranaheilung verabreichen lassen

oder du genießt eine Prana-Flow-Massage. Letztere ist eine Eigenentwicklung von einer Freundin und mir. Diese Massage setzt sich aus Teilen der Ayurveda-, Yin-Yang-, Tantra- und diversen anderen Massagen zusammen.

Prana ist reine Lebensenergie, die durch den ganzen Körper fließen kann, wenn das natürliche Gleichgewicht im Menschen harmonisch ist. Fließt das Prana ungehindert fühlen wir uns vital und voller Lebenslust. Energetische und sexuelle Blockaden können mit der Prana Flow Massage sanft gelöst werden. Alte Wunden die noch im Energiesystem gespeichert sind dürfen sich zeigen und auflösen. Mit sanfter Massage und gezielten Druck werden die verschiedenen Energiepunkte am Körper angeregt und Blockaden aufgespürt. Die freigesetzte Energie wird im Körper ausgestrichen und verteilt. Sobald die Energie wieder fließen kann wird hauptsächlich

nur noch mit dem feinstofflichen Körper gearbeitet. Auf diese Weise können intensive Energiewellen, bis hin zu orgasmischen Gefühlen den Körper durchströmen. Das sexuelle Erleben wird danach intensiver und neue spirituelle Dimensionen können sich dadurch öffnen. Es unterstützt auf natürliche Weise eine frei fließende Lebensenergie. Eine Prana-Flow-Massage kann auch ein sanfter Einsteig für Frauen und Männer sein, die keine intime Berührungen wünschen. Auf Wunsch kann aber auch eine Lingam- oder Yoni-Massage integriert werden, um noch mehr Energie freizusetzen.

Während der Prana-Flow-Massage kann man gezielt Orgasmen in den Chakren auslösen, in dem man die Energie dort bündelt und das jeweilige Chakra mit viel Prana versorgt. Auch wenn diese Massage wie Hexenwerk aussehen mag, denn die Körper winden sich dabei wie bei einem heftigen Orgasmus, ohne dass der Empfangende überhaupt berührt wird, das ist es

nicht. Hier macht man sich einfach das Gesetz zunutze, das die Energie unserer Aufmerksamkeit, unserem Fokus folgt.

Sitzen die Yogis in der Meditation zum Beispiel einfach nur da und starren innerlich auf ihr drittes Auge (Ajna), dann fließt all ihre Energie dort hin.

Haben wir Schmerzen und schmeißen nicht gleich ne Pille gegen die Symptome ein, sondern konzentrieren uns auf den Schmerz, dann fließt unsere Energie dort hin und bewirkt Heilung.

Bei der Massage ist es ähnlich. Dort wo du berührt wirst, fließt deine Energie hin. Oder um bei der Prana-Flow-Massage zu bleiben. Dort wo ich dir über mein Chakra in der Handfläche Energie in dein Chakra leite, fokussierst du dich, vorausgesetzt, du bist feinfühlig genug und deine Energie wandert dort hin. Wird zum Beispiel der Lingam oder die Yoni bei

dieser Massage noch zusätzlich stimuliert, kommt noch mehr Energie zusammen und die Chakren fließen über, was sich dann in energetische Orgasmen manifestieren kann.

Die Effekte auf den jeweiligen Chakren können sich wie folgt manifestieren.

Svadhistan – Dieser Orgamus sollte eigentlich so ziemlich jedem bekannt sein. Nix wirklich spektakuläres.

Manipura – Hattest du beim Sex schon mal einen Lachanfall? Dann war dies höchstwahrscheinlich ein Orgasmus auf Höhe Manipura.

Anahata – Wenn dir beim Sex oder in einer Massage die Tränen kommen, weil du traurig und glücklich zur selben Zeit bist, dann fließt wohl gerade dein Herz mit Prana über.

Vishuda – Hier habe ich leider noch keine Erfahrung gemacht. Bin aber gespannt, was du mir darüber berichten wirst. Evtl. fängt man ja zu singen an.

Ajna – Eine Frau berichtete mir mal, nach dem sie eine Tantramassage von drei Männern genossen hat, dass sie die orgasmische Energie auf einmal in allen Farben gesehen hat, was mich an die Bilder von Alex Gray erinnert.

Sahashrara – Dies habe ich als Ekstase erlebt. Dafür gibt es aber keine Worte in der deutschen Sprache, um dieses Erlebnis beschreiben zu können. Ich habe da dieses Eins-Sein gespürt. Eine Kollegin hat mir von einem außerkörperlichen Ereignis berichtet. Sie hat sich für ihr lautes Schreien entschuldigt, was natürlich keiner gehört hat, denn sie hatte ihren Körper in der Ekstase verlassen.

Leben im Wohnmobil

Nachdem ich nun obdachlos geworden bin und sich die Reise nach Indien auch nicht so gestaltete, ich ich mir das gedacht hatte, mir war meine Flugangst noch im Weg, entschloss ich mich, mir ein Wohnmobil zuzulegen und erst einmal da drinnen zu wohnen. Nach etwas suchen im Internet bin ich dann auch fündig geworden. Ein junges Paar aus Kiel verkaufte ihren Citroen mit Dethleffs-Umbau. Ein 25 Jahre alter Alkoven, bei dem der 5 Gang hakte und der Kühlschrank nur im Winter funktionierte, weil da war es kalt genug, ansonsten aber noch gut in Schuss war. Man glaubt kaum das dieses tolle Gefährt bei dem Alter aus erster Hand war, aber vorher haben die Eltern der Besitzerin das Wohnmobil genutzt und davor die Großeltern. Dementsprechend war das Fahrzeug auch sehr gepflegt. Als ich vor Kurzem damit zum TÜV musste, waren zumindest keine teuren Reparaturen

fällig. Auch Schweißarbeiten, wie man sie bei dem Baujahr vermuten könnte, waren noch nicht fällig.

Nein im Großen und Ganzen war ich sehr zufrieden. Ich war nun nicht mehr obdachlos.

Das Reisen mit Max war gar nicht mal so teuer. Nachdem ich meinen Fahrstil angepasst hatte, Strich 80 fahren, verbrauchte Max gerade mal 9 Liter Diesel auf 100 km. Da habe ich schon andere Autos gefahren, die deutlich mehr Verbrauch hatte. Der Porsche Boxter hatte bei Vollgas zum Beispiel 24l / 100 km Super Plus verbraucht. Den 911 habe ich nie ausgefahren. Aber ich schätze der wäre locken auf 30l / 100km gekommen.



Max, so nenne ich mein Wohnmobil hat mir Schutz gespendet, Wärme gegeben, mich vor dem Wind geschützt und er erwies sich als ausgesprochen gute Liebeshöhle.

Nachdem ich damals in Berlin angekommen bin, stand ich mit ihm an dieser besagten Schule, welches zwischenzeitlich auch mal ein Heim für Asylsuchende war oder sogar noch ist.

Zum Duschen bin ich damals am Anfang immer im Hallenbad gewesen. Dort habe ich auch meine Wäsche

mit der Hand gewaschen. Ich hatte mir in Flensburg extra Unterwäsche aus Merino-Wolle gekauft, weil man die ein paar Tage lang tragen kann, ohne das sie den Geruch von mir aufnehmen und getrocknet sind die auch ganz schnell wieder.

Um meine Toilette zu leeren und um Grauwasser abzulassen, bin ich immer auf der Autobahn zur nächsten Raststätte gefahren. Dort konnte ich mein Zeug einmal die Woche kostenlos entsorgen.

Das mit dem Wasser nachfüllen war zu der Zeit etwas komplizierter. Hierfür habe ich an dieser Tankstelle erst mal alle Behälter mit Kühlwasser geleert, bis das jemanden aufgefallen ist und mir einen Tip gab, das Wasser im Klo aufzutanken. Das kostete allerdings 3,- € oder so.

Später habe ich dann einen Campingplatz in Berlin gefunden, wo ich für 5,- € alles entsorgen und

Wasser auffüllen konnte. Dort habe ich anfangs auch meine Gasflaschen tauschen können. Irgendwann wurde das den Leuten dort wohl zu viel und sie verrieten mir, wo sie ihr Gas her bekommen. Dort zahlte ich dann lediglich für die Füllung.

Nachdem ich meine Seelenverwandte kennenlernte, habe ich dort immer Duschen und Wäsche waschen können. Wir waren oft gemeinsam mit Max unterwegs zum Kitesurfen oder einfach zum Relaxen an die Ostsee.

Wir haben sogar einmal einen Spontanurlaub nach Dänemark zu viert veranstaltet, weil gerade Ferien waren und wir uns gelangweilt hatten. Da durfte Max dann auch mal einen richtigen Campingplatz kennenlernen.

Nachdem unsere Beziehung dann aber irgendwann zu Ende war musste ich mir etwas zum Duschen organisieren. Ich manifestierte ein Fitness-Studio, das

genau dort errichtet wurde, wo ich immer mit meinem Wohnmobil stand. Dort konnte ich dann von 6:00 – 24:00 duschen gehen. Na ja und die Sauna habe ich auch immer mitgenommen...und später sogar dort trainiert.

Du musst mir das bitte nicht übel nehmen, wenn ich immer von diesen Manifestationen rede. Aber ich brauchte eine Dusche und dieses neue Fitness-Studio fing zu dieser Zeit an, Werbung zu machen, das sie in einem Monat neu eröffnen. Andere Leute würden hierbei von Zufall reden, aber an so etwas glaube ich nicht. Denn dafür gibt es das Gesetz der Kausalität. Es gibt keine Wirkung ohne Ursache und keine Ursache ohne Wirkung. Und nach dem Gesetz der Resonanz habe ich, meiner Meinung nach, diese Dinge manifestiert.

Ich hätte ja auch etwas anderes suchen können. Aber warum soll ich etwas suchen, wenn ich es doch manifestieren kann.

Ich bin mir ganz sicher das wir, mit einem noch höheren Bewusstsein, Materie herbei manifestieren können. Denn Materie ist, wie uns die Quantenphysik mittlerweile bestätigt, nichts anderes als Energie in Bewegung. Und Energie können wir mit unserer Kraft der Gedanken beeinflussen.

So, ich hatte also einen Platz zum Duschen und fand dann auch einen Platz zum Arbeiten. In einer Bibliothek in der Nähe konnte ich im Leseraum sitzen, bekam kostenlos Strom und das WLAN war auch kostenlos. Dort habe ich über ein ganzes Jahr fast jeden Tag gearbeitet und meine Open Source Software geschrieben und meine Non-Profit-Firma geplant. Derzeit bin ich in der CrowdFunding-Phase, welche nicht ganz so gut läuft. Es hat sich erst ein einzelner

Spender eingefunden. Ein ganz lieber Mensch, den ich über Facebook kennengelernt habe. Er riet mir damals dazu, auf Facebook die Gruppe *Tantra Dating*, die heute über 10.000 Mitglieder umfasst, zu gründen. Er ist von meinen Leistungen beeindruckt und glaubt an mich. Er wollte mir sogar schon mal einen leitenden Posten in seinem Unternehmen auf Gran Canaria anbieten. Ich habe aber dankend ablehnen müssen, da ich lieber ein einfaches Leben führen wollte. Auch wollte ich kein Geld mehr verdienen, denn meine geliebte Ehefrau und mein mittlerweile 25 jähriger Sohn haben mich auf Unterhalt verklagt. Ich bin der Meinung, das die beiden alt genug sind um für sich selber zu sorgen, darum arbeite ich auch nicht mehr, denn ich kann es mir leisten, kein Geld zu besitzen, dem Minimalismus und meiner Fähigkeit zu fasten sei dank.

Es war sehr erleichternd, mich damals von meinem ganzen Hab und Gut zu trennen. Es war wie eine Befreiung. Wenn du nichts besitzt, dann kann man dir auch nichts wegnehmen. Und wenn du kein Geld verdienst, dann kann dir auch niemand Geld wegnehmen. Ich muss keine Steuern mehr zahlen. Nein eigentlich bekomme ich noch Geld zum Leben. Harz4 nennt sich dieses nette Geschenk. Ja ja, es gibt bestimmt den einen oder anderen der es verurteilt, das ich von Harz4 lebe, anstatt arbeiten zu gehen. Aber erstens arbeite ich ja. Ich schreibe Software für die Allgemeinheit. Dann gebe ich Massagen und Sexological Bodywork Sessions und ich helfe anderen Leuten gerne mal hier und mal da. Der Hauptgrund warum ich aber gerne dieses Harz4-Geld annehme ist dieser. Das Land auf dem wir geboren wurden gehört uns allen. Unsere Regierung hat es uns aber weggenommen um es uns wieder zu verkaufen und

zusätzlich zu vermieten. Damit ist natürlich die Grundsteuer gemeint.

Wie haben also keine Möglichkeit, Obst und Gemüse anzubauen und müssen uns statt dessen Lebensmittel aus dem Supermarkt kaufen.

Auch dürfen wir uns nirgendwo Hütten bauen oder Zelte aufstellen wo wir wohnen könnten. Also ist es ganz OK, wenn wir Geld für die Miete bekommen. Ich persönlich bekomme kein Geld für die Miete, denn ich wohne ja im Wohnmobil. Aber mir werden die KFZ-Steuern, die KFZ-Versicherung und das Gas bezahlt.

Wenn du also auch den Gedanken hegst, deinen Traum zu leben, jetzt weißt du, wie es geht. Natürlich nur, wenn dein Traum der selbe ist, wie meiner.

Das Wohnmobil hat übrigens nur ganze 4.000,- € gekostet. Ist also ein wenig günstiger als eine 1 Zimmer Wohnung in Berlin ;-)

Alles macht Sinn

Ich bekomme gerade noch einen Impuls von einer Freundin welchen ich hier noch einbauen möchte.

Alles, wirklich alles, das mir in meinem Leben passiert ist, macht Sinn. Sei es der Schmerz, den ich erfahren habe, das mich meine Mitschüler in der Schule gegrätelt haben, weil ich so klein bin und damit meine Minderwertigkeitskomplexe zu schüren oder sei es meine Oma, die mir gezeigt hat, wie einfach es sein kann, selbst beim Essen einfach die Arschbacke zu heben und zu pupsen, um Bauchweh vorzubeugen.

Oder sei es das mich meine Liebste nicht mehr Sprechen möchte und jeglichen Kontakt zu mir vermeidet.

Alles macht früher oder später Sinn und fügt ein Puzzleteil zum großen Bild hinzu.

Nehmen wir zum Beispiel meine Körpergröße. Ich bin gerade mal 1,67 m groß. Das ist, wenn man den Medien glaubt, die den Durchschnittsmann auf 1,80 m statuiert, relativ klein.

Und der Umstand, dass mich meine Mutter damals mit 12 zum Arzt geschleppt hat und ihm gesagt hat, „Herr Doktor, können sie bitte etwas tun, damit mein Sohn groß wird.“, trug nicht gerade dazu bei, das ich mich gut gefühlt habe. Nein im Gegenteil, ich fühlte mich KLEIN. Nichts wert. Und das habe ich natürlich nach außen projiziert und wurde dann auch noch von meinen Mitschülern gehänselt.

Aber, durch diesen Umstand wurde ich erst zu dem, der ich heute bin. Ich war klein und dachte mir, ich bekomme nun keine Frau ab. Ein Kumpel von mir hatte zu dieser Zeit in der Kneipe seines Vaters reihenweise Mädels abgeschleppt und flach gelegt. Auf den war ich neidisch. Der hatte es einfach. Sorry Mädels, aber so

haben wir darüber damals gedacht. Es war eine Art Sport euch zu verführen und euch flach zu legen. Die Mädels hatten dann aber auch ihren Spaß, logischerweise. Na ja, mein Kumpel hatte sie alle und ich war zu klein. „Na warte“, dachte ich mir...“das kann ich auch“...“da kann ich mithalten“. „Challenge accepted“, würde Barni sagen. Barni...kennt jeder, der die Serie *How I met your mother* kennt. Ein Schützenjäger, wie er im Buche steht. Na ja, ihm konnte ich zwar nicht das Wasser reichen aber meinem Kumpel. Während mein Kumpel die Mädels allerdings wie ein Taschentuch benutzt hat, das man hinterher wegschmeißt, ging ich etwas achtsamer mit ihnen um und machte aus den ONS gleich eine kurze Affäre, die über mehrere Wochen ging.

Wie dem auch sei, ich konnte viel Erfahrung mit dem weiblichen Geschlecht sammeln, was mir heute

in meiner Arbeit als Sexualtherapeut sehr entgegen kommt. Ich habe mein Wissen nicht aus Büchern oder Hörsälen sondern aus dem Leben aus meiner persönlichen Erfahrung.

Ich war z.B. ein halbes Jahr lang impotent. Es war die Hölle, mein Leben war zu Ende dachte ich. Aber diese Erfahrung ist unbezahlbar. Welcher Therapeut hat schon das Glück, selber mal betroffen zu sein. Heute kann ich den Männern die Angst nehmen und ihnen zeigen, wie ich damit umgegangen bin und wie sie da wieder raus kommen können. Aber was noch viel wichtiger ist, ist die Tatsache, das das nicht das Ende sondern erst der Anfang ist.

Ich war ja nun Tantramasseur und brauchte meinen Lingam nun gar nicht mehr unbedingt, um eine Frau sexuell glücklich zu machen. Während meiner ersten Ausbildung zum Tantramasseur, ich hatte übrigens drei mal das Glück, jeweils einen anderen Lehrer für die

Tantramassage zu haben, lernte ich, damals von einer weiblichen Lehrerin, das Mann als Gebender keine Erektion haben sollte, wenn man eine Frau massiert. Was machte ich also, meinen Shiva einsperren und meine Lust unterdrücken. Ja, so fing das mit meiner Impotenz an. Ich habe meine Manneskraft abgeschnitten um ja die Frau die mir da anvertraut wurde, nicht mit meinen harten Teil zu erschrecken.

Später in Dänemark lebend habe ich *50 Shades of Gray* gelesen und wollte die Anna aus dem Buch kennenlernen. Zwei Wochen später hatte ich dann auch bereits Kontakt zu ihr. Ja die Manifestationen wurden immer kürzer von der Dauer her. Kein Witz ich habe diese Anna kennengelernt. Ich wusste anfangs nichts von ihren masochistischen Neigungen, stellte diese aber ein paar Wochen später in einer Tantramassage fest, als ich mal einen Flogger ausprobiert habe, um sie in ihren Körper zu

bringen. Wow, hat ihr der Schmerz Spaß bereitet und wow, hat mir das Schmerz zufügen Spaß bereitet. Also nicht das Schlagen hat mich erregt, sondern ihre Erregung.

Wie dem auch sein, diese Frau lag das erste Mal vor mir und ich gab ihr eine Tantramassage. Erst massierte ich ihr den Rücken und drehte sie dann auf selbigen um und legte ihr lediglich meine rechte Hand auf ihren Nabel. Glaubt es oder auch nicht. Ihr gesamten Körper fing an zu vibrieren. Was für ein geiles Erlebnis. Die Frau reagiert auf mich. „Das muss eine Göttin sein.“ „Ich muss ein Gott sein.“, so ähnlich dachte ich wohl. Es war sehr interessant, wie ihr Körper auf mich reagierte. Und was noch cooler war. Mein Körper reagierte genau so auf sie. Auch ich fand mich teilweise auf dem Rücken liegend wieder und mein ganzer Körper hat vor Geilheit gezittert. Das waren energetische Orgasmen oder auch leichte Ekstasen.

Ich wollte mehr von der Frau. Ich wollte sie auch irgendwann einmal vögeln.

Aber mein Lingam fand diese Idee gar nicht so toll. Er verweigerte sich ihr. Entweder war ich noch traumatisiert von der Massageausbildung, da ich ja bei meinen Klientinnen keine Erektion haben darf oder die Frau war mir einfach zu sexuell und ich hatte Angst vor ihr.

Heute weiß ich dank Jack Morrin, das ich in einer von ihm genannten Grauzone stecke. Ich versuchte meine alte Sexualität, mit Alkohol und Kopfkino, gegen eine neue Sexualität auszutauschen. In der neuen Sexualität wollte ich halt ohne Alkohol zu trinken mit meiner Partnerin sein. Ich habe gelernt, präsent zu sein. Bei ihr. Und nicht bei irgendeiner Pornoschlampe in meinem Kopfkino und auch nicht in einer Phantasie. Läuft nämlich mein Kopfkino, so bin ich mit meinem Fokus und damit mit meiner

Energie in der Vergangenheit und schweife ich in eine Phantasie ab, dann gebe ich meine Energie in die Zukunft.

Als Tantriker weiß ich aber, das es nur das Hier und Jetzt gibt. Und gerade beim Sex sollten wir im Hier und Jetzt sein, damit die Energie an die Partnerin, die da unter einem liegt oder vor einem kniet, abgegeben werden kann. Erst durch diese Energie können wir etwas fühlen und bewirken.

Diese Energie, nennen wir es mal Prana oder einfach Liebe ist wichtig, um in den Moment kommen zu können. In die Ekstase. Nur hier können wir die Verbundenheit mit Allen und Allem erfahren. Hier kommen wir unserer Göttlichkeit näher. Alles andere ist nur ficken.

Also mit dieser Frau ging es nicht. Zum Glück lernte ich aber noch eine Frau kennen, die sehr sehr viel Einfühlungsvermögen hatte und sich sehr viel Zeit mit

mir nahm. Sie peppelte meinen Lingam wieder auf. Zwischenzeitlich hatte ich dann auch noch diese Ausbildung als Sexological Bodyworker in Zürich und auch wenn ich dort nicht mehr viel lernen konnte, eine Sache hat mir sehr geholfen. Mein Ausbilder meinte nämlich, das es völlig OK und sogar gewünscht ist, das wir als Mann in der Tantramassage auch erregt sind, wenn wir geben, denn nur so kann die sexuelle Energie bei unser Klientin so richtig ins Fließen gebracht werden. Das Traumata hat sich hier aufgelöst. Und wenn ich sage ich habe dort nicht mehr viel gelernt, dann ist das natürlich auch nur die halbe Wahrheit, denn dort hatte ich sehr sehr schöne Begegnungen mit anderen Menschen.

Da war zum Beispiel dieses wundervolle hübsche Mädchen aus China. Die Energie zwischen uns war

grandios. Das spürte ich schon in der ersten Umarmung mit ihr.

Ich gab ihr Abends, nach unserem Kursprogramm eine energetische Tantramassage. Heute, nachdem ich dann noch eine spezielle Ausbildung bei einem Yogi aus Israel gemacht habe, nenne ich diese Massage die Prana-Flow-Massage. Während dieser Massage schaute uns ihr Liebhaber zu. Hinterher sagte er mir, das er alleine vom Zuschauen in Ekstase geraten war. Echt krass.

Auch hat mich das Feedback einer Kollegin umgehauen, nach dem ich ihr eine Session gegeben hatte, in der ich ihr ausnahmsweise mal keine Yoni-Massage gegeben hatte, sondern gezielt ihren Anweisungen und Wünschen gefolgt bin. Sie hat mich mit ihrem Feedback zu Tränen gerührt als sie meinte, ich hätte ihr so einen heiligen Raum aufgebaut, dass sie tief in ihre Kindheit abtauchen konnte. Sie spürte, dass

ich in der anschließenden Ruhephase eine heilige Glocke über sie gespannt hatte. Ja, das hatte ich. Und ich war heilig an dem Tag! Ich fühlte, das alles richtig war.

Die gesamte Sharing-Gruppe hatte Tränen in den Augen. Was für ein heiliger Moment.

Um nun aber auf meine Minderwertigkeitskomplexe zurück zu kommen. Diese waren es, die mich motiviert haben, viel Sexualität leben zu wollen. Und als Ergebnis kann ich nun anderen Menschen in ihrer Sexualität helfen.

Wenn du zum Beispiel auch gerade Probleme mit deiner Manneskraft hast, dann sei dir gewiss, das wenn die richtige Frau in dein Leben tritt, alles wieder funktionieren wird. Die einzige Voraussetzung dafür ist, das du im Hier und Jetzt bist. Sei präsent. Sei bei deiner Partnerin. Verzichte

auf Alkohol und Drogen. Spüre sie. Spüre dich. Dein Lingam wird wieder stehen, wenn ihre Yoni ihn aufnehmen will. Und wenn er tatsächlich nicht mehr funktioniert, weil du z.B. einen medizinischen Eingriff hattest oder es andere pathologische Gründe geben sollte, dann lese mal das Kapitel über SlowSex. Beim SlowSex benötigst du nämlich gar keine Erektion.

Ich durfte mal bei einer Orgie dabei sein und hatte auch keine Erektion. Sei es dass ich in der Gruppe zu schüchtern war oder eben nicht die richtige Frau dabei war (meine derzeitige große Liebe war nicht bei dieser Orgie dabei) oder weil ich einfach blockiert war. Ich empfand diesen Umstand aber gar nicht mal so schlimm. Denn zum einen war ich mit diesem Problem nicht der einzige und zum anderen kannte ich genug Techniken um auch genau so viel Spaß zu haben oder besser gesagt zu geben. Wenn er mir nicht steht, dann kann ich wunderbar mit meinen Lippen und meiner Zunge nicht nur die Yoni der Frau verwöhnen, sondern

ihren gesamten Körper. Und dann habe ich noch meine geschickten Finger, die es zum einen vermögen jeden Punkt in jeder Körperöffnung gezielt zu berühren und dort Energie hin zuleiten und zum anderen können meine Finger so ein Kribbeln verursachen, in dem ich ganz sanft die Haut berühre und ab und zu auch mal fest zupacke. Auch bin ich in der Lage, die Energien im Weiblichen Körper in Gang zu bringen, in dem ich mit dynamischen Ausstreichungen den Prana-Fluß, die Kundalini-Energie in Wallung bringe.

Und wenn ich schreibe, das ich das kann, dann meine ich damit, das du das natürlich auch kannst.

Und wenn du dir da noch nicht so sicher bist, dann hast du die Möglichkeit Seminare und Lehrgänge zu diesem Thema zu besuchen.

Auch das ich jetzt dieser Buch schreibe macht Sinn und ist ein weiteres Puzzle-Stück für das große Bild. Gestern kam mir die Erkenntnis, das ich hier etwas schreibe um mich selber wieder daran zu erinnern. Um es noch einmal zu reflektieren. Dazu hat mich übrigens ein lieber tantrischer Kollege inspiriert. „Ja, schreibe ein Buch. Das ist eine gute Selbst-Reflektion.“

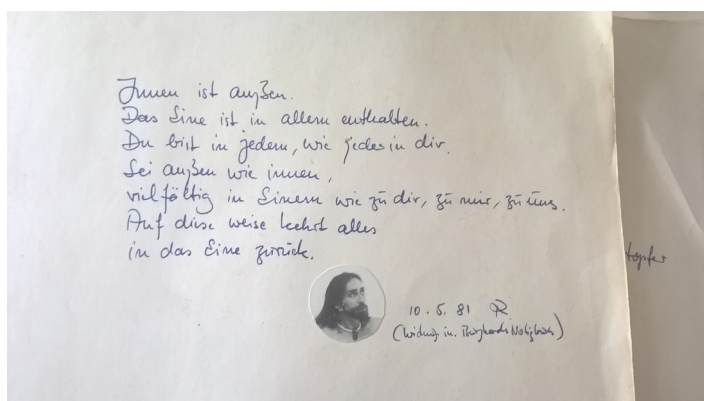
Dieser nette Kollege, auch wenn ich seine Methoden verabscheue, hat mir auch die Augen geöffnet um mit meinem Rausschmiss in einer Berliner Tantraschule umzugehen.

Ich arbeitete dort an dem neuen Design ihres Internetauftrittes für das ich im Gegenzug alle möglichen Seminare besuchen durfte. Auch habe ich zusammen mit ihnen gegessen und gesehen, wie sie gelebt haben. Der alte Tantriker gab mir sogar einen Einblick in seine bebilderte Geschichte in Form eines kleinen Buches, in dem er Erinnerungen sammelte.

Darunter befand sich auch ein Bibliotheksausweis für eine Bibliothek beim Dalai Lama. Was für ein erhebender Moment. Ich wurde von jemanden berührt, der den Dalai Lama persönlich kannte. Und dabei rede ich nicht von irgendeinem Buddhisten sondern von einem Bodhisattva, einem erleuchteten.

Ich konnte viel von ihnen lernen, vor allen Dingen aber auch, wie man es nicht macht. Und nach dem sich ein Kunde bei ihnen über mich beschwert hatte, weil ich einen Artikel über den Holocaust auf Facebook geteilt hatte, warfen sie mich raus. Ja, die sogenannten Gurus wurden von mir getriggert. Wenn ich etwas gut kann, dann ist es jemanden zu triggern. Der Skorpion hat seinen Stachel zwar um sein eigenes Ego zu töten, aber manchmal sticht er auch andere. Und das ist immer schmerzhaft, wenn nicht tödlich.

Auch haben sie mich mal gefragt, warum ich denn kein Fleisch esse. Ich antwortet: „Ich bin Yogi und lebe nach Ahimsa der Gewaltlosigkeit.“ Mag sein, das sie das auch getriggert hat, denn sie aßen Fleisch, rauchten und benutzten Zucker. Alles Dinge, die ich von „richtigen“ Yogis gelernt habe zu vermeiden.



Mein Kollege meinte, um auf diese Aussage zurück zu kommen, „Deren Kritik ist doch ein schönes Kompliment. Denn da spricht der Neid aus ihnen“.

Dieser Artikel, den ich da geteilt hatte, war lediglich dazu da, um meine Mitmenschen mal ins Nachdenken

über unsere Geschichte zu bringen, so nach dem Motto „Du musst nicht alles glauben, was du siehst.“, oder in diesem Fall, was du in den Geschichtsbüchern liest. Aber es war krass zu sehen, wie einige Menschen auf unsere Geschichte reagieren. Da sind doch einige Menschen, gerade in Deutschland, tief traumatisiert, obwohl sie bei dem Völkermord gegen die Juden gar nicht dabei waren und rein gar keine Schuld daran haben. Da wurden mir so Dinge wie Volksverhetzung vorgeworfen. So sehr hat das am Käfig eines Menschen gerüttelt. Alarm, da kommt eine rechte Sau. Weit gefehlt ich bin politisch eher uninteressiert. Ich öffne nur meine Augen und sehe, wenn irgendwo etwas ungerechtes passiert. Und dagegen kämpfe ich. Das macht mich zu einem Krieger des Lichts. Ich kämpfe gegen Unwissenheit und Ignoranz.

Das ist auch ein Grund, warum ich so viel unterschiedliche Berufe erlernen durfte und warum ich so viel unterschiedliche Erfahrungen machen durfte. Ich habe die einmalige Gabe, alle Dinge von mehreren Seiten durchleuchten zu können um zu sehen, dass es immer mehrere Wahrheiten gibt.

Je nach Blickwinkel sehen wir etwas anderes.

Stelle dir mal einen bunten Strauss Blumen vor. Stelle dir vor du hältst ihn vor dir in die Luft. Die Person links neben dir sagt, „Ich sehe rote Blumen.“. Die Person rechts neben dir sagt, „Ich sehe gelbe Blumen.“ Und du selber siehst die roten und die gelben.

Je nach Blickwinkel sieht man eine andere Wahrheit.

Der Bauer, der sich seit Tagen voller Trockenheit nun endlich über den Regen freut hat eine ganz andere Meinung zum Wetter als derjenige der sich lieber in der Sonne aalen möchte.

Jeder Mensch hat bestimmte Erfahrungen gemacht, hat bestimmte Dinge gesehen und denkt anders als du oder ich. Seine Einstellung zu bestimmten Dingen ist aber weder falsch noch richtig. Sie ist einfach. Erst der Betrachter macht die Dinge mit seiner Wertung und Verurteilung zu etwas gutem oder zu etwas schlechten.

Spiegel

Es ist gerade der 24.12.2017 und ich sitze vor dem Spiegel und mache Kundalini-Yoga. Ja, ich habe für ein paar Tage die Wohnung einer Freundin überlassen bekommen, während sie im Urlaub ist. Im Winter werde auch ich zum Warmduscher. Es ist halt eisig kalt im Wohnmobil zu dieser Jahreszeit und die letzten beiden Jahre sind mir sogar die Wasserleitungen eingefroren, weil ich nicht an Frostschutz gedacht hatte. Außerdem haben die Bibliotheken zu dieser Zeit geschlossen, weil mal wieder irgend so ein Feiertag ist.

Ich sitze hier also vor dem Spiegel und mir fällt noch etwas ein, was ich dir gerne noch mit auf den Weg geben möchte.

Mach mal bitte folgende Übung:

Setze dich vor einen Spiegel und versuche mal deinem Spiegelbild einen Schnurrbart anzumalen.

Ja, du könntest direkt auf den Spiegel malen, aber diese Möglichkeit schließen wir einfach mal aus.

Du wirst bemerken, das es da nur einen einzigen Weg gibt. Du musst dir selber einen Schnurrbart aufmalen. Du wirst es anders nicht hinbekommen, dein Spiegelbild zu verändern.

Dies ist eigentlich eine wundervolle Metapher für unsere Realität. Wir sind immer wieder versucht, die Menschen und Dinge im Außen zu ändern. Dabei ist das, was wir sehen, wenn wir unsere Augen öffnen lediglich eine Projektion unseres Inneren. Hier gilt das hermetische Gesetz: *Das Prinzip der Entsprechung.*



Wie oben – so unten, wie unten – so oben. Wie innen – so außen, wie außen – so innen. Wie im Großen – so im Kleinen. Für alles, was es auf der Welt gibt, gibt es auf jeder Ebene des Daseins eine Entsprechung. Du kannst daher das Große im Kleinen und das Kleine im Großen erkennen. Wie du innerlich bist, so erlebst du deine Außenwelt. Umgekehrt ist die Außenwelt dein Spiegel. Wenn du dich veränderst, verändert sich alles um dich herum.

Wenn du zum Beispiel versuchst deine Partnerin zu ändern, wirst du damit nicht nur keinen Erfolg haben, nein du wirst zudem auch noch böse Blicke ernten, wenn deine Partnerin mitbekommt, das du sie ändern oder wohl möglich erziehen willst.

Ich denke, dieses Prinzip können wir auch auf unsere Kinder anwenden. Ich persönlich hasse es, wenn mich jemand versucht zu erziehen. Wir können es unseren Kindern vormachen, wie man es macht und

sie dürfen selbst entscheiden, ob sie das auch so machen wollen oder eben nicht. Kinder erkennen oft auch, wenn wir Erwachsene etwas falsch machen und das werden sie bestimmt nicht nachmachen, außer wir prügeln es in sie hinein. Aua...da haben bestimmt viele Menschen ein Traumata sitzen, was Prügel angeht.

Spiegel-Neurosen

Es gibt in meinem Leben leider einige Menschen, die den Kontakt zu mir nicht nur abgebrochen haben, was etwas ganz natürliches ist, sondern es gibt da auch ein paar liebe Menschen in meinem Leben, die jeglichen Kontakt zu mir verweigern. Da war zum Beispiel mein Vater, der meine Herkunftsfamilie verlassen hatte, als ich gerade mal 12 Jahre alt war. Er fragte mich, ob ich mit ihm und seiner Geliebten zusammen wohnen möchte und ich willigte ein. Leider fand ich das Leben mit seiner neuen Freundin und ihrem Sohn weit weg von meinem Freundeskreis nicht so toll. Da ich ein Mensch bin, der Autorität strikt ablehnt und ignoriert, hatte ich bei ihr einen schweren Stand und sie überredete meinen Vater, der den ganzen Tag auf Arbeit war und gar nicht von meinem Ungehorsam mitbekam, mich abends übers Knie zu legen. Ja, bei

mir gab es noch die Prügelstrafe. Auch von meiner Mutter wurde ich oft geschlagen, bis ich dann irgendwann mit Karate angefangen habe und sie sich nicht mehr getraut hat. Meinem Vater musste ich es auf meinem 13ten Geburtstag leider mit Gewalt austreiben. Als er meine Bitte, uns Heranwachsende auf meiner Party alleine zu lassen, damit wir Engtanz üben und küssen können, nicht nach kam und ich das dumpfe Gefühl hatte, er hätte die Nachbarochter eher für sich selber eingeladen denn für mich, habe ich ihm meine geballte Faust ins Gesicht geschlagen und ihn mit meinem Sattelring oberhalb des Auges verletzt. Dieser Schlag hatte den gesamten Hass freigesetzt, den ich die ganzen Jahre aufgestaut hatte.

Nun hatte er zwar endlich aufgehört mich zu schlagen, nach dem ich mir aber einen Monat später im Skiurlaub das Bein gebrochen hatte, setzte er mich ganz einfach nach der Reise bei meiner Mutter ab ohne mit mir vorher darüber zu reden.

Einfach so... Irgendwann saß ich dann bei meinem Arzt und mein Nachname wurde aufgerufen. Ich und ein älterer Mann neben mir standen daraufhin auf, weil wir uns beide aufgerufen fühlten. Dieser Mann war mein Vater. Er saß die ganze Zeit neben mir. Wir haben es beide nicht gemerkt. Konnten uns aber weder anschauen noch begrüßen.

Als ich Jahre später auf unseren alten Hof kam, um ihn zu besuchen, traf ich ihn im Garten und er meinte nur, das ich mich auch mal früher hätte melden können. Da ich aber der Meinung war, das dies als Vater ihm obliegt, war ich stinksauer und rannte wieder weg. Ich habe ihn nie wieder sehen können, da er vor ein paar Jahren verstarb.

Mit meinem Bruder verabredete ich damals, das wir uns zusammen bei ihm melden werden, wenn wir es beide „geschafft“ haben. Wir wollten vorher etwas im Leben erreichen um es ihm zeigen zu können.

Da mein Bruder erst gesundheitliche Probleme in seiner ersten Lehre hatte und in einer zweiten von den Kollegen gehänselt wurde, hat er früh aufgegeben und wurde so krank, das er früh in Rente ging.

Instinktiv glaubte ich damals schon, das er selber für seine Krankheit verantwortlich war. Heute weiß ich, das der Mensch seine Krankheiten selber durch entsprechende Gedanken manifestiert. Wenn jemand krank sein will, dann wird er es auch.

Nun hatte ich es als einziger von uns Brüdern „geschafft“, Karriere zu machen und wollte nicht alleine zu meinem Vater, denn ich hatte dies ja mit meinem Bruder abgemacht, das wir zusammen gehen werden.

Ich hätte mich so gerne wieder mit meinem Vater versöhnt, denn ich liebe ihn von ganzen Herzen. Auch habe ich den Kontakt zu dem Rest meiner Herkunftsfamilie verloren, weil meine Mutter durch die

Trennung von meinem Vater einfach nur blind und gemein war und den Kontakt unterbunden hat. Ich selber war noch zu jung oder eher blockiert, um selber den Kontakt herzustellen.

Zu meinem Bruder habe ich heute leider auch keinen Kontakt mehr, denn auf meiner Hochzeit habe ich mich mit ihm angelegt, weil er es gut meinte und Gras mitgebracht hatte. Meiner Frau gefiel dies aber gar nicht und bat mich, ihn zu ermahnen oder habe ich ihn sogar raus werfen müssen? Ich weiß es gar nicht mehr genau.

Nachdem ich vor ein paar Jahren in Dänemark eine Tantramassage bekommen hatte, löste sich dabei ein riesiger Brocken an gesammelter Energie und drei Tage später erhielt ich eine Email von meinem Bruder, in der er mir zu verstehen gab, was wir damals unter Brüdern so alles an sexuellen Dummheiten gemacht hatten. Da war sogar eine

Sache dabei, die mein Unterbewusstsein vor meinem Bewusstsein komplett ausgeblendet hatte.

Boah, krass...diese Erinnerung war komplett verschwunden, weil es mir damals als Jugendlicher total peinlich war, das wir das gemacht hatten. Das durfte kein Mensch rausbekommen, also wurde es sogar vor mir selbst verborgen. Mir war an diesem Tage aber klar, das das mit der Tantramassage zusammen hängen muss. Dort wurde mir ein harter Kloß im Bauch unter heftigen Schmerzen gelöst und ich konnte diese alte Energie aushusten. Da ich zu der Zeit schon etliche Jahre nicht mehr geraucht hatte, wusste ich das dies eine alte Blockade war, die ich da abhuste.

Leider wollte mein Bruder gar keinen Kontakt mehr zu mir haben, teilte er mir in seiner Email mit. Er leidet wahrscheinlich unter einem ähnlichen Trauma. Ich hatte bisher auch noch keine Idee, ihn um Verzeihung

zu bitten. Verziehen habe ich ihm schon vor langer Zeit in einem Karma-Cleaning-Retreat in einem buddhistischen Kloster.

Schade, denn ich liebe meinen Bruder über alles und würde mir nichts sehnlicher wünschen, als ihn wieder in meine Arme zu nehmen.

Der nächste Mensch, der mir etwas bedeutet und der den Kontakt abgebrochen bzw. blockiert hat ist diese warmherzige Tantramasseurin, die mir diese tolle Abschlußmassage gegeben hatte.

Ich habe sie auf einem Fortbildungs-Seminar in Luzern wieder getroffen. Wir konnten zwar miteinander reden, aber sie hatte große, wie ich heute weiß auch berechtigte Angst, irgendwann meiner Frau über den Weg zu laufen, denn beide waren vom Sternzeichen her Krebs und sie wusste, dass meine Frau wegen mir über Leichen gehen

würde. Zum Abschluss sagte sie zu mir, „Es war nicht einfach, dich zu ignorieren.“

Meine Frau hatte ihr die Schuld daran gegeben, das ich sie verlassen habe, obwohl ich schon viel früher diesen Impuls hatte. Beim letzten Umzug habe ich sogar mein gesamtes gespartes Geld in neue Möbel investiert, damit, wenn ich ausziehen würde, meine Familie zumindest gut versorgt ist. Als ich dann tatsächlich auszog, nahm ich lediglich meinen Schreibtisch mit.

Schade, zu dieser lieben Frau hätte ich so gerne noch Kontakt gehabt. Ich hatte sogar gehofft, das sie mir nach Dänemark folgt. Angeboten habe ich es ihr zumindest.

Da mein Sohn erst zu dem Zeitpunkt, als ich auszog mit seiner Ausbildung anfang, war er auf Unterhalt von mir angewiesen. Da ich am Anfang selber kein Geld bekam, ich hatte mein Arbeitslosengeld erst viel später bekommen und ich war nun gezwungen, mir erst

einmal einen Hausstand zuzulegen, um vernünftig leben zu können, konnte ich ihm erst mal nichts abgeben. Meine Leute konnte ja Sozialhilfe beantragen, deshalb habe ich mir auch nichts dabei gedacht.

Ich hatte meinem Sohn zwar die Handelsschule bezahlt, dort hat er aber nicht den Notendurchschnitt geschafft und hatte keine abgeschlossene Ausbildung. Er hat genau wie sein Vater lieber gevögelt statt zu lernen. Wer kann es ihm verdenken.

Na ja, nun dachte ich aber, er würde sich Arbeit suchen und würde mit seinen mittlerweile 21 Jahren auf eigenen Füßen stehen können. Stattdessen fing er aber eine Ausbildung an und dachte sich wohl, „Der Alte wird's schon bezahlen.“

Aber da hatte er falsch gedacht...ich war gerade dabei, endgültig aus dem System auszusteigen. Und

außerdem wollte meine liebe Frau auch noch Unterhalt von mir, anstatt selber für sich zu sorgen.

Dagegen bin ich aber sehr allergisch. Das wollte ich nicht unterstützen und so habe ich aus Trotz keinem von beiden etwas gezahlt, weil ich mich einfach nur derbe ausgenutzt gefühlt hatte. Ganze 21 Jahren, abzüglich zwei Jahre am Anfang, hatte ich meine Frau, ihre beiden Söhne und unseren gemeinsamen Sohn versorgt und ihnen ein Dach über dem Kopf gegeben. Ich wollte nicht mehr, denn das war auch der Grund für meinen Burnout. Ich war LEER. Ich konnte nicht MEHR. Ich wollte nicht MEHR.

„Leckt mich doch alle am Arsch !!!“

Die Anwältin, die meine Frau und auch meinen Sohn vertrat, sah das wohl anders. Die hatte ganz bestimmt riesige Problem mit einem Mann auf sexueller Ebene gehabt. Anders kann ich mir ihre Unmenschlichkeit und ihren Männerhass nicht erklären.

Sie drohte mir mit einem Gerichtsprozess, wenn ich meinem Sohn keinen Unterhalt zahlen würde. Nach einem persönlichen Gespräch mit meinem Sohn gab ich dann nach und wir einigten uns auf einen Betrag, deren Umfang ich heute nicht mal selber zur Verfügung habe.

Aber zwei Monate später war ihm, oder sagen wir mal, seiner Anwältin zu wenig und ich musste doch noch vor Gericht, weil mein Sohn ein Drittel mehr haben wollte.

Da ich das nur noch für unverschämt hielt, wollte ich mit allen Mitteln dagegen ankämpfen und verlangte vor Gericht einen Vaterschaftstest. War alles legitim, als seine Oma, meine Mutter, aber von dem Prozess gehört hat, hat sie sich dermaßen aufgeregt und sagte meinem Sohn so etwas wie „Was hat dein Vater gemacht? Seine Vaterschaft in Frage gestellt?“

Na ja, es kann sich wohl jeder denken, warum mein Sohn nun keinen Kontakt mehr möchte.

Ich konnte es damals nicht! Ich habe nicht verstanden, warum mein Sohn mich auf Facebook blockiert, meine Telefonate abwürgt und meine Emails nicht beantwortet.

Ich habe nur den Schmerz gespürt, nicht gemocht zu werden. Ablehnung.

Der kleine „Streber“ hat seine Ausbildung geschafft und hängt gleich noch ein paar Jahre mit einer zusätzlichen Ausbildung ran. Meine Mutter meinte mal, der ist genau wie Du. Der will es dir zeigen und dann erst meldet er sich wieder.

Ich hoffe er würde sich schon eher melden, denn ich liebe und vermisse ihn so sehr.

Als letzte in dieser Kette von Menschen, die mich ignorieren kommt nun meine Dual-Seele, die mich vor

einem halben Jahr in die Wüste geschickt hat. Völlig grundlos wie ich fand. Sie hatte mir zwar ganze 15 Gründe genannt aber, davon konnte ich keinen akzeptieren, denn einen Tag zuvor war anscheinend noch alles in Ordnung und über Nacht fallen ihr 15 Gründe ein, mich zu verlassen. Selbst Eifersucht musste sie nicht mehr erleiden, denn ich war schon ein Jahr monogam nur um ihr den Halt für spirituellen Wachstum zu ermöglichen.

Aber, ich war nicht mehr ich selber. Ich habe ihr meinen Shiva nicht mehr gezeigt, weil sie immer wieder mit diesen Sexpausen ankam und mir zu verstehen gab, dass sie eigentlich gar keinen Sex mag.

Ich habe die ganze Zeit meine eigene Lust unterdrückt um ihr zu zeigen, das wir nur Sex haben, wenn SIE es wünscht. Wir hatten deshalb nicht

weniger Sex, aber sie hat meine Intentionen immer gespürt und hat dann dicht gemacht.

Tja, was soll ich sagen. Ich habe es damals nicht verstanden, warum sie mich nicht mehr wollte und warum sie den Kontakt zu mir komplett eingestellt hat.

Eine liebe Freundin hat mir dann erklärt, dass all diese Menschen mich sehr sehr lieben müssen, wenn sie sich so aus meinem Leben stehlen. Es tut ihnen doch genau so sehr weh wie mir, denn sie lieben mich immer noch.

Meine Erkenntnis aus all dem ist folgende.

Gehen wir mal davon aus, dass mir jeder einzelne Mensch, mit dem ich intimen Kontakt habe, etwas spiegelt. Dann macht derjenige dies unbewusst. Und wundert sich eventuell auch noch, „Warum mache ich so was überhaupt?“

Von mir persönlich weiß ich, dass ich sehr viele Menschen gespiegelt habe und sie sehr verletzt haben

muss. Ich selber bezeichne mich als einen guten Trigger. Jemand der sein Schwert direkt in die Eiterblase des anderen bohrt, damit das Eiter abfließen und Heilung eintreten kann. Dies habe ich schon oft gemacht. Und damals hatte ich immer Mitleid mit den Menschen. Und es tat mir sehr weh. All die Frauen, mit denen ich Schluss gemacht habe, taten mir Leid. Nein, ich tat mir selber Leid (zu).

„Man kann niemanden Wehtun, ohne
sich selber dabei weh zu tun“
- Unbekannt

All diese lieben Menschen sind meine Spiegel und deren Aufgabe ist es u.a. mir Schmerzen zu bereiten, damit Heilung passieren kann, sofern ich es dann bemerke und zulasse.

Bei meiner Dual-Seele habe ich loslassen können. Wir waren auch nur ganze 1.5 Jahre zusammen. Aber auch dafür brauchte ich viel Hilfe von Außen. Aber

all diese Hilfe kam von Engeln.
Wie heißt es noch in dem Buch *Die kleine Seele redet mit Gott*, von Neal Donald Walsh, „Ich habe dir nur Engel gesendet.“

Ich nenne dies Spiegel-Neurosen, denn es tut weh, jemanden, den man liebt, verletzen zu müssen. Meine Frau sagte öfters, „Ich will dich nicht schlagen, aber ich kann nicht anders.“ und boxte mich ;-)

Und meine Liebste meinte mal, „Wenn ich dich nicht so abgöttisch geliebt hätte, dann hätte ich es gar nicht ausgehalten und hätte nicht diese Erfahrung machen können.“

Ja auch Seelenverwandte scheiden irgendwann wieder aus unserem Leben und gehen ihren eigenen Weg.

Einige von ihnen bekommen sogar ihre Flügel :-)

Meine Frau meinte ab und zu aus Spaß, „Es juckt schon an den Schulterblättern, ich bekomme wohl bald meine

Flügel.“

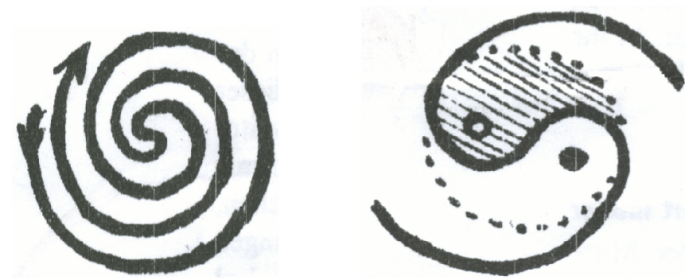
Ja sie wusste intuitiv wie das Leben funktioniert.

Sie hat sich ihre Flügel redlich verdient.

Danke Struppi <3

Ewiges Leben

Gewusst oder sagen wir besser geahnt habe ich es schon lange, das wir ewig leben werden, aber kurz nach Weihnachten, habe ich den Beweis gefunden, oder sagen wir mal eine Erklärung, warum es so sein könnte.



Ein Freund, oder sagen wir besser, ER, hat mir vor wenigen Wochen hier in Kreuzberg eine Kirche gezeigt. Als ich ihn wiedersehen wollte, habe ich versucht, ihn telefonisch zu erreichen, aber sein Handy hatte wohl keinen Empfang, also machte ich mich auf den Weg zu seinem Wirkungskreis, in der Hoffnung ihn zu finden.

Mein Weg führte an eben dieser Kirche vorbei und ich trat ein. Irgendetwas zog mich magisch in die Mitte des Kirchenschiffes und siehe da, dort war eine Spirale in den Boden eingelassen. Intuitiv stellte ich mich auf selbige, schloss die Augen und war einfach in dem Moment.

Dann zog es mich nach oben auf die Ballestrade und dort kam mir eine wundervolle, engelsgleiche Frau entgegen und lächelte mich an. Ich setzte mich einen Augenblick hin und lauschte dem Orchester, in dem sie Geige spielte und genoss die Klänge.

Beim Rausgehen fand ich ein Schriftstück, welches die Spirale erklärte. Sie symbolisiert das Leben (der Weg in die Spirale hinein), den Tod (im Mittelpunkt) und die Wiedergeburt (der Weg raus aus der Spirale). Diese Zyklen sind mir auch aus dem I-Ging bekannt. Dort heißt es auch, alles unterliegt den vier Hauptzyklen, Geburt, Leben, Tod und Wiedergeburt.

Eine feinere Unterteilung findet dort in den acht Trigrammen statt, welche sich jeweils aus sechs Yin- und Yang-Linien zusammensetzt. Wir kennen es u.a. auch von den vier Jahreszeiten und oder von den Tageszeiten, Morgen, Mittag, Abend und Nacht oder die Mondphasen, Vollmond, abnehmender Mond, Dunkelmond und zunehmender Mond.

Mit dem I-Ging habe ich eine Zweit lang orakelt und konnte somit die Zukunft voraussagen. Als ich allerdings im Yoga eine Asana zur Aktivierung des Ajna-Chakras, dem sogenannten dritten Auge, gelernt hatte, hatte ich die Eingebung, dass wir die Zukunft auch ohne das i-Ging voraus sehen können, weil wir ja in der Lage sind, unsere Zukunft weitestgehend zu bestimmen.

Die Dinge, die wir mit dem Gesetz der Resonanz in unser Leben ziehen, werden passieren. Das ist wie eine selbst erfüllende Prophezeiung. Da ich es aber viel

spannender finde, nicht alles im Voraus zu wissen, habe ich mit dem Orakeln wieder aufgehört.

Was aber das ewige Leben angeht, so bin ich mir fast sicher, dass wir eine Wiedergeburt erfahren werden. Das sagen ja auch die Buddhisten und während meiner Nahtoderfahrung, in der ich keine Kontrolle mehr über meinen Körper und meinen Verstand hatte, wurde mir klar, das heißt, erst später beim Reflektieren dieses Ereignisses, wurde mir klar, das wir weder unser Körper, noch unser Geist sind. Und dann bleibt nicht mehr viel übrig, was wir noch sein könnten. Ich glaube, ich bin damals wirklich gestorben und halt mit dem selben Körper wieder geboren. Aber wer kann das schon genau sagen. Eventuell ist auch nur mein EGO gestorben, obwohl es immer noch aktiv ist, nur jetzt kann ich es identifizieren. Ich kann z.B. meine Gedanken beobachten und meine Wertungen und

Verurteilungen sehen und bewusst annehmen oder ablehnen.

Grad neulich hatte ich die einmalige Möglichkeit jemanden etwa über Wertung und Verurteilung beizubringen, wobei mir ein wahrer Engel geholfen hat.

Just in dem Moment, wo ich anfang es zu erklären, kam eine Frau und setzte sich zu uns. Ich sah sie an und sagte, „Ich sehe eine schöne Frau.“ Offensichtlich war sie geschmeichelt. Dabei erkannte ich aber etwas ganz Entscheidendes. Ich habe sie durch meine Wertung, auch wenn sie positive war, kleiner gemacht, als sie eigentlich ist. Dann sagte ich meinem Gegenüber, „Nun zeige ich dir etwas Anderes.“ Ich blickte sie an und nahm sie war. Es floss ganz viel Liebe zwischen uns und unsere Augen wurden etwas feucht vor Freude und Liebe. Ich fragte sie, „Hast du das auch gespürt?“...sie nickte.

Ich habe quasi eine Transfiguration mit ihr gemacht. In einer Transfiguration siehst du deinen Gegenüber nicht als Objekt sondern einfach als dein Gegenüber. Was auch immer du da gerade siehst ist das göttliche in dem Gegenüber. Und in diesem Zustand fließt Liebe und beide können dabei in Ekstase geraten, was sich u.a. in einem Kribbeln angefangen von den Händen, über die Lippen bis hin zum gesamten Körper ausdehnen kann. Das habe ich bisher nur mit ganz offenen Menschen erlebt. Menschen, die keine Ängste mehr kennen und keine Blockaden mehr in ihrem Körper haben. Meist waren es Yogis oder zumindest Menschen, die dem Zigaretten-, Alkohol und Fleischkonsum entsagt haben.

Mit Zigaretten, Alkohol und Fleisch schadet man seinem Körper und kann nicht so viel Prana aufnehmen und auch die Gewissensbisse halten uns davon ab, angstfrei zu leben. Durch Ängste kommt

man schnell zurück in seinen Kopf und kann nicht einfach nur SEIN.

Energieprobleme gelöst

Wir haben zu dritt an dem Morgen nach der ersten Rauhnacht einen wundervollen Sonnenaufgang über Berlin beobachten können und unsere Kreativität sprudelte nur so vor guten Ideen.

Wir stellten uns die Frage, „Wie können wir das Energie-Problem des Planeten lösen?“

Dann stellten wir uns die Frage, „Was benötigen wir überhaupt?“

Da kam zuerst die Antwort, Lebensmittel. Da ich das Glück hatte in einem Vorort von Hamburg mit einem Garten, in dem ein Apfelbaum stand, groß zu werden, wusste ich, dass wir für Lebensmittel gar keine Energie benötigen. Die Äpfel wachsen ganz von selbst. Wir müssen nicht mal etwas aussäen. Ähnlich verhält es sich natürlich mit allen anderen gesunden Lebensmitteln. Auch Tiere, falls das eine

Option ist, benötigen keine Energie. Wir müssen lediglich viel weniger Fleisch essen, damit wir keine Tiere züchten müssen.

Andere Lebensmittel wie Obst und Gemüse und meinerwegen auch Fleisch benötigen wir nicht. Da muss man halt mal selber kochen oder ins Restaurant gehen. Aber Fertiggerichte sollte man aus seinem Leben verbannen. Die sind gar nicht gesund. Und Essen einfliegen zu lassen ist unnötiger Luxus.

Halten wir fest, etwas Feuer zum Kochen wird benötigt, wenn man nicht auf Rohkost umsteigen möchte. Für das Feuer gibt es nachwachsende Rohstoffe. Holz.

Auch die Ernte benötigt weniger Energie, als wenn man zum Supermarkt fahren muss um einzukaufen.

Als nächstes benötigen wir ein Dach über dem Kopf, um uns vor Wind und Wetter zu schützen.

Aber auch dafür baut man einmal ein Haus und gut ist es. Oder man erbt es von den Eltern.

Dann gibt es da noch Zelte, Jurten, Wohnmobile, Earthships, die aus Müll gebaut werden und sehr effizient sein können. Heute hat hoffentlich jeder ein Haus oder eine Wohnung. Und wenn man dann die leeren Wohnungen mitzählt, die leer stehen, weil sie sich keiner leisten kann, dann hätten sogar die Obdachlosen eine Bleibe. Es ist also schon alles da. Und für Nachkommen da legt man als Gemeinschaft halt mit Hand an und baut denen ein Haus. Wenn man dann auch noch öffentliche Gebäude zweckentfremdet, weil die Arbeiten, die dort verrichtet werden, unnötig werden, haben wir noch mehr Raum zum Aufteilen übrig.

Für die Häuser, bzw. für das Beheizen benötigt man allerdings Energie. Da verweise ich nun aber mal auf die Idee der Earthships. Dort gibt es eine große

Fensterfront, die im Winter das Sonnenlicht zum Heizen einlässt und im Sommer, wenn die Sonne höher steht, dafür sorgt, das nicht so viel Sonnenlicht eintritt. Die Wärme wird mit Hilfe von Thermalmasse (Erde, die z.B. in alten Autoreifen gehalten wird) gespeichert.

Zusätzlich kann man mit Sonnenkollektoren noch Wasser erwärmen und Strom erzeugen. Zur Not wird mit Holz dazu geheizt.

Ja, der Strom...da sollten wir einfach mal schlafen, wenn es Nacht ist, um keine Energie durch Licht zu verschwenden oder Kerzen benutzen. Ist auch viel romantischer.

Benötigen wir noch Kaffeemaschinen, Toaster, Mixer, Waschmaschinen und Computer? Hatten die Menschen vor dem Industriezeitalter solche Geräte? Haben sie überlebt?

Na ja, ein bisschen Strom kann ja mit Solar-, Wind-, Wasser- und Thermalenergie erzeugt werden, und zwar

lokal. Man denke nur an die Wasserräder und Windmühlen.

Energie ist eigentlich im Überfluss da. Aber wenn ich da an den Bitcoin denke, so dreht sich mir der Magen um. Da arbeiten Millionen von Computern nur um den Bitcoin zu minen. Dort wird eigentlich unnötige Arbeit verrichtet, weil dort das Proof-Of-Work-Prinzip, benutzt wird, um die Transaktionen zu verifizieren. Heutzutage völlig unnötig, da wir unsere Werte ja auch in Gold oder etwas ähnlichem aufbewahren könnten, was keine Energie kostet.

Aber benötigen wir überhaupt Geld?
Ich bin der Meinung, „NEIN“

Seit dem Michael Tellinger die Idee von UBUNTU verbreitet, bin ich der Überzeugung, dass wir auch ohne Geld, Tausch und Handel auskommen können,

wenn jeder einfach das macht, wozu er oder sie talentiert sind und es einfach nur machen, ohne etwas dafür zu verlangen. Somit hätten alle genug zum Leben und vieles an Berufen würde einfach wegfallen, weil es gar nicht benötigt wird. Es gibt da so viele unproduktive Berufe, die einfach abgelöst bzw. eingestellt werden könnten.

Ich denke da an die Polizei, die Richter, die Anwälte. Wenn alle Menschen, alles hätten, was sie benötigen, dann gäbe es keine Kriminalität mehr oder zumindest nur wenig.

Dann brauchen wir keine Rüstungsindustrie mehr. Wozu benötigt man Waffen, wenn man weder Tiere noch Menschen jagen muss?

Die Pharmaindustrie würde auf kurz oder lang fast ganz wegfallen. Denn wenn niemand mehr dem Profit hinterher rennt, haben die Menschen nicht mehr so viel Stress und werden nicht mehr so oft krank.

Die Werbeindustrie, die Medien und so weiter benötigen wir auch nicht wirklich, wenn wir nur das produzieren würden, was wir in diesem Moment auch wirklich benötigen.

Autos benötigen wir doch auch nur, um woanders hin zu kommen. Aber warum sollten wir woanders hinkommen wollen, wenn wir nicht mehr arbeiten müssen und mit den Menschen zusammen sind, die wir lieben? Urlaub machen wir auch nur, um uns von der Arbeit zu erholen.

Ansonsten kann man ja auch noch zu Fuß gehen, Fahrrad fahren oder mit einer Kutsche fahren. Und wenn man gerne am Meer ist, kann man ja dort wohnen.

Und wenn wir dann alle Arbeiten, die wirklich wichtig sind, von Robotern machen lassen, dann

brauchen wir gar nicht mehr zu arbeiten. Wir können uns dann mit Dingen beschäftigen, die uns erfüllen.

Was wir aber unbedingt benötigen ist LIEBE. Liebe ist der Kraftstoff, der uns alle am Leben hält. Davon haben wir alle genug. Man kann lernen, sich selbst zu lieben und dann kann man auch andere lieben. Diese Liebe ist unerschöpflich.

Was man noch haben könnte wäre Luxus. Da könnte man einfach etwas künstlerisch sein und das, was man kreiert an andere verschenken. Man kann Bilder malen, Schmuck herstellen, Theaterstücke aufführen nur um andere Menschen zu erfreuen. Aber auch dafür benötigt man keine und wenn nur wenig Energie.

Heute ist es leider so, das wir in den Städten wohnen müssen, weil dort die Arbeitsplätze sind. Dort zahlen wir viel Miete für eine Wohnung, die den ganzen Tag leer steht, zahlen unser Auto ab, damit wir damit zur Arbeit fahren können und tragen teure Arbeitskleidung

nur um Eindruck zu schinden. Und arbeiten tun wir hauptsächlich, um uns das oben genannte leisten zu können.

Wenn jetzt aber viele Branchen einfach wegfallen würden, müssten wir auch nicht so viel arbeiten. Und wenn wir nicht arbeiten, dann verbrauchen wir auch nicht viel Energie.

Da ich mir das Fasten angewöhnt habe, weiß ich, das wir eigentlich gar keine Nahrung benötigen. Dies ist aber nur eine Theorie von mir. Aber ich weiß, das wir gar nicht so viel essen müssten. Die Portionen, die wir heute in Restaurants bekommen, sind für jemanden wie mich, der nicht mehr arbeiten muss, viel zu groß.

Und dann wäre da noch die freie Energie. Dafür müsste man einfach mal etwas forschen.

„Wir brauchen nicht viel Energie, weil wir
nicht viel Energie verbrauchen“
- Artananda

Energasmus

Eben fragte mich eine meiner Partnerinnen ob ich nicht auch etwas über tantrische Energien (Lebensenergie nach Willhelm Reich, bzw. Liebe) schreiben kann. Nein genauer gesagt fragte sie mich ob ich etwas darüber sagen könnte, was ich vor ein paar Tagen mit ihr gemacht habe. Da ist etwas für mich persönlich auch noch neues, krasses passiert. Wir saßen uns gegenüber und ich fragte sie, ob sie etwas Liebe empfangen möchte. Keine Ahnung woher dieser Gedanke gerade gekommen war, aber ich musste ihn aussprechen.

Sie sagte, „Ja klar“.

Also gab ich ihr Liebe. Ohne sie zu berühren. Einfach so. Die Augen sind nach den Erkenntnissen von Willhelm Reich nicht nur optische Linsen.

„Augen sind Sender und Empfänger von
Lebensenergie.“
- Bernd Senf

Auf jeden Fall spürte sie ein starkes Kribbeln in ihrer Yoni, an der Wirbelsäule und zwischen den Schulterblättern und sie hätte mir wahrscheinlich am liebsten die Klamotten vom Leib gerissen um mich zu vögeln. Aber anscheinend war diese Aktion für sie genau so spannend wie für mich auch. Auch ich war in hoher Erregung und in Ekstase. Meine Hände fingen an zu kribbeln, meine Lippen fingen an zu kribbeln und ich fühlte irgendwann meinen gesamten Körper.

Vor drei Jahren besuchte ich eine Freundin in der Schweiz und gab ihrer Freundin, die zu Besuch war eine Tantramassage. Aus irgendeinem Grund konnte sie diese nicht wirklich genießen. Sie war so aufgeregt, dass sie vor der Yoni-Massage zum Pinkeln gehen musste und danach komplett raus war. Die Yoni-

Massage fiel dann natürlich aus. Wir meditierten danach aber noch über eine Stunde zusammen.

Am nächsten Tag fragte ich sie, „Was bist du eigentlich für ein Sternzeichen?“ Sie antwortet mit Krebs. Ich sagte, „Cool, ich war 20 Jahre mit einem Krebs verheiratet, lass uns flirten.“

Sie erwiderte, „Ja gern, aber bitte ohne Worte.“

Ups....ähm...ja...ich nahm die Herausforderung an. Wir setzen uns vor den Kamin, etwa zwei Meter auseinander und schauten uns einfach in die Augen.

Es dauerte nicht lange und wir waren beide in Ekstase. Meine Freundin, bei der wir beide zu Besuch waren, kam hinzu und setzte sich zu uns. Auch sie wurde von dieser Energie eingenommen und spürte etwas außergewöhnliches.

Etwas anderes, aber dennoch ähnliches erlebte ich mit zwei Frauen. Es war schon spät und meine

damalige Partnerin kam mich im Tantramassage-Institut, an dem ich arbeitete, besuchen, um einer Massage beizuwohnen. Eine Frau aus dem Massage-Team wollte meine Prana-Flow-Massage kennenlernen und ich wollte diese Gelegenheit nutzen, um sie meiner Partnerin, die mittlerweile auch Massagen geben konnte, beizubringen.

Da meine Partnerin aber sehr müde war und immer wieder einnickte, war ich mit meiner Aufmerksamkeit oft bei ihr. Das führte dazu, dass die Frau, die ich massierte so rein gar nicht in Erregung kam und auch nicht viel spürte. Dagegen lag meine Partnerin, die mindestens zwei Meter entfernt von uns lag, in energetischen Zuckungen. Diese Zuckungen waren allerdings noch leer, wie mir meine Partnerin sagte. Ich selber erlebe dieses Zucken auch bei mir, wenn ich eine Tantramassage genieße, mit jemand Liebe mache oder masturbiere. Auch bei mir sind diese Zuckungen leer, also ohne das dort Wellen der Ekstase durch meinen

Körper gehen, wie ich es sonst kenne. Aber das ist wohl natürlich, solange noch nicht alle Blockaden aus dem Körper entfernt wurden. Bisher konnte mir aber noch keiner sagen, was das eigentlich ist.

Ich nenne es mal Energasmus. Diese Art von Orgasmus kann man gezielt bei der Prana-Flow-Massage erfahren, bzw. geben.

Als meine Partnerin wieder wach wurde, wollte sie auch mal massieren und wir gaben meiner Kollegin eine 4-Hand-Tantramassage. Jetzt war die Energie, dort wo sie eigentlich sein sollte. Meine Kollegin wand sich vor Erregung und ich konnte ihren Körper durch reine Willenskraft in Ekstase bringen. Es sah so aus, als ob ich die Fäden einer Marionette ziehen würde. Es war Magie im Raum.

Ein Yoga-Freund, der den selben Lehrer wie ich hatte, sagte mir, wir müssen aufpassen, das wir damit nicht auf die dunkle Seite der Macht geraten.

Sofort dachte ich an die Yedi-Ritter und Darth Vader.

Ja, da sollten wir tatsächlich aufpassen. Aber ich denke, das man diese Art der Massage gar nicht erlernen kann, wenn das Herz nicht rein ist. Das funktioniert nur, wenn man bereits in den höheren Chakren Zuhause ist und damit meine ich das Ajna-Chakra. Erst hier ist es möglich, diese Art von Energie (Liebe) zu geben.

Und normalerweise kommt man auf seinem Weg auch am Anahata-Chakra (Herz) vorbei und ist dieses Chakra einmal aktiviert, kann man eigentlich gar nicht mehr auf den Dunklen Pfad geraten.

Die Hoffnung stirbt bekanntlich zuletzt ;-)

Blockaden lösen

Eigentlich wollte ich dieses Buch schon fertig haben, aber das Universum gibt mir gerade noch einen wichtigen Hinweis, dass ich noch ein Kapitel über Blockaden und dem Lösen selbiger einbauen sollte. Um überhaupt in der Lage zu sein, einen Energasmus oder auch einen Ganzkörperorgasmus zu erleben, ist es notwendig, dass man seinen Körper soweit von Blockaden löst, so dass diese Energie auch frei fließen kann.

„Die Lösung der Blockierung ist die Lösung“
- Bernd Senf

Was ist eine Blockade überhaupt und wie entsteht sie?

Stell Dir mal vor, jemand würde dich erschrecken. Wie reagierst du? Du atmest vor Schreck ein, spannst deine Muskeln an und hältst die Luft an.

Hierbei speichern sich energetische Blockaden in dein System ein. Quasi Lebensenergie, die nicht mehr abfließen kann. Selbiges passiert auch ohne Einwirkung von Außen durch Moral in dem man sich selber einschränkt.

Dieses Erschrecken passiert uns als Kind zum Beispiel wenn wir beim Masturbieren ertappt und gemäßregelt werden. Wir erschrecken uns dann jedes Mal, wenn wir dabei ertappt werden, gerade weil wir es dann heimlich machen und uns dafür schämen. Das wir es aber machen, ist ganz natürlich, weil sich ja viel Lebensenergie ansammelt, wenn wir nur sexuelle Gedanken haben. Das machen wir Menschen aber quasi ständig. Und diese Energie sucht sich irgendeinen Weg, um unsere System wieder zu verlassen. Dies gilt nicht nur für den Mann, der die Energie mit der Ejakulation los werden kann, sondern auch für Frauen, die diese Energie in einem so genannten Peak-Orgasmus (explosiver Orgasmus) abgeben.

Entledigt man sich dieser Energie nicht, kann es in Gewalt umschlagen. Das sehen wir zum Beispiel dort, wo zum Beispiel die Prostitution verboten ist oder in der Ehe, wenn einer der Eheleute keine Lust mehr auf Sex haben. Nicht selten geht dies bei der Frau in eine Hysterie über. Konnte ich selber schon beobachten. Mich hat zum Beispiel mal eine meiner Partnerinnen angeschrien, weil ich meinen Lingam in einem für sie ungünstigen Moment rausgezogen habe. Eigentlich wollte ich nur die Stellung wechseln, aber da sie mich angeschrien hatte, stand es um meine Lust nicht mehr so gut ;-)

Mir ist es mal aufgefallen, das mich schon die Anwesenheit einer jungen Tochter meiner Partnerin, die bereits durch die Pubertät durch ist, erregt hat und ich diese Erregung versucht habe zu unterdrücken, damit es ja keiner mitbekommt. Wie mag es da Vätern gehen, wenn die Tochter, die

bereits zu einer Frau heran gereift ist mit dem Vater kuschelt und er erregt wird? Ich habe mal gehört, dass sich Väter dann aus Scham komplett von ihrer Tochter abwenden und sie zu dem auch noch schlecht behandeln. Ungefähr so, wie man früher Hexen verbrannt hat. Ok, der Vergleich hinkt. Zumindest aber bekommt die Tochter dann keine Kuscheleinheit mehr vom Vater.

Die Aborigines in Australien haben für diesen Zweck sogar extra ein Ritual, in dem sie in einer Zeremonie einen Speer zwischen die gespreizten Beine ihrer Tochter in den Boden stoßen. Damit töten sie wohl sinnbildlich die Begierde zu ihrer Tochter. Hierfür werde ich wohl mal ein Rezept entwickeln, wenn ich noch mal eine Tochter bekommen sollte. Wahrscheinlich sollte man da einfach offen drüber reden.

Auch kann ich mich erinnern, das ich ermahnt wurde, in der Öffentlichkeit mit meinem erigierten Pimmel zu spielen. „Lass das Olaf, das macht man nicht.“, werde ich wohl öfters gehört haben, denn als Bub steht der ja ständig in der Gegend herum, schon wenn der Wind bläst ;-)

Da bin ich in meiner Ehe auch irgendwann hin gekommen, das ich zu wenig Sex hatte und ich kein Ventil gefunden habe. Ich hatte nur das Glück, genug Geld verdient zu haben, um Prostituierte dafür zu bezahlen, mein Ventil zu öffnen.

Heute mache ich das durch Transformation und Sublimation der Energie, was man zum Beispiel im Tantra Yoga lernen kann. Hier wird die Energie, die in Form von Sperma im Hoden angesammelt wurde, in feinstoffliche Energie umgewandelt und in die höheren Chakren hoch geleitet oder beim Kopfstand fließt die Energie halt durch die Schwerkraft runter.

Na und wenn das auch nicht hilft, weil man mal wieder Blue Balls hat, weil man zu viel Sex und zu wenig Yoga gemacht hat, dann gibt es ja noch ein altbewährtes Hausmittel. Wixen.

Hat man nun aber eine Blockade im System, dann kann man diese zum Beispiel durch das Massieren lösen. Da ein herkömmlicher Masseur aber nicht im Genitalbereich massiert bleiben wichtige Bereiche, wo in der Sexualität eigentlich viel Energie fließen könnte, unberührt. Das ist auch der Grund, warum einige Menschen keinen Ganzkörperorgasmus erleben, da die Energie nicht vom Lingam oder von der Yoni weiter im Körper fließen kann. Hier sollte man dann zum Beispiel einen Sexological Bodyworker konsultieren, da dieser in den Bereichen, Yoni, Lingam und Anus massieren dürfen. (siehe auch DeArmouring)

Erleuchtung nur in Indien?

Viele Menschen reisen nach Indien um dort die Erleuchtung zu erfahren. Das ist aber überhaupt nicht nötig.

Auch ich wollte das vor zwei Jahren machen. Ich hatte schon fast meinen ganzen Hausstand aufgelöst und wollte nach Rishikesh zur Agama-Schule, die von einem meiner Lehrer vor vielen Jahren gegründet wurde. Als ich beim indischen Konsulat in Hamburg ein Visum beantragen wollte, hatte ich aber die falschen Unterlagen mit, es macht einen Unterschied, ob man dort als Student oder als Tourist einreisen möchte. Also dachte ich noch einmal über meine Pläne nach.

Auch kamen Gedanken über Flugangst hoch. Nicht das ich damit immer noch ein Problem hatte, aber ich hatte tatsächlich Angst vor der Angst.

So dachte ich tatsächlich über Alternativen nach und kaufte mir stattdessen mein Wohnmobil. Das Geld dafür bekam ich durch den Verkauf meines Schlagzeuges, das ich direkt beim Hersteller zum halben Preis zurückgeben konnte. Beim Gespräch mit dem Mitarbeiter des Herstellers merkte ich, das ihn meine Worte, wir redeten über meine Absicht im Wohnmobil zu leben, erreichten.

Merken tue ich dies, in dem sich in meinem Körper eine Ekstase manifestiert. So ein Kribbeln, das durch den Körper geht. So ein Gefühl das hochkommt, wenn man der Wahrheit wieder mal einen Schritt näher gekommen ist. Man kann das auch einfach als Gänsehaut erleben.

Wie dem auch sei, ich kaufte mir ein Wohnmobil und war ab so fort nicht mehr obdachlos.

Halleluja.

Nun konnte ich überall sein, wo ich sein möchte.

Und mein Weg führte mich direkt nach Berlin. Dort machte ich alle noch notwendigen Erfahrungen, die ich auf meinem Weg benötigte.

Ich hatte dort das Paradies auf Erden gefunden.

Eines Tages, es war Sonntag und ich ging spazieren, steuerte es mich Richtung Mauerpark. Von diesem Ort hatte ich noch nie gehört, aber die Rhythmen, jemand spielte Schlagzeug auf Eimern und Blechen, zogen mich magisch an. Wow, wo war ich hier gelandet? Überall waren Musiker aus allen Herrgottsländern am spielen. SPIELEN ist übrigens ein Schlüssel zum Glück, nur so am Rande erwähnt.

Ich war gefangen von der Magie dieses Ortes. Noch vor ein paar Jahren war dies ein Todesstreifen. Ein Stück Land zwischen den Mauern, die Berlin in Ost und West einteilte. Menschen starben hier, weil sie in die Freiheit entkommen wollten. Dabei spielte es aus

meiner Sicht gar keine Rolle, ob sie nun von Ost nach West flüchteten oder von West nach Ost. Denn die nächste Einschränkung erfuhr man damals, wenn man versuchte über die Landesgrenzen hinaus zu reisen. Man war nicht wirklich frei.

Wozu dienen diese Grenzen eigentlich. Ist es nicht langsam Zeit diese nieder zu reißen? Wo befinden sich diese Grenzen in uns? Wo können wir sie niederreißen? Ich glaube, der Mauerpark liefert uns eine Antwort auf diese Fragen.

Jedenfalls fand ich mich zwei Jahre später mitten im Geschehen wieder, da ich anfang dort auch Musik zu machen. Ich entschloss mich dort zusammen mit den Menschen aus Afrika Djembe zu spielen. Ich hatte mein Djembe zwar schon seit etwa 4 Jahren, weil mich eine indisch/afrikanische Freundin gebeten hatte, sie in einem Workshop auf dem Djembe zu begleiten, doch so richtig spielen konnte ich noch nicht. Ich sah eines

Tages aber zu, wie ein anderer Musiker sich zu dem einen Afrikaner, der den ganzen Tag lang immer das selbe auf seiner kaputten Snaredrum spielte, setzte und zusammen mit ihm spielte. Beide hatten sie viel Freude damit und ich wurde inspiriert.

Eine oder zwei Wochen später habe ich es dem Musiker nachgemacht und habe mich einfach zu dem Afrikaner, der einem Mediziner glich, gesetzt und habe angefangen zu trommeln. Trommeln, Trommeln, Trommeln. Wow...das ist Medizin. Das ist Meditation in Bewegung. Ich war mit der Droge Musik infiziert.

Geld konnte man damit auch verdienen, was allerdings bis zu einem bestimmten Tag nebensächlich war. An diesem Tag saß ich am Kuhdamm und spielte alleine Djembe. Mein Freund war kurz Bier holen. Da kam eine Frau auf mich zu und zückte ihr Geldbörse und wollte mir Münzen

geben. Sie fragte mich, „Hast du denn keinen Hut zum Sammeln?“ Ich sagte nein, und ließ sie weggehen, ohne das Geld zu nehmen. Hinterher erkannte ich, das es wichtig ist, das Geld anzunehmen. Die Menschen möchten etwas Gutes tun. Sie möchten helfen und auf diese Weise zeigt sich ihnen ein Weg um jemanden helfen zu können.

Hast Du nicht auch mal den Gedanken gehabt, helfen zu wollen? Wusstest aber nicht wie? Jetzt kennst du einen Weg, eine Ventil um deine Sünden zu neutralisieren. Karma abzubauen. Wir schaffen mit unserer Musik eine Möglichkeit, den Menschen auf der Straße zu berühren. Sein Herz zu erreichen. Und zusätzlich kann er so eine Art Buße tun, in dem er die Musiker beschenkt.

Das ist der Geist des Geschenkes. Man gibt etwas, ohne dafür eine Gegenleistung zu erwarten.

Ich hatte mal einen Meister in einem Satsang befragt, ob es nicht unangemessen sei, wenn man jemanden etwas Gutes tut, obwohl man sich bewusst ist, dass das Gute tausendfach zu einem zurück kommt.

Er antwortete: „Das Geben ist schon das Nehmen“.

Aus diesem Grund biete ich heute noch meine Tantramassagen und Sexological-Bodywork-Sessions gegen Spende an. Da es mir Spaß macht, Menschen zu berühren, würde ich es auch kostenlos anbieten. Aber irgendwie könnte derjenige dann denken ich würde das nur machen, weil ich Sex haben möchte oder so ähnlich. Ja ich lebe meine eigene Sexualität in meinen Sessions aus, auch ich bin dabei erregt, aber meine Intention ist eine andere. Ich möchte mich dabei nicht fortpflanzen sondern lediglich Heilung passieren lassen. Und ganz selten gehe ich eine Beziehung mit meinen Klientinnen ein und habe erst dann Sex mit ihnen im

Herkömmlichen Sinne. Eigentlich ist das erst ein einziges Mal passiert...vor etwa vier Wochen ;-)

Wir führen eine Fernbeziehung...eine intensive...

Wenn du etwas von dir mit Liebe gibst, dann beschenkst du dich quasi selber. Wenn du jemanden schlägst, dann tut es auch dir weh und damit meine ich nicht nur den Schmerz in deiner Hand.

„Hinterlasse den Raum so, wie du ihn gerne wieder vorfinden möchtest“, kommt diesem Prinzip schon sehr nahe.

Oder, „Tritt näher ran du Schwein, der nächste könnte Barfuß sein.“, ist auch so ein netter Spruch, wie man ihn oft auf Herren-Toiletten finden kann.

Als ich neulich zum Tanzen beim Luzid Dance war, man tanzt dort Barfuß, konnte ich es deutlich an meinen Füßen spüren, was damit gemeint ist ;-)

Warum sollten wir so weit reisen, um die Erleuchtung zu erfahren. Es gibt doch alles direkt vor der Haustür. Selbst das Elend, das wir in Indien erfahren können, können wir direkt vor unserer Haustür erfahren. Schau dir nur mal all die Obdachlosen an. Ich wurde einen Tag vor Weihnachten zu einem Benefiz-Konzert von und mit Frank Zander eingeladen. Dort waren so an die 3.000 obdachlose Berliner versammelt. Na ja, es waren wohl nicht alle wirklich obdachlos, aber wenn es so weiter geht mit den Mieterhöhungen und Mindestlohn-Verletzungen, dann stehen bald noch mehr Wohnungen leer.

Und Schluss endlich müssen wir eine innere Reise antreten, um die Erleuchtung zu erfahren.

Wenn ich mich so im Mauerpark umsehe, dann sehe ich viele bunte Gesichter. Wir sind dort alle miteinander in Liebe verbunden. Jede Hautfarbe,

jede Nation, fast jedes Musikinstrument ist dort vertreten. Wir schaffen alle zusammen etwas großartiges. Wir bringen die Liebe nach Berlin und damit in die ganze Welt.

Die Reflektionen unseres INNEREN können wir überall sehen und erfahren, dafür müssen wir nicht weit reisen.

Überall sehen wir die Göttlichkeit. Auch die vielen tollen Altbauten hier in Berlin beherbergen etwas Kunst und damit Göttlichkeit. Man muss nur mal die Augen öffnen und die Kunst hineinlassen. Einfach mal schauen. Ohne zu werten. Ohne zu kategorisieren. Einfach SEIN lassen., wie es ist.

„Das Geben ist schon das Nehmen“
- Sarmapan

Manifestationen

Von meiner Langzeit-Manifestation in Sachen Porsche habe ich ja bereits berichtet. Auch wenn du bei Manifestation eher an etwas spontaneres denkst, nach dem du eventuell *The Secret* gelesen hast, so kann es unter Umständen tatsächlich sehr lange dauern, bis sich dein Wunsch in Form von Materie auch wirklich zeigt. Also gebe niemals auf. Und setze der Manifestation auch ein Erfüllungsdatum.

Letzten Winter wollte ich mal wieder zum Warmduscher werden und manifestierte zusammen mit meiner Partnerin ein Zimmer in einer WG. Ich setzte meinem Wunsch ein konkretes Erfüllungsdatum, sechs Tage in der Zukunft, also zum 6.12 (Nikolaustag) und just an diesem Tag postete eine Freundin von mir auf Facebook, das sie jemanden sucht, der ihr WG-Zimmer für zwei

Monate übernehmen möchte, da sie in den Urlaub fliegen möchte.

Erst vor ein paar Tagen, ich hatte meine Geldbörse in Hamburg verloren, saß ich in Berlin fest. Ich hatte schon seit Weihnachten kein Geld mehr, die neu beantragte EC-Karte kam nicht an, weil die Bank eine falsche Adresse von mir hatte und ich musste nach Hamburg fahren, weil das Fundbüro mich angeschrieben hatte. Ich habe mein Konto bei einer Hamburger Bank, die nur Filialen in Hamburg hat. Also manifestierte ich 100,- €, damit ich mein Wohnmobil voll tanken kann und wieder genug Geld habe um mein Fasten abzubrechen. Wenn das Geld knapp wird, dann gehe ich einfach in den Fasten-Modus, da kann man ganz einfach Geld zusammen sparen. An diesem Abend hatte ich auf einmal einen Plattfuß am Fahrrad und schob es am nächsten Tag zum Flicker zum Wohnmobil, das außerhalb der Umweltzone geparkt war. Beim Suchen nach Flickzeug fand ich zwei

Kaffee-Gläser mit Kleingeld drin. Von den Gläsern wusste ich natürlich, aber ich dachte, da wären nur Schweizer Franken und Dänische Kronen drinnen. Aber ich hatte wohl mal alle 10er und 20er Cent-Stücke da rein gefüllt, weil meine Schublade für Kleingeld voll war. Ich habe in meiner Geldbörse immer nur Scheine und das Kleingeld landet in dieser Schublade. Das Kleingeld wechselte ich in der Bundesbank und bekam so um die 66,- €. Dann hatte ich noch 35,- Schweizer Franken. Wenn ich jetzt noch die Franken bei der Reisebank eintauschen kann, dann sind es tatsächlich 100,- €.

Was mir persönlich bei der Manifestation von Dingen hilft sind folgende Dinge. Zum einen muss ich fest daran glauben, dass ich es auch wert bin es zu bekommen. Dann muss ich es auch wirklich benötigen. Dann muss ein Erfüllungsdatum bestimmt werden und ganz am Ende lasse ich meinen Wunsch

auch schon wieder los, weil ich weiß, das Universum bzw. mein Unterbewusstsein kümmert sich darum. Würde ich nicht loslassen können, dann bin ich mit meinen Gedanken wohl ständig bei der Sache und dann könnte es sein, dass sich irgendwann Zweifel einstellen und dann funktioniert es nicht mehr. Zweifel zerstören jede Manifestation, weil man den Glauben daran verliert und seinem Unterbewusstsein auf diese Weise mitteilt, dass es doch nicht so wichtig ist, denn das Unterbewusstsein macht genau das, was wir ihm sagen. Sind aber noch ein paar Glaubenssätze im Unterbewusstsein, die solch Manifestationen verhindern könnten, dann wird es schwer bis unmöglich.

Verhindernde Glaubenssatz wäre zum Beispiel:
„Ich habe es verdient, in Armut zu leben.“
„Ich meiner Stadt gibt es nur Wohnungen für reiche Menschen.“

Diese Glaubenssätze sollte man vorher aus seinem System entfernen. Eine wunderbare Methode hierfür nennt sich PSYCH-K. Zumindest konnte ich mit dieser Methode ein paar meiner Glaubenssätze entfernen. Eine weitere Methode kommt aus der Kinesiologie und nennt sich Muskel-Test mit dem man überhaupt erst feststellen kann, ob ein Glaubenssatz aktiv ist. Einfach mal bei Tante Google danach suchen. Der Test ist aber auch in der PSYCH-K beschrieben. Im Anhang dazu findest du einen Buchtip.

Freiheit

Schaue dir einmal die Vögel an. Beobachte sie mal ganz bewusst. Merkst du etwas?

Sie sind frei. Sie müssen nicht arbeiten. Sie haben alles, was sie benötigen. Das selbe gilt auch für alle anderen Tiere. Sie sind frei.

Arbeiten müssen Tiere nur, wenn sie in Gefangenschaft sind!

Wie ist das nun aber mit uns Menschen? Ganz genau so. Aber wir Menschen müssen doch auch arbeiten. Ja genau, wir sind ja auch in Gefangenschaft.

Wenn wir mal nach dem Wortstamm für Arbeit suchen, dann bekommen wir folgende Erklärung: Das Wort Arbeit geht nach Aussage von Manfred Riedel auf das germanische **arba** (Knecht) zurück. Neuer etymologische Wörterbücher nehmen als Urwort ein untergegangenes germanisches Verb **arbejo** an, mit

der Bedeutung „ein verwaistes und daher aus Not zu harter Arbeit gezwungenes Kind“.

Wir Menschen sind gefangen in unserem Glaubenssystem. Wir glauben, das wir arbeiten müssen, weil man es uns so beigebracht hat. Weil wir es so in der Schule gelernt haben. Ich möchte da gar nicht unseren Eltern oder der Regierung die Schuld daran geben, denn die haben es ja auch nicht anders gelernt.

Denke auch mal an eine Hummel. Ein Physiker würde sagen, die kann nicht fliegen, weil sie viel zu schwer dafür ist. Aber da die Hummel das nicht weiß, kann sie fliegen. Sie glaubt einfach, dass sie fliegen kann, also fliegt sie einfach.

Wir Menschen können alles woran wir glauben. Und wenn sich unser Bewusstsein erhöht werden wir in

die Lage versetzt Dinge zu tun, von denen wir heute noch nicht mal träumen können.

„Der Sinn des Lebens besteht darin
zwischen zwei Orgasmen etwas Nützliches
zu machen.“
- Artananda

Angst

Um die Freiheit zu erreichen, müssen wir unsere Ängste überwinden. Nur wenn wir wirklich ohne Angst sind, sind wir frei.

Was sind nun aber Ängste, wo kommen sie her, bzw. wann tauchen sie auf?

Diese Frage ist eigentlich ganz einfach zu beantworten. In der Vergangenheit kann man zwar Angst gehabt haben, aber da die Vergangenheit bereits vorbei ist, können wir in der Vergangenheit gar keine Angst haben. Angst existiert lediglich in der Zukunft und da es keine Zukunft gibt oder wir keine Zukunft erleben werden, dann wenn wir zum Beispiel den morgigen Tag nehmen, dann werden wir diesen nur im HIER und JETZT erleben können, nicht aber in der Zukunft. Und wenn wir keine Zukunft haben, dann sind Ängste nur so etwas wie

eine Phantasie. Ängste können niemals real werden. Zwar gibt es dieses Gefühl, das wir Angst nennen, aber dieses Gefühl wird nur im Kopf von uns erzeugt, wenn wir nicht im HIER und JETZT leben.

Es ist also ganz einfach, ohne Ängste zu leben.

Im HIER und JETZT.

Hattest du schon mal Angst vor dem Tod? Und bist du gestorben? Sicherlich nicht. Obwohl, ein paar von uns, und dazu zähle ich mich auch, waren dem Tod schon sehr nahe.

Da wir aber nicht unser Körper sind, werden wir auch nicht sterben. Nur unser Körper wird vermutlich irgendwann sterben, obwohl das auch nicht bewiesen ist. Zumindest ist dein Körper noch am Leben oder. Es gibt also keinen Beweis dafür, das er sterben wird. Alle sieben Jahre erneuert dein Körper alle seine Zellen. Dein Körper ist also maximal 7 Jahre alt. Sehe es bitte mal von der zellularen Ebene. Dein Körper besteht aus

Milliarden von Zellen. Jede deiner Zelle ist quasi ein eigenständiges Lebewesen. Und zusammen bilden sie deinen Körper. Genau so, wie alle Sandkörner einen Strand ergeben und genau so, wie alle Wassertropfen zusammen das Meer ergeben. Wenn du aber denkst, das dein Körper sterben wird, dann tut er dies auch. Mit unseren Gedanken können wir alles erreichen, was wir wollen. Mit unseren Gedanken, erzeugen wir Materie. Da dieser Prozess aber ein bisschen zeitversetzt ist, fällt es kaum jemanden auf, wie mächtig wir Menschen eigentlich sind. Und wenn wir den alten Menschen alles nachmachen, dann werden wir auch alt und sterben auch irgendwann.

Hätte ich nicht von Paul gehört, der mit 80 noch mit dem Kitesurfen angefangen hat, wäre ich nicht so motiviert gewesen, diesen Sport noch mit 50 zu erlernen. Auch hätte ich mit 49 nicht angefangen

noch mal zu studieren, wenn ich in dem Glauben geblieben wäre, ich müsse bald sterben, weil das macht man halt so, wenn man das Alter erreicht hat.

Wovor hast du Angst?

Ich hatte mal Angst, mit dem Motorrad durch Tunnel zu fahren. Da ich aus Hamburg komme und öfters mal durch den Elbtunnel gefahren bin, ist es mir damals zu Ohren gekommen, das dort hohe Dioxin-Werte gemessen wurden. Ich habe zwar keine Ahnung, was Dioxin ist, aber ich finde es hört sich gefährlich an.

Im Auto, so wurde mir mal gesagt, kann man die Luft einfach umwälzen und man kann solange, wie man im Tunnel ist, die Luftzufuhr von Außen abstellen.

Auf dem Motorrad geht das nicht.

Nun bin ich aber gerne in den Alpen mit meiner BMW unterwegs gewesen und dort hat es viele Tunnel und auch lange Tunnel. Da stand ich mal im Stau in so

einem. Na ja, lange stand ich nicht. Man schlängelt sich halt so zwischen den Autos durch.

Aber schön war das Gefühl durch einen Tunnel zu fahren nie.

Nun ergab es sich aber, dass ich ungewollt durch so einen langen Tunnel fuhr und auf der anderen Seite angekommen, hatte ich die Wahl, einen Pass zu fahren, es war schon fast dunkel, und einen riesigen Umweg zu machen.

Ich entschied mich für den Umweg, hab mich aber dummerweise verfahren und musste noch mal durch den selben Tunnel wieder zurück fahren.

Da setze mein brillanter Verstand ein. Auf dem Hinweg ist nichts passiert, darum wird auf dem Rückweg auch nichts passieren.

„Wenn man vor etwas Angst haben sollte,
dann sollte man es solange tun, bis die
Angst weg ist.“
- Unbekannt

Ein Jahr später, es war ein heißer Sommertag, wir hatten 36 Grad. War ich auch mit meiner BMW unterwegs. Selbst der Fahrtwind hat mich nicht abgekühlt. Als ich dann aber in einen Tunnel einfuhr, sank das Thermometer auf sage und schreibe 24 Grad runter. Kannst du dir vorstellen, was das für eine Erfrischung für mich war? Auf einmal habe ich das Tunnelfahren geliebt, denn dort war es angenehm kühl.

Aber auch diese Angst fand nur in der Phantasie statt. Ich dachte lediglich, dass es dort giftige Gase geben könnte. Aber die gab es nicht oder zumindest war es nicht schlimm, denn ich lebe noch.

Leider wird Angst auch von Firmen, Versicherungen und von unserer Regierung genutzt, um uns zu manipulieren. Die Medien berichten ständig von

schrecklichen Dingen, die allem Anschein nach, in unser Welt passieren. Aber die meisten Dinge, die uns in den Medien berichtet werden, sind schlicht weg falsch oder wichtige Details werden einfach weggelassen.

Ich persönlich glaube den Medien kein einziges Wort. Wobei, ich habe weder einen Fernsehen noch ein Radio. Also so viel von der Lügenpresse bekomme ich nicht direkt mit. Und wenn ich hier schreibe, das die Medien lügen, dann ist das auch gar nicht meine eigene Meinung, sondern die eines anderen.

„Wenn du die Zeitung liest, weißt du nicht was in der Welt passiert, sondern nur, was in der Zeitung steht.“
- Unbekannt

Um jetzt aber noch mal zur Angst zurück zu kehren. Wie schafft unsere Regierung es eigentlich, uns zu

regieren? Und wollen wir das überhaupt? Erkennst du alle diese vielen Gesetze ohne Einschränkungen an? Möchtest du wirklich jedes Jahr 23 Wochen a 40 Stunden damit verbringen deine kostbare Zeit mit Arbeit zu versauen und den gesamten Verdienst in Form von Steuern an die Leute entrichten, die andere Menschen in ihren Ländern in unnötigen Kriegen töten?

Wenn du erst mal durchschaut hast, das du in deiner Herkunftsfamilie, in der Schule und in der Uni nur darauf getrimmt wurdest, den Autoritäten zu gehorchen, dann fällt dieser Gehorsam ganz einfach von dir ab, denn die Ängste mit denen du täglich konfrontiert wurdest, erkennst du nun als Illusion. Es kann dir also keiner mehr drohen, beziehungsweise es tangiert dich nicht mehr und du machst einfach dein Ding, ohne den Autoritäten ihre Macht zu geben.

Du kannst ab heute diese Macht für **dich** selber nutzen.

Du bist nun ein
FREEMAN.

Tägliche Praxis

Um deinen Körper und Geist geschmeidig zu halten, empfehle ich dir Yoga zu praktizieren. Speziell beim Kundalini-Yoga, welches ich selber fast täglich ausübe, wird zum einen die Wirbelsäule schön beweglich gehalten und zum anderen wird auf diese Weise viel Prana aus dem Becken nach oben zu den höheren Chakren transportiert.

Auch die Geisteshaltung und die Meditation nach bzw. während des Yoga beruhigt unseren Geist und bringt dich deiner Göttlichkeit täglich einen Schritt näher.

Ein weiterer Nebeneffekt beim Yoga ist die Reinigung und Öffnung der Chakren. Sind die Chakren offen und sauber, dann fließt dort mehr Prana und versorgt deine Organe besser.

Ich muss wohl kaum erwähnen, dass du Nikotin, Alkohol, Fleisch, Zucker und Chemikalien, wie sie in

sogenannten Lebensmitteln und Medikamenten zu finden sind eher schaden als das sie dir helfen.

Glossar

Lingam	Penis, Schwanz, Glied, Fallus
Yoni	Vagina, Scheide, Möse oder aber auch liebevoll der Tempeleingang genannt
Brachmacharia	sexuelle Enthaltsamkeit, bzw. Verzicht zu ejakulieren
Amrita	Flüssigkeit, die bei der weiblichen Ejakulation, dem sogenannten Sqirten austritt. Man nennt es auch Lebenselixier und Jungbrunnen
Chakra	Energiezentrum im bzw.

	am Körper
Squirten	Weibliche Ejakulation
Point of no Return	Eine hohe männliche Erregung, die eine Ejakulation nach sich zieht.
Prana	Bio-Energie, Chi, Ki
ONS	One night stand, man trifft sich für eine einzige Nacht, um miteinander Sex zu haben
Polyamorie	Die Liebe zu mehreren Menschen gleichzeitig. Dies können natürlich auch sexuelle Beziehungen sein.

Verweise

Artananda's Webseite <https://artananda.github.io/web/>

Bernd Senf über <https://youtu.be/ws8Kziv13ow?t=50m>
Willhelm Reich

Ich bin keine Person - <https://youtu.be/kYK57AuO--U>
Ich hab' eine!

Buchtipps

Verändere deine Glaubenssätze mit der Kraft deiner intelligenten Zellen – Christoph Simon

Das Kybalion, die 7 hermetischen Gesetze –
Anonym von die drei Eingeweihten

Entfalte dein erotisches Potential - Sheri Winston

Schule für Götter – Stefano D'Anna

The Multi-Orgasmic-Man – Mantak Chia

I Ging. Das Buch der Wandlungen – Richard
Willhelms

Die Macht ihres Unterbewusstseins – Joseph Murphy

*Das UBUNTU Prinzip: Ein revolutionärer Plan für
gerechten Wohlstand – Michael Tellinger*

Erotische Intelligenz – Jack Morin