

*Vereinigung
Gottes Tanz mit sich selbst*



*Der Tantra-Rundbrief
Juli-August 2011*

www.connection.de

Inhaltsverzeichnis

Einleitung

Franz Lang

Verbindung – Vereinigung – Verschmelzung

Leela Luna

Gottes Zwiesprache mit sich selbst

Margot Anand Naslednikov

Gegenseitigkeit und gemeinsame Bereitschaft

Elisabeth Bilinsky

Ein energetisches Geflecht in meinem Schoß

Manuela Haunschmidt

„Du sollst dir kein Bildnis machen!“ Sexuelle Energie und Vereinigung aus der Sicht eines Mannes

Jürgen Rädler

Wasser hält zusammen, Wasser bringt zusammen

Franz Lang

Meine Liebe zu zwei Männern

Melikha

Das feinstoffliche Zwischenreich der Berührung

Franz Lang

Brief an den Geliebten

Hannah

„Wir bewegen uns als *ein* Wesen durch die Welt“

Andrea und Veit Lindau

Vom Bewusstsein der Vereinigung

Bernie Prior

Veranstaltungen, Tantraschulen, Tantra-Regionalgruppen, Impressum

Einleitung

Im tantrischen Jargon sagen wir *Vereinigung*, wenn wir Sex meinen. Ist es denn schon Vereinigung, wenn *Lingam* in *Yoni* eindringt?

Als ich beginnen wollte, über Vereinigung zu schreiben, war ich mir ganz sicher, dass Sex allein keine Vereinigung ist. Aber bei näherer Betrachtung, besonders nachdem ich mich mit Frauen darüber ausgetauscht hatte, bekam ich ein differenzierteres Bild. Nun erscheint mir, dass auch Vereinigung so etwas wie ein sich vertiefender Prozess ist, ein Werden, ein Fließen. Und dass es verschiedene Ebenen gibt. Welche, das werdet ihr in den Beiträgen dieses Rundbriefs erfahren.

Eine Ebene kann die poetisch-romantische Sichtweise sein, wo man mit der Angebeteten schon eins ist, wenn man sich nur intensiv nach ihr sehnt. Wo Wunsch Wirklichkeit ist.

Und ist nicht auch die aufgeladene sexuelle Stimmung, das leidenschaftliche Verlangen, die Geilheit, die sexuelle Ekstase ein Teil der Vereinigung?

Nicht jeder Orgasmus ist eine Vereinigung. Im Gegenteil. Kann sich denn die Yoni mit einem Dildo vereinigen, der ihr höchste Freuden bereitet? Oder mit dem Finger ihrer Hand oder dem eines Mannes? Oft ist der Orgasmus sogar ein Ende der Innigkeit und Nähe mit dem Lust- oder Liebespartner. Man schließt sich subtil in seiner eigenen Lust ab. Dann scheint es so: Je mehr Lust, umso schwerer, die Vereinigung zu halten. Man ist in seine eigenen Lusterlebnisse verliebt und vereinigt sich jetzt – ja, mit was? Mit Shiva in sich selber? Oder Shakti in sich selber? Machen wir uns nichts vor. Es ist oft genug nur Selbstliebe, die uns in der Lust gefangen hält. Nicht die Vereinigung mit dem lebendigen, geheimnisvollen Menschen, der da mit uns Liebe macht, ist es, nicht diese unsägliche Liebe zum Anderen, nicht das Mysterium der Vereinigung von Gegensätzen, von Ich und Du, sondern oft genug ist das orgastische Gefühl merkwürdigerweise ein Aussteigen aus der Vereinigung mit dem Partner. Währenddessen schon oder nachher.

Kann sich das Gefühl von Vereinigung nur einstellen, wenn das Herz dabei ist?

Aber was ist das Herz? Ein bedürftiger Ort, der Anlehnung sucht, Heilung von Schmerzen?

Oder ist es eher ein freigiebiges Organ und Wesen?

Ist Vereinigung letztendlich ein rein spirituelles Phänomen? Und der Orgasmus ein

Vorgeschmack darauf? Haben wir wirklich schon das Bewusstsein, um den Orgasmus voll erfassen zu können als mystische Einheit, als eine Art Verschmelzung, so wie der Tropfen als Form sich im Wasser auflöst?

Verschmelzung bedeutet Auflösung, eine Auflösung des Körpers in die Elemente der Erde beim physischen Tod, oder eine Auflösung der Seele in der geistigen Welt. Aber bleibt nicht irgend etwas doch bestehen? Gibt es das, ein vollständiges Verschmelzen? Oder müssen wir uns nicht doch immer wieder *trennen*, neu finden, neu schaffen, neu individualisieren? Und damit auch zurückkommen in die Dualität.

Für mich stellt es sich so dar: Vereinigung wird „*gemacht*“ in den unteren Chakren, *empfunden* im Herzbereich und *bewusst wahrgenommen* durch die oberen Chakren. So kann sich Vereinigung manifestieren als ein Phänomen größtmöglicher Vollständigkeit, als etwas „Ganzheitliches“. Aber etwas, zu dem wir hinwachsen, in das wir immer mehr hineinwachsen.

Von den Stufen der Vereinigung: „*Verbindung – Vereinigung – Verschmelzung*“ schreibt Leela Luna in ihrem Beitrag.

Wir vereinigen uns aber nicht nur mit *einem* Gegenpol. Können wir uns auch zu dritt vereinigen? Darüber berichtet Melikha in ihrem Beitrag „*Die Liebe zu zwei Männern*“.

In meinen kurzen Ausführungen zu Kohäsion und Adhäsion im Artikel „*Wasser hält zusammen, Wasser bringt zusammen*“ möchte ich so ganz nebenbei auch Anregung geben, sich über die *Liebeswasser* Gedanken zu machen.

„*Gottes Zwiesprache mit sich selbst*“ könnte man den indischen Mythos bezeichnen, den Margot Anand Naslednikov in einem Absatz zusammenfasst. Ich bevorzuge das Bild: *Gottes Tanz mit sich selbst*. Oder sogar dieses: Gott gibt einen Teil von sich ab und das ist MENSCH. Gott tanzt mit dem MENSCHEN. Und damit wir Menschen uns dieses Vorgang erinnern, sind wir sogar in uns selbst als Zwei geschaffen, als Mann und Frau, die es „tanzend“ unwiderstehlich zueinander hinzieht.

Ich bin mir sehr bewusst, das wir das Thema *VEREINIGUNG* bei weitem nicht vollständig behandelt haben in diesem Rundbrief. Und dennoch ist fast eine kleine Zeitschrift daraus geworden. Was aber nichts ausmacht. Aus der Vielfalt der Artikel klickt man im Inhaltsverzeichnis sowieso nur das an, was einem gerade naheliegt.

Ich wünsche unseren Leserinnen und Lesern genügend Inspiration aus dieser Lektüre, Lust und Tiefsinn, so dass wir alle dem Ziel der Vereinigung wieder ein Stück näher kommen können.

Franz Lang, www.atmelis.com



Verbindung - Vereinigung - Verschmelzung

Es gibt viele verschiedene, nahezu unzählige Dimensionen der Vereinigung. Im tantrischen Sinne jedoch meint sie meist die körperliche zwischen Mann und Frau, Shiva und Shakti, sowie auch die Vereinigung von Herz und Sex, von Sex und Spiritualität, von oben und unten.

Gefühle von **Verbindung** und Kontakt können bei mir bereits durch kleine Berührungen ausgelöst werden, oder durch einen Blick, einen Austausch von Ideen, Gedanken und Träumen, oder einer Umarmung, einen Kuss. Obwohl nicht aus jeder Verbindung auch eine Vereinigung wird. Erst wenn sich Grenzen auflösen, man vollständig durchdrungen und "eins" geworden ist, würde ich von **Vereinigung** sprechen.

Wer kennt nicht dieses Gefühl, z.B. in der frühen Phase eines Kontakts: Man sitzt neben jemandem und streift oder berührt halb zufällig einen beliebigen Körperteil und spürt, wie sich an dieser Stelle die Grenzen des Körpers aufzulösen scheinen – die Lebensströme ineinander zu fließen beginnen ... ein Pulsieren, das sich ausbreitet im ganzen Körper. Und wiederum andere zufällige Berührungen auf der belebten Straße oder im Bus bleiben meist ohne dieses Gefühl der "Auflösung". Und das ist wohl auch gut so.

Beim sexuellen Kontakt hat man im einfachsten Falle eine **Verbindung** der Sexualorgane. Von **Vereinigung** im tantrischen Sinne kann ich erst dann sprechen, wenn sich auch andere Energiezentren, z.B. die Herzzentren miteinander verbinden. Wenn es mir gelingt, diese Verbindung mit dem Herzen in mir herzustellen, intensiviert sich für mich die Erfahrung des Orgasmus. Wenn auch der Partner mit seinem Herzen verbunden ist und es zu einer Begegnung von Herz zu Herz kommt, ist das etwas sehr Besonderes.

Eine **Verschmelzung** findet für mich dann statt, wenn alles zusammenstimmt: die sexuelle Energie in den unteren Chakren, sowie auch die der Herzen und des "spirits". Einen Orgasmus in solchen Dimensionen nehme ich als verschmelzend wahr. Er sprengt meine Grenzen und ich habe ein starkes Gefühl von Auflösung und Einheit, es ist ein zutiefst inneres und berührendes Erlebnis. Nicht jede Umarmung erzeugt das Gefühl der Verschmelzung und das braucht es auch nicht. Aber was macht eine Berührung oder einen Kontakt tief und vereinend?

Ich denke, dass zunächst die **Absicht**, sich zu öffnen ganz wichtig ist, denn wenn einer der beiden Partner sich innerlich vor einem wirklich tiefen Kontakt verschließt, ist es auch dem anderen nicht möglich, einzudringen. Darum beschäftigt sich Tantra als Selbsterfahrung auch so intensiv mit dem Auflösen der eigenen Begrenzungen, der alten festgefahrenen Schutzmechanismen, die in

der Vergangenheit Sicherheit bedeutet haben, aber im Moment oft hinderlich im Sinne eines wirklichen Kontakts werden.

Manchmal ist jedoch auch wichtig, sich *abgrenzen* zu können. Ich möchte nicht mit jedem Menschen in der Straßenbahn eine tiefe Verbindung haben, obwohl es von einer höheren Warte aus betrachtet durchaus so ist – denn sind wir in Wirklichkeit nicht alle EINS – und gehören wir nicht alle zu einem großen, komplexen System- auch wenn wir es phasenweise vergessen, ja sogar vergessen müssen, um unser Erdenleben hier leben zu können?

Freiheit beginnt wohl dort, wo ich bewusst entscheiden kann zwischen "mich öffnen" und "mich abgrenzen", bzw. darin, unterscheiden zu können, ob jeweils gerade Öffnung oder Begrenzung stimmig ist.

Wie verstehe ich die *tantrische Vereinigung*? Wir sind im Innersten eins, haben es aber durch unser Mensch-Sein, durch die physische Trennung vom Ganzen, vergessen.

Bei manchen Orgasmen habe ich es genau so erlebt und empfunden – *ICH* bin verschwunden für einige wenige kostbare Augenblicke und übrig war nur mehr reines Sein. Diese Erfahrungen haben mich neugierig gemacht. Ich wollte lernen, diese Momente auszudehnen, noch intensiver auszukosten und mich so meinem eigenen innersten und göttlichen Kern anzunähern, bis sich mein innerer Mann und meine innere Frau vereinigen.

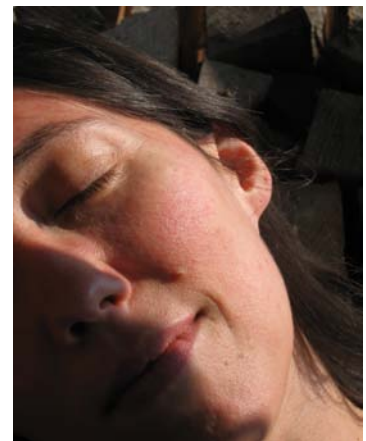
Seither bin ich am experimentieren, am "Mich selbst erfahren". Was kann ich in mir verbinden und vereinigen, was will sich im Außen verbinden, um die Erfahrung der Ganzheit immer wieder einmal zu erfahren? Was macht diese äußere Erfahrung mit mir, in meinem Inneren?

Wie geht es mir, wenn mir die äußere Erfahrung einmal über längere Zeit hinweg fehlt? Kann ich in meinem Inneren finden und erfahren, was ich im Äußeren suche? Kann ich mit mir selbst – in mir selbst verschmelzen? Wie lange können solche Erfahrungen andauern? Brauchen sie die dauernde Wiederholung?

Für mich gibt es fast keine sinnliche Erfahrung, welche die Vereinigung mit meinem Geliebten übertrifft. Der Zustand der Verschmelzung ist kostbar und gar nicht so einfach zu erreichen. Die Sehnsucht danach jedoch ungebrochen, heiß und pulsierend.

Mein Weg geht weiter....

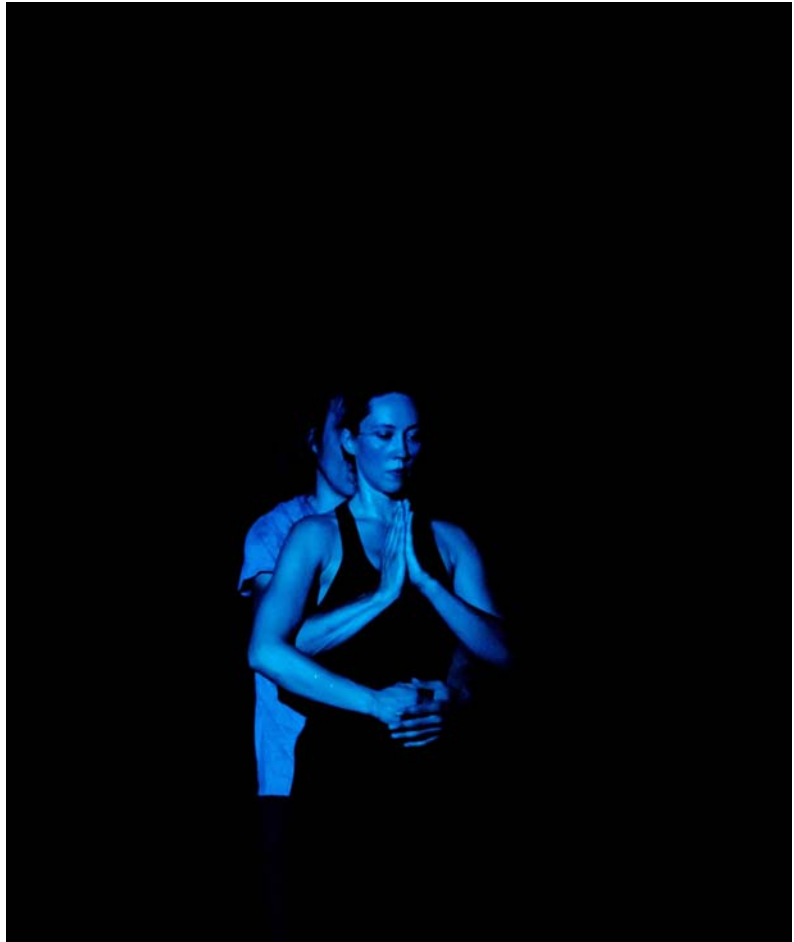
LeelaLuna



Gottes Zwiesprache mit sich selbst

Paramashiva ist eine androgyne Gottheit, also Mann und Frau zugleich. In ihm sind Shiva und Shakti, der Geist und das Leben, unauflöslich verbunden und noch unverkörperert.

*"Um aber mit sich selbst
Zwiesprache halten zu können,
differenziert sich Paramashiva in
Shiva – Geist – und Shakti –
schöpferische Energie des Lebens.
Die Einheit von Shiva und Shakti
erschafft das Universum. Dann
verteilt sich das inkarnierte
Bewusstsein im Stoff, was zur
Verschiedenheit in der Einheit
führt. So wird Shakti, die sich vom
Bewusstsein nicht unterscheidet,
weil sie seine Energie ist, zum
Bindeglied zwischen dem reinen
Bewusstsein Shivas und der
Unbewusstheit der Materie, dem
Feinstofflichen und dem
Grobstofflichen. Diese inkarnierte
Schöpfung führt zur*



*Unterscheidung und Trennung von Plus und Minus, die sich aber wieder zu vereinigen suchen,
in der ewig sich erneuernden Erfahrung des Spieles ihrer sich zugleich abstoßenden und
anziehenden Polarität. Tantra ist der Königsweg ihrer Wiedervereinigung; mit anderen Worten,
der Wiederauferstehung, jenseits der Illusion (maya) der Dualität von Leben und Tod, im Zustand
des ursprünglichen Androgynen: der reinen Bewusstheit."*

aus: "Tantra – Weg der Ekstase" von Margo Naslednikov", S. 74 ff

Gegenseitigkeit und gemeinsame Bereitschaft

Sich verbinden, vereinigen, Einheit schaffen, ein Band knüpfen.

Vereinigung hat *etwas Besonderes* an sich. Vereinigung ist *edel*. Das Wort drückt beidseitiges *Einverständnis, Absicht, Gleichgewichtung der Beteiligten* und *Achtung voreinander* aus.

Wann beginnt Vereinigung? Beginnt sie schon bei einem intensiven Blick, in welchem zwei Personen sich begegnen? Eine Berührung durch die Stimme oder die Haut?

Es benötigt zur Vereinigung immer *mindestens zwei Individuen in Bereitschaft*. Ist diese nicht gegeben, so kann keine wirkliche Vereinigung stattfinden. Der Blickkontakt wird abgebrochen, das Wort kommt nicht an, die Berührung wird nicht angenommen oder eine körperlich erzwungene Vereinigung artet in einen sexuellen Gewaltakt aus.

Vereinigung aber, so meine ich, spielt sich auf mehreren Ebenen ab, und alleine den körperlichen Koitus würde ich noch nicht als eine solche verstehen, insbesondere wenn es sich dabei um eine einseitige Aktivität handelt.

Geschlechtliche Vereinigung ist ein beidseitiges Bereitstellen von Liebesenergien und Bereitstellung meint gegenseitige Öffnung zum Partner hin.

Eindringen, Aufnehmen, Abgeben, Aufnehmen.....Dieser Kreislauf ist ein Modell von Vereinigung.

Die Energien zirkulieren. Vermengen sie sich dabei? Bleibt die Energie, die in die Frau eindringt als männlicher, imaginärer Phallus bestehen, oder vermengen sich weibliches und männliches Fluidum miteinander zu etwas Neuem? Wie fühlt sich Vereinigung für den Mann an?

Auch ein intensives Gespräch ebenso wie das gemeinsame Singen können eine Vereinigung darstellen. Vielleicht ist es ist ja nur eine teilweise Vereinigung auf dem Niveau einzelner Chakren, aber ich erwähne es der Vollständigkeit halber eben auch.



Elisabeth Bilinsky

Das energetische Geflecht in meinem Schoß



Im weiblichen Schoß sind alle sexuellen Erlebnisse gespeichert, die der Frau im Laufe ihres Lebens – ihrer Leben – begegnen. Es spielt eine große Rolle für den Zustand der Yoni, ob sie von Anfang an einen achtsamen Umgang erfährt, oder ob sie viele Verletzungen in sich aufgenommen hat, sei es wegen Missbrauch, Gewalt in ihrem Umfeld, Selbsterstörung, Geliebt-Werden-Wollen oder Unwissenheit.

Sobald ein Lingam in Kontakt mit einer Yoni geht, entstehen auf energetischer Ebene Verbindungsfäden, die sich auf die weitere sexuelle Entwicklung auswirken. In diesem Moment des Zusammenkommens geschieht etwas Unvermeidliches. Die männlichen und die weiblichen Energiefäden beginnen sich zu verknüpfen, zu verbinden, sich zu vereinigen, bilden ein Geflecht.



Besonders fatale Auswirkungen hat eine solche Verknüpfung, wenn sie unfreiwillig, gewaltsam passiert. Solche Verbindungen lassen sich dann als energetische Verletzungen, ja sogar auch als tatsächliche, körperliche Schmerzen in der Yoni nieder. So wie in meiner vergangenen sexuellen Geschichte. Ich vereinigte mich oft mit Männern, denen ich nicht liebevoll begegnete, sondern denen ich meine Macht als Frau demonstrieren wollte. Dadurch verletzte ich mich auch selbst.

Erst jetzt, durch meine intensive Auseinandersetzung mit meinem Körper, durch kontinuierliche Yoni-Heil-Massagen, tantrisch-körperlich-spirituelle Bewusstseinsarbeit und mein herzerfrischendes Liebesleben beginne ich, dieses verfilzte Geflecht freizulegen und neu zu ordnen. Im Idealfall bekämpfe ich diese Verbindungen nicht, sondern schicke Liebe in meinen Schoß. Somit erlebe ich, wie meine Schmerzen und Wunden zu heilen beginnen. Ich bin glücklich darüber, dass ich erfahrene Helferinnen gefunden habe, die mich auf diesem Heilungsweg begleiten.



Manuela Haunschmidt
www.zanubya.jimdo.com

Bildnachweis: www.pixelio.de, Ute Müller, Josef Türk Jun.



„Du sollst dir kein Bildnis machen!“

Sexuelle Energie und Vereinigung aus der Sicht eines Mannes

Schon die Bibel spricht davon: "Du sollst dir kein Bildnis machen!"

Damit fühle ich mich auch als Mann angesprochen, denn ich will mir kein Bild von der Frau machen, um ihr in Liebe frei begegnen zu können, als vollständiges Sinnesorgan möchte ich mich begreifen, mit meinen Gliedern eintauchen in den fremden Kosmos, tastend, fragend und dennoch auch führend, voller Besinnung, sie in meinem Bewusstsein umfassen, so umarmend wie es meine Hände tun ...

Die Zeit verliert ihr Gewicht, sie entschwindet und findet uns in einer Einheit aus Zeit und Raum, zwei Körper, die sich verwebend hingeben, sich durchleuchten, ein durchrinnendes Bewegen, Stillhalten, stürmisches Aufbrausen, Säuseln, hauchdicht sind wir uns nah, es ist keine Gefahr da...

Zu früh kommen? Einfaches Beckenbodentraining hilft, ähnlich kultischen Einweihungsstänzen und Ritualen, um zum "Mann zu werden", ja selbst das Dribbeln im Fußballspiel ist Ausdruck eines solchen Rituals, man umspielt den „Gegner“, die Ungeduld, aber auch still für mich sitzend oder liegend kenne ich mich und meine Erregungskurve, sacht und ohne jedes Pornobild habe ich mich ganz in mich versenkt, und wie von außen plötzlich zu mir gerufen: ich liebe dich ...

Ja, es ist herrlich als Mann, so spritzig, spitzfindig, ich spüre in mich hinein, da brennt die ungestüme Energie, ich erfühle meinen Penis, prall gefüllt ist er schon, schießt es nun auch heraus? Oder wendet sich das Blatt nach innen? Mit dem Atem pulsiert eine Kraft durch meinen Körper, ich möchte Liebe schenken, volle Präsenz, mir selbst und meiner Nächsten, und noch stärker fühle ich ein „Allgefühl“, so über alles wach ist mein Geist und so weit, alle Liebe in mir ist vereint, die Muskeln in höchster Spannkraft und doch auch ganz weich ...

Was steigt in mir hinauf wie eine feurige Schlange, die sich windet? Ich öffne mich ganz und in wundervollen Wellen strömt all diese Energie wirklich auch aus mir hinaus, in meine Partnerin, und immer ist es so wie noch nie, jedesmal neu und doch wie eins ...

Werd ich verrückt? Oh ja, ich bin´s ein Stück und dann wieder zurück ...

"Du sollst dir kein Bildnis von Gott machen", doch was hab ich da jetzt gesehen? Unseren heiligen Tempel, hier in unseren Körpern, ein Ort der Gotteserkenntnis? Ist meine Verehrung für meine Nächste wirklich schon frei von alten, festen, eingefahrenen, enttäuschten Vorstellungen? Oder ist es noch ein versessenes Spiel mit Macht und Lust? Aber ja, im Spiel darf alles da sein ...

So vereint verblasst alles schnelle Kitzeln, all das ungehaltene Spritzen, und doch ist hin und wieder auch dieses da und ich geb auf, aber immer öfter leb ich auf, blühen wir gemeinsam auf ...

Wonach sehne ich mich noch? Folge ich dem Licht, nehm ich das Großartige wahr? Ja. Wie unendlich schön das ist, so Eins zu sein ...

*"... wer in sich fremde Ufer spürt und Mut hat sich zu recken;
der wird allmählich, ungestört von Furcht, sich selbst entdecken.
Abwärts zu den Gipfeln seiner selbst blickt er hinauf.
Den Kampf mit seiner Unterwelt nimmt er gelassen auf."*



(aus Novalis' Gedicht „Schmetterlinge“)

Jürgen Rädler

Erlebnispädagoge, Jugendleiter, Medizinstudium, Organisation Jugend- und Kulturaustausch, Vater



Bildnachweis: Uli Carthäuser, Kunstzirkus, pixelio.de

www.connection.de

Wasser hält zusammen, Wasser bringt zusammen

Eines der vier Elemente, das Element Wasser, steht für Vereinigung. Wasser verbindet. Luft trennt. Wenn in einem Organismus nicht genügend Wasser vorhanden ist, versteinert er entweder, er verklumpt, zerbröselt, spaltet sich, Furchen entstehen, Trennungslinien, die Formen trennen sich ab, oder aber die Formen lösen sich mehr und mehr auf, werden luftiger. Wasser aber hält zusammen und bringt zusammen.



Der wissenschaftliche Begriff **Kohäsion** kann vielleicht gut demonstrieren, was Liebesvereinigung sein kann.

In der **Biologie** stellt Kohäsion jenes Phänomen dar, welches für die Abgrenzung von Spezies zu anderen Spezies und deren inneren Zusammenhalt verantwortlich ist.

In der **Verhaltensforschung** bedeutet Kohäsion das Bestreben von Tieren wie Vögeln oder Fischen, in einem Schwarm zusammen zu halten.

Und in der **Sozialpsychologie** bezeichnet Kohäsion das Phänomen des Zusammenhalts von Gruppen.



Adhäsion dagegen bedeutet eher Anhaftung, Festkleben eines Stoffes an dem anderen, vergleichbar mit einer Symbiose,

während **Kohäsion** den inneren Zusammenhalt eines Stoffes oder die Beziehung zweier Stoffe bezeichnet.

Der Wassertropfen ist ein gutes Beispiel für innere Kohäsion. Was ist, wenn zwei Wassertropfen zusammenkommen? Dann verlieren sie ihre je eigene Gestalt. Was aber ist, wenn Mann und Frau sich lieben?

Man könnte durchaus bei der Liebesvereinigung von einem Wasserprozess sprechen. Es ist ja interessant, die drei Wasserzeichen des Tierkreises darauf hin zu betrachten: Fische, Krebs, Skorpion.

Die Liebeswasser der Yoni. Haben sie eher die Konsistenz eines „Fischewassers“, oder die



„Wasserqualität des Krebses“, oder sind es die „Skorpionwasser“? Was das im Einzelnen bedeutet, das möchte ich der Leserin, dem Leser, die sich mit den Sternzeichen befassen, überlassen, für sich selber herauszufinden.



Franz Lang, www.atmelis.com

Bildnachweis, alle: www.pixelio.de, Wechselbalg, Albrecht E. Arnold, Gert Altmann, Maren Beßler, Rolf Handke

www.connection.de

Meine Liebe zu zwei Männern

Wie ist es für mich als Frau, wenn ich mich mit zwei Männern hintereinander vereinige? Wie ist es für mich, wenn gerade der eine Mann besonders präsent in meinem Energiekörper ist und der andere am nächsten Tag dazukommt? Verschwindet dann der Andere, um dem Einen Platz zu machen? Vermischen sie sich? Überlagern sich die Energien? Muss ich sie trennen und voneinander unterscheiden?

Viele Frauen kennen das, wenn sie erfüllt sind von einem Mann und überhaupt nichts anderes mehr wollen. Sie sind gesättigt, aufgefüllt, vereinigt mit diesem einen Mann, voll und ganz in ihrer Shakti-Energie.

Auch ich kenne das. Nun wartet aber diese Shakti-Energie in mir nicht darauf, wieder abzuklingen, um sich danach wieder zu füllen. Vielmehr ist es mir möglich, in dieser vollen Energie in eine weitere Liebesbegegnung zu gehen. Ich gehe dieser Erfahrung mit meinem vollen Bewusstsein entgegen und warte neugierig darauf, was sich in meinem Körper verändert. Jede Begegnung ist für mich ganz neu und wiederholt sich nie, genau so ist es mit dem innerlichen Empfinden, das ich habe, wenn ich von dem einem Mann zu dem anderen gehe und mit ihm Liebe mache.

Mit meinem ersten Mann verbindet mich eine tiefe, fundamentale Liebesbeziehung, aus der alles heraus entstehen und sich entfalten kann. Jede Liebesbegegnung fühlt sich für mich immer wieder ganz neu an. So ist es auch mit meinem zweiten Geliebten, den es seit einem halben Jahr in meinem Leben gibt.

Ich fühle mich weich, erfüllt, gesättigt, innerlich ruhig und ausgeglichen, wenn ich von meinem liebsten Mann zu meinem Liebhaber gehe. Ich fühle auch keinen Mangel und keine Bedürftigkeit in mir. Offen und neugierig, voll von Shakti-Energie begegne ich meinem Liebhaber, der mich schon freudig erwartet. Er schaut mir tief in meine Augen. Seine weichen, zärtlichen und satten Hände streichen über meine seidige Haut, und ich bin bereit mich ihm anzuvertrauen. Ganz anders als bei meinem liebsten Mann, und doch gut bekannt, ist das erste Eindringen von ihm in meine Yoni. Er berührt mit der ganz anderen Form seines Lingams wieder ganz neue Bereiche in mir. Es ist, als ob mein Körper abheben und wegfliegen möchte, solch eine Leichtigkeit strahlt sein Lingam auf meine Yoni aus. Eine feine, prickelnde, luftige Energie durchdringt mich von innen nach außen.

Der Lingam meines Mannes hingegen füllt meinen Schoß mit voller, erdiger Energie, wo mein gesamtes Fühlen sich nach innen richtet und sich dort sammelt. Eine Flut von Energiewellen breitet sich dann in meinem Körper aus, kräftig und stark, erdig und satt.

Wenn ich dann ganz ruhig neben dem Liebsten liege, beginnt die eigentliche Wahrnehmung in meinem Körper. Anfangs fühlte ich eine gewisse Zerrissenheit, Unsicherheit, Verwirrtheit in mir, diese beiden Energien gleichzeitig in mir zu halten und zuzulassen. Nun aber belausche ich meinen Körper, und ich fühle wie die beiden Energien ineinander sprudeln. Ich öffne mich, mache mich durchlässig, gebe mich den wechselnden Zuständen in mir hin. Es ist wie ein Hin- und Herschaukeln von einer Energie zur anderen. Manchmal hatte ich auch Schwierigkeiten mit diesen schaukelnden Wellen. Dabei war mir schwindlig, ich fühlte mich durcheinander, war verwirrt und besonders schutzbedürftig.

Meine Erfahrung ist, dass es nicht möglich ist, die beiden Energien auseinander zu halten. Wenn ich versuche, sie zu trennen und sie nicht ineinander fließen lasse, ist das eine riesengroße, ergebnislose Anstrengung, die zu einer Entscheidung für Einen Mann führen müsste. Das Allererste und Wichtigste für mich ist, dass die Bereitschaft, die Hingabe, das Wollen dafür da ist, beide Energien in mir aufzunehmen.

Dabei gibt es noch verschiedene andere Phasen, die ich erlebe. Anfangs, beim Übergang von einem Mann zum Anderen, während des Liebesaktes, tauchen in meinem sechsten Chakra, in meiner inneren visuellen Wahrnehmung, Bilder des anderen Geliebten auf. Hier lauert oft die Gefahr, dass ich mich erschrecke, dass ich mich ermahne, ob ich das denn überhaupt darf. Es stellt sich mir die Frage: „Bist du denn auch präsent genug?“ Diese Bilder lasse ich durch mich hindurch laufen, ich nehme sie mittlerweile so wie sie sind. Ich lasse sogar dieses Bild einen Bogen über mich spannen und bin dabei gleichzeitig mit zwei Männern in Liebeskontakt. Sowohl mit dem einen Anwesenden und mit dem Anderen auf einer höheren Ebene. Es lässt mein Herz sich noch mehr öffnen und ich erlebe wunderschöne, unglaublich ekstatische Momente in diesen Stunden.

In einem solchen beglückenden Moment fühlte ich die umfassende Göttlichkeit Shivas, wo es nicht mehr nötig war, die spezielle Energie des Einen Mannes vom Anderen zu unterscheiden.



Franz, Melikha, Christian

Das feinstoffliche Zwischenreich der Berührung ...



An der Oberfläche der Körper, da, wo sie sich begegnen, entsteht eine *energetische Spannung*, Berührung genannt.

Nimmt man das Beispiel von zwei Farben, sagen wir Rot und Blau, die sich gerade anschicken, sich zu vermischen, aber noch nicht vermischt sind, also im Zwischenreich zwischen Getrennt und Vermischt, da geschieht etwas Besonderes. Seelisch würden wir sagen, da entsteht eine Erwartung, eine Bereitschaft, eine Öffnung, ein Ausgerichtet-Sein. Vereinigungsbereitschaft, Anziehung.

Feinstofflich sind wir schon verbunden, da erleben wir bereits die Vereinigung, noch bevor sie körperlich vollzogen/vollendet wird. Auch Zärtlichkeiten, Streicheln, Halten, ebenso wie liebevolle, anregende Worte schaffen einen solchen Raum, in dem bereits Liebe fließt, in dem die Bereitschaft zur Vereinigung bereits die Vereinigung ist. Ein energetischer Raum, etwas, was man vorsichtig mit einem „Vorspiel“ vergleichen könnte. Und dennoch ist es mehr als das.

Diese Vereinigung geht noch weiter. Sie ist sogar ohne Berührung möglich. Zum Beispiel so:

Eine Liebesmeditation, in der ich meinem Gegenüber in die Augen sehe und mein Herz öffne, und das in der Regel über eine ausgedehnte Zeit, kann eine sexuelle Vereinigung, also „Lingam in Yoni“, komplett ersetzen. Aber nicht ersetzen im Sinne, dass es ungeschlechtlich, asexuell wäre, sondern sogar gesteigert sexuell, da die Energie des Herzens die sexuelle Energie vollständig

konsumieren und dabei sogar noch enorm erweitern kann. „Die Körperzellen erinnern sich daran, dass sie sich bereits vereinigt haben“, sagt man manchmal. In Wahrheit sind es nicht die Zellen, es ist das feinstoffliche Energiesystem, das Vitalsystem, das sich erinnert. Die „vitale“ Zelle, nicht die körperliche. So wie es auch die „vitale“ Yoni und der „vitale“ Lingam sind, die miteinander Liebe machen.

Sind es nur der physische Lingam und die physische Yoni, könnte man von lieblosem Sex sprechen. Auch eine Vergewaltigung ist eine physische Vereinigung. Ob sie eine bleibende vitale und seelische Vereinigung wird, hängt von anderen Faktoren ab, was sicher eine brisante Erörterung wert wäre, die ich aber hier nicht zum Thema machen kann.

Franz Lang

Bildnachweis: pixelio.de,

johnnyb, Berggeist007, Rainer Sturm



Brief an den Geliebten

Ich schreibe dir nun, mein Geliebter, wie ich die sexuelle Vereinigung mit dir empfinde ...

Für mich ist der Beginn der Vereinigung der Zeitpunkt, ab welchen ich mein Umfeld vergesse, meine Geschäftigkeit aufgabe und nur noch das JETZT zählt, in dem ich mit dir Intimität spüre.

Als starkes Begehren spüre ich sie zunächst, einen Sog nach deinem männlichen Geschlechtsteil ganz zu Beginn unserer Vereinigung. In diesem Moment, in dem noch gar keine physische Vereinigung stattfindet, wünsche ich sie mir jedoch sehnlichst und erwarte sie. Diese Bereitschaft zur Vereinigung ist auch gepaart mit dem Fließen meiner Liebesäfte, die uns eine körperliche Vereinigung ermöglichen. Dann das erste Berühren deines und meines Genitales. Wie elektrisierend! Das Eindringen, das Erweitern meines Liebeskanals, das erste Durchstoßen ... welche Freude!

Egal ob wild oder sanft, es ist wunderschön, dieses erste Eindringen und ich muss es unbedingt erwähnen, weil dieser erste direkte Kontakt deines Lingams mit meiner Yoni einfach durch die Andersartigkeit der Energien so prickelnd ist.

Während der weiteren Vereinigung zwischen uns ist dieses Gefühl des Eindringens oft gar nicht mehr so präsent, sondern es verändert sich meine Wahrnehmung deiner Männlichkeit, als würde diese Kraft in meinen Bauchraum einfließen, mich anfüllen, bis ein Druckgefühl entsteht. Dieses Aufnehmen deiner Kraft ist sehr angenehm, wenngleich überhaupt nicht als Wollust zu definieren.

Die kommt erst, wenn du mit deinem Lingam eine bestimmte Stellung in meiner Yoni einnimmst, oder ich mich in provokanter Art entweder dir entgegenstrecke oder mich auf dich setze.

Die schöne Verbundenheit mit dir äußert sich bei mir in einem unbändigen Bedürfnis, dich zu streicheln, anzusehen, zu lieblosen und mit deinen Bewegungen harmonisch mitzugehen und eine Herzlichkeit steigt in mir auf. Ich würd gern spüren wie du, aber das ist mir noch nicht gegeben; dieses komplette Einssein, von dem man in den Büchern lesen kann. Noch spür ich dich in mir und nicht uns als Eines.

Es ist sehr unterschiedlich, wie du den Liebesrhythmus gestaltest und zumeist bist du der aktive Part. Ich mag das "Genommen werden", das "Nicht aus können", das "Gestoßen sein" und auch deine Aufforderung, jetzt gar keine Bewegung zu machen oder auf deinem Lingam zu sitzen.

Vereinigung ist es auch, diesen wunderbaren Phallus in den Mund zu nehmen und seine Stärke dort wahrzunehmen. Das ist mir allerdings erst nach dem Überwinden meines Traumas durch deine Liebe bewusst geworden. Alle Bewegungen haben ihre eigene Qualität, wirken aber sehr ähnlich in mir.

Dieser Akt der Vereinigung ist ein Mysterium, das nur uns gehört. Niemand kann jetzt so empfinden wie wir zwei in dieser einzigartigen Konstellation und auch eine Wiederholung dieser Vereinigung wir es so nie wieder geben, wie oft wir uns auch verbunden haben oder noch vereinigen werden.

Über den Orgasmus möchte ich dir nur erzählen, dass ich ihn in letzter Zeit nicht wirklich erstrebt habe, wie du weißt. Er kommt dann einfach, wenn er will, oder auch nicht.

Ein Gefühl der
Vereinigung hatte ich
auch, als wir eines
wunderbaren Abends
miteinander telefoniert
hatten. Über 600 km
lagen zwischen uns, wir
jedoch lagen ineinander
verschlungen und du
drangst in mich ein.



Ist das Erinnerung, die,
durch deine Stimme

ausgelöst, meinen Körper glauben machte, du liebtest mich gerade ? Oder gibt es da einen Teil von dir in mir und einen von mir in dir, die dabei geheimnisvoll miteinander korrespondieren?

Hanna

Zwei Menschen - ein Wesen



„Wir bewegen uns als *ein* Wesen durch die Welt“.

Andrea und Veit Lindau, wenn sie über sich selbst als Liebespaar sprechen.

Veit leitet Seminare, u.a. „Love Revolution“

www.lifetrust.info

Bernie Prior, ein tantrischer Meister, spricht über das

Bewusstsein der Vereinigung

Wir alle kennen sie. Von Zeit zu Zeit sind wir schmerzlich geplagt von ihr. Manchmal auch erfüllt sie uns mit großem, lustvollem Verlangen, und in seltenen Momenten erleben wir die tiefe Befriedigung, wenn sie uns erfüllt scheint:

Die Sehnsucht nach Vereinigung.

Im Wesen und Kern ist es ein sexuelles Verlangen, das uns zur Vereinigung treibt. Im Grunde sehnen wir uns immer nach Vereinigung mit dem, was uns fehlt und was uns vollständig machen soll. Gleichzeitig erleben wir diese Sehnsucht als die spirituelle Bewegung, die uns höher und höher führen soll. Wir können es in Wahrheit nicht genau benennen, was es ist. Es bleibt für immer das **Numinose**, das Unbekannte, das göttliche Mysterium, nach dem wir streben. Und deswegen gibt es die sexuelle Anziehung, damit wir uns gegenseitig, Mann und Frau, diese Sehnsucht spiegeln können. Es zieht uns zueinander, weil wir alle diese Sehnsucht haben. Und zumindest mit einem geliebten Menschen wollen wir die Lust und Freude des Zusammenseins genießen, weil es uns ein Abbild gibt von der Vollständigkeit, die wir in Wahrheit sind. Wir nehmen in Kauf, dass uns zwangsläufig dabei auch unsere gegenseitige schmerzhaft Abhängigkeit bewusst werden wird. Daraus resultieren dann unsere Beziehungskämpfe. (F.L.)



Beizeiten kann es gut und notwendig werden, einen lebendigen Meister der Liebe zu hören und zu sehen, um ein Bild zu bekommen, wie das Liebemachen einen Menschen, dich, verändern kann, wenn du dich auf dieses große Abenteuer der Vereinigung einlässt.

Auf [jetzt-tv.net](http://www.jetzt-tv.net)

habe ich aus einem Satsang von

Bernie Prior

zu „Sex ohne Ich und Mich“

<http://www.jetzt-tv.net/index.php?id=bernie>

folgende Stichworte zusammengefasst:

Sex gibt uns das Bewusstsein der getrennten Existenz als Mann und Frau. Sex hält die Trennung von Mann und Frau aufrecht. Sex scheint das einzige Problem auf dieser Erde zu sein. Liebe machen hingegen bedeutet, immer weiter zu fließen in der unendlichen Entfaltung und Evolution der Liebe.

Wir haben Angst vor der Anziehung, Angst vor der Liebe, vor der Vereinigung, weil es das Selbst auflöst. In der Vereinigung geben wir das Selbst auf und erlauben dem Bewusstsein, frei zu sein von der egoistischen Spannung und Identität, aus der der Sex sich speist.

Sex ist die Weigerung, alles, was du bist, dem Anderen zu geben. Sex hat Angst vor wirklicher Beziehung, kontrolliert diese Beziehung, hat Angst vor dem Bund der Herzen.

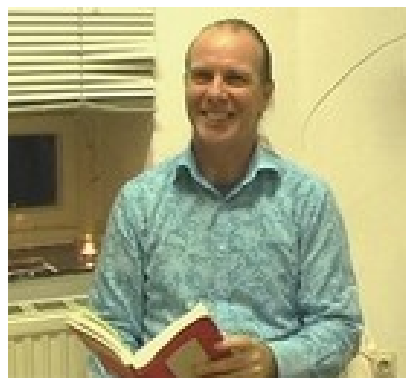
Liebespartnerschaften sind vom Universum nicht geschaffen, um unsere Wünsche, die aus dem egoistischen Bewusstsein stammen, zu erfüllen, sondern sie zu zerstören.

Sich selbstlos der Form (Frau) zu schenken, ist die Aufgabe für den Mann. Sie, die Frau, schreit nach dieser Liebe, die sich ganz gibt. Das ist Frau.

Zusammenbrüche mögen notwendig sein, damit Neues entsteht. Nur das Brechen öffnet dich in einen neuen Raum hinein. Aber: Warte nicht mehr darauf, erst gebrochen werden zu müssen. Warte nicht auf das große Licht in deinem Partner, nehme das kleinste Licht, das dir dein Partner zeigt, und gehe dahin und ignoriere die Dunkelheit.

Wenn du von einem Mann oder einer Frau angezogen bist, weißt du nicht, wohin du gehen wirst. Würdest du es wissen, wäre es nicht Liebe. Es ist der gefährlichste Ort, zu dem du dich aufmachst. Du gehst hinein. In Liebe kommst du immer auf der anderen Seite heraus, vollständig neu. Das ist die Schönheit.

Zitate von *Bernie Prior*, zusammengefasst, gekürzt und übersetzt von Franz Lang



www.bernieprior.org

Veranstaltungen

Alle aktuellen Events findest Du im [connection-Veranstaltungskalender](#).

Tantraschulen

Eine regelmäßig aktualisierte Übersicht findest Du auf unserer Seite [Tantraschulen und Tantramassage-Institute](#)

Achtung: An alle Tantra-Anbieter

Ab 1. Januar 2011 wird der aktive (anklickbare) Weblink auf die Homepage unserer Tantra-Anbieter in unserer [Adressliste für Tantraschulen und Tantramassage-Institute](#) kostenpflichtig. Der Eintrag der Adresse ohne anklickbaren Link auf die eigene Webseite bleibt weiterhin kostenlos. Der Eintrag der Adresse mit anklickbarem Link auf die eigene Webseite kostet ab 1. 1. 2011 24 Euro im Jahr. Wer von dieser Möglichkeit Gebrauch machen will, schickt den genauen Wortlaut seines Adresslisteneintrags an oliver.bartsch@connection.de und überweist auf unser Konto 904 139 bei der Raiffeisenbank Neumarkt-St. Veit (BLZ 701 694 74) unter dem Stichwort „Adresslisteneintrag“ 24 Euro. Bei Eingang des Geldes schalten wir den Link frei.

Tantra-Regionalgruppen

[Tantragruppen in Deutschland](#)

Nachrichten aus dem Vertrieb

Tantra-Abo 1 Jahr 16 Euro (2 Ausgaben, Prämie: 1 connection Tantra oder 1 connection special)

Tantra-Abo 2 Jahre 30 Euro (4 Ausgaben, Prämie: 2 connection Tantra oder 2 connection special)

Gib deine Bestellung direkt in unserem Shop ein: shop.connection.de

oder an Vertrieb@connection.de oder Tel. 08639-9834-14

Impressum

Copyright Webmagazin und Newsletter: 2011 by Connection AG, D-84494 Niedertaufkirchen. Alle Rechte vorbehalten. V.i.S.d.P.: Wolf Schneider. Redaktion dieser Ausgabe: Wolf Schneider, Leela Luna und Franz Lang. Wir freuen uns über die Einsendung von Texten und Bildern, können diese aber leider nicht honorieren.

Tantra-Rundbrief abonnieren

Diesen Rundbrief kannst Du als E-Mail-Newsletter abonnieren. Es gibt noch zwei weitere Newsletter: Verlag und Schamanismus. Alle sind kostenlos. Der Tantra-Rundbrief erscheint etwa monatlich.

- [Archiv des Tantra-Rundbriefes](#)
- [Tantra-Rundbrief abonnieren](#)