

T wie Tantra

Von Dania Schifftan | **00:09** | **15.08.2008**

Erotik, Feuer, Sinnlichkeit, Leidenschaft –wenn das in einer Beziehung fehlt, kann eine Tantramassage helfen. Nicht nur Esoteriker finden mit der Lehre aus Indien zu Sex mit Körper und Geist.

Nicht schon wieder so eine esoterische Modewelle. Solche und ähnliche Reaktionen hört man, wenn die Menschen auf der Strasse nach Tantra fragt. Aber Tantra ist viel mehr als eine Modeerscheinung.

«Die Vorstellungen über Tantra sind meist komplett falsch», sagt Didi, ein «Certified Sexological Bodyworker». Tantra ist eine indische Lehre, die das Ziel hat, Körper, Geist und Seele in Einklang bringt.

In Europa hat man die ursprüngliche Lehre auf hiesige Bedürfnisse angepasst. Was die ganze Sache aber nicht weniger spannend macht.

Denn ein Teil der tantrischen Lehre befasst sich mit Sexualität. Sie bietet vor allem Abwechslung und die Möglichkeit, eine andere Art von Sex und Intimität zu erfahren.

Männer leben im Alltag Sex oft sehr ziel- sprich orgasmusorientiert, aber weniger mit Gefühlen. Frauen im Gegensatz dazu mit viel Liebe und Emotionen, aber wenig Körperbezug. Tantrische Praktiken können helfen eine ganzheitliche Sexualität zu erleben – eine Verbindung von Gefühl und Körper. Und man kann sich achtsam und meditativ nahe kommen.

Die meisten von uns kennen nur eine Art von Sex. Kurz, mit der Zeit routiniert, immer das Gleiche –man fühlt sich danach manchmal sogar leer und wenig erfüllt. Bei langjährigen Beziehungen ist unbefriedigender Sex und fehlende Intimität einer der Haupttrennungsgründe. Hier kann Tantra helfen.

Sehr populär sind Tantramassagen. Dabei werden Energien, also auch die sexuelle, wachgerüttelt und aufgeweckt. Mehr Erotik, Sinnlichkeit, Fingerspitzengefühl, Romantik und Leidenschaft. Und neues Feuer für die Beziehung.

In Kursen vermittelt Didi wie Menschen sich besser mit ihrem Körper und ihrer Sexualität verbinden können. Und wie man seinem Partner mit ziellosen Berührungen eine neue Welt der Lust und Ekstase öffnen kann.

Lesetipp: **sexologicalbodywork.ch/**

Erfahrungen mit Tantra? Schreiben Sie uns.



(Keystone)



Artikel aus

» Heute in der Zeitung

» BLICK abonnieren

» Bequem zum e-Blick

Mehr zum Thema

- » **R wie Reden über Sex**
- » **P wie Porno**
- » **O wie Orgasmus**
- » **N wie Nutte**
- » **I wie Intim-Rasur**
- » **E wie Erektion**