



**Tara Sattva Institut**

## **Text des Monats April 2004**

### **Erregung und sexuelle Spannungen**

Sobald der Pegel unserer sexuellen Erregung einen bestimmten Pegel erreicht hat, löst die unbewusste Spannung in jedem von uns eine dringend erscheinende körperliche Begierde aus, die ein heftiges Verlangen nach Orgasmus (nach Entladung) bewirkt. Mit dieser Spannung, entfernen wir uns sofort vom Hier und Jetzt und arbeiten, den Blick auf ein zukünftiges „Erlösungsziel“ fixiert, fieberhaft auf einen künstlichen Höhepunkt hin. wir verlieren den Kontakt und die Präsenz mit dem Menschen, der mit uns ist, da wir damit beschäftigt sind, Resultate zu erzielen.

Dadurch entziehen wir uns die stärkende und heilende Kraft der körperliche Liebe. Das Ansteigen und Nachlassen von Spannung ist in den Mittelpunkt geraten.

Diese sexuelle Spannung bewegt sich selten ganz durch den Körper hinurch oder aus ihm heraus.

Stattdessen bleibt sie als Frustration, als Longing, als wiederkehrende Sehnsucht simpler Natur zurück, die mit der Zeit wieder anwächst und ständig danach verlangt, freigesetzt zu werden.

Auf der subtilen energetischen Ebene schneidet das den Fluss der Energie entzwei.

Das macht unsere Genitalien hart, verspannt und unsensibel.

Gleichzeitig entsteht auf der emotionalen Ebene Ruhelosigkeit, Ärger oder eine hohl schmeckende, flache Begierde.

Es entsteht ein Kreislauf, in dem durch stetige sexuelle Stimulierung immer mehr Spannung (fühlbar bis ins Muskelgewebe, die Sehnen, die Organe und die Beckenknochen hinein) die Energie im Sexzentrum verkleistert.

Dadurch fehlt den höheren Energiezentren, den endokrinen Drüsen, dem Nervengewebe, den Körperflüssigkeiten Vitalität und Integrität.

Sind wir in Tension, in innerer und äußerer Spannung wird unser Liebemachen ein Akt der Verspannung.

Dadurch entsteht ein Sog oder Korkenziehereffekt, der mit einer subtilen Automatik das gesamte persönliche und kollektive Unbewusste anlockt und mobilisiert.



Gerade bei schmerzhaften sexuellen Erfahrungen, ungewolltem Liebemachen oder noch schlimmer bei Missbrauch von Kindern ist dieser Sog- Effekt eine Qualität, die dann im Leben dieses Menschen später „falsche“ Partner, Neigung zu Macht- Ohnmacht- Kopplungen oder Beziehungsunfähigkeit heransaugt.

Die Unschuld und das spirituelle Potential des Sexualaktes verschwindet.

Die Getrenntheit bleibt.



Im Laufe der Jahrtausende haben sich als Basis dieses Schemas Ladung-Entladung Perversionen und psychologische Defizite herangebildet, die in Gewalt, Krieg, Leid und Terror enden.

Tantra versucht die Heil- „igkeit“ der Sexualität ins Leben zurück zu bringen.

Auf diesem Weg gibt es auch einige Stellen, an denen oft die Routine die Offenheit besiegt.

Suche ich die Begegnung mit Menschen in Gruppen, in denen die tantrischen Geheimnisse eröffnet werden, muss ich auch damit rechnen, Spiegel meiner eigenen Vergangenheit und der kollektiven Psyche wahrzunehmen.

Die Verlockungen in alte Bemusterungen zurück zu fallen, ist nicht gerade klein und selbst manche Lehrer sind hier kleben geblieben, wie die Fliege auf der Honigfalle.



Quickies und „schnelle Nummern“ sind dabei selten von tantrischer Qualität. Die „Infektionen“ in deinem Liebemachen kannst du selbst spüren und früher oder später kommt dieser Schatten ans Licht deiner Existenz.

Ich freue mich schon auf den nächsten Text, dessen Thema „Liebe und die Sehnsucht nach Beziehungen“ ist.

Mögen alle Wesen glücklich sein

Shanti Bergisch Gladbach, im April 2004

Tara Sattva Institut

Tantra,

Meditation und Energiearbeit

Gierather Str.70

51469 Bergisch Gladbach

02202 284848

[shantimorawa@aol.com](mailto:shantimorawa@aol.com)

oder über die Site [www.tarasattvatantra.de](http://www.tarasattvatantra.de).