

# *TOD und SEX*

*Der Tantra-Newsletter im Herbst 2014*

# *Inhalt*

*Vorwort* von Leelaluna

*Liebe, Sexualität und Tod* von Wolf Schneider

*Von der Sehnsucht zu lieben, zu leben und zu sterben* von Brigitte

*Sexualität und Tod* von Bert Hellinger

*Die Skelettfrau* – ein Märchen von Clarissa Piccola Estes

*Sterben dürfen* – eine Gnade von Renato Ernst Szeiferth

*Orgasmus und Tod* - Osho

„*Kumm großer schwarzer Vogel*“ in Memoriam Ludwig Hirsch

\*

*Der Tod ist groß.*

*Wir sind die Seinen*

*lachenden Munds.*

*Wenn wir uns mitten im Leben meinen,*

*wagt er zu weinen*

*mitten in uns.*

*Rainer Maria Rilke, Buch der Bilder*

\*

## Vorwort

Anfang dieses Sommers wurde bei meinem Vater eine sehr bösartige Form von Krebs diagnostiziert. Es war mir immer klar, dass meine Eltern irgendwann sterben werden, und es ist mir auch klar, dass ich einmal sterben werde. Aber jetzt ist der Tod wieder einmal greifbar nah – und er nimmt bald einen Menschen aus diesem Leben, den ich von Herzen liebe, und der von Anbeginn meiner Lebensreise hier auf dieser schönen Erde für mich da war.

Mein Vater ist ein Mensch, für den Tod und Sterben keine Tabu-Themen sind und dies auch nie waren. Wir haben in unserer Familie immer schon offen darüber gesprochen. Trotzdem ist es etwas anderes, darüber zu reden, als den Tod eines geliebten Menschen zu *erleben*. Ich erlebe das auch nicht zum ersten Mal. Vor einigen Jahren begleitete ich eine sehr liebe und vertraute Freundin auf diesem ihrem letzten Weg. Ich dachte, ich sei gewappnet und gut ausgerüstet, dem Tod gegenüber zu treten - auch durch einige tantrische Erfahrungen und Seminare, die das Thema Tod und Sterben zum Inhalt hatten. Doch ich bin es nicht. Den eigenen Vater zu verlieren, ihn zu begleiten – ganz nah dran zu sein, nah an seinem Leiden, an seinen Ängsten, an unserer gemeinsamen Geschichte -und dabei meine Mutter zu begleiten, die 67 Jahre ihres Lebens an der Seite dieses Mannes gelebt hat, darauf kann man nicht vorbereitet sein.

Kürzlich hat er mir in einem Gespräch gesagt, dass er mit seiner Sterblichkeit eigentlich im Frieden ist. Dass sein Leben lang und erfüllt, wenn auch nicht immer voller glücklicher Fügungen war. Trotzdem erlebe ich ihn jetzt, in der Endphase seiner Krankheit, in seinem Leiden, anders.... nicht, dass er NICHT im Frieden wäre, aber doch sehe ich in seinen traurigen Augen oft noch viele offene Fragen. Oder täusche ich mich?

Überhaupt sind da so viele Gefühle, die wild in uns allen herumpurzeln. So viel Liebe, so viel Verstehen. So viel Traurigkeit und Bedauern, aber auch so viel Lachen und herzlich tiefe Verbundenheit. Alles ist da. Alles auf einmal. So viel, dass meine Augen manchmal übergehen. Nicht von so viel Trauer, sondern weil ich von alledem so berührt bin.

Weil mich das Thema Tod gerade bis ins Mark hinein beschäftigt – der Abschied, das Sterben, der Tod, das Leben, die Liebe.... haben wir uns entschlossen, einen Newsletter darüber zusammenzustellen.

Osho stellt dem Tod ja nicht das Leben gegenüber, sondern die Geburt – er meint, dass Geburt und Tod zwei Phänomene im Leben wären – dass das *Leben* vor der Geburt bereits da ist auch nach dem Tod da sein wird.

Konsequenter Weise gehört auch die Sexualität dazu, denn sie steht als Happening noch vor der Geburt. Sie kann zur Empfängnis führen. Wir werden also durch Sexualität in dieses Leben hineingeworfen und durch den Tod wieder hinausgeführt– hinein in etwas, das wir noch nicht kennen, über das wir nichts wissen.

Sex und Tod markieren also Anfang und Ende unseres irdischen Daseins. Das erinnert mich an eine Szene in dem Film „Samsara“ in dem der Hauptdarsteller, der zuerst als Mönch lebt, sich dann aber für das Leben an der Seite einer Frau

entscheidet, zu einem tantrischen Einsiedler kommt. Dieser zeigt ihm ein Bild, das Paare in sexueller Vereinigung zeigt. Wenn man das Bild jedoch gegen das Licht hält, sieht man die Skelette der sich Liebenden. Diese Szene war für mich sehr eindrücklich – wir alle sind sterblich. Auch wenn jetzt noch Fleisch und pulsierendes Leben unsere Knochen umhüllt, werden wir alle eines Tages eben dieses Fleisch und diesen Körper verlassen.

Dieses Wissen immer im Hinterkopf zu behalten, führt vielleicht dazu, manche Entscheidung bewusster zu fällen, manche Dinge weniger, andere wiederum mehr ernst zu nehmen.

Wir Menschen neigen dazu, alles als absolut zu betrachten. Wir verlieben uns beispielsweise in einen Menschen und wollen ihn dann auf genau das Bild von ihm festlegen, das wir zum Zeitpunkt des Verliebenseins in ihm sahen. Wenn wir dann ein anderes Bild von ihm zu sehen bekommen, ein weniger schönes vielleicht, tendieren wir oft dazu, dies zu verurteilen, zu kritisieren oder uns sogar von diesem Menschen abzuwenden. Gelingt es uns aber, diesen »Doppelblick« oder »Umkehrblick« immer wieder anzuwenden, zu erkennen, dass wir alles in uns haben, Leben und Tod, Schönheit und Hässlichkeit, Gut und Böse, dass wir in Wirklichkeit verbunden mit allem sind, und nicht nur einseitige Wesen, können wir das Sosein der Wirklichkeit umarmen, und alles annehmen was ist.

In diesem Sinne möchte ich euch, ihr lieben bekannten und unbekanntem Leser des Newsletters, einen tiefen Blick in die unendlichen Weiten unseres Lebens und Sterbens wünschen. Vielleicht kann euch der eine oder andere Beitrag in diesem Newsletter eine Inspiration sein.

Eure Leelaluna



# Liebe, Sexualität und Tod

Die Themen Liebe, Sexualität und Tod haben mich schon immer fasziniert. Ich empfinde sie als existenziell, weil damit ich im Kern meines Bewusstseins davon betroffen bin, zutiefst ich, mein Leben, meine Existenz als Mensch, als in die Sinnlosigkeit Hinein-Geworfener. Sie faszinieren und erschüttern mich, aber die Faszination ist stärker.

Liebe ist das, was ich am meisten suche und auch finde, was ich begehre und geben will ebenso wie empfangen, was sich aber meiner Kontrolle entzieht. Obwohl man sehr viel dazu tun kann, ein Liebender zu werden und ein der Liebe Würdiger, kann man sie nicht erringen, sondern nur sich ihrer als würdig erweisen und sie dann als eine Gnade empfangen. Auch Sex – die erotische, physische, direkte, irdische Seite der Liebe – auch das ist nicht in dem Maße erlern- und kontrollierbar wie etwa ein Fachwissen oder körperliche Fitness. Wenn sexuelle Attraktion geschieht, in welcher Richtung auch immer, ist das in ähnlicher Weise ein Geschenk des Himmels wie wenn Liebe geschieht – man kann sich ihrer als würdig erweisen oder als unwürdig. Auch wenn es hierbei noch viel öfter als im Falle der Liebe *nicht gut* ist, der Attraktion nachzugeben, ist sie ein Geschenk des Himmels. Gut, dass es sie gibt! Der Empfangende kann dieses Geschenk genießen, weil es ihn das Leben im Körper spüren lässt, diese pulsierende Wärme, ja Hitze, die mit Geilheit immer einhergeht, auch dann, wenn es nur ein Anflug von Geilheit ist, zart wärmend wie Sonnenstrahlen im März oder im Spätsommer am Baggersee.

## Der dritte im Bunde

Und was ist mit dem Tod? Wärmt der auch, belebt und lässt sich als Gnade empfangen, der wir uns als würdig erweisen dürfen? Ich empfinde die Erinnerung an meine Sterblichkeit als erleichternd. Sie kommt zunächst als etwas Begrenzendes: So vieles kann ich nicht mehr erleben und nicht mehr verwirklichen, weil ja irgendwann der Tod kommt, mich begrenzt, mir das Leben abschneidet, aber *dass* er kommt und ich nicht ewig leben muss, empfinde ich als erleichternd. Sex ist für mich in gewisser Hinsicht das Gegenteil dieses Lebensgefühls. Es ist kein Ende, sondern ein Anfang – mit Sex *beginnt* eine Geschichte zwischen zwei Liebenden und vielleicht auch ein neues, individuelles Leben, so ist es ja biologisch angelegt, während der Tod ein individuelles Leben *beendet*. Es liegt aber ein Thrill in der Begegnung mit dem Tod, in dem Wissen um die Endlichkeit eines einzelnen Lebens, ganz ähnlich dem Thrill einer sexuellen Attraktion. Beides ist existenziell und trifft mich direkt, unausweichlich. Beides reißt mich raus aus der Öde des Alltags, aus dem Gefühl von Sicherheit in der Wiederkehr gewohnter Routinen. Es macht mich wacher, präsenter und erinnert mich daran, dass es mehr gibt im Leben als Sozialversicherungen, nachbarschaftlicher Tratsch und das Erfüllen legitimer Erwartungen. Deshalb enthalten die Mythen aller Zeiten und Kulturen ebenso wie unsere Romane, ja sogar die Schnulzenhefte an den Kiosken und die populären Schlager immer mindestens eines dieser drei Themen: Liebe, Sexualität und Tod. Die großen Romane und Mythen enthalten sogar alle drei. Sie reißen uns raus aus der Illusion einer Banalität, welche die Wiederkehr von Routinen im Alltag mit solch suggestiver Macht zu erzeugen vermag.

## Nichts ist banal

In Wirklichkeit ist nichts banal. Es scheint nur so, weil wir den Tod verdrängen, die Liebe nicht mehr spüren oder dem Sex keine Chance mehr geben, dem Abenteuer, dem Zauber des Anfangs. Auch am letzten Tag meines Lebens möchte ich diesen Zauber des Anfangs noch spüren, so wie ich ihn in einer erotischen Anziehung spüre und in der Magie der Liebenden, ob das nun die Eltern/Kind-Liebe ist, die Liebe zwischen Sex-Partnern, die einander Lust gönnen und Lust verschaffen, oder die Liebe zwischen denen, die voneinander lernen, weil sie einander etwas zeigen.

Das Vergehen im Orgasmus ist »der kleine Tod« genannt worden. Auch das bezeugt die Nähe zwischen Sex und Tod. Aber diesen kleinen Tod erleben wir eigentlich in jeder existenziellen Begegnung, weil dabei derjenige stirbt, der ich noch gestern war. Heute bin ich ein Neuer, ein Anderer. Das Leben als »Stirb und werde« zu empfinden, ist den Liebenden in besonderem Maße vergönnt – den ekstatisch Liebenden. Das können auch die ekstatisch Liebenden eines neuen Tages sein, die Genießer eines warmen Sommerregens oder des Anblicks eines sein Gefieder trocknenden Kormorans.

**Wolf Schneider**, Jg. 1952. Autor, Redakteur, Kursleiter. Seit 1985 Hrsg. der Zeitschrift *Connection*. Seit 1987 Hrsg. Der *Connection Tantra* Hefte. Seit 2008 Theaterspiel & Kabarett.  
[schneider@connection.de](mailto:schneider@connection.de), [www.connection.de](http://www.connection.de).



# Von der Sehnsucht zu fühlen, zu lieben und zu sterben

Ich habe mir heute viele Gedanken gemacht über das Sterben.

Wie alle Lebewesen sind wir hier auf der Erde mit dem Wissen, dass unser Leben auf diesem Planeten endlich ist. Nur - wenn wir immer daran denken, fangen wir ja nie an zu leben.

*...Wir wollen heiter Raum um Raum durchschreiten ... Abschied nehmen, neu beginnen ...*

Fragmente aus einem Gedicht von Hermann Hesse tauchen in mir auf.

## Sehnsucht zu sterben

Nun, ich kenne sehr gut das Gefühl, mitten im Leben: Eine Sehnsucht, sterben zu wollen. Ich könnte für dies und jenes sterben. Auch in unserer Umgangssprache wird diese Redewendung oft gebraucht.

Oft ist es etwas, nach dem ich mich sehne, was ich genieße: Aus einem Gefühl tiefer Geborgenheit und des Erfüllt-Seins nicht mehr herausgehen zu wollen. Sterben zu wollen kann also ein Sich-allem-Hingeben sein, ein Gefühl: Jetzt ist alles gut, da bleibe ich.

Umgekehrt kann es auch so sein, dass ich nicht weitergehen will, dass ich in einem Zustand verharren will, weil alles so unüberwindbar scheint. Weil ein Weitergehen Angst oder Schmerz hervorrufen würde. Ich meine dann, aus mangelnder Kraft etwas nicht durchstehen zu können. Gleichzeitig bin ich sehnsüchtig nach Frieden und Ruhe in mir.

## Schmerz

Ein Glaubenssatz, den ich als Kind vernommen hab und der mir wertvoll ist (es gibt nicht nur negative Glaubenssätze aus der Kindheit), kommt ebenfalls in mein Bewusstsein: "Besser als gar nichts zu fühlen ist es, zu fühlen, egal, wie dieses Gefühl ist, und sei es noch so schmerzhaft."

Durch den Schmerz der Sehnsucht wieder lernen, das Herz zu öffnen. Mich nicht daran hindern lassen, was ich sein will: Ein Mensch mit offenem Herzen, der Lebensfreude und Liebe in die Welt leuchten lässt.

Ganz hell will ich sein und riskieren, dass ich ... nicht geliebt werde. Eine Wand durchdringen, mit Güte, Geduld, Gelassenheit. Weil letztendlich Liebe alles erträgt und die größte Kraft ist. So kann ich auch all die Schönheit fühlen, die mich beflügelt. Und mit Liebe kann ich daran wachsen.

## Alles eingeschlossen

Und wenn ich für die Liebe sterbe, gehe ich aus meinem Verstand, aus all meinen Vorstellungen, mach' mein Denken leer und wunschfrei. Ich strebe nicht danach, in ein Gefühl zu kommen. Ich spüre. Ich komme in den Zustand: Alles ist gut.

Ich bin im Moment, der mir zeigt, was ich bin - alles eingeschlossen. Es spricht das Herz und es zeigt sich in Gefühlen, die alle da sein dürfen und von mir geliebt werden wollen, ohne gut und böse, richtig oder falsch zu sein.

In meinem Körper fühlt sich das so an, dass ich nicht mehr Kopf, Brust, Arme, Beine spüre – nur noch BIN – und verschmelzen kann in einem großen „Ball“, schwerelos, paradiesisch, frei, erfüllt, ohne Ziel.

## Sterben als Erwachen

Wenn ich dies mit einem liebenden Menschen erlebe, kommt der Moment des Sich-Eins-Fühlens. Du und

ich sind nicht getrennt. Das ist Sterben. Ein Erwachen in dem Bewusstsein der allumfassenden Liebe: Ich bin wo du bist. Da denkt nichts, lenkt nichts, da ist Liebe, wie Erich Fried in seinem Gedicht sagt: „Es ist was es ist.“

In diesem Zustand finde ich Frieden, ein Stück „Himmel auf Erden“. Und ich fühle mich mit der Sehnsucht gesegnet, hier in meinem irdischen Leben möge die Liebe doch eingeschlossen sein in all mein Denken und Tun.

### Abschließen?

Ich muss mich und dieses Erlebnis nicht mehr „abschließen“. Manchmal habe ich geschildert bekommen von „tantrischen Erlebnissen“, dass man sich nach einem solchen Erlebnis wieder „abschließen“ müsste. Ich selber habe keine Erfahrung und Berührung mit tantrischen Ritualen je gehabt. Ich denke aber, dass Tantra dieses allgegenwärtige „Ich = Liebe“ anstrebt: Im Vereinen mit anderen Menschen durch die Körper dies zu erspüren – da der Körper der größte Sensor ist. Ich unterscheide davon eine liebende Verschmelzung mit einem Menschen, die nach diesem Verschmelzen weiterfließt und nicht abgeschlossen werden muss und über das Körperliche hinausgeht.

### Loslassen

Sterben heißt Loslassen. In Liebe loslassen. **Jeder ist das, was er von sich weitergibt:** Wie die Sonne das Licht an die Welt weitergibt. Das Geschenk weiter schenken, damit es größer werde. Wie der Mond das Licht, das er von der Sonne empfängt, weitergibt. Loslassen, nicht einsperren. Im Geben und Verschenken den Reichtum des Lebens kennenlernen und wachsen lassen. Unabhängig von Eigennutz sterben, um das Wunder der Liebe annehmen zu können. Auch wenn es schmerzt, loslassen: Das alles ist Liebe.

Und auch am Scheitern nicht resignieren. Nur das Bewusstsein entwickeln, es dorthin schaffen zu wollen, darauf ausgerichtet zu sein, ist schon der Weg zum Erfüllt-Sein.

Von Herzen, *Brigitte*

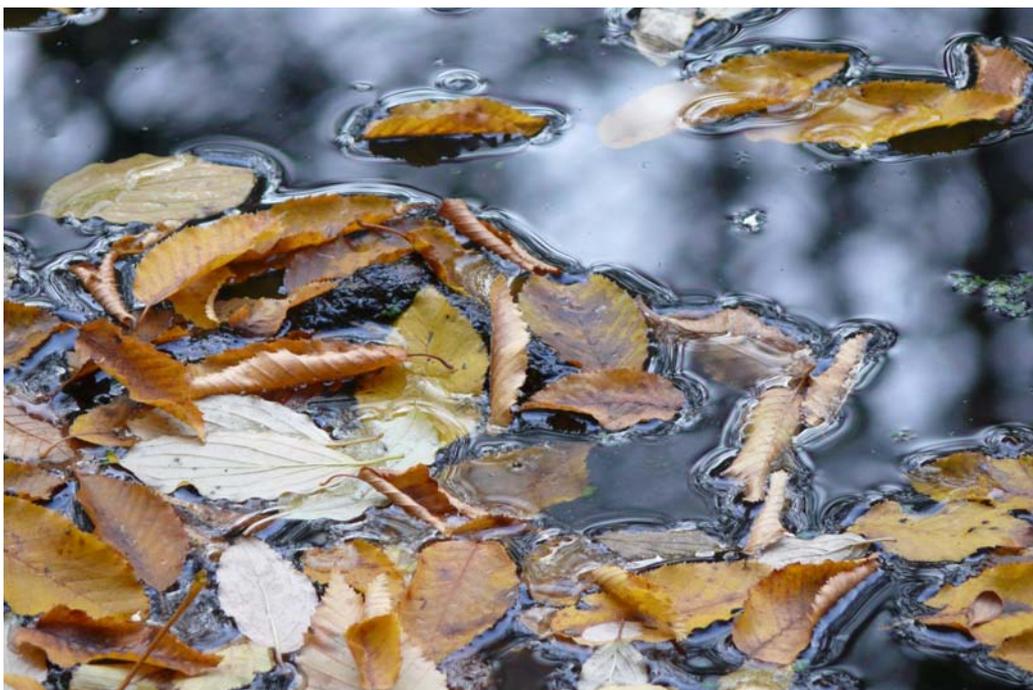


Foto von Lutz Stallknecht – pixelio

# Sexualität und Tod

Bert Hellinger

Aus dem Intensiv-Camp in Barcelona,

4. – 11. September 2009

Die Sexualität ist eine Veranstaltung gegen den Tod. Was hat die Sexualität vor allem im Blick? Den Tod. Was will die Sexualität überwinden? Den Tod.

Die Sexualität ist eng mit dem Tod verbunden. Sie kostet die meisten Leben. Leben kann der, der viele Tote überlebt.

Da ist noch ein merkwürdiges Bild. Wer vor allem schaut auf das Leben? Wer führt mehr zum Leben? Der Mann die Frau, oder die Frau den Mann? Der Mann, ganz eindeutig. Der Mann vor allem steht für das Leben. Wer rettet ein Kind vor dem Tod? Vor allem der Mann.

Eine weitere merkwürdige Beobachtung: Die Frauen sind näher am Tod. Ich weiß nicht, ob ich das alles sagen darf. Das sind so Bilder. Ihr könnt es in euch nachprüfen, was die innere Bewegung ist. Ich sage es mal ganz extrem. Die Frau schaut eher auf den Tod des Kindes als auf sein Leben. Deswegen sind die Kinder ihres Lebens sicherer beim Vater als bei der Mutter.

Das ist eine vordergründige Betrachtung. Das Leben der Frau ist mehr gefährdet als das Leben des Mannes, in vielerlei Hinsicht, durch das Leben, das durch die Sexualität auch verloren geht, zum Beispiel durch eine Fehlgeburt oder durch eine Abtreibung oder sonstwie. Die Frau ist mit dem, was verloren geht, ganz anders verbunden als der Mann. Also, durch die Verluste, die das Leben kostet, ist die Frau eher mit dem Tod verbunden als mit dem Leben.

Könnt ihr das nachspüren? Das ist bei ihr die Bewegung. Das ist die Ausgangslage. Ich habe jetzt keine Zeit, das auszuführen. Aber ich könnte das noch einmal aufgreifen bei den Fragen und Antworten heute Abend. Einverstanden damit?

*Zustimmung in der Gruppe*

\*

*Ich möchte diesem Text von Bert Hellinger, den ich teilweise sehr schätze, ihm aber irgendwie doch ein klein wenig Frauenfeindlichkeit vorwerfen möchte, vor allem WIE er oben im angeführten Text schreibt – also – er erklärt dazu nicht viel. Im Grunde möchte ich ihm schon zustimmen, dass der Mann mehr auf das Leben schaut, und die Frau (auch) den Tod im Blick hat... aber beim Bert klingt das fast so, als ob das ein Makel wäre. Clarissa Piccola Estes, die viele unserer geschätzten Leser von ihrem Buch „Die Wolfsfrau“ kennen werden, schreibt in eben diesem Buch dazu folgendes: (und ich finde fast, es muss hier im Anschluss an Bert Hellinger das Bild „abrunden“)*

## *Die Skelettfrau*

### *Sich dem Werden, Vergehen und Neuwerden der Liebe stellen*

Wölfe pflegen gute Beziehungen zueinander, das weiß jeder, der die Verbindungen in einem Rudel jemals über einen längeren Zeitraum hinweg beobachtet hat. Wenn sich ein Wolfspärchen zusammentut, dann fast immer fürs ganze Leben. Obwohl sie sich zanken und ihre Differenzen manchmal unverhohlen bissig austragen, überstehen ihre Beziehungen die härtesten Winter und auch sonst alles, was die vier Jahreszeiten an Wachstum, Bereicherungen und Verlusten mit sich bringen. Die menschlichen Bedürfnisse im Hinblick auf Beziehungen sehen nicht anders aus.

Während die Wölfe instinktiv treu sind und ein Leben lang zueinander halten, haben Menschen manchmal erhebliche Schwierigkeiten in dieser Hinsicht. Um mit archetypischen Begriffen zu beschreiben, was der unverbrüchliche n Stärke von Wolfsbeziehungen zugrunde liegt, könnte man sagen, dass die Integrität ihrer Beziehungen auf ihre Synchronizität mit dem alten Grundmuster der gesamten Natur – was ich den Leben/Tod/Leben-Zyklus nenne – zurückzuführen ist.

Wenn ich von der „Leben/Tod/Leben-Natur“ spreche, dann meine ich den ewigen Zyklus von Entstehung von Leben, Entwicklung, Abbau und Tod, auf welchen wieder neues Leben folgt. Diesen Kreislauf gibt es auf allen Existenzebenen, sowohl im physischen als auch im psychischen Bereich. Alle Erscheinungsformen im Universum, von den Galaxien und Spiralnebeln über die Sonne, über die Menschen, Tiere Pflanzen, Einzeller bis hin zu atomaren Partikeln entstehen, vergehen und entstehen wieder neu in einem ewigen Kreis.

Anders als der Mensch betrachten Wölfe das Auf und Ab des Lebens in der Verfügbarkeit von Kraft, Potenz, Nahrung und so weiter nicht als Übel oder Strafe. Höhepunkte und Tiefpunkte im Leben sind naturgegeben und Wölfe finden sich, so gut es geht, damit ab. Die Instinktnatur verkräftet alle positiven und alle negativen Erfahrungen und bleibt dabei sich selbst und anderen treu. Wölfe zeigen, dass es möglich ist, den unaufhörlichen Zyklen der Natur mit Anmut und Erfindungsreichtum zu begegnen und über alle Schicksalsschläge hinweg zu seinem Lebensgefährten zu halten. (.....)

In weisen Geschichten ist die Liebe nur selten ein romantisches Stelldichein zweier Liebender. So beschreiben z.B. einige Geschichten aus dem Polarkreis die Liebe als die Vereinigung zweier Menschen, deren gemeinsame Kraft es einem oder beiden ermöglicht, Kontakt mit der Seelen-Welt aufzunehmen und in Form eines Tanzes mit dem Leben und dem Tod am Schicksal selbst teilzuhaben. Die Geschichte von der Skelettfrau handelt von einem Fischer, der sich die Kunderin des Todes ins Bett holt und mit ihr schläft. Es ist eine Liebesgeschichte aus der Arktik, wo der Stamm der Inuit lebt. In den nördlichsten Regionen der Erde wird Liebe nicht als romantischer Flirt oder egoistische Befriedigung zwischen Mann und Frau verstanden. Die Jagdkulturen, die es seit Menschengedenken fertigbringen, den eisigsten und lebensfeindlichsten Landstrichen unseres Planeten ein Existenzminimum abzuringen, beschreiben die Liebe in ihren Erzählungen immer als

ein unzerreißbares Band, das aus allen überdauernden psychischen Sehnensträngen gewirkt ist und deshalb auch die härtesten Zeiten übersteht. Die Vereinigung von zwei Menschen wird als *angakok* verstanden, als eine magische Verflechtung, durch die die beiden Partner in einer Beziehung „die Kräfte hinter allen Dingen“ zugänglich werden. Eine Vereinigung solcher Art ist aber nur möglich, wenn bestimmte Bedingungen erfüllt werden. Um eine so dauerhafte Liebe zu schaffen, muss ein dritter Partner zur Teilnahme an der Beziehung eingeladen werden, und diesen unsichtbaren Dritten im Bunde nenne ich die Skelettfrau. Man könnte sie auch „Frau Tod“ nennen. Sie ist die Verkörperung der Leben/Tod/Leben-Natur und wird als Göttin verehrt. In der menschlichen Zweierbeziehung fällt ihr die Rolle des Orakels zu, denn sie weiß, wann ein Zyklus zu Ende geht und wann ein neuer beginnt. Insofern kann sie als die ahnungsvolle Intuition in einer Beziehung interpretiert werden, als jener dunkelste Aspekt des Vorauswissens, den Männer wie Frauen am meisten fürchten, wenn sie das Vertrauen in die Transformationsfähigkeit ihrer Beziehung verloren haben und sie fürchten, die nächste Hürde nicht mehr gemeinsam nehmen zu können.

Das genau ist der Punkt, an dem die Skelettfrau, Kündlerin des Todes und des Neuwerdens, von beiden Partnern herzlich willkommen heißen und umarmt werden muß, damit die Liebe von Dauer ist. Ausgangspunkt war eine kurze, fünfzeilige Inuit-Überlieferung, die mir Mary Uukalat erzählte und die zu einer Geschichte wurde. Sie beschreibt die psychischen Stationen auf dem Weg zum Liebesakt mit der Skelettfrau....

und für alle die hier gerne weiter lesen würden, geht es hier zum Märchen „Die Skelettfrau“ von C. P. Estes.

<http://maerchenkiste.com/m%C3%A4rchentexte/die-skelettfrau/>

\*

# Sterbendürfen - eine Gnade

Renato Ernst Szeifert

Der Tod: gefürchtet, ignoriert, verdrängt.

Aber was wäre ein Leben, das man nicht riskieren, nicht verlieren könnte? Ewige Folter.

Höchste Zeit, das Verlöschen zu würdigen – auch wenn es noch hinter dem Horizont lauern mag: Ohne die Aussicht auf den Tod, was wäre das Leben?

Jeder Moment könnte unser letzter sein; aber lässt es sich in diesem Bewusstsein überhaupt leben?

Müssen wir verdrängen, um zu funktionieren?

Ja.

Aber wir müssen nicht funktionieren. Dieses Joch des Müssens können wir uns nur selbst auferlegen.

Das Sterbenmüssen hingegen ist eine Gnade ... ein Sterbendürfen.

Erst die Aussicht eines Endes schärft den Blick für das Jetzt Und nur im Hier und Jetzt können wir bei uns selbst ankommen, uns spüren, Trennung überwinden.

Vieles kann uns ins Jetzt bringen. Eine der wirkungs- und lustvollsten Methoden ist Sex.

Natürlich nur, wenn er eine gewisse Qualität jenseits von Ego, Erwartung oder Gier erreicht.

Wenn sich ein Raum für das Mysterium öffnet; wenn Menschen ihre Schutzschilde fallen lassen und das Potenzial einer Verschmelzung entsteht: Dann lässt man alle Sicherheit hinter sich, und dann ist auch der Tod mit im Spiel.

Sei es dann (zum Glück?) auch nur ein kleiner Tod, ein Tödchen, so ist dieser doch unumgänglich, um Sex zu einer transzendenten Erfahrung werden zu lassen. Und darum geht's doch, oder? Wenn man mehr will als Triebabba, Egoaufwallung und Kopfkino.

Transzendenz.

Das Überschreiten der Grenzen von Erfahrung und Bewusstsein – absolute Hingabe an den Moment, Verlöschen des Ich, Ekstase ... Orgasmus ... Tod ...

(Später. Sich wieder zusammenbauen. Alltagsbewusstsein wieder überstülpen, zurück in die Funktion. Eventuell.)



Renato Ernst Steifherz, Jg. 1969, lebt und waltet in Wilfersdorf, Österreich spielt gerne Tischtennis, ist ein Tantra-Bruder von Leelaluna und befindet sich gerade in der Ausbildung zum Sonderschullehrer.

# Orgasmus und Tod

Osho

“Sex und Tod sind beinahe eine Energie”

[http://www.die-welt-ist-im-wandel.de/Auszug\\_Diamanten\\_auf\\_dem\\_Weg.htm](http://www.die-welt-ist-im-wandel.de/Auszug_Diamanten_auf_dem_Weg.htm)

\*

*Es sandte mir das Schicksal tiefen Schlaf.  
Ich bin nicht tot, ich tauschte nur die Räume.  
Ich leb in euch, ich geh in eure Träume,  
da uns, die wir vereint, Verwandlung traf.*

*Ihr glaubt mich tot, doch dass die Welt ich tröste,  
leb ich mit tausend Seelen dort, an diesem wunderbaren Ort,  
im Herzen der Lieben. Nein, ich ging nicht fort,  
Unsterblichkeit vom Tode mich erlöste.*

*Michelangelo Buonarroti, 1475-1564 - Rime 194*



Foto von Katharina Wieland pixelio

Und zum Schluss, noch etwas zum hören....

**„ Kumm großer schwarzer Vogel“**

**in Memoriam Ludwig Hirsch**



Foto by Wolfgang Discherl pixelio

Und zum Schluss, noch etwas zum hören....

**„ Kumm großer schwarzer Vogel“**

**in Memoriam Ludwig Hirsch**

<https://www.youtube.com/watch?v=3MPgn7Rm9no>

## 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

Der aktive (anklickbare) Weblink auf die Homepage unserer Tantra-Anbieter in unserer [Adressliste für Tantraschulen und Tantramassage-Institute](#) ist kostenpflichtig. Der Eintrag der Adresse ohne anklickbaren Link auf die eigene Webseite bleibt weiterhin kostenlos. Der Eintrag der Adresse mit anklickbaren Link auf die eigene Webseite kostet 24 Euro im Jahr. Wer von dieser Möglichkeit Gebrauch machen will, schickt den genauen Wortlaut seines Adresslisteneintrags an [brigitte.schwab@connection.de](mailto:brigitte.schwab@connection.de) und überweist auf unser Konto IBAN: DE18 7016 9474 0000 9041 39 unter dem Stichwort „Adresslisteneintrag“ 24 Euro. Bei Eingang des Geldes schalten wir den Link frei.

## Tantra-Regionalgruppen

[Tantragruppen in Deutschland](#)

### Nachrichten aus dem Vertrieb

Das neue Tantra Magazin [95 „Feiner genießen“](#) kann ab sofort bestellt werden.  
[Tantra-Abo 1 Jahr](#) 16 Euro (2 Ausgaben, Prämie: Buch "Tantra- Spiele der Liebe" )

[Tantra-Abo 2 Jahre](#) 30 Euro (4 Ausgaben, Prämie: 2 connection Tantra )

[Tantra-Abo 3 Jahre](#) 42 Euro (6 Ausgaben, Prämie: 3 connection tantra)

Gib deine Bestellung direkt in unserem Shop ein: [shop.connection.de](http://shop.connection.de)

oder an [Vertrieb@connection.de](mailto:Vertrieb@connection.de) oder Tel. 08639-9834-14

## Impressum

Copyright Webmagazin und Newsletter: 2014 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 alle 2 Monate.

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