

Die Erotik des Risikos



Tantra-Newsletter im Frühsommer 2015

- * Inhalt
- ** Vorwort von Leelaluna
- *** Die Erotik des Risikos – Saleem Matthias Riek
- **** Erotische Initiative – eine weibliche Perspektive auf sich selbst
- ***** Gedanken*Gedichte*Impressionen

Vorwort

von Leelajana

Im Wonnemonat Mai und im darauffolgenden Frühsommer explodiert die Natur um uns herum in unzählige Nuancen von Farben, Düften und Melodien. Die Vögel preisen unaufhörlich dieses Fest und begrüßen jeden neuen Frühlingstag (zu meinem Leidwesen bereits um halb fünf Uhr früh) lautstark vor meinem Schlafzimmerfenster.

Überall grünt, blüht und jubiliert es um uns und auch wir Menschen sind Tänzer auf dieser „Bühne“ Welt für dieses ekstatische, kosmische Schauspiel der Lebensfreude und staunen und atmen..., balzen, jubeln, besonders in dieser Zeit im Jahr.

Dieser Tanz mit dem Leben ist eine riskante Angelegenheit – er mag gelingen, oder missglücken, man kann ausrutschen und sich einen Knöchel verstauchen – oder noch Schlimmeres. Dennoch ist da dieses Kribbeln... diese Spannung... dieser Kick, wenn wir etwas riskieren.

Manche holen sich ihre Portion Risiko im Lebens durch schnelle Autos, einen Bungeesprung in den Abgrund, oder vorm Fernseher beim Thriller im Hauptabendprogramm. Wieder andere verbringen Stunden vor actionreichen Video- oder Computerspielen. Viele von uns sind hungrig nach solchen Kicks. Und der Clue: es ist niemals genug und will dauernd wiederholt werden. Eine Action folgt der anderen, immer höher, weiter und riskanter, so treiben wir uns an.

Manche von uns meiden auch das Risiko – vielleicht haben sie keine guten Erfahrungen damit gemacht, oder bekommen ihre Dosis Risiko bereits im Job als Börsenmakler, Lehrer oder Polizist.... dann möchte man in seiner Freizeit vielleicht auf den Bungeesprung verzichten, und statt dessen gerne lieber lange Spaziergänge im Wald machen, bergsteigen oder segeln? So oder so, in unserer Gesellschaft blüht sowohl das Geschäft mit dem Risiko, als auch das mit den Versicherungen. Wir können uns gegen fast alles absichern – Naturkatastrophen, Hausbrand, Autoschaden und andere schicksalhafte Ereignisse. Wir meiden viele Risiken, wännen uns in relativer Sicherheit... und trotzdem sind wir ständig auf der Suche nach dem nächsten Kick. Warum?

Und wie sieht es aus in unseren Beziehungen? Wie sieht es aus in unserer Sexualität? Wie viel Risiko brauchen wir darin? Einige von uns holen sich den Kick durch Seitensprünge (wenn die eigene Beziehung im Laufe der Zeit an Spannung verloren hat), oder durch verschiedene sexuelle Spielarten (so werden hie und da mal ein paar Handschellen oder Lack- und Lederklamotten ins Liebesspiel eingebaut) und scheinen damit ganz zufrieden zu sein. Aber bedeutet das wirklich, etwas zu riskieren?

Vielleicht wissen wir im Innersten genau um das Risiko des Lebens, das eigentlich niemals und nirgends eine Garantie geben kann. Andererseits suchen und brauchen wir manchmal die Gefahr, um uns wirklich lebendig zu fühlen. Daraus gibt sich ein augenscheinlich schizophrenen Umgang mit dem Risiko: Einerseits versuchen wir es zu vermeiden, wo wir nur können, uns ab zu sichern und zu schützen, andererseits suchen wir es ganz gezielt, um unser Leben auf zu pepen.

Es mag gefährlich sein, das Leben zu wagen, es gibt 1001 mögliche Gefahren (...wir leben auch in einer Warnhinweisgesellschaft: „Achtung, das Lesen dieser und der folgenden Zeilen könnte ihre Risikobereitschaft erhöhen!!!), aber können wir wissen, ob ein Leben auf der Couch oder in der Komfortzone unseres Seins nicht auch Risiken birgt, vielleicht das Risiko niemals wirklich intensiv gelebt zu haben, oder das Risiko von verpassten Gelegenheiten?

Und wie bereits Seneca, der römische Philosoph bemerkte, „. Nicht weil es schwer ist, wagen wir es nicht, sondern weil wir es nicht wagen, ist es schwer.“

Die alles entscheidende Frage ist vielleicht: Was tust du? Wie möchtest du leben? Was ist dein Einsatz? Was möchtest du riskieren, was braucht dein Leben, um reich, lebendig und vollständig zu sein?

Ich persönlich glaube, wir brauchen eine gute Dosis von beidem: Sicherheit und Risiko. Und wie immer geht es um die richtige Entscheidung, im richtigen Moment...

Ich hoffe, dass dieser Newsletter ein paar Inputs und Inspirationen für euch bereit hält.

Eure Leelaluna



"Das Risiko der Klarheit einzugehen, das Risiko einzugehen, die Dinge zunächst einmal nur festzustellen, ist [...] das einzige Verhalten, das unsere Zukunft schützt, indem es sich der Gegenwart stellt."

Viviane Forrester, Der Terror der Ökonomie,

Wilhelm Goldmann Verlag, München, 1998,

S. 206f. ISBN 3442127998.



Die Erotik des Risikos

Der Titel mag manchen überraschen, leben wir doch in einer Kultur der Risikovermeidung. Wenn wir uns nur sicher genug fühlen, können Lust und Liebe ungehindert fließen, denken wir. Da ist etwas Wahres dran. In Angst und Schrecken fühlen wir uns selten besonders lustvoll, außer wir sitzen im Kinosessel und genießen den Nervenkitzel oder wir haben besondere Vorlieben. Für die meisten Menschen ist Angst jedoch ein echter Lustkiller.

Sicherheit versus Erotik

Doch auch wenn wir uns vollständig sicher fühlen, verkümmert die Erotik. Buchtitel wie „Guter Sex trotz Liebe“ deuten darauf hin, dass Erotik eine gewisse Spannung braucht,



die in sicheren und vor allem dauerhaften Liebesbeziehungen nicht immer leicht aufrecht zu erhalten ist. Der Wegweiser zu erotischer Spannung heißt in diesem Fall: Risiko! Schauen wir uns um in der Natur, es ist Frühling. Überall sprießen die Knospen und werden – wenn alles gut geht – zu Blättern oder Blüten. Sie haben darauf gewartet, dass es warm genug wird und die Sonne öfter scheint,

aber jetzt riskieren sie alles. Die zarte Knospe ist unendlich verletzlich, sie kann leicht erfrieren oder gefressen werden, aber der innere Drang zur Entfaltung ist größer als alle Vorsicht. Vielleicht kommt ja sogar eine Biene vorbei und sorgt für Fortpflanzung.

Mut zum Risiko...

...ist in einer Welt von Lebensversicherungen und geschlechtergerechter Korrektheit nicht besonders beliebt. Er ist aber ein Königsweg zu Eros. Nur mit Mut zum Risiko wagen wir es, erotisch die Initiative zu ergreifen. Ja, das kann schief gehen. Es kann sogar als Belästigung aufgefasst werden. Die Zeitungen sind voll davon. Kürzlich las ich, dass 100% (!) von 600 befragten Frauen in Pariser Bussen und Bahnen schon mal die Erfahrung sexueller Belästigung gemacht haben. Das ist erschreckend und es scheint fast so, als wenn Männer den Begriff ÖPNV (Öffentlicher Personennahverkehr) zuweilen missverstehen... Die französische Regierung ist alarmiert, ein Aktionsplan

muss her, das muss eingedämmt werden. Und widerlegt nicht die vielfältige sexuelle Belästigung die These von der Erotik des Risikos?

Ich finde nicht. Männer, die auf plumpe Weise Frauen in der U-Bahn anquatschen oder gar begripschen, vermeiden genauso das Risiko wie die Mehrheit der Männer, die so etwas niemals tun würde. Sie vermeiden es auf andere Weise. Sie haben gelernt, ihre Gefühle zu unterdrücken, sie können die feine Erregung von echtem Kontakt und spannendem Flirt nicht mehr spüren oder weichen ihr auf machtvolle, übergriffige Weise aus, weil sie zu viel Angst macht.

Erotische Initiative

...vor allem von Männern steht inzwischen so sehr auf dem Index sozial unerwünschten Verhaltens, dass

1. sich besonders sensible Männer in ihr Schneckenhaus zurück ziehen.
2. sich die erotische Initiative aus der Öffentlichkeit in virtuelle Chatrooms zurückzieht.
3. sich nur besonders ungalante Zeitgenossen davon nicht beirren lassen, die Belästigung von Flirt nicht unterscheiden können.

Für eine erotische und zugleich respektvolle Liebeskultur brauchen wir beides: die Wertschätzung des Risikos erotischer Initiative und den Respekt für Grenzen. In der öffentlichen Diskussion taucht meistens nur Letzteres auf, mit wenig erotischen Folgen.

Wir müssen zum Glück nicht darauf warten, dass die Öffentlichkeit uns andere Vorgaben macht. Wir können selbst damit beginnen, unser frühlingshaftes Begehren zu ehren, es zu feiern, die Lust darin zu begrüßen. Wer sollte besser dafür qualifiziert sein als Frauen und Männer, die sich mit Tantra beschäftigen? Aus der inneren Feier unserer Lust gewinnen wir Selbstvertrauen. Wir sind keine Bettler, wenn wir dieses wunderbare Geschenk der Natur mit jemandem teilen wollen, sondern reiche Könige oder zumindest unangepasste Narren im Sinne des Tarot. Genau das wiederum befähigt uns, unser Gegenüber wahrzunehmen, ein feines Gespür dafür zu entwickeln, wie unsere Initiative ankommt, Grenzen nicht gleich als Zurückweisung zu interpretieren, sondern ein Kontaktangebot zu machen, das angenommen werden kann – oder auch nicht.



Dieses Risiko ist unvermeidlich. Je mehr wir es annehmen und als Teil des Spiels akzeptieren, desto mehr können wir auch Grenzen annehmen, und die Frau, die wir gerade nach der Telefonnummer gefragt haben und die uns diese verweigert hat, darf danach genauso froh ihrer Wege gehen, wie der Mann, der sich das zu fragen getraut hat. Oder genau umgekehrt. Warum sollen nicht auch Frauen erotisch initiativ werden? Weil sie dann Schlampen sind, Flittchen? Das könnte jemand meinen, das ist tatsächlich ein Risiko. Es ist ja noch nicht lange her, dass erotische Initiative von Frauen vollkommen tabuisiert war und auf übelste Weise diskriminiert wurde. Aber die Zeiten ändern sich, und damit ergeben sich auch für Frauen immer mehr Gelegenheiten, die Erotik des Risikos zu entdecken und zu genießen.

Mut in Beziehungen

Das Risiko besteht natürlich nicht nur in der Kontaktaufnahme. Gerade in langjährigen Beziehungen ist es eine hohe Kunst, Eros lebendig zu halten. Dazu brauchen wir den Mut, erotische Impulse und Ideen einzubringen, von denen wir nicht sicher sind, ob der Partner sie gerade schätzt oder mit denen wir sogar schon mal abgeblitzt sind. Wir können einander herausfordern und locken, auf Abstand halten und wieder heranlocken, all das gehört zum erotischen Spiel. Wenn wir dieses Spiel vermeiden, verlagert es sich ins Herz und wird zum verletzenden „Komm her! – Geh weg!“ oder in den Kopf und wird dort zum trennenden Urteil. Auf der erotischen Ebene ist das Spiel mit der Polarität zuhause und wird umso leichter und lustvoller, je mehr neben dem Respekt für Grenzen auch der Mut zum Risiko gewürdigt wird. „Wir können nur begehren, was wir nicht schon besitzen“, „Die Intensität unserer Leidenschaft ist direkt proportional zum Ausmaß von Unsicherheit, das wir im erotischen Kontakt tolerieren können“ und „Das Gegenteil von Lust ist nicht Schmerz, sondern Bequemlichkeit“, solche intelligenten bis knusprigen Sätze können uns den Weg weisen in eine Erotik des Risikos.

Also, was hält uns davon ab? Es ist Frühling. Eros erwacht. Wann, wenn nicht jetzt? Es ist Zeit zu flirten was das Zeug hält! Wenn es mal allzu aufregend wird, kann es helfen, das Rumoren im Bauchraum gut mit Atemluft zu versorgen. Dann fühlt es sich weniger wie ein verschluckter Semmelknödel an, sondern eher nach Schmetterlingen im Bauch....

Saleem Matthias Riek ist Seminarleiter im Bereich Tantra, Liebe, Eros und Bewusstsein und Autor mehrerer Bücher ("Herzenslust", "Herzensfeuer", "Leben, Lieben und Nicht Wissen"). Sein neuestes Buch „Lustvoll Mann sein – Expeditionen ins Reich männlicher Sexualität“ gibt Männern eine Stimme, die sich mit Mut zu erotischem Risiko auf teils unentdecktes Gebiet vorgewagt [haben. www.schule-des-seins.de](http://www.schule-des-seins.de) und www.lustvoll-mannsein.de



Erotische Initiative: eine weibliche Perspektive auf sich selbst

Ich war früher sehr schüchtern, ein Mauerblümchen, für das sich niemand interessierte, so sehr ich mich auch bemüht habe, durch mein Aussehen oder mein Verhalten bei den Männern gut anzukommen. Viele wollten nichts mit mir zu tun haben, da ich für sie „komisch“ wirkte. Ich war auch etwas sozial blind. Ich wusste in den Konversationen mit Männern die Bedeutungen zwischen den Zeilen nicht zu deuten. Aus diesem Grund, und weil ich die Regeln von diesem Spiel nicht verstand, machte ich mir schließlich das Motto „Angriff ist die beste Verteidigung“ zueigen und beschloss, selber offensiver auf die Männer zuzugehen, an denen ich Interesse hatte. Ich wollte nicht ewig sitzen bleiben nach dem Motto "Ich sitze da und schneide Speck, wer holt mich hier bloß weg?".

Seitdem ich durch positive Erfahrungen mehr Selbstvertrauen und -bewusstsein im sinnlichen Bereich habe und in mir selber erfüllter bin (und vielleicht auch weniger kindlich wirke als früher), wirke ich auf viele Männer anziehend, wobei ich mich aber häufiger als initiativ erlebe, als umgekehrt. Ich empfinde mich als Jägerin, es gibt manchmal so einen richtigen Jagdtrieb in mir. Bei einem Mann, an dem mir sehr viel liegt, habe ich mehrere Jahre daran gearbeitet, ihn richtiggehend zu erobern und bin nach etwa 5 (!) Jahren wirklich bei ihm in seinem Herzen angekommen. Es hat sich gelohnt! Diese Herausforderung macht mir Spaß, wenn es zumindest eine kleine Aussicht darauf gibt, dass mein Verhalten mich meinem Ziel näher bringen könnte.

Oder ich empfinde mich als „Beute, die ihrem Jäger auf lauert“, wie es so schön in einem der letzten Connection-Magazine stand. Bei aufdringlichen Männern fliehe ich aber eher.



Bild von Helga Schmadel / pixelio.de

Mich stört, dass mein aktives Verhalten oft stark verurteilt wird. Ich wurde schon häufiger – von

Frauen und Männern – mit übler Nachrede versehen, als Hexe, Schlampe, Hure, Luder, Hippie, aufdringlich, respektlos, berechnend, unmoralisch, unmöglich, egoistisch, opportunistisch, eine Krake mit Saugnäpfen, Fangarmen und anderes Nette bezeichnet. Ich bekam sogar zu hören, dass ich gefühllos sei und über Leichen gehen würde!! Dies aber auch, da ich einerseits selber verheiratet bin und bei meinen Annäherungen auch wenig Unterschied mache, ob ein Mann verheiratet/in festen Händen ist oder nicht. Aber wenn ich jemanden interessant finde, frage ich ja nicht gleich als Erstes "Bist du verheiratet?" Ich bin generell gegen Grenzen, die auf dem Papier stehen oder in den Köpfen der Leute existieren und sich an Kategorien festmachen, wie Alter, Nationalität oder Beziehungsstatus. Aber die Kommentare stammen nicht unbedingt von der betroffenen Partnerin, sondern von anderen Menschen.

Auch wenn ich dem Jäger auflauere, also dem Jäger nicht viel Widerstand in den Weg lege, weil ich mich von dieser Person gerne "erlegen" lasse, wird es negativ bewertet. Dann kommt eher die Kategorie Flittchen, billig, leicht entflammbar - das heißt, meine Gefühle haben nichts zu bedeuten; kopflos, leicht zu haben und damit wenig wert. Dabei empfinde ich es als Geschenk – an die andere Person und an mich selber, mich, wenn es passt, auch einmal unumwunden zeigen zu können – direkt, ohne "unnötige" Umschweife, in medias res, in den Kontakt zu gehen und nicht einen gesellschaftlich vorgeschriebenen kokettierenden und mir selber schleierhaften Fächertanz absolvieren zu müssen.

Früher wollte ich phasenweise lieber ein Junge sein, beim Fußball mitspielen und mit den Jungen rangeln (und ihnen so näher zu kommen), das fand ich interessanter, als mit Puppen zu spielen – was ich allerdings auch ausgiebig gemacht habe. Meine Initiativefreudigkeit habe ich u.a. auf meine männlichen Anteile zurück geführt. Damit wären wir beim möglichen Spektrum männlicher und weiblicher Anteile und der Frage, ob dieses bei Männern und Frauen deckungsgleich ist. Doch das ist ein anderes Thema...

Alaka, Jg. 76, beschäftigt sich seit ihrer Jugend eingehend mit Themen um Sexualität und Liebe.

Sie möchte Interessierte an Stationen ihres Erforschungswegs teilhaben lassen.





MUT-KETTE :

*Alpenpanorama
HOCH
überm Tiefnebel,
einzelne Bergspitzen gebadet,
im Sommersonnenlicht,
dein trinkendes Auge
gleitet über gesalbte Gipfel
gleich einer Lebenslinie
- gestern, heute, morgen -
gelebter Alltag
nicht mehr/noch nicht,
in den Tälern sichtbar,
nur die Erotik des Risikos
sich in Erhebungen
zeigt,
mal gescheitert,
mal bestiegen,
aber immer,
immer,
immer,
immer wieder
mit der überwundenen Angst,
mit inneren Strömen,
wo Mut zum Risiko
zum Handeln wird,
sei es beim Erobern,
oder bei
der Hingabe.*

Von meinem lieben Seelenfreund B(Ö)W(O), 2015

Veränderung

*Und es kam der Tag, da das
Risiko, in der Knospe zu
verharren, schmerzlicher
wurde als das Risiko zu blühen*

Anäis Nin



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 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 [96 „Göttinnen“](#) 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
oder an Vertrieb@connection.de oder Tel. 08639-9834-14

Impressum

Copyright Webmagazin und Newsletter: 2015 by Connection AG, D-84494 Niedertaufkirchen. Alle Rechte vorbehalten. V.i.S.d.P.: Wolf Schneider. Redaktion dieser Ausgabe: Wolf Schneider, Leela Luna. 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 3 Monate.

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