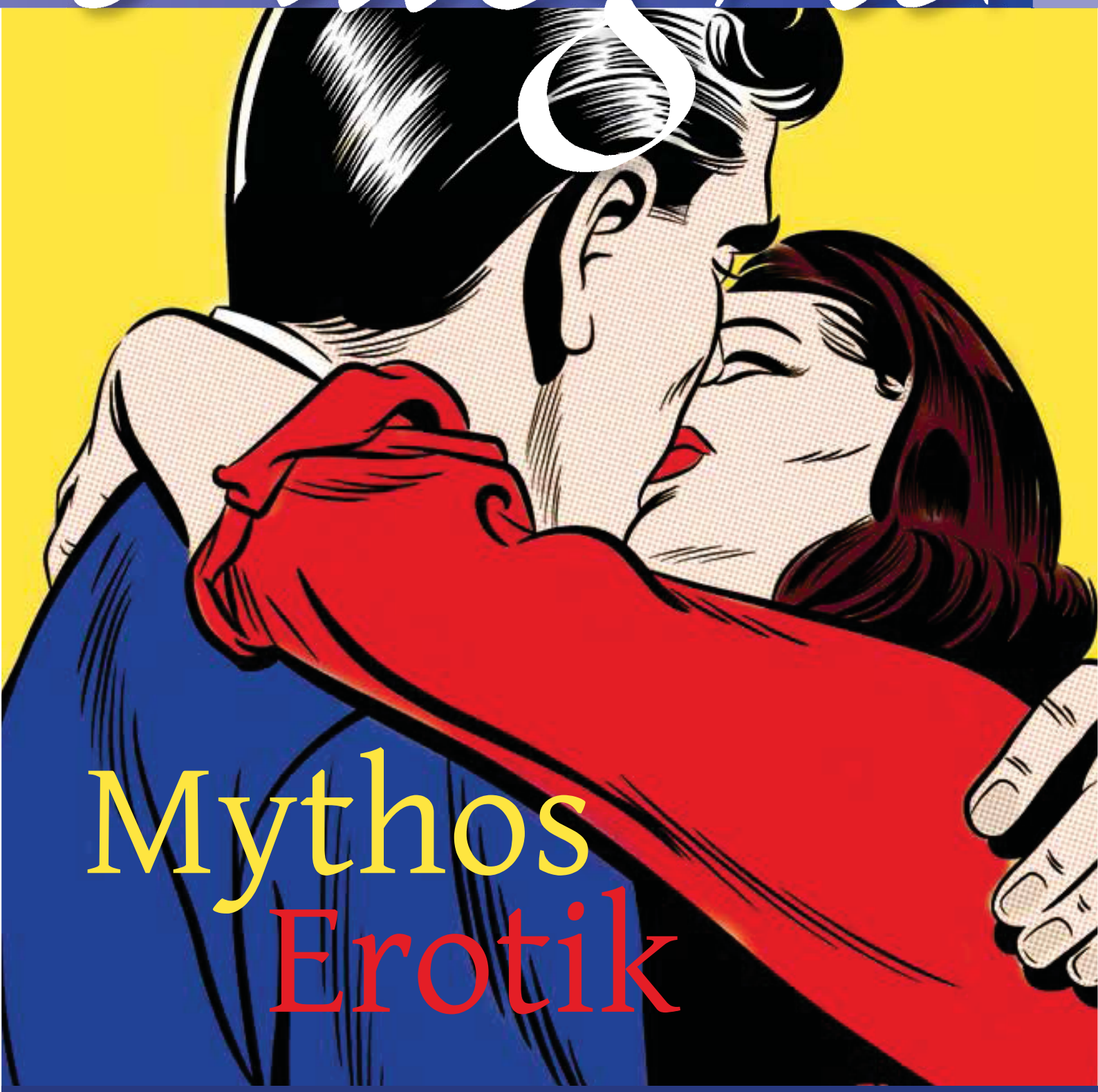
Sommer 2013
AllegriaMagazin.de
Ausgabe 20

Allegria

Das größte Magazin für
Lebenshilfe und Spiritualität

MAGAZIN



Mythos Erotik

Ruediger Dahlke · Bruce Lipton · Chery Winston · Diana Richardson
Die 13 Großmütter · Neale Donald Walsch · Gordon Smith · u.v.m.

SEX – EROTIK – LIEBE

Auf der Suche nach dem großen Glück

Abbildung: Schutterstock

Trotz aller sexuellen Aufklärung gibt es für uns heute noch viel Neues und Wunderbares rund um die körperliche Liebe zu entdecken und zu erleben. Das zeigen uns die Sexualtherapeutin Sheri Winston, der Zellbiologe Dr. Bruce Lipton und der Arzt Dr. Ruediger Dahlke aus ihren verschiedenen Blickwinkeln in ihren neuen Büchern. Christian Salvesen führt Sie durch das Thema »Sex, Erotik und Liebe« – zunächst mit einem Rückblick auf die »Sexuelle Revolution« und stellt dann auf den folgenden Seiten die drei Autoren mit ihren ganzheitlichen Ansätzen vor

Gibt es etwas, das die Menschen mehr beschäftigt als Sex?

Zumindest Männer sollen ja an fast nichts anderes denken, wie die Schauspielerin Jeanne Moreau zu glauben scheint: »Alle Männer haben nur zwei Dinge im Sinn: Geld ist das andere.« In jedem Fall findet man kaum so viele meist witzige oder witzig gemeinte Aussprüche von bekannten Persönlichkeiten wie zum Sex, oft in Anspielungen. Dabei lässt sich schon an wenigen Beispielen einiges ablesen:

Konfuzius: »Essen und Beischlaf sind die beiden großen Begierden des Mannes.«

Oscar Wilde: »Versuchungen sollte man nachgeben. Wer weiß, ob sie wiederkommen!«

Woody Allen: »Liebe ist die Antwort, aber während man auf sie wartet, stellt der Sex ein paar ganz gute Fragen.«

Beate Uhse: »Der kostbarste Besitz der Frau ist die Fantasie des Mannes.«

Jeanne Moreau: »Beim Liebesspiel ist es wie beim Autofahren. Die Frauen mögen die Umleitung – die Männer die Abkürzung.«

Marilyn Monroe: »Ein Sexsymbol ist ein Ding, und ich hasse es, ein Ding zu sein.«

Drei berühmte Männer und drei ebenfalls berühmte Frauen sagen etwas über die Sexualität und sich selbst aus. Männer waren über die vergangenen Jahrtausende ausgesprochene Machos, die Frauen hatten wenig zu melden. Erst seit 50 Jahren ändert sich die Rollenverteilung deutlich. Auch war das Thema Sexualität durch den Einfluss der Kirche so lange und so sehr tabu, dass unser Gespür für eine unverkrampfte und intime Sinnlichkeit verkümmert ist und erst wieder neu belebt, ja geradezu eingeübt werden muss. Dafür plädieren jedenfalls etliche Psychologen, Therapeuten und nicht zuletzt Anbieter von Tantraworkshops.

Die »Sexuelle Revolution«

Einer der Väter der »sexuellen Aufklärung« im Deutschland der 70er Jahre war bekanntlich Oswalt Kolle. Er sagte: »Mein Ziel war es, die Liebe der Männer zu erotisieren und die Liebe der Frauen zu sexualisieren.« Was meinte er damit? Seine Filme waren die ersten in öffentlichen Kinos mit freizügigen nackten Körpern und Sexszenen – eine willkommene Einladung für Männer zur Selbstbefriedigung. Und heute ist Sex im Sinne von Porno bei uns in Westeuropa ganz sicher kein Tabu mehr. Das Internet, zu dem jeder freien Zugang hat, quillt über von Pornografie der schlimmsten Sorte. Bei Männern meinte Kolle mit Liebe wohl deren Verständnis von Liebe, nämlich Sex, und der sollte etwas zärtlicher und einfühlsamer werden – erotischer. Bei Frauen meinte er deren vorherrschendes Verständnis einer eher verklemmten, sehr zurückgenommenen körperlichen Liebe, die selbstbewusster und sinnlicher sein könnte und sollte. Das wurde in den Filmen und Büchern auch durchaus mit praktischen Tipps angeregt und unterstützt.

Eine echte sexuelle Revolution haben aber weder Oswalt Kolle noch Rainer Langhans und die Kommune 1 noch Wilhelm Reich noch der indische »Sexguru« Bhagwan auslösen können. Obwohl sie die Bedeutung der Sexualität für das Glück des Einzelnen wie für die Gemeinschaft insgesamt erkannten und entscheidende Impulse gaben. Wilhelm Reich (1897-1957) stellte fest, dass viele Männer und Frauen aufgrund ihrer lustfeindlichen Erziehung keinen Orgasmus haben – ja nicht einmal wissen, was das ist. Der Orgasmus ist jedoch enorm wichtig, für die eigene körperliche und geistige Gesundheit wie auch für die Harmonie in der Gesellschaft. Der Orgasmus, auch der »kleine Tod« genannt, ist oft mit einer vorübergehenden Auflösung des »Charakterpanzers« verbunden. Bhagwan (der sich später Osho nannte) kombinierte den Ansatz von Reich und anderer westlicher Psychologen mit der indischen Tradition des Tantra. Auch hier ging und geht es um die Auflösungen von körperlichen und seelischen Blockaden bis hin zur orgiastischen Erfahrung kosmischer Einheit und Ekstase.

In der Gesamtgesellschaft sind die Bestrebungen hin zu einer neuen und bewussten Sexualität bisher kaum angekommen. Jahrtausende lange Konditionierung haben Sexualität, Sinnlichkeit und Lust im Unterbewussten an Sünde, Schuld und Scham gebunden. Auch wenn also keine Revolution zu erwarten ist, der Versuch, immer wieder durch Bücher, Seminare und andere Wege sich dem Thema zu nähern, ist unbedingt nötig.

Drei Autoren haben das mit ihren aktuellen Büchern auf ganz unterschiedliche Weise getan, und darum geht es in den folgenden Beiträgen. Sheri Winston rät Frauen: »Entfalte dein erotisches Potential!« (J. Kamphausen). Es gibt Steigerungen der Lust und Stufen der erotischen Bewusstseinserweiterung, die wohl bisher nur wenige kennen und die doch jede Frau erreichen kann. Der bekannte Zellbiologe Dr. Bruce Lipton (»Der Honeymoon-Effekt«, Koha) wiederum weiß, wie wir das Gefühl der Verliebtheit zu einem Dauerzustand machen können. Und Dr. Ruediger Dahlke (»Mythos Erotik – Eine Lebenskraft tritt aus dem Schatten«, Scorpio) plädiert dafür, dass Frau und Mann wieder zu ihrer natürlichen Rolle in der Polarität stehen – wobei der alte Mythos von Eros helfen kann.

Christian Salvesen hat in diesem Allegria-Magazin mit der Titel-Geschichte »Sex – Erotik – Liebe« seinen Gastauftritt. Er ist Redakteur bei der Zeitschrift *Visionen* und Autor etlicher Bücher, darunter »Der sechste »Tibeter«® – das Geheimnis erfüllter Sexualität« und »Liebe – das Herz aller Weltreligionen«. (als E-Book über amazon.de und beim Autor erhältlich: www.Christian-Salvesen.de)

Abbildung: Schutterstock

RUEDIGER DAHLKE

Mythos Erotik

Der Arzt und Psychotherapeut Ruediger Dahlke fordert in seinem aktuellen Buch »Mythos Erotik – Eine Lebenskraft tritt aus dem Schatten« eine neue, offene Sexualität. Erotik ist dabei das Bindeglied zwischen Sex und Liebe. Christian Salvesen sprach mit ihm über Götter, Liebe und Erotik. Dabei erklärt der Autor auch, was der Pfeil des Eros symbolisiert

Allegria: In welcher Hinsicht ist Erotik ein Mythos?

Ruediger Dahlke: Erotik ist das Thema von Eros, dem Liebesgott, und der ist ein Kind von Liebesgöttin Venus und Kriegsgott Mars. Natürlich haben beide Eltern ihren Mythos, und ihr Kind, der Liebesgott, wiederum seinen eigenen. Es ist schon allein wichtig für uns zu wissen, dass Erotik Anteile von beiden, also von Krieg und Frieden braucht. Und besonders interessant ist, dass Eros sich in Psyche verliebt und diese erst dadurch in den Himmel erhoben wird, d. h. über die Liebe findet die Seele Erfüllung und Befreiung. Zusammen bekommen die beiden die Tochter Voluptas, die Wolllust, die also ein göttliches Kind ist und Anerkennung verdiente.

Was macht Eros zum Ur- und Lebensprinzip?

Er verbindet die beiden gegensätzlichen Ur- oder Lebensprinzipien Venus und Mars, und mit der erotischen Liebe entsteht daraus etwas Eigenes, Neues und Wundervolles, dass es sich lohnt, von einem neuen eigenen Lebensprinzip zu sprechen. Schließlich dreht sich selbst noch in unserer modernen Welt fast alles darum, kaum ein Spielfilm kommt ohne erotische Liebesgeschichte aus. Und vor allem bleibt ein Leben ohne erotische Liebe leer und unbefriedigend.

Welche Funktion hat die Harmonie, die Schwester von Eros?

Ihr geht es um Ausgleich und Balance zwischen den Polen, ein Thema, das ansonsten ihre Mutter Venus vertritt. Dass Harmonie viel von ihrem Vater Mars hat, ist auf den ersten Blick schwer zu sehen. Aber andererseits braucht es viel Mut und Entscheidungskraft, echte Harmonie, tatsächlichen Gleichklang und völlige Entsprechung herzustellen. Auch Kraft und Energie sind dazu notwendig und typische Gaben von ihrem Vater Mars. Harmonia steht so zum Beispiel dafür, dass all die Versuche in der Eso-Szene durch Auftürmen von Licht, Liebe, Engeln und positiven Affirmationen nicht zur Mitte und so auch nicht in die Harmonie führen, sondern nur einseitig gewordene Symptomträger hervorbringen. Bei all diesen gutgemeinten (Fehl-) Versuchen fehlen die Kraft und die Energie von Mars.

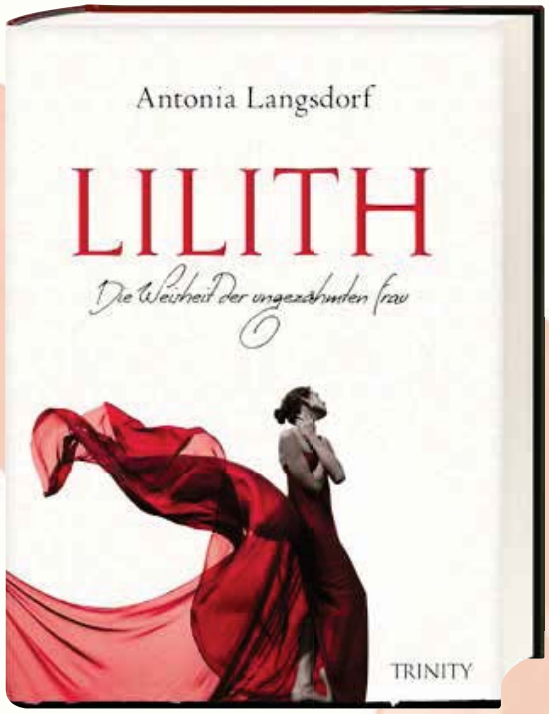
Was symbolisiert der Pfeil des Eros?

Vieles, aber vor allem seine Treffsicherheit und natürlich die archetypische Kraft des Vaters Mars, ist der Pfeil doch eine der frühesten Geschossformen. Eros trifft absolut zielsicher mitten in unsere Herzen, auch wenn die bürgerliche Welt das inzwischen skeptisch sieht und Eros an den Rand ihrer Gesellschaft gedrängt hat. Er symbolisiert aber auch den Spermienpfeil, der sich beim Krieg der Spermien mit Millionen Kampfgefährten in die Schlacht Richtung Eizelle wirft, um neues Leben zu zeugen.

Gibt es Hilfe bei Eifersucht?

Hinter jeder Sucht steckt eine gescheiterte Suche. So gilt es auch bei Süchten wie Hab- oder Eifersucht, die sich aus der Obhut der Medizin befreit haben und inzwischen schon als normal für die Bürgerwelt gelten, Hilfe und Heilung zu suchen. Zuerst muss man sich aber einmal klarmachen, dass Eifersucht sogar eine besonders schwere Sucht oder Krankheit ist, die auf Dauer jede Beziehung ruiniert. Wenn sie nicht überwunden wird, bringt sie mit der Partnerschaft auch beide Partner ums Leben in dem Sinne, dass sie sich nicht frei entfalten und ihr Leben wagen können. Dann muss verstanden werden, dass sich andere Seelen nicht besitzen lassen, aber dass es möglich ist, die eigene zu erkennen und sich ihr ganz zu öffnen. Genau dazu wäre der Partner die Chance, lässt sich doch über ihn für die Frau der Animus oder männliche

Die Weisheit der
ungezähmten Frau



Inhaltliche Schwerpunkte:

Abenteuer und Kreativität:
Der weibliche Zugang, um das eigene Leben selbst in die Hand zu nehmen

Liebe und Partnerschaft:
Leidenschaft pur erleben, den Puls des Lebens spüren

Beruf und Berufung:
Selbstbewusst und kompromisslos den Weg des Herzens gehen, auch und gerade im modernen Alltag

Sie haben es vorgemacht:
Fallbeispiele von Prominenten und Menschen wie du und ich mit starkem Lilith-Faktor

TRINITY

Antonia Langsdorf: **Lilith** – Die Weisheit der ungezähmten Frau
ca. 200 Seiten, geb. 17,99 € (D) / 18,50 € (A)

Bevor Gott Eva aus der Rippe Adams erschuf, war Lilith dessen erste Frau. Von Geburt eine Göttin, weigerte sich Lilith, ihrem Manne untertan zu sein. Sie fiel daraufhin in Ungnade und verließ das Paradies. An diesen uralten Mythos anknüpfend, entwickelt Antonia Langsdorf ein praktisches Programm für die moderne Frau, um persönlich zu wachsen, unentdeckte Seiten ihrer weiblichen Natur zu entwickeln und frei, authentisch und schöpferisch zu leben.

Das Praxisbuch für alle Frauen, die mehr vom Leben wollen

Antonia Langsdorf, Journalistin, Astrologin und Lebensberaterin, beschäftigt sich seit Jahrzehnten mit der Frage, wie uraltes metaphysisches Wissen für die Frau von heute nutzbar gemacht werden kann. Sie ist Vice President Germany der International Society for Astrological Research.

Ja, ich will bewusster leben!

bewusster leben

Das ganzheitliche ***Magazin für neues Denken und Handeln***. Alle zwei Monate neu mit dem jeweils Aktuellsten zu den Themen ***Lebenskunst, Gesundheit und Spiritualität***.

Mit allen wichtigen Events für ein neues Bewusstsein.

Jetzt Probeheft anfordern!
Tel. 0761-29280349

BESTELLCOUPON **JA, ich möchte bewusster leben probelesen!**

ausfüllen, ausschneiden und senden an:
bewusster leben, Leser-Service, Karlstr. 8, 79104 Freiburg oder E-Mail an: info@bewusster-leben.de oder anrufen: (0761) 29 280 349

❑ **Ja,** ich möchte ein kostenloses und unverbindliches Probeheft **bewusster leben** zum Testen.

❑ **Ja,** ich bestelle das **bewusster leben** Mini-Abo.
(3 Ausgaben) zum Preis von € 12,00 (Inland) bzw. € 14,00 (Ausland). Wenn ich nach Erhalt der dritten Ausgabe nicht kündige, wird mein Mini-Abo in ein reguläres Abo (Inland € 27,00, Ausland € 33,00) umgewandelt.
Ich habe dann allerdings jederzeit die Möglichkeit, das Abo zu kündigen.

Name, Vorname

Straße, Nr.

PLZ, Wohnort

Datum

Unterschrift

Seelenanteil finden und integrieren und für den Mann die Anima, die weibliche Seele.

Erotik ist gesund, weil….?
Da gibt es viele Gründe und inzwischen sogar einige Studien, die zum Beispiel zeigen, dass gelebte Liebesfeste sich günstig auf Blutdruck und Herzfunktion auswirken. Aber wichtiger ist noch, wie Eros unser Leben in Gang bringt und Bewegung in festgefahrene Lebenssituationen und Beziehungen. Vor allem ist gel(i)ebte Erotik auch ein Weg, sich den anderen Formen der Liebe anzunähern wie der venusischen zuerst, aber auch die Freundschaftsliebe (Philia) und sogar die göttliche Liebe werden durch sie gefördert, vermittelt doch erotische Liebe schon einmal den Geschmack von Ekstase und Einheit.

Dr. med. Ruediger Dahlke ist ein Pionier der Ganzheitsmedizin. Er ist Autor von 50 Büchern, die in 27 Sprachen vorliegen. Viele wurden zu Bestsellern, darunter »Krankheit als Weg«, »Die Schicksalsgesetze«, »Das Schattenprinzip« und »Peace Food«. Im letzten Jahr veröffentlichte er das Buch »Seeleninfarkt. Zwischen Burn-out und Bore-out – wie unserer Psyche wieder Flügel wachsen können«. Anfang 2012 öffnete das von Ruediger Dahlke mitgegründete Seminarzentrum TamanGa in Gamlitz in der Südsteiermark. Weitere Informationen: **www.dahlke.at.**

Sie schreiben in Ihrem Buch: »Menschen, die im Hinblick auf Erotik frei sind, wären weniger leicht beherrschbar, aber sie könnten viel mehr beherrschen und auch sich selbst besser beherrschen.« Können Sie das kurz erläutern?
Menschen in Liebe oder gar Verliebte sind in keiner Weise steuerbar, sondern wirken eher verrückt und völlig auf das Eine, nämlich ihren Partner, fixiert. Sie würden sich über alles hinwegsetzen, um zueinander zu können. Wer Erotik frei leben kann, ist natürlich nicht von seinen verdrängten Trieben getrieben wie die meisten, sondern ungleich mehr Herr in seinem eigenen Leben und in seinem Körperhaus. Er ist nicht von seinen unbefriedigten Sexualorganen, sondern eher Herz- oder Hirn gesteuert. Natürlich kann sich so jemand besser beherrschen und beherrscht auch seinerseits das Leben besser.

Was ist für Sie das Wichtigste an Eros bzw. der Erotik für uns heute?
Sein befreiendes Potential, dass wir heute ideale Bedingungen haben und, statt zu jammern, einfach lieben könnten. Wir haben erstmals genug Wissen und Bildung in einer breiten Mehrheit, keine wesentlichen Einschränkungen mehr seitens Kirche und Staat, und die Frauen sind heute selbstbewusst genug, sich wieder Erotik und dafür »richtige Männer« zu wünschen.

Was ist falsch gelaufen mit der sogenannten Emanzipation der Frau? Wie können Mann und Frau zurückfinden zu ihrer ur-eigenen »Position« und ihrem Selbstverständnis – in der Polarität?
Da ist gar nichts falsch gelaufen, sondern nur wie eben immer auch ein Schatten entstanden. Die Studentenbewegung von 68 wollte den Kapitalismus abschaffen und hat zum härtesten Kapitalismus beigetragen, der je war. Das Elend, das uns heute quält, wird ja ganz wesentlich von 68-ern geleitet. So ist es auch bei der Emanzipation gelaufen. Eigentlich war ihr Ziel, dass es allen Frauen besser gehen sollte. Das ist auch auf verschiedenen Ebenen gelungen. Wenn auch nicht allen, geht es doch den meisten Frauen heute sozial ungleich besser. Aber andererseits fehlen den Frauen heute die Männer, die sie sich wünschen, weil die dabei auf der Strecke blieben. Mit der Schattenseite muss man immer rechnen, aber ausgerechnet Linke – und daher kommt ja die Emanzipationsbewegung – sind besonders schattenblind und wehren sich erfahrungsgemäß am meisten gegen alles aus dem spirituellen Bereich.

Was finden Sie besonders schön und wichtig in Ihrer eigenen Partnerschaft?
Dass wir über alles reden können und es auch tun, unsere Phantasien teilen und gemeinsam leben. Uns nach über fünf Jahren immer noch so anmachen und noch so viele gemeinsame Träume haben und diese auch Schritt für Schritt verwirklichen, wie jetzt gerade diesen großen Traum TamanGa, unser eigenes Seminar- und Lebenszentrum.

RUEDIGER DAHLKE
Mythos Erotik – Eine Lebenskraft tritt aus dem Schatten.
Scorpio, 240 S., 18.99 Euro