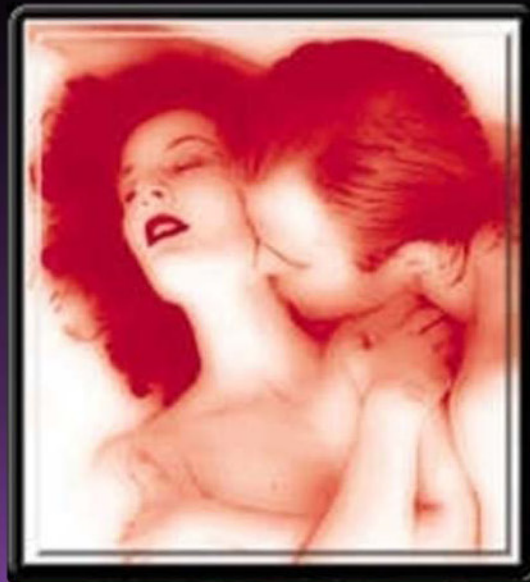


Sex
& der
Spirituelle Kerl (oder Frau)
ein Leitfaden für spirituelle Sexualität

PLUS

Ur-Kraft
Tantra – Tantrischer Sex
Ein Leitfaden & Instruktionsanleitung für tantrischen Sex



Teil Eins & Zwei der Serie Sexuelle Spiritualität
von Jon Peniel

Sex & der Spirituelle Kerl (oder Frau)

PLUS

Ur-Kraft Tantra

Ein Leitfaden & Instruktionen für tantra-tantrischen Sex

von Jon Peniel

Titel der Originalausgaben

Sex
&
the Spiritual Guy (or Woman)

by Jon Peniel

© 2001 Windsor-Hill, Inc.

First Printing

ISBN # 0-966015-6-7

Primal Power Tantra
A guide & instructions for tantra-tantric sex

by Jon Peniel

ISBN# 0-9660015-7-5

© 2001 Windsor-Hill Inc.

Erhältlich auf <http://www.at-tantra-tantric-sex.com> und <http://stores.lulu.com/thegoldenrule>

Übersetzung ins Deutsche: Shirley Gracey

2. Ausgabe: ISBN 978-3-00-029283-5

© 2011 by Shirley Gracey.

Alle Rechte vorbehalten.

Es dürfen jedoch Teile der Deutschen Übersetzung ohne Genehmigung des Verlegers bei Angabe der Quelle unter Verwendung elektronischer Systeme vervielfältigt oder verbreitet werden, wenn damit keine Ertragsabsicht verbunden ist.

Druck: www.lulu.com

Anmerkung des Übersetzers

Diese Übersetzung soll dazu beitragen den Inhalt des Amerikanischen Originals, von dem es bis dato keine mir bekannte Übersetzung ins Deutsche gibt, auch an diejenigen zu übermitteln die keine oder nur wenig Englischkenntnisse haben. *[Für diejenigen mit guten Englischkenntnissen, empfehle ich das Original auf Englisch zu lesen.]* Jon Peniel wurde in erster Linie bekannt durch sein Buch "The Lost Teachings of Atlantis" [Die Verlorenen Lehren von Atlantis].

Ich übersetze diese Booklets, und auch die anderen seiner Bücher/Booklets [erhältlich auf <http://stores.lulu.com/ShirleyGracey>] nicht für Geld. Ich übersetze es - weil mir seine Bücher/Booklets **sehr** dabei geholfen haben mein Bewusstsein zu erweitern - und ich hoffe - ich kann dir durch diese Übersetzung den Inhalt des englischen Originals auf verständliche Weise vermitteln. Die Einnahmen aus dem Verkauf werden verwendet um Humanitäre- und/oder Naturschutzorganisationen zu unterstützen und um diese Lehren zu fördern.

Mit der 2. Ausgabe wurde die Übersetzung nochmals komplett überarbeitet. Grammatik und Satzbau wurden verbessert, Übersetzungsfehler korrigiert. Ich habe mich bemüht die besondere Punkt- und Kommasetzung, Klein-Großschreibung des Originals beizubehalten. Auf eine allzu "freie" Übersetzung wurde bewusst verzichtet! Wörter die im Original durch Großschreibung hervorgehoben sind, wurden in der Übersetzung durch eine andere Schriftart schattiert Hervorgehoben.

Zusätzlich - damit man bestimmte Termini (Fachausdrücke) besser versteht, oder darüber nachlesen kann - habe ich manchmal Anmerkungen [und Hyperlinks in der eBook Version] oder das englische Wort, oder eine alternative Übersetzung, in {geschweiften Klammern} hinzugefügt. Es erleichtert es das Verständnis dafür zu vertiefen. Als Recherchequelle diente mir dazu das Internet (wie etwa Wikipedia oder andere Websites) - beachte allerdings - dass nicht alles was dort geschrieben steht unbedingt der Wahrheit entsprechen muss.

Nimm dir Zeit zum Arbeiten - es ist der Preis des Erfolges.
Nimm dir Zeit zum Denken - es ist die Quelle der Kraft.
Nimm dir Zeit zum Spielen - es ist das Geheimnis ewiger Jugend.
Nimm dir Zeit zum Lesen - es ist der Brunnen der Weisheit.
Nimm dir Zeit freundlich zu sein - es ist der Weg zum Glück.
Nimm dir Zeit zum Träumen - es bringt dich den Sternen näher.
Nimm dir Zeit zu lieben und geliebt zu werden - es ist das Privileg der Götter.
Nimm dir Zeit dich umzuschauen - der Tag ist zu kurz, um selbstsüchtig zu sein.
Nimm dir Zeit zum Lachen - es ist die Musik der Seele.

Irische Weisheit

INHALTSVERZEICHNIS

Teil 1 - Sex & der Spirituelle Kerl (oder Frau) - ein Leitfaden für spirituelle Sexualität

Über den Autor:	2
Sex and der Spirituelle Kerl (oder Frau)	3
Neu und Verbessert (Sex)!	4
Fragen der Balance	4
Deinen sexuellen Ausblick Definierend	5
Meine Frühen Ansichten Über Sex (und die meiner Mutter)	5
Das Große Aber	7
Gegensätze ziehen sich an	9
Die Fundamentale Frage - Wer SIND Wir?	9
Das Problem Hinter All den Problemen	10
Sex und das Einzelne Schuldgefühl	13
Eine Frage des Gewissens?	15
Selbstsucht, Der Konflikt, Schuldgefühl, und Unterdrückung Reißt Uns Entzwei	17
Die Verschiedenen Methoden die Leute Verwendet Haben um mit dem innerlichen SEX Kampf Klarzukommen	18
Der Sucht-Faktor	19
“Johnny, Männer und Frauen ‘unterscheiden’ sich voneinander.”	20
Männliche und Weibliche Sexuelle Antriebe Kommen Von “Verschiedenen Stellen”	20

Teil 2 - Ur-Kraft Tantra – Ein Leitfaden & Instruktionen für tantra-tantrischen Sex

Ur-Kraft Tantra - Traditionelles Tantra	24
Tantrisches Sex Training	24
An unsere Leser:	24
Vorbedingung um dieses Buch zu lesen	24
Zeig mir die Energie	25
Männer haben es “härter”	26
Die Historie und Variationen des tantrischen Sex	26
Die Primärarten des Tantra	27
Die “Nehmen” Methode	28
Die “Geben & Empfangen” Methode – Ur-Kraft Tantra	29
Ur-Kraft Tantra vs. Zölibat	29
Die Grundlagen von Ur-Kraft Tantra	31
Tantra, wie guter Wein, wird es mit zunehmendem Alter immer besser	31
Dich zu Deinem Training Verpflichten	32
Boot Camp - das Basis Training	33
Vorbereitende Maßnahmen zu den Physischen Aspekten des Trainings	33
Die Physischen Aspekte des Trainings	34
Das Mentale Training	35
Nun zu den Frauen	37
Allgemeine Tipps und Trainingsregeln - für Sie und Ihn	37
Zweites Trainingsjahr	38
Häufige Probleme die Vorgefunden werden können	38
Nicht so Typische Probleme	40

Über den Autor:

Jon Peniel ist ein Amerikaner der Jahre in einem einzigartigen vor-buddhistischen Kloster verbrachte. Seine Expertise umfasst alle bekannten Formen von Tantra/tantrischem Sex aus verschiedenen Kulturen. Er hat persönlich die Formen des Tantra beherrscht die an dem Kloster unterrichtet wurden (3 jährige traditionelle Ausbildung, danach Jahrzehnte des Praktizierens).

Jon Peniel trat in das Kloster ein während er noch ein Teenager war. Dort, wurde er auch in den spirituellen Lehren und Praktiken der weltweit meisten Traditionen und Kulturen geschult. Er studierte antike Lehren, und praktizierte Tantra, Meditation und Yoga, letztendlich erreichte er den höchsten Grad von spiritueller Errungenschaft im Alter von 21.

Peniel schrieb über die antiken Lehren des Ordens ein Buch, in den späten 1990'ern. Es wurde in den USA und in Israel ein Bestseller in der unabhängigen Presse. Er ist jetzt das internationale "Oberhaupt" des Ordens, und lehrt, vor allem in Nordamerika.

Das Kloster befand sich in einer Gegend von Tibet, die vom Tibetischen Volk und selbst von Tibetischen Buddhisten als "verboten" betrachtet wurde. Es verblieb für die Außenwelt unbekannt als bis vor kurzem, Peniel ein Buch über seine Erfahrungen dort schrieb, ihre Lehren und Abstammung enthüllend.

Selbst der Bereich wo das Kloster lag, war ein Geheimnis und Paradox - ein subtropisches Tal, inmitten der hohen vereisten Himalayas. Es war ein Teil von der Welt der niemals zuvor durch "Außenstehende" dokumentiert wurde bis dass Forscher vom National Geographic es vor ein paar Jahren schließlich dorthin schafften.

Der verstorbene, berühmte Hellseher, Edgar Cayce sprach oft von dem obskuren spirituellen Orden dem Peniel angehört, in den Jahren der übersinnlichen Readings die er gab. {Readings wurden die Deutungen/Mitteilungen genannt, die Cayce im Trancezustand gab. "Reading" bedeutet wörtlich übersetzt "Lesung/Deutung". Bei Edgar Cayce kann es Prophezeiung, Prognose oder Diagnose bedeuten.} Cayce, manchmal auch "der schlafende Prophet" genannt weil er seine Readings während einer Außer-körperlichen Erfahrung oder eines Trancezustands geben würde, war der meist dokumentierte Hellseher auf der Welt. Interessanterweise, prophezeite Cayce auch die zukünftige "Ankunft" von einem spirituellen Boten/Lehrer, namens Peniel.

Sex and der Spirituelle Kerl (oder Frau)

Dieses Buch hat zwei Kategorien von Lesern. Zu einer davon gehört die Person die nur ein besserer Liebhaber werden will, die ihr Sexualleben verbessern, ihre sexuellen Fähigkeiten, und ihm vielleicht eine tiefere Dimension geben will. Zur anderen gehören diejenigen die auf einem spirituellen Pfad sind, und Sex entweder als weiteres Hilfsmittel für spirituelle Entwicklung verwenden wollen, oder um den besten Weg zu finden um Sex in einem spirituell orientierten Lebensstil zu integrieren.

Da ich für beide Arten von potenziellen Lesern zu schreiben habe, lass mich hierfür im Voraus bei jeder Gruppe, für die Teile meines Schriftstücks entschuldigen, die nicht spezifisch für deine besonderen Ziele sind. Doch, du *wirst* finden wonach du hier suchst – unabhängig davon ob es das Nonplusultra bei spiritueller Sexualität ist, oder ein neues Verständnis das zum besten Sex hinführt den du je hattest.

In diesem ersten von der Serie über spirituelle Sexualität, werden wir die grundlegenden biologischen, psychologischen und spirituellen Fragen in Sachen Sex diskutieren, und die verschiedenen Einstellungen und Möglichkeiten die Leute haben um sich dem anzunähern.

Im zweiten Buch, werden wir die verschiedenen Methoden des tantrischen Sex behandeln, die Positiven und Negativen von jeder, und geben bei dem was wir festgestellt haben dass es die beste Methode ist detaillierte Instruktion (und geben dir die Gründe dafür, damit du für dich selbst entscheiden kannst).

Doch zuerst, ein Wort von unserem Sponsor (SEX).

Neu und Verbessert (Sex)!

Bekommt es deine Aufmerksamkeit, tut es das nicht? Natürlich tut es das – das Konzept von Sex ist involviert.

Wenn du willst dass jemand etwas beachtet, etwas ansieht, etwas anhört, etwas kauft, gibt es keinen besseren Weg um dein Ziel zu erreichen als dass du irgendwie versuchst “Sex” hinein zu bringen. Und es ist kein Zufall dass wir es so verlockend finden. In der Tat, es ist verlockend, ob wir “für” Sex, oder “gegen” Sex sind. Warum?

Unabhängig von deiner Meinung über Sex (oder die von jemand anders), die Tatsache dass er “die Welt bewegt” ist unvermeidlich. Die ganze Natur, Pflanzen, Tiere, Menschen, Elektrizität, Magnetismus, Planeten, Sterne - der Kosmos selbst, folgen “sex-ähnlichen” Verhaltensregeln, und scheinen in der Tat, damit beschäftigt zu sein was wir sexuelle Aktivität nennen könnten.

Es ist eine so offensichtlich wichtige und grundlegende Kraft, jedoch eine die überall häufig von lediglich peinlich, bis sündhaft und schlecht angesehen wird. Für jene die sich vor allem damit befassen ein spirituelles Leben zu leben, oder die die spirituellen sexuellen Disziplinen des tantrischen Yoga/Tantra Yoga praktizieren, auch bekannt als Tantra oder tantrischer Sex, ist es ein noch wichtigeres Thema.

Daher ist unser Ziel in diesem Buch zu überdenken ob, wo und/oder wie, Sex zur “menschlichen” Spiritualität “passt”. Doch bevor wir das tun können, sollten wir wahrscheinlich definieren *was ein Mensch ist*, und *was Sex ist*. Wow, haben wir aber immer eine Menge Fragen und “Themen” zu diskutieren.

Fragen der Balance

Beginnen wir mit diesen:

Ist Sex schlecht?

Ist Sex gut?

Ist Sex spirituell oder fleischlich?

Offensichtlich wirst du auf diese Fragen unterschiedliche Antworten erhalten je nachdem wen du fragst. Für die meisten von euch, wird eure Ansicht über Sex eine Mischung aus obigen sein. Selbst jene von euch die glauben dass Sex gut ist, und/oder spirituell, werden wahrscheinlich ein paar “unterbewusste Dämonen” in ihren Kopf herumrennen haben, die sagen dass “es schlecht, und tierisch ist”.

Da ich im Augenblick der einzige hier bin, und das Buch schreibe, schätz ich mal ich werde meine Antworten geben. Meine Antwort auf die ersten beiden ist die gleiche - *ja und nein*. Meine Antwort auf die dritte Frage ist, “beides”.

Die Antworten sind eine sehr einfache, jedoch paradoxe Wahrheit, bezogen auf eine Reihe von Fragen. Die erste ist, es “kommt” ganz “darauf an”. Entschuldige, wenn ich dir mit all dem “Zen” daherkomme, aber wie mit allen Paradoxen, wird es oftmals verwirrend erscheinen wenn du versuchst es alles “linkshirn-logisch” zu schaffen, “Schwarz & Weiß” (eine “ja” **oder** “nein” Antwort auf jede Frage, zum Beispiel). Wenn du allerdings vom Versuch loslässt um die eine oder die andere Seite zu ergreifen, oder vom Versuch um die Widersprüche separat mit deinem intellektuellen Verstand in Einklang zu bringen, dann kannst du es intuitiv als ein “Ganzes” verstehen, als eine “Einheit”. Dann erhältst du die echte Wahrheit oder die Realität.

Um das eben mal kurz zu tun, falls du auf klarer definierte logische schwarz-weiß Antworten bestehst, dann wären wir gezwungen zu sagen dass im Grunde genommen, die Antworten auf die obigen Fragen folgende sein können: a) Irgendeine Antwort von den obigen; oder, b) Eine Mischung von den obigen. Was bedeutet das?

Die "Tugendhaftigkeit" oder "Verdorbenheit" von Sex, alles hängt davon ab wie Sex verwendet wird (oder nicht verwendet wird), die Umstände, und das Bewusstsein von der Person oder den Leuten die involviert sind.

Zum Beispiel, kann ein Auto dazu verwendet werden um zu guten Orten zu reisen/um gute Dinge zu tun, oder um zu schlechten Orten zu reisen, und um schlechte Dinge zu tun. Ein Auto kann jemanden in ein Krankenhaus bringen, oder jemanden überfahren. Kannst du deshalb sagen dass ein Auto an und für sich gut oder schlecht ist (abgesehen von den Umweltproblemen)? Nein. Ist nicht die eigentliche Kernfrage wer es fährt, was deren Absicht ist, und was sie mit dem Auto tun? Also zu fragen ob ein Auto schlecht ist, oder gut, ist eigentlich nicht das Stellen der richtigen Frage. Und der erste Schritt in Richtung irgendeiner Lösung, ist die Definition des Problems – das Stellen der richtigen Frage.

Also danach zu fragen ob Sex gut ist oder schlecht, ist auch, nicht die richtige Frage.

Deinen sexuellen Ausblick Definierend

Manche denken von einem Körper als sei es ein "Tempel", ein Gefäß oder ein Vehikel für den Geist/die Seele. Für andere, ist es etwas um als Vehikel verwendet zu werden für das Selbst, für selbstsüchtige Interessen.

In beiden Fällen allerdings, verwenden wir unsere Körper wie Vehikel, genauso wie wir ein Auto verwenden. Wir sind die "Fahrer", und wir kontrollieren unser Gehirn und unseren Körper.

Wenn wir also darüber nachdenken ob Sex gut oder schlecht ist, müssen wir "in Relation" dazu denken um es mal so zu sagen - bedenke "wer" zu der Zeit "fährt", warum, was zu machen ist, und was die Folgen sein werden.

Hier ist eine Auflistung von einigen Fragen um dir zusätzlich zu helfen deine sexuelle Anschauung zu definieren:

1. Wenn du glaubst/empfindest dass Sex "schlecht" ist, "sündhaft" oder "spirituell" ist, was genau ist *deine* Definition von jenen Dingen?
2. Wenn du denkst es ist schlecht oder sündhaft, was macht es so?
3. Wenn du glaubst/empfindest dass Sex eine positive, spirituelle Sache ist, was macht es so?
4. Ist deine Vorstellung von Sex, physisch, mental, emotional, oder spirituell konstruktiv? Oder Destruktiv?

Ich werde jene Themen später mehr in die Tiefe gehend diskutieren, aber lass mich anfangen indem ich dir eine persönliche Geschichte aus meiner Vergangenheit erzähle, die sich darauf bezieht wie ich mit Spiritualität und Sexualität in Beziehung stand als ich jung war.

Meine Frühen Ansichten Über Sex (und die meiner Mutter)

Ich war ein ungewöhnlicher Teenager. Mein primärer Fokus galt der Suche um meine Fragen zu beantworten über Schöpfung, Leben, Tod, und die Existenz des Universums und über Gott. Den Großteil meiner Freizeit verbrachte ich auf der Suche nach Wahrheit, und nach Antworten die wirklich Sinn machten.

Damals, war ich so fest davon Überzeugt dass Sex, selbst sexuelle Gefühle, so "NICHT-Spirituell" {"unspirituell"} wäre, dass es meine Beziehungen zerstörte. Dennoch wurde ich stark in Richtung Sex getrieben, und masturbierte auch sehr viel (bis ich meinen Pfad fand). Es war offenbar wirklich ein innerlicher Konflikt.

Warum hab ich das geglaubt und hab mich auf diese Weise verhalten? Da gab es eine Reihe von Gründen.

Die Religion mit der ich aufwuchs betrachtete Sex als höchst sündhaft – es war nur OK für die Fortpflanzung innerhalb der Ehe (innerhalb bestimmter Grenzen), und selbst dann, sollte es eigentlich nicht genossen werden. Offenbar, beeinflusste mich das und ich erhielt “Programmierung” davon. Und außerdem, zu dieser Zeit, glaubte ich an die Lehren meiner Kirche, und akzeptierte sie blind. Deshalb begannen sich aus dieser Programmierung “Schuldgefühle” zu entwickeln.

Meine Mutter, die auch von der gleichen Religion war (aber darüberhinaus ihre eigene Prüderie hatte), beeinträchtigte ebenfalls meine Programmierung. Die “stille Programmierung” die ich von ihr erhielt war sogar noch größer, weil sie nie über das Thema Sex sprach - **niemals**. Denn Sex war etwas SO schreckliches, **so** schlecht, dass “nicht einmal darüber gesprochen wurde”, das sendete eine sehr starke Botschaft. Sie gab mir allerdings, als ich 14 war ein “Sexualkunde”-Buch. Sie gab es mir schweigend (und mit großer Verlegenheit), und wendete sich einfach ab und ging davon. Das Buch hieß “Ein Arzt spricht mit einem 12 bis 13 jährigen”. Alles wozu es gut war, und wie wenig du über Sex aus ihm rausbekommen konntest, hätte es auch, statt eines “Sexualkunde” Handbuchs, ebenso gut ein auf Japanisch geschriebenes Motorrad-Reparaturhandbuch sein können.

Manche von euch haben ähnliche “Botschaften” in unterschiedlichem Maße von Eltern oder Kirchen erhalten, und manche nicht.

Als nächstes, übermittelte mir die Gesellschaft selbst Botschaften über Sex, indem sie eine Unzahl an Gesetzen machten die uns im Wesentlichen erzählen dass Sex eine schlechte Sache ist, und dass insbesondere Kinder davor geschützt werden müssten um es zu hören, es zu sehen, oder eben darüber Bescheid zu WISSEN. Du konntest im Fernsehen ansehen wie jemand gewaltsam getötet wurde – aber MEIN GOTT, ZEIGT KEINE BRUST!!!

Aber gleichzeitig, widersprachen andere Botschaften dem wiederum, und machten **deutlich** dass Sex eine SEHR wünschenswerte Sache war. Sex war überall. Es wurde verwendet und gefördert um alles zu verkaufen vom Geschirrspüler bis zu Zeitschriften. Es wurde auch verwendet um die Attraktivität und Beliebtheit von TV-Shows zu erhöhen, von Filmen, Live-Shows und Komödien.

Somit sendet uns unsere Gesellschaft gemischte Botschaften dass Sex sowohl schlecht ist, als auch gut.

Während Gesetze gegen das Aussprechen bestimmter Wörter, gegen Nacktheit, gegen bestimmte Arten von Sex, gegen Prostitution, sexuelle Literatur, Zeitschriften, Fotos, oder irgendetwas anderes das Sex involvierte, mir Botschaften sendeten dass es schlecht war, übermittelte das wirkliche Leben und meine eigenen körperlichen Triebe, Botschaften dass es sehr gut und wünschenswert war.

Die gemischten Botschaften waren überall, ließen jeden, einschließlich mir, zumindest innerlich verwirrt zurück und mit innerlichen Konflikten in unterschiedlichem Maße.

Nur eines von vielen Beispielen von den Resultaten dieser Verwirrung und diesem Konflikt, ist dass die meisten Leute Sex haben wollen, und die meisten Leute haben Sex, doch sie “verstecken” sich wenn sie Sex haben (sie wollen nicht dass sie jemand dabei sieht oder hört wenn sie diese abscheuliche Tat tun die sie so genießen). Und sie fühlen sich im Allgemeinen auf die eine oder andere Weise schlecht darüber Sex zu haben (selbst wenn es nur unterbewusst ist). Kein Tier hat einen solchen Konflikt oder so ein Schuldgefühl.

Was ist das Schlimmste das du zu jemandem sagen kannst auf den du wütend bist oder

den du hasst? - "Fick Dich!"

Wie kann etwas so wünschenswertes, und etwas das so wunderbar sein kann, als so abscheulich erachtet werden dass es *das schlimmste* Schimpfwort werden würde? Warum wird eines der *beliebtesten Dinge* die Erwachsene genießen, ihre Freude daran haben, und gerne tun, so intensiv vor Kindern versteckt - als ob es sie zerstören würde?

Klar stimmt da etwas nicht. Einmal als ich ein Kind war, versuchte ein Kerl einen Streit mit mir vom Zaun zu brechen, und sagte "Ich fickte deine Mutter!" Glücklicherweise, ließ ich mich von ihm nicht auf die Palme bringen (oder gar provozieren), und sagte zu ihm nur zurück, "Das ist *dein* Problem". Er war durch meine Antwort so verwirrt, er ließ mich einfach in Ruhe und ging seines Wegs.

Aber auch ohne dass mein Verstand geprägt war durch all die gesellschaftlichen Botschaften und durch die familiäre/religiöse Programmierung, machte ich auch meine eigenen Beobachtungen, welche überdies ein Gefühl/eine Glaubenvorstellung bestärkten dass Sex eine negative Kraft war. Ich bemerkte dass wenn Männer "lüstern" werden, es oftmals etwas Unangenehmes in ihnen hervorbrachte. Es fühlte sich "anrühig" an, "kehlig", und fühlte sich sogar an als ob es gefährlich sein könnte oder am Rande von irgendeiner Art von gewalttätigem Verhalten.

Es stimulierte definitiv ihre selbstsüchtige Natur und verminderte ihre spirituelle und fürsorgende Natur {Charakter}. Es schien den subtilen Auswirkungen des Alkohols, oder sogar dem des sich vollauf Besaufens zu ähneln. Und natürlich waren, Vergewaltigung, Kindesmissbrauch und andere schreckliche Dinge auch alle mit sexuellen Trieben und/oder mit Gewalt verbunden.

Ich hatte sogar eine Jugendfreundin, die als Kind sexuell missbraucht wurde, und als sie 18 wurde, bekam sie eine Stelle als oben-ohne Bedingung in einer Cocktail-Bar. Dort traf sie einen "netten" Kerl mit dem sie sich einließ. Er gab ihr kostenlos Drogen und schöne Sachen. Schließlich führte er sie zum Heroin, das er ihr auch zum "Nulltarif" gab. Bevor sie es wusste, stellte er sie auf die Straßen raus um für ihn als Prostituierte zu arbeiten. Das war das letzte was ich je von ihr hörte.

Die größte Gewichtung meiner persönlichen Erfahrungen und Programmierung, hinterließ also ein ziemlich starkes Gefühl in mir dass Sex schlecht war, und dass Sex und Spiritualität definitiv nicht Hand in Hand gehen. Doch, da gab es ein großes "Aber", das auf seine Chance wartete.

Das Große Aber {but} (nicht Großer Po {butt} – Denk nicht so schmutzige Sachen)

{Anm. d. Übers.: Das ist ein Wortspiel - The Big But - "but" korrekt ausgesprochen bedeutet "Aber" - Ausgespr. als "butt" bedeutet es Po}

Aber... eines Tages als ich meditierte, geschah etwas Wunderbares. Meine "Augen" wurden plötzlich für die "Funktionsweise des Universums" geöffnet – von aller Schöpfung. Ich erkannte zutiefst wie alles, in der einen oder anderen Form, mit Dingen wie "Anziehung" und "Energieaustausch" in Beziehung stand. Sex treibt das Universum an.

Warum wird ein Planet von einer Sonne angezogen?

Gravitation, sagen sie. Und was ist Gravitation? "Gute Frage", sagen sie. Aber nur wenige wagen eine Antwort. Könnte es etwas Ähnliches sein weshalb Menschen zueinander angezogen werden, allerdings ein bisschen so in der Art einer "großen kosmischen Schema der Dinge" Ebene? Ja. Diese Anziehung und dieser Energieaustausch zwischen Dingen wie Sternen und Planeten, ist die Art und Weise wie neues Leben, wie neue Vibrations/Existenz Ebenen erschaffen werden. Und warum erschafft die Vereinigung und Interaktion der Kräfte von Planeten und der Sonne, neues Leben? Es geht im Grunde genommen alles um "Sex" (in irgendeiner Form welche die meisten Leute nicht unbedingt als Sex verstehen). Doch es ist Sex, Fortpflanzung, "Liebe

machen” auf verschiedenen Vibrationsebenen. *All die Lebensformen* innerhalb dessen was wir “Natur” nennen, sind lediglich die Kinder von der Beziehung und Interaktion zwischen der Erde und Sonne. Du kannst einen so-geannten “wissenschaftlichen Standpunkt” einnehmen und schicke Wörter verwenden – wie Gravitation, Trägheit, Photosynthese, usw., usw., aber unterm Strich bleibt festzuhalten dass es *Anziehung*, *“Ankopplung”*, und *Energieaustausch* ist. Und anschließend die Geburt von neuem Leben, und anderen Vibrationsoktaven.

Was ist Gravitation im Grunde genommen? Was ist Photosynthese und warum existiert sie? Es geht hier alles um die Essenz des Lebens, um die treibenden Kräfte bei der Funktionsweise und um die Harmonie des gesamten Universums. Folglich, ist es etwas das alles Leben erfährt. Und Menschen sind Bestandteil von der Gesamtheit des Lebens.

Gewissermaßen die ganze Schöpfung, einschließlich allem in der Natur (was wir als Lebensformen bezeichnen wie Pflanzen und Tiere), hat auf irgendeine Weise Sex (und ohne Scham).

Selbst Korallenriffe haben einmal im Jahr während eines besonderen Vollmonds Sex! Selbst Lebensformen die du als mono-sexuell bezeichnen könntest (jene die sich selbst reproduzieren können), machen es nach wie vor so weil sie die beiden entgegengesetzten Geschlechtselemente innerhalb eines “Körpers” haben. Und wie ich gerade erwähnte, je nachdem wie du es betrachtest, die Sonne und Planeten, zahllose Sonnensysteme, und das ganze Universum selbst, sie alle “haben Sex” – die ganze Zeit.

Alle Dinge teilen dies gemeinsam. Ihre Existenz, Funktionen, Handlungen und ihre Fort-Pflanzung basieren auf polaritären Wechselwirkungen {Interaktionen} – Sex - sowohl auf mikro-kosmischen Ebenen, als auch auf makro-kosmischen Ebenen.

Warum denkst du dass Wissenschaftler die populäre Theorie über den Ursprung des Universums “den **big Bang** {den großen Bums}” nennen (sorry, konnte dem Witz nicht widerstehen {Anm. d. Übers.: Bang [Knall] kann auch “Bums” bedeuten}). Es mag allerdings nicht so weit von der Wahrheit entfernt sein – sie verstehen einen Teil des Bildes, aber nicht das ganze Ding (da es einfach durch die Verwendung der intellektuellen Fähigkeiten unserer begrenzten Gehirne nicht in vollem Umfang verstanden werden kann – es erfordert die Fähigkeit um über das hinauszugehen).

Bedauerlicherweise, nicht mal durch diese Offenbarung die ich während der Meditation erhielt, wurde ich meine negative Programmierung über Sex los. Ich war davon nicht frei, bis ich letztendlich von meinem “selbstsüchtigen abgetrennten Selbst” frei war und von all der unterbewussten Programmierung die damit verbunden war.

Sogar der große Physiker, Albert Einstein, hatte Dinge zu sagen die sich auf dieses Thema bezogen. Ich las vor vielen, vielen Jahren, ein Buch mit Zitaten von ihm, und über seine spirituellen Überzeugungen. Ich bin mir jetzt darüber ein bisschen im Unklaren, aber ich denke seine abschließenden Worte waren:

“Die größte Macht im Universum, ist die Liebe.”

Falls das nicht der Fall war, sollte es *jemand* sagen.

Einstein sagte: “Du brauchst niemals mehr als bis 4 zählen”. Dieser kryptische Kommentar führte mich zu der Annahme dass er das Meta-Physische Prinzip von “Yod-He-Vau-He” verstand. Welches uns interessanterweise, zurück zum Sex bringt.

Gemäß den antiken Lehren, ist Yod-He-Vau-He der älteste bekannte Name für Gott, und ist “der Schlüssel um die Schöpfung und das Universum zu verstehen”. Es repräsentiert symbolisch & mathematisch den tatsächlichen Prozess der ganzen Schöpfung. Und jepp, es repräsentiert Sex und Fortpflanzung, und den spirituellen

Prozess hinter all dem – von einem Frosch bis zur Galaxie. (Für eine vollständige Erklärung von diesem “Wort/Namen von Gott”/Konzept/Schlüssel, lies “Die Kinder von dem Gesetz des Einem & Die Verlorenen Lehren von Atlantis”.)

Gegensätze ziehen sich an, doch wenn sie Nicht im Gleichgewicht sind...

Elektrizität, Atome, Magnete, usw., alle involvieren positive/negative Ladungen – das ist es was hinter ihrer Anziehungskraft, ihrem Energieaustausch usw. steckt. Planeten, Sterne und Menschen funktionieren im Grunde genommen auf die gleiche Art & Weise, aber nicht auf so eine “eindeutige”, leicht beweisbare oder genau bestimmbare Art. Aber es ist ziemlich offensichtlich wenn du deinen Verstand öffnest.

Daher lass uns für unsere Zwecke bei dieser Diskussion, einfach übereinstimmen dass die Essenz eines Mannes die gegenteilige Polarität dessen ist was eine weibliche Essenz ist. Sie sind essenziell “gegensätzlich geladen”, und deshalb in gewisser Weise entgegengesetzt. Und jene essentiellen “entgegengesetzten” innerlichen Dinge die bei ihnen den Unterschied ausmachen, verursachen außerdem viele äußerliche Differenzen. Es sind jene entgegengesetzten Charakteristiken die sowohl hinter der *Anziehungskraft* zwischen den Geschlechtern stecken, *als auch* hinter den Problemen – wie etwa die mangelnde Fähigkeit eines Geschlechts, die Gefühle, das Denken und das Verhalten des entgegengesetzten Geschlechts zu verstehen (du weißt schon, das ganze “Männer sind vom Mars, Frauen von der Venus” Gehabe). {Anm. d. Übers.: Bezogen auf ein gleichnamiges Buch von John Grey - “Men Are From Mars, Women Are From Venus”}

An dieser Stelle fragen sich wahrscheinlich einige homosexuelle Leser, “und wie passen Homosexuelle da hinein?” Ich kann hier nicht wirklich darüber ins Detail gehen weil es viel zu komplex ist und es ein weiteres Buch erfordern würde um es ordnungsgemäß zu adressieren. Aber im Grunde genommen, hängt es von deiner innerlichen Polarität ab - und um diese zu bestimmen geht es hinein in Reinkarnation, Motivation, Karma, Verwendung des Verstandes {Geistes}, usw. Du kannst es nicht wirklich verallgemeinern. Zum Beispiel, ich glaube an Reinkarnation. Ich kenne einige homosexuelle Leute bei denen sich tatsächlich die Geschlechtlichkeit in verschiedenen Lebenszeiten überkreuzte, um aus verschiedenen Gründen, das eine oder andere zu erfahren. Ich kenne eine Person, die auf der innerlichen Ebene, ein homosexueller Mann im Körper einer Frau ist - denk für eine Weile darüber nach falls du einen Hirnreizer oder Kopfschmerzen willst. Wie ich schon sagte, zu komplex um sich hier damit zu befassen.

Kommen wir zurück zum Thema über männliche/weibliche “Gegensätze” - warum gibt es keine intellektuelle, emotionale und mentale Harmonie zwischen den Geschlechtern? Und warum gibt es so viel Schuldbewusstsein und Verurteilung rund um Sex?

Die Fundamentale Frage – Wer SIND Wir?

Wenn du glaubst dass wir Geister sind - dass wir Seelen haben (wie ich annehme tun dies die meisten Belesenen) - hier ist die große atemberaubende Wahrheit die die menschliche Rasse in ALLEN Dingen berührt (einschließlich Sex), und es zu dem macht was es ist, daher magst du dich vielleicht daran erinnern, oder es an deine Wand heften.

Wir sind spirituelle Wesen die tierische Körper bewohnen.

Menschen sind nicht nur Tiere. Deshalb haben wir nicht die natürliche Unschuld und die Instinkte die sie haben. Menschen sind auch nicht nur engelhaftes Lichtwesen die bewusst mit dem Universalen Geist/Gott verbunden sind. Deshalb haben wir auch nicht die Freiheit, die kristallklare Intuition und den inneren Frieden dieses Pakets. Wir sind ein “Köter” {mutt}, eine Mischung aus den Zweien, und unglücklicherweise, ist die

Mischung eine schlechte. Es bringt uns viele unterschiedliche Probleme – von denen Sex nur eines ist.

Das Problem Hinter All den Problemen

Manche von euch haben meine anderen Büchern gelesen, und sind daher schon vertraut mit den allumfassenden metaphysischen Konzepten über das Leben, über Existenz, usw., die sie in den antiken Lehren gefunden haben worauf unser spiritueller Orden basiert. Aber für jene die es nicht haben, werde ich eine kurze Zusammenfassung geben damit man es besser versteht was wirklich *hinter* dem Sex/Schuldbewusstseinsproblem steckt.

Die antiken Lehren (und nunmehr ein großer Teil der modernen Wissenschaft) besagen dass alle Dinge im Universum auf verschiedenen Frequenzen vibrieren, die unterschiedliche “Ebenen” der Existenz erschaffen. Ein grobes Beispiel ist Wasser – auf unterschiedlichen Vibrationsebenen, kann es als Dunst (Feuchtigkeit/Dampf), als Flüssigkeit (Wasser), oder als Festkörper (Wassereis) existieren. Die Lehren besagen auch:

Die Essenz von einem menschlichen Wesen, ist eine Seele/ein spirituelles Wesen das schwingungsmäßig in die hohe Vibration (schnelle Vibration) spiritueller Bereiche gehört, und gefangen ist in einem tierischen Körper der in der langsamen Vibration physischer Bereiche lebt.

Was also geschah mit uns? Warum leben wir hier in den langsamen, groben physischen Materieebenen von Vibration/Existenz? Die Gründe sind komplex, und wenn du es verstehen willst, solltest du die “Verlorenen Lehren von Atlantis” lesen, da ich das Thema in diesem spirituelle Sexualität Booklet nicht gründlich genug behandeln kann.

Jedenfalls, es macht es leichter die Idee zu begreifen, wenn du auf diese Weise davon denkst - wir waren einmal so etwas wie Engel welche beide Polaritäten innerhalb von uns enthielten – männlich und weiblich. Wir waren ein “ausgewogenes” Wesen. Aus welchem Grund auch immer (für das wir hier keine Zeit haben), “fielen” wir aus unserem höheren (schnellen) Vibrationszustand der Existenz von Energie und Licht, hinein in die langsamere/niedrigere Vibrationsexistenz von physischer Materie. Wir hatten einen “Vibrations und Bewusstseinsfall” aus einem spirituellen Zustand der Existenz, hinein in den physischen Zustand der hier auf der Erde vorherrschend ist. Wer wir wirklich sind, eine “Seele”/ein “Geist”, wohnt jetzt in, und ist “vermischt” mit, tierischen Körpern.

Bedauerlicherweise, gibt es dazu noch mehr. Im Zustand von hoher Energievibration in dem wir einmal existierten, ist alles “Eins” im Universum. Denn, die Tatsache ist, alles im Universum ist Energie, und es ist alles Eins. Dies ist eine Tatsache der Physik, der Metaphysik, und ist eine gemeinsame Prämisse {Voraussetzung} der Spiritualität. Aber die physische Ebene ist ein Bereich der Dualitäten und der Abgetrenntheit, und nicht der Einheit. Daher existieren “männliche” und “weibliche” Polaritäten, als abgetrennte Dinge in diesem Bereich. Und sofern sie nicht zusammenarbeiten, als Eins, gibt es Disharmonie und Streit.

Darüber hinaus, verursachte diese Verringerung der Vibration einen ernsten Bewusstseinsverlust. Das Bewusstsein der Einheit mit dem Universum, mit ALLEM, mit universalem Geist, war plötzlich verschwunden als wir die physische Ebene betraten. Wir waren “abgetrennt”. Daher dachten, und handelten wir, wie abgetrennt. Selbst-Zentriertheit {Egozentrik} war geboren. Selbstsucht war geboren. Und das, ist DAS GROSSE PROBLEM DER PROBLEME.

Denk an irgendwas Schlechtes, irgendwas Unrechtes auf Erden das mit Menschen verbunden ist. Anschließend verfolge es zurück zu seiner Quelle. Es ist

immer "Selbstsucht". Und Selbstsucht ist nun einmal das natürliche Ergebnis vom Denken und Glauben dass du "abgetrennt" bist von allem/jedem anderen. Da würde es KEINEN Krieg geben, kein Verletzen, keine Umweltprobleme, keine männliche/weibliche Disharmonie, wenn jeder einfach realisieren würde dass wir alle eins sind, und für jeden anderen entsprechend sorgen würde, mit selbstloser Liebe. Da hast du die große Antwort auf **alle** Probleme, *einschließlich Sex*. Aber zurück zum Sex, und zur bedauernswerten Realität des "menschlichen Zustands" {human condition}.

Deshalb behalten Menschen ein Gefühl von, oder eine innerliche Erinnerung von ihrem spirituellen Erbe bei. Es gibt uns auch ein "Gewissen". Menschen sind daher ein Rätsel. Die einzige Lebens-Form die teils "Engel" und teils Tier ist. Was der Grund ist warum Menschen hier nicht gut in die Ordnung der Dinge zu passen scheinen.

Und hier fangen auch viele unserer Sexualitäts- und Spiritualitäts-"Probleme" an. Ein spirituelles {geistiges} Wesen das in einem was im Wesentlichen ein tierischer Körper ist wohnt, hat eine 'ein-gebaute' Schlacht {Gefecht} - einen ewigen Kampf zwischen den zwei Naturen.

Das Tier, will ein Tier sein. Es will instinktiv Sex haben um sich fortzupflanzen. Es hat keine Scham, auch keine Überlegung darüber, abgesehen von seinen instinktiven Trieben.

Zum Beispiel, werden männliche *Tiere* manchmal gegen einen Konkurrenten kämpfen um Sex zu haben oder um sich zu paaren. Wir sehen dass sich das in menschlichen männlichen Trieben widerspiegelt, richtig? Aber mit Fragen über Moral und Schuldgefühl die dem Gewissen, der sozialen Programmierung, und dem Egodruck unterschiedlichster Art entspringen es ist kompliziert. Doch für ein einfaches, reines Tier, in seinem eigenen Reich, ist es nicht nur natürlich, und Bestandteil seines Überlebens, es ist Bestandteil von der Art und Weise wie der fortlaufende Prozess der Schöpfung funktioniert.

Die meisten von uns "wissen" das intellektuell und akzeptieren das. Da wir jedoch unseren innerlichen Konflikt zwischen unseren tierischen und spirituellen Naturen haben, finden viele von uns solch ein tierisches Verhalten irgendwie störend – auch wenn es nur "unter der Oberfläche" ist, "im Hinterstübchen unseres Kopfes", oder unterbewusst. Warum? Wegen unserer eigenen Probleme - unserer innerlichen "Tier/Engel"-Verwirrung. Es kann bei *uns* sogar ein Gefühl der "Verlegenheit" hervorrufen wenn wir sehen dass Tiere Sex haben. Aber dennoch, betrachten wir es noch nicht als Böse, oder sogar als Schlecht. Und die Tiere sind *vollkommen* schamlos, vollkommen im Einklang mit der Natur und mit Gott.

Was also sind die Mechanismen wodurch wir menschlichen Wesen uns so unterscheiden? Da gibt es so viele, wo setzen wir an? Wir könnten zur Metapher kommen die vom Essen der Frucht vom Baum der Erkenntnis von Gut und Böse handelt (was die Tiere nicht getan haben), usw., aber stattdessen, lass uns Unterdrückung {Repression; Verdrängung} und Verleugnung untersuchen.

Unterdrückung und Verleugnung von was? VON SOWOHL dem tierischen Teil von uns durch den spirituellen Teil, WIE AUCH dem spirituellen Teil von uns durch die tierische Natur. Junge heißt das für uns jetzt ein Bündel verwirrter Hundwelpen zu sein (oder sollte ich sagen, verwirrter Menschen). Wir passen *nirgendwo* hinein.

Unabhängig davon ob du uns als "Engel" ansiehst die auf der Erde manifestierten, oder ob du ein "Darwinist" bist oder ein "Kreationist" – es ist eine unausweichliche Tatsache - unsere Körper haben all die Geschlechts-"Teile", Instinkte, und Antriebe um Sex zu haben, die die Tiere haben.

Wenn wir keinen Sex haben sollen, warum dann die Teile? Warum die tierischen Triebe? Warum können menschliche Teenager bereits in ihren Jugendjahren damit beginnen sich fortzupflanzen? Ein Irrtum der Natur, oder von Gott, wie der Avocadokern (Scherz)? Und warum fangen wir als Jugendliche an die stärksten Triebe zu haben die wir je über irgendetwas in unserem Leben hatten, und kommen jene

Triebe nur um getrieben zu werden Sex zu haben? *Hat* die Natur einen Fehler gemacht? Ich denke nicht. Was für eine Arroganz so zu denken, oder sogar “im Nachhinein” das Design & den Plan der Natur für unsere *menschlichen* Körper zu “kritisieren” (natürlich, Arroganz gegenüber der Natur und dem Kosmos ist ein häufig anzutreffender selbstsüchtiger menschlicher Charakterzug).

Die hormonellen tierischen Triebe sind in jungen pubertierenden Menschen so stark, dass die Versuche Abstinenz zu erzwingen, selbst bei “gut erzogenen”, “moralischen” Jugendlichen, häufig in unerwünschten Kindern resultieren, in Abtreibungen, in Krankheiten, usw. Und es sind nicht nur Teenager die solch starke Begehren haben. Der tierische *und* “abgetrennte-selbstsüchtige-Selbst”-Antrieb nach Sex ist so stark, dass Leute oftmals gewillt sind den Körper zu “demolieren” falls das der Preis ist den sie bezahlen müssen. In der Tat, es ist so stark dass es oft nicht mal ein zweites Überdenken gibt. Auch wenn wir die ernsthaften Risiken KENNEN die wir in Kauf nehmen, einschließlich fiesen Krankheiten und Tod, werden viele Leute in den “Verleugnungs”-Modus gehen um Sex zu haben.

Jedoch erwartet man von Menschen diese überwältigenden Antriebe zu unterdrücken. Jeder, egal ob Jugendlicher oder Erwachsener, ist mit unseren sozialen Sitten und Tabus konfrontiert. Und diese “Restriktionsregeln” stehen in unvorstellbaren Konflikt mit dem “Antrieb”. {Restriktion: lat. restrictio = Unterbindung} Das Ergebnis? Die Geburt von einer ganzen Reihe neuer Probleme mit denen wir umgehen müssen... Unterdrückung und Verleugnung.

Als ob es nicht schon genug wäre dass man mit super starken tierischen und selbstsüchtigen Antrieben umgehen muss, um die Sache noch komplizierter zu machen, neigt unsere *spirituelle Seite* ebenfalls zu Sexualität. Die natürliche Energie Sexualität die alles im Universum “bewegt”. Doch obwohl es nicht die tierische Art von sexueller Anziehungskraft/Trieben ist, *bezieht* es dennoch Anziehungskraft, Energieausgleich und nichtsdestotrotz Fortpflanzung mit ein. Erinnerst du dich an unsere vorherige Diskussion über die Funktionsweise des gesamten Universums?

Achte auf die Sterne und Planeten. Sie alle haben “Beziehungen”. Alle in Harmonie und Einheit.

Ein Ding umkreist ein anderes. Alles basiert auf Anziehung, alles Geben, alles Nehmen, all der Energieaustausch, all die Schaffung neuen Lebens. Jetzt schau auf alles was du sehen oder finden kannst das kein Stern oder Planet im Universum ist. Lass uns anfangen mit Möbeln. Aus was ist dieser Esstisch gemacht? Nichts außer Raum und winzig kleinen mikro-kosmischen Sternen und Planeten die wir Atome nennen – Planeten (Elektronen), die von einem Atomkern (Stern) angezogen werden und ihn umkreisen. Unsere wahre Natur in den spirituellen Bereichen ist nicht anders. Das ist es was Seelenverwandte vor allem sind – Polaritäten von einem Wesen, das sich abtrennte, und oft voneinander verloren ging als wir in diese niedriger vibrierende Ebene der Dualität und Abgetrenntheit eintraten. Aber...

Wahre spirituelle Sexualität ist nicht nur ein Angelegenheit für Seelenverwandte, oder Männer und Frauen – es geht um ein größeres Bild der selbstlosen Liebe, es geht darum eine höhere spirituelle Beziehungen mit allen zu haben.

Das bedeutet nicht tierischer Sex. Abgesehen von deinem tierischen Körper. Im spirituellen Bereich, ist Sex nicht so wie tierischer Sex – es ist selbstlos zu lieben und selbstlos geliebt zu werden. Aber das ist nicht dort wo wir leben. Jedoch, möglicherweise, ist das dort wo wir leben wollen?

Deshalb will sogar unsere spirituelle Natur ihre Version von Sex, aber auf eine ganz andere Art als das Tier. Unsere spirituelle Seite möchte wieder EINS sein, wieder ganz, um zu geben, um zu empfangen und um ständig höhere Energien zwischen unseren entgegengesetzten gegenüberliegenden Teilen auszutauschen, und allem Leben.

Aber leider, kommt da auch noch etwas anderes hinzu - die Sucht unserer spirituellen Seite auf das niedrigere Königreich, Sucht um selbstsüchtig Energie und Stimulation zu bekommen (ein Aspekt von, und das Resultat von, unserem "Fall"). Damit muss auch umgegangen werden. Anstatt zu versuchen das große Design zu verdrängen & zu leugnen müssen wir, sowohl für Tiere als auch für "Engel", herausfinden wie wir damit auf eine Art umgehen *die wirklich funktioniert*. Es geht einfach darum herauszufinden wo es alles reinpasst, wo es alles herkommt und warum, wie wir am besten mit unserer spirituellen/tierischen "[Schizophrenie](#)" umgehen, und wie wir es dann in unserem Leben anwenden.

So wie die Dinge auf dieser Welt jetzt sind, neigen die meisten Leute eher zu ihrer tierischen Natur, und sagen zu ihrer spirituelle Seite "fort mit dir". Doch sie handeln nicht wie reine Tiere. Sie handeln wie Tiere mit spiritueller/tierischer "Schizophrenie" – was nun mal ist was sie sind.

Die meisten Leute haben auch unterschiedliche Stufen von Schuldgefühl & Angst, und aufgrund dessen, üben sie unterschiedliche Stufen der "Kontrolle" über ihre verwirrten und verzerrten tierischen Triebe aus. In ernsteren Fällen von Schuldgefühl, wird es dahingehend verdreht dass es als "sündhaft" angesehen wird sexuelle Triebe zu haben oder solche Handlungen zu praktizieren. Dies führt zu einer Unterdrückung der Triebe, oder zu einer schweren Verachtung von anderen die Sex haben oder es sogar wagen darüber zu diskutieren oder ihn genießen.

Ironischerweise, ist eine derart schwere Unterdrückung und Verachtung genau das Richtige das dazu beitragen kann wirklichen Schaden zu erzeugen, oder sogar "böse" Taten. Monster werden tatsächlich in diesem Unterdrückungskämmerchen erschaffen, und können daraus hervorgehen. Versuch mal den natürlichen Lavastrom in einem Vulkan zu unterdrücken, versuch ihm zu "verschließen", und die Lava wird entweder andere Wege finden um heraus zu kommen, oder es könnte mit einer "[Mount-St.-Helens](#)"-artigen Explosion enden. Mehr dazu später.

Sex und das Einzelne Schuldgefühl

Warum empfinden einige von uns dass Sex falsch ist, oder fühlen sich darüber schuldig? Es sind zwei sehr unterschiedliche Fragen, und sie haben sehr unterschiedliche Antworten (die wir versuchen in den nächsten einzelnen Abschnitten zu klären).

Erstens, *das Empfinden* dass es falsch ist. Das *Empfinden* dass Sex "schmutzig", sündhaft oder "nicht-spirituell" {"*unspirituell*"} ist? Dafür gibt es mehrere Gründe:

- 1) Wie und warum wir Sex haben;
- 2) Unsere persönlichen Erfahrungen und Beobachtungen von Sex und "sexueller Ausstrahlung" in Bezug auf andere;
- 3) unsere Programmierung;
- 4) Unsere "innere Stimme".

All das Obige geht in unser gesamtes Empfinden hinein, in unsere Anschauung, Programmierung, Gedanken & Handlungen. Die meisten von uns haben selbst-süchtigen, entwürdigenden Sex erlebt, und die Ergebnisse erfahren. Selbst-Nachgiebigkeit ist im Allgemeinen selbst-zerstörerisch, und schmerzt andere, ebenso wie spirituell ausartend zu sein. Einem Typ des selbstsüchtigen selbst-nachgiebigen Verhaltens nachzugeben, stimuliert für gewöhnlich anderes selbstsüchtiges selbst-nachgiebiges Verhalten. Daher hält uns, selbstnachgiebiger {ausschweifender} selbstsüchtiger Sex, und die Verhaltensweisen die damit einhergehen, weiter von unserem inneren spirituellen Wesen ab, und von unserem Zurückkommen zur Harmonie der Einheit und zum Universalen Geist. (Als Randbemerkung, Beziehungen denen es an gemeinsamen spirituellen Idealen fehlt, die auf Sex basieren oder auf Selbstsucht anstatt auf WIRKLICHER (selbstloser) LIEBE, werden IMMER zu einem Leben mit Zorn, Hass, und/oder eventuell bitteren Abbrüchen führen).

Ein weiterer Grund weshalb wir empfinden dass Sex falsch ist, ist weil unser eigenes inneres Wesen, oder unsere spirituelle Seite, uns sagt, dass selbstsüchtiger Sex falsch ist, und dass wir stattdessen selbstlosen Sex auf den höheren spirituellen Ebenen erfahren sollten. Mehr dazu gleich.

Aber die meisten von uns haben trotzdem Sex. Deshalb wird es zu einer “was nun?” Frage.

Die Triebe um Sex zu haben, nicht nur von der rein tierischen Seite her, sondern auch von der selbst-nachgiebigen Sucht danach “um einen Orgasmus zu haben” die unsere “im Bewusstsein gefallen” Lebensgeister entwickelt haben, sind sehr stark. Aber warum fühlen wir uns darüber schuldig, wenn wir es trotzdem tun, und es tun wollen? Und warum tun wir es trotzdem, wenn wir uns darüber schuldig fühlen? Es reicht dazu aus dass sich Freud in seinem Grab umdreht und noch mehr Kokain konsumiert! {Anm. d. Übersetzers: siehe “[Freud und das Kokain](#)”}

Wenn wir etwas tun von dem wir fühlen oder glauben dass es “falsch” ist, erleben wir Schuldgefühl.

Das ist wahr, unabhängig davon ob das Empfinden oder der Glaube von unserer spirituellen Seite kommt, oder nur von der Programmierung. Gewiss, jene von uns auf einem spirituellen Pfad, wollen angeblich keine Dinge tun die nicht spirituell sind, dennoch, tun wir es manchmal. Ausschlaggebend ist, wie wir mit Dingen umgehen wenn wir “ausrutschen”. Meist jeder rutscht hin und wieder aus, und die Art wie wir darauf reagieren macht dann den Unterschied aus zwischen Lernen (spirituellem Wachstum), Stagnation, oder Fallen. Und Schuldgefühl ist nicht eines der gesunden Reaktionen. Es ist überhaupt nicht gesund oder hilfreich. Es ändert nichts zum Besseren, richtet die Dinge, oder bringt uns spirituell “wieder auf Kurs”. In der Tat, Schuldgefühl ist ein Mechanismus den unser selbstsüchtiges-abgetrenntes-Selbst verwendet um uns an der Leine, und fernab von unserem spirituellen Selbst zu halten.

Schuldgefühl ist nicht nur ein selbst-generiertes individuelles Ding mit einem Eigenleben. Da stecken “größere” tiefer Monster dahinter, und deshalb größere “Kern”-Themen mit denen wir uns befassen müssen.

Sexuelles Schuldgefühl ist in vielen Gesellschaftsebenen tief verwurzelt, und ist quasi ein “großer Industriezweig” geworden. Wie wir es bereits behandelt haben, wurde uns allen eine Schuldgefühl-“Programmierung” gegeben. Wir sind programmiert dass Sex schlecht und sündhaft ist, ohne dass ein wahres Verständnis von dem ganzen Thema vermittelt wurde. Und das Missinterpretieren der Gefühle von unserer eigenen spirituellen inneren Stimme kann das Problem verschlimmern. Das ist sogar ein Teil davon woher die negative Programmierung kommt, und warum es in erster Linie begann.

Wer brachte all die Programmierung von Schuldgefühl und Tabus hervor, und warum? Ein Teil davon stammt nun mal von dem Tier/Engel Konflikt – das Schuldgefühl das erzeugt wurde von der Reaktion des selbstsüchtigen Selbst’s, auf die innere Stimme “Gewissen” des spirituellen Selbst’s. Daher, haben wir “Menschen” allesamt negative Programmierung für uns selbst erzeugt, was dann insgesamt zur negativen sozialen Programmierung beitrug, die alles davon weiter, und weiter, und weiter übermittelt.

Als nächstes, unsere Schwäche und Programmierung wurde überdies (und wird immer noch) von Leuten in gesellschaftlichen Machtpositionen ausgenutzt, vergrößert, korrumpiert & missbraucht. Somit wurde zusätzliche Programmierung durch religiöse oder politische Machtkrämer erzeugt, die unser Schuldgefühl und unsere innere Stimme benutzten um uns zu manipulieren. Somit wurde mehr “Kram” in den großen Topf der negativen Programmierung geworfen. Es spielte eigentlich keine Rolle ob die Machtkrämer wirklich glaubten dass Sex sündhaft war oder nicht – manche glaubten es,

manche nicht, manchen war es egal – (viele hatten insgeheim perversen Sex). Der Zweck um Sex zu einem Tabu zu machen, war oftmals um Leute zu kontrollieren, um Macht aufrechtzuerhalten oder um ihre persönlichen Überzeugungen anderen aufzudrängen (oder eine Kombination von obigem).

“Sexuelle Belästigung” wird in diesen Tagen als aktuelles Thema angesehen. Leuten werden “Ultimaten” gestellt um Sex zu erzwingen, unter Verwendung von Drohungen unterschiedlichster Art. Und es hat sie schon immer in verschiedenen Formen gegeben. Es war vor nicht allzu langer Zeit (historisch gesehen) dass jemand der Macht hatte Sex fordern konnte, als Gegenleistung dafür das jemand nicht als Hexe oder als Ketzler gemeldet wurde.

Manche von jenen in religiösen Machtpositionen hatten keine solch diabolischen {teuflischen} Motive. Jedoch, waren sie nach wie vor ignorant, und hatten nach wie vor den Tier/Engel Konflikt innerhalb sich selbst, deshalb fühlten sie sich darüber schuldig irgendwelche sexuellen Gefühle zu haben (auch wenn sie sexuell enthaltsam waren) und glaubten wahrlich dass Sex sündhaft war. Aber rechtfertigt das jemanden zu Tode zu steinigen, sie zu foltern, oder sie auf dem Scheiterhaufen zu Grillen (außer du bist wirklich hungrig und gibst ein bisschen gemischtes Gemüse dazu)?

Dann gibt es da jene Leute die nur gedankenlos ihr eigenes Schuldgefühl und ihre eigene Scham weitergeben, sowohl von *ihrer* eigenen Programmierung, als auch von ihren eigenen persönlichen Empfindungen von Schuld.

Um es zu stoppen, müssen Leute zur Wurzel von all dem kommen - zu dem was dahinter steckt, dem was dahinter steckt, dem was dahinter steckt, das Ding das *hinter* all unseren “Fragen” über Sex steckt, egal welche Form es annimmt. Und es im Tageslicht entblößen.

Doch selbst wenn man von der Programmierung absieht, viele Leute fühlen nach wie vor oder glauben dass Sex “schlecht” ist. Warum? Und nochmals, wie fingen die Tabus überhaupt erst an?

Eine Frage des Gewissens?

Innerlich, weiß unsere innere Stimme dass der Geschlechtsakt AN UND FÜR SICH, nicht sündhaft oder “schlecht” ist.

Ich hasse es ein totes Pferd zu schlagen (obwohl es besser ist als ein Lebendes zu schlagen), aber die Frage kommt immer wieder zurück auf diesen einzigartigen und ziemlich unvereinbaren, “Engel/Tier Mix” den Menschen haben, um damit klarzukommen. Zum Beispiel, “reine” Tiere haben kein Gewissen über das Töten, über das Kämpfen um Nahrung, um Territorium, um Partner, oder um Sex zu haben. Aber Menschen haben ein Gewissen.

Hast du jemals wirklich darüber nachgedacht was ein Gewissen ist?

Ein Teil von dem was wir unser Gewissen nennen *ist* nur soziale Programmierung - zum Beispiel, wenn du als Kopfjäger aufgewachsen wärst würdest du vermutlich keine “Gewissensbisse” darüber haben jemanden aus einem anderen Stamm für das Mittagessen zu töten. Wohingegen die soziale Programmierung die du und ich haben unser Gewissen verrückt machen würde (es sei denn du wärst Ted Bundy oder dergleichen). {Ted Bundy war ein amerikanischer Serienmörder}

Doch der andere Teil von unserem Gewissen hat mit Programmierung nichts zu tun - er ist von dieser “geistigen Wesens”-Seite von uns.

Wir alle haben “eine stille innere Stimme”. Es ist die Stimme unserer spirituellen Seite – welche auch die Stimme von dem Einem Geist ist. Wenn wir etwas tun das gegen die Natur und gegen die Absichten unserer spirituellen Seite ist, nagt unser “Gewissen” an uns. Er lässt uns wissen dass in gewissem Sinne jegliche Selbst-Nachgiebigkeit irgendwie “falsch” ist. Nicht falsch weil wir auf diese Weise

programmiert sind, nicht falsch weil manches Buch besagt es ist, nicht falsch weil unsere Eltern sagten es war, nicht falsch weil es gemäß jemanden's Definition eine "Sünde" ist, sondern in gewissem Sinne einfach falsch weil es uns in die *falsche Richtung von der spirituellen Essenz unseres Wesens* bringt, und dieses Einem "Großen Geists" der Alles durchdringt.

Ich weiß dass manche Leute mit bestimmten New-Age Philosophien, den Begriff "falsch" nicht mögen, und nicht an "richtig oder falsch" glauben. Das kann zu tun haben mit bloßer **Semantik** - d.h., wir verwenden nicht die richtigen Worte um diese Idee zu kommunizieren. Oder es kann von jemand kommen der es verleugnet – und das ist nicht wirklich unser Schwerpunkt in diesem Booklet. Also versuch bitte für einen Moment einen offenen Verstand für meine Ansicht zu behalten, damit wir bei diesem Thema nicht durchdrehen, oder ein Missverständnis über dieses Thema entsteht. Hier ist ein Beispiel:

Wenn es mein Ziel ist um zur örtlichen Buchhandlung zu kommen, und ich beim Versuch dort hinzukommen an der 10ten Straße nach links abbiege anstatt nach rechts, habe ich die "falsche" Richtung eingeschlagen um mein Ziel zu erreichen. Es ist das gleiche mit den Lebensentscheidungen und den mentalen Entscheidungen die wir treffen, aber auf einer sehr viel größeren und ernsteren Skala – insbesondere wenn es Spiritualität involviert.

Lass uns sagen dein Ziel ist es ein ewig währendes spirituelles Wesen zu sein - EINS mit dem Universalen Geist, anstatt temporär ein Leben der Abgetrenntheit zu leben, der Illusion und des Leidens in einem tierischen Körper. Wenn das dein Ziel ist, dann ist ein Benehmen in einer Art & Weise die ein selbstsüchtiges Selbst füttert und verhätschelt, anstatt einer Art & Weise die das spirituelle Selbst füttert, "falsch". "Falsch" weil es uns in die entgegengesetzte Richtung von unserer spirituellen Seite und unserer Einheit mit dem Universalen Geist führt. Verstehst du worauf ich hier hinaus will?

Unser spirituelles Gewissen versucht uns ständig daran zu erinnern dass wenn wir unserer Aufmerksamkeit auf selbstsüchtige Interessen beibehalten, und wenn wir dieser Seite von uns Energie geben/ihr Nachgeben, dass das unseren Geist/unsere Seele gefangen hält, und uns ein Benehmen in einer Art & Weise beibehalten lässt das negative Auswirkungen erzeugt. Und dass jene negativen Auswirkungen auf uns zurückkommen und uns weiter negativ beeinflussen (wegen des Universalen Gesetzes von Ursache und Wirkung (und "schlechtes Karma" erschaffen).

Kommen wir zurück um das auf Sex anzuwenden - unsere stille innere Stimme nagt an uns, versucht uns zu erzählen dass selbst-nachgiebiger Sex "falsch" ist. Unsere spirituelle Seite will dass wir diese Information der 'inneren-Stimme' konstruktiv einsetzen, und mit Sexualität in einer spirituellen Weise umgehen. Unsere abgetrennte-Selbst-Seite wiederum, will das Gefühl von der inneren Stimme verdrehen in Empfindungen von Schuld.

Wenn wir nicht irgendeine Form von spiritueller Sexualität praktizieren die dazu führt um das Tier zu überschreiten und um die selbstsüchtigen Leidenschaften zu überschreiten die uns gefangen halten im Fleisch, gefangen auf der Erde, dann ist da immer unsere innere Stimme um an uns zu nagen (es sei denn wir tun Dinge um es zu überdröhnen).

Das selbstsüchtige-abgetrennte Selbst zieht es vor uns schuldig fühlen zu lassen, und behält uns unter seiner Macht, statt dass es uns das Problem klar erkennen lässt, und in einer konstruktiven Art und Weise darauf einwirkt. In Bezug auf Sexualität, bevorzugt es dass wir uns so fühlen dass Sex zu *einem gewissen* Grad schlecht, selbstsüchtig oder "sündhaft" ist (auch wenn es nur unterbewusst ist), und dass wir uns zu *einem gewissen* Grad darüber schuldig fühlen (auch wenn es nur unterbewusst ist). Was es **nicht** will, ist einen Weg für uns zu finden um Sexualität selbstlos und spirituell

zu machen – ein Szenario in dem es Kontrolle verliert, und in dem unser spirituelles Selbst Kontrolle gewinnt.

Das Fazit ist dass wir im Innern, wissen dass unsere wahre Natur die von einem spirituellen Wesen ist, und wir werden uns immer falsch darüber fühlen wenn wir ihm den Rücken zukehren. Wir wissen auch dass solange wir der Selbstsucht erlauben uns von der Rückkehr zu unserem spirituellen Zustand abzuhalten, von der Rückkehr zur Einheit mit dem Universum/Geist, dass wir Leid erschaffen für uns selbst und für andere, und dass wir niemals wahrlich glücklich sein werden oder inneren Frieden haben werden.

Aber Schuldgefühl bekommt uns nirgendwo gut. Deshalb müssen wir positive Mittel und Wege finden um mit all unseren Fragen umzugehen, einschließlich der Sexualität. Und da gibt es Mittel und Wege.

Das Überschreiten und Umwandeln von selbstsüchtiger Sexualität in eine höhere Schwingung spiritueller Sexualität ist der Schlüssel (im Bereich der sexuellen Belange). Und anders als es das Selbstsüchtige-Selbst dir glaubend machen möchte, ist selbstlose spirituelle Sexualität *weitaus ekstatischer, macht weit mehr Spaß (in einer nicht-selbst-nachgiebigen Art)*, als selbstsüchtige Sexualität. Und außerdem, erzeugt es nicht all die fiesen Probleme die bei selbstsüchtiger Sexualität auftreten können, oder beim Unterdrücken der selbstsüchtigen Sexualität. Leute sind viel glücklicher, gesünder, lebenswürdiger, und spiritueller, wenn sie die natürlichen sexuellen Triebe nicht unterdrücken, sondern sie stattdessen überschreiten oder in die spirituellen Bereiche hindurchleiten, und sie zu einem Bestandteil von einem spirituellen Leben machen.

Selbstsucht, Der Konflikt, Schuldgefühl, und Unterdrückung Reißen Uns Entzwei

Schau nur auf *einige* der Probleme die durch eine auf Schuldgefühl-basierte Sexualität verursacht wurden und durch das Unterdrücken der natürlichen sexuellen Triebe.

- Unerwünschte Schwangerschaft (die zu unerwünschten Kindern, Abtreibung, Kindstötung, usw. führt.)
- Kinder ohne Väter.
- Krankheit.
- Sexuelle Belästigung.
- Gewalt.
- Das Betrügen von Ehepartnern – was oftmals Lügen, Gewalt, und emotionale Zerstörung von Familien beinhaltet.

Und wenn Sex *unterdrückt* wird, ist es als ob man einen Deckel auf einen Schnellkochtopf ohne Ablassventil stülpt. Die natürlichen Triebe versuchen Ausdruck und Befreiung zu finden, und wenn sie nicht auf eine gesunde Art & Weise gelenkt sind, werden sie pervers, und die Probleme können sogar schlimmer als die nur auf Schuldgefühl-basierte Sexualität sein, wie z.B.:

- Vergewaltigung.
- Sexueller Missbrauch von Kindern.
- Sodomie. {Sex mit Tieren}
- Ehepartner und Kinder prügeln.
- Folter.
- Sexuelle Nötigung.

Historisch gesehen, machte diese unterdrückerische/Schuldgefühl Einstellung zu Sex, es zu einem religiösen “böse Sünde” Thema, es verurteilt es schlichtweg statt dass man versteht woher es wahrlich kam, und man auf eine konstruktiven Art und Weise damit umgeht. Anstatt also Wege zu finden um unseren innerlichen Konflikt zu heilen,

füttert es Gesellschaften die eine Ehebrecherin “brandmarken” oder töten würden, während manche Prediger die in ihrer bösen Täuschung leben betrügen, vergewaltigen, heimlich mit Prostituierten oder mit jenen die sie sexuell belästigen oder bedrohen Sex haben würden. Und gewiss, würden sie jeden anderen verurteilen.

Je verklemmter jemand ist oder je mehr einer die Augen vor der Wahrheit verschließt, desto perverser ist (üblicherweise) der sexuelle Appetit. Ich spreche hier zwingendermaßen nicht von “abartig”, sondern von wahrlich krankem schädlichem Zeug.

Leute müssen die echte Wahrheit über Sex verstehen, und es angemessen für sowohl das Tier als auch für den Engel hindurchleiten, statt auf negativer Programmierung zu agieren.

Die Verschiedenen Methoden die Leute Verwendet Haben um mit dem innerlichen SEX-Kampf Klarzukommen.

Hier ist ein kurzer Überblick über die verschiedenen Arten wie Leute versucht haben mit unserer sexuellen/spirituellen **Dichotomie** umzugehen, und die Ergebnisse von jeder: {Anm. d. Übers.: Dichotomie bedeutet: Aufteilung in zwei Strukturen; halbgeteilt; entzwei}

1) Man lässt das **abgetrennte selbstsüchtige Selbst mit dem Tier laufen**. Dies führt zu einer spirituellen und moralischen Degeneration {Entartung}, zu einem Mangel an Mitgefühl und Fürsorge für andere, und kann andere “tierische Verhaltensweisen” und selbst-nachgiebige Verhaltensweisen füttern die schädlich, gefährlich, oder schlichtweg unangebracht für “Zivilisation” sind.

2) **Verleugnung**. Sich vorzutäuschen dass Triebe nicht existieren kann sich entweder in Unterdrückung {Repression} manifestieren (und seinen Manifestationen {Erscheinungsformen}), oder dem Gegenteil – häufiger Partnerwechsel (und seinen Manifestationen, einschließlich “Betrug”, Krankheit, “unbeabsichtigte” Schwangerschaft, oder schlimmeres).

3) **Unterdrückung**. Die Triebe werden empfunden, und sind stark, und irgendwo ist es dann soweit, dass der Druck zu viel wird und seinen Ausweg findet. Er kann seinen Ausweg entweder über normalen Sex finden, oder über Perversitäten und Gewalt (siehe oben).

4) **Enthaltsamkeit/Zölibat**. Falls dies wahrlich ohne Verdrängung praktiziert wird (was üblicherweise nicht der Fall ist), kann es funktionieren, und Bestandteil von einem spirituellen Pfad sein. Allerdings muss das Individuum die tierischen und selbstsüchtigen Triebe wahrlich überschreiten, muss sie ersetzen mit reiner selbstloser Liebe für alle. Bedauerlicherweise, manche die das praktizieren erzeugen vielleicht emotionale Barrieren und Gefühle der “Kälte” oder der Distanz vor anderen. Das ist das Resultat von einem “Das Baby mit dem Badewasser auszuschütten” Syndrom. Mit anderen Worten, zusammen mit dem Abschneiden der niedrigeren Emotionen/Begierden, werden auch die höheren Emotionen und die gesunde Leidenschaften abgeschnitten. Um dies zu verhindern, ist ständige Wachsamkeit erforderlich, und an der Entwicklung von Mitgefühl/selbstloser Liebe für andere muss beharrlich gearbeitet werden. [Anmerkung: Falls allerdings Unterdrückung {Repression} involviert ist, siehe oben.]

5) **Tantra-tantrischer Sex**. Es gibt vielfältige Formen davon was Tantra oder Tantra-Sex genannt wird, und sie sind alle unterschiedlich. Einige sind konstruktiv, und einige sind zerstörerisch. Mehr dazu später, und im zweiten Buch in dieser Serie (siehe unten).

6) **Die beste Soul-ution** {Seelen-Lösung}. “Ur-Kraft Tantra” tantrischer-Sex. Dies ist die Form des Tantra die wir als die höchste Form der spirituellen Sexualität erachten, und was traditionell seit vielen Jahrtausenden von unserem Orden praktiziert wurde. Wir werden später, und im zweiten Teil dieser Buchserie - “Ur-Kraft Tantra” {im Original als “Primal Power Tantra” bezeichnet}, weitere Informationen dazu geben warum es die vorteilhafteste Form des Tantra ist.

Der Suchtfaktor

All diese sexuellen Belange/Probleme sind nicht nur auf das selbstsüchtige abgetrennte Selbst zurückzuführen. Wir erwähnten vorhin dass die spirituellen Seiten der meisten "menschlichen Wesen" gewissermaßen auch "süchtig" sind, nach ihren tierischen Selbst's und nach ihren abgetrennten selbstsüchtigen Selbst's. Das bedeutet sie sind auch süchtig nach tierischem Sex. Das behält sie als Sklave von ihren tierischen Leidenschaften, ihren abgetrennten-selbst Leidenschaften, und verhindert die Entwicklung & das Wachstum der "höheren", mehr "entwickelten" oder verfeinerten Qualitäten (einschließlich unserer Spiritualität).

Deshalb haben sich manche Leute dem Zölibat und anderen Formen der Selbst-Disziplin zugewandt. Sie hoffen dass sie ihre Abhängigkeit vom Tier überwinden, und vom tierischen Sex, daher fokussieren sie all ihre Energien auf das Spirituelle. Aber "Ur-Kraft Tantra" tantrischer Sex mag für viele Leute sogar noch besser sein. Ich werde gleich dazu kommen. Zuerst, denn es ist für spirituelle Sexualität sehr sachdienlich, lass uns Suchtverhalten generell etwas mehr untersuchen.

Ganz gleich ob sie nach Zigaretten süchtig sind, nach Alkohol, nach Drogen, Sex, oder nach was auch immer, für Drogensüchtige ist es einfacher es mit "kaltem Entzug" {im Orig.: "cold turkey"} zu beenden (komplett zu stoppen), als einfach Mäßigung zu üben bei der Kontrolle ihrer Nachgiebigkeiten. Zum Beispiel, ist die Standardmethode um mit Alkohol umzugehen, niemals das Zeug anzufassen – nicht einmal einen Drink. Denn im Allgemeinen, sobald ein Alkoholiker diesen einen Drink hat, verlieren sie die Kontrolle und trinken weiter. Dies ist wahr, und es ist für normale Leute der geeignete Weg um mit diesen Problemen umzugehen. Doch während es eine ungeheure Menge an Selbst-Disziplin erfordert um das eben zu tun, zeigt es nach wie vor einen Mangel an Kontrolle, und *zu einem gewissen Grad* einen Mangel an Selbst-Disziplin an. Die Sucht hat nach wie vor eine gewisse Kontrolle.

Wer würdest du sagen hat seine Triebe überwunden und sein "unteres Selbst" mehr überschritten – eine Person die es geschafft hat ihre Sucht mit kaltem Entzug zu beenden, oder eine die es geschafft hat sich selbst zu kontrollieren und die ihren Genuss einschränkt zu was auch immer sie sich selbst als vernünftiges gesundes Limit gesetzt hat? Zum Beispiel, ein Spielsüchtiger der eine 5-Cent Münze in einen Spielautomaten einwerfen kann, und der ihn bei diesem (Gewinn oder Verlust) verlässt, würde seine Sucht mehr überwunden haben als einer der gänzlich aus Casinos draußen bleiben muss? Würde es nicht mehr Selbst-Disziplin erfordern um nur einen Kartoffelchip zu essen, und dann aufzuhören, als zunächst mal die Packung überhaupt nicht zu öffnen, oder zu vermeiden dass man eine Packung im Haus hat? Bei Sex ist es das gleiche.

Jeder der sich dafür entschieden hat sein "unteres Selbst" zu überschreiten, muss daran Arbeiten seinem spirituellen Selbst die *totale* Kontrolle zu geben – und jede Sucht ist dafür ein Hindernis. Folglich müssen sie letztendlich *totale* Selbst-Disziplin entwickeln. Wenn man dieses Konzept auf den Sex überträgt, welcher von den folgenden Leuten hat seine Sucht mehr überwunden? Einer der Sex hat, der jedoch die totale Kontrolle darüber hat, und vollkommen jegliche niederen Selbst-Triebe überwunden hat, oder einer der vollkommen auf Sex verzichten muss, und den tierischen Körper in dem sie leben den Sex den es braucht um gesund zu sein verleugnet? Welche Person hat sich tatsächlich mehr in Richtung ihrer spirituellen Natur bewegt?

Was sind die Ohrmarken von totaler Transzension und Kontrolle? {Anm. d. Übers.: Transzension bedeutet: Überschreitung; Überwindung; Übersteigung; wenn der Geist alles abgelegt hat} Es hängt davon ab ob du männlich oder weiblich bist. Für Männer, ist eine von den großen Ohrmarken die Orgasmuskontrolle. Nicht nur "längeres Durchhalten", sondern totale Transzension davon ist jedes Mal erforderlich wenn du Sex hast, und die Fähigkeit einen Orgasmus auf unbestimmte Zeit zu verzögern. Das bedeutet nicht niemals einen zu haben.

Sondern es bedeutet das Verändern des typisch männlichen Denkansatzes dass Orgasmus der "ganze Sinn und Zweck von Sex" ist. Können (oder würden) die meisten Männer Sex haben, und keinen Orgasmus dabei haben? Hier setzt die Idee des "Ur-Kraft Tantra" tantrischen Sex an – d. h., fähig zu sein die Frucht zu kosten, ohne dabei die Kontrolle zu verlieren und sie zu essen. Oder, wie eine Variante bei dem alten Sprichwort, "Du kannst deinen Kuchen nicht essen und ihn auch noch behalten", du *wirst* fähig sein "deinen Kuchen zu essen, und ihn dennoch behalten".

"Johnny, Männer und Frauen 'unterscheiden' sich voneinander."

Im Ernst? Wie wir bereits sagten, Männer und Frauen sind gegenteilige Polaritäten – wie die Plus und Minus Pole von Elektrizität und Batterien. Obwohl beide Geschlechter "sendende" und "empfängliche" Pole haben, und beide sowohl senden als auch empfangen, sind Frauen *vorwiegend* empfänglich und Männer sind *vorwiegend* sendend. Es ist wie bei den verschiedenen Enden einer Wasserpfeife. Das Wasser geht in ein Ende hinein (es wird von irgendwo empfangen), und das Wasser fließt aus dem anderen Ende hinaus (es wird nach irgendwohin gesendet). Dennoch ist es eine Pfeife. Und der Teil der das Wasser empfängt, muss es von irgendwoher bekommen - von der Stelle die es versendet. Ebenso wie der Teil der es irgendwohin versendet, eine empfängliche Stelle haben muss um es zu versenden – ansonsten hast du Stagnation oder Stau.

Wie ich es vorhin schon diskutierte, hat sich in Menschen, die Einheit zwischen unseren innerlichen Polaritäten, gespalten. Seelen-Verwandte sind voneinander abgetrennt. Wir sind nicht länger ein Schlauch in dem das eine Wasser gleichzeitig in eine Richtung fließt, wir sind aufgespalten in einen empfänglichen Teil des einen Schlauchs, und in einen "sendenden" Teil des einen Schlauchs. Und der ganze Schlauch ist abgetrennt vom gesamten Wasserleitungssystem (dem Universum/Geist).

Die Sonne und die Erde funktionieren auch wie der Schlauch, allerdings als einer. Und sie sind angeschlossen an die, und eins mit der, Kosmischen Wasserleitung. Die Sonne ist empfänglich für irgendetwas. Sie umkreist irgendetwas im Zentrum von dieser Galaxie. Anschließend in ihrem eigenen kleinen Königreich - dieses Sonnensystem, ist die Sonne ausfließend (sendend). Die Sonne strahlt ihre Energie aus, die Erde ist dazu empfänglich, und die beiden erschaffen neues Leben. Dies wiederum, kann gesehen werden in tierischem Leben, in dem menschlichen Tier und in den menschlichen spirituellen Naturen {Veranlagungen}. Doch bei Menschen, haben wir vorwiegend die verdrehten, außerhalb-der-Polarität Versionen - die der sexuellen Sucht entsprechen. Die Pole sind umgekehrt, und sie "jagen hinterher", sie versuchen das Wasser in die falschen Richtungen fließen zu lassen.

Männliche und Weibliche Sexuelle Antriebe Kommen Von "Unterschiedlichen Stellen"

Das was menschliche tierische sexuelle Neigungen antreibt, ist je nachdem ob es aus der männlichen oder aus der weiblichen Polarität kommt unterschiedlich. Es arbeitet tief im Hintergrund des Unterbewusstseins, ob du dir davon bewusst bist oder nicht, es spielt nach wie vor eine Rolle. Der weibliche, oder empfängliche Aspekt, möchte aufnehmen {trächtig werden}, um zu nisten, um Samen in seinen fruchtbaren Boden zu bringen, möchte neues Leben erzeugen, und es nähren. Deshalb hat er seine eindeutig weiblichen sexuellen Triebe. Der männliche {Aspekt}, möchte "senden" um Leben zu erzeugen. Er möchte seinen Samen überall Verbreiten, irgendwohin, und so viel wie möglich, und deshalb hat er seine eindeutig männlichen sexuellen Triebe. Jeder muss den anderen verstehen. Und wenn du das wirklich verstehst, entdeckst du auch die Schlüssel zu einem Sexualitätsmodell das für beide Seiten unserer Natur bestens funktioniert, für die tierische und für die spirituelle.

Erinnere dich allerdings daran, dass wir uns nicht bloß mit natürlichen Trieben aus unserer tierischen Seite, und unserer spirituellen Seite befassen. Auch die spirituelle/engelhafte Seite von uns ist süchtig geworden nach Lust/süchtig danach um Energie "zu bekommen" anstatt sie "zu geben" (zu geben ist ihre wahre Natur). Was für ein Schlamassel. Gibt es also irgendeine Hoffnung, irgendeine echte Antwort auf dieses Dilemma?

Was offensichtlich gebraucht wird, ist ein Weg um mit Sexualität umzugehen der das Tier glücklich und gesund hält, während man es überschreitet, und die spirituelle Seite füttert und stärkt.

Da wo Männer die Kontrolle über ihre tierische Natur weiterentwickeln muss Ur-Kraft Tantra tantrisches Sex Training anfangen. Wie wir alle aus Erfahrung wissen, denken die meisten Männer mit ihrem "kleinen Kopf" anstatt mit ihrem großen. Es kontrolliert ihr Leben. Die meisten Männer sind völlig beherrscht und besessen von Sex. Außerdem, für die meisten Männer, ist der entscheidende Punkt beim Sex, und oftmals der entscheidende Punkt bei einer Beziehung, einen Orgasmus zu haben. Frauen haben eine ganz andere Einstellung dazu (nicht dass sie Orgasmen nicht wollen, oder nicht genießen!). Eine Möglichkeit damit beide Geschlechter Einheit finden, Harmonie, damit sie spirituell weiterkommen, und ein Glücksgefühl für ihre tierischen und spirituellen Naturen finden, ist sexuelle Meditation, oder "Tantra".

Wie bereits erwähnt, gibt es viele unterschiedliche Arten von tantrischem Sex, aus vielen unterschiedlichen Kulturen und Religionen. Manche bringen spirituelle Nähe, Glückseligkeit, und unterstützen den Prozess um schließlich zu Gott zurückzukehren und zu unserem spirituellen Zustand, wohingegen andere eigentlich selbstsüchtig und destruktiv sind. Die verschiedenen Methoden werden im Booklet "Ur-Kraft Tantra" {Im Orig.: "Primal Power Tantra"} ausführlich diskutiert und untersucht, und es werden Instruktionen gegeben. Doch fürs Erste, lass uns einfach betrachten was meiner Ansicht nach die *Grundlagen* der positiven Formen des Tantra sind, und was unserer Ansicht nach die höchste spirituelle Form des Tantra ist, und warum.

Ur-Kraft-Tantra bezieht mit ein dass man dem Körper erlaubt Sex zu haben, während er mental und spirituell überschritten wird, indem man das Augenmerk/Bewusstsein auf die höheren emotionalen und spirituellen Bereiche legt. Selbst die physischen sexuellen Leidenschaften und Energien werden umgewandelt, und ziehen sich in die spirituellen Bereiche hoch, wo sie für etwas Gutes verwendet werden. Wenn erst mal die Beherrschung erreicht ist, sind die Individuen total transformiert, um neue emotionale und spirituelle Sensibilität zu entwickeln, neue Fähigkeiten, und um Einheit zu erreichen mit ihren Lebenspartnern und (sofern andere Aspekte eines wahren spirituellen Pfades vorhanden sind) Einheit mit dem Universalen Geist. Diese Form der spirituellen Sexualität, ist soooooo viel mehr ekstatischer und erfüllender als normaler Sex, und auf so vielen neuen Ebenen, dass die Rückkehr zu normalen Sex so wäre als ob jemand der Sehen kann, sich dafür entscheiden würde blind zu sein.

Und außerdem, übertragen sich die Vorteile aufs normale Leben – und auf Zeiten wo du keinen physischen Geschlechtsverkehr hast. Genau genommen, wird der physische Akt des Sex letztendlich irrelevant, und die Gefühle der selbstlosen Liebe, der spirituellen orgasmischen Extase, usw., können erfahren werden ob der Körper nun beteiligt ist oder nicht. Tatsächlich ist dies, der Punkt – um uns von unserer "Falle" zu befreien, und um zum spirituellen Bereich zurückzukehren. Nicht länger einen Körper benötigend, sind wir frei um zu fliegen, um im Universum mit nur einem Gedanken überallhin zu reisen, um etwas zu erschaffen was wir uns vorstellen, um für alle Ewigkeit zu lieben und geliebt zu werden, um wie ein Lichtwesen in Licht zu leben, um nie wieder die Schmerzen, das Leid, die Einsamkeit des Daseins in einem physischen Körper zu erfahren der von ALLEM abgetrennt ist, von dem Universum, von dem

Geist.

Nochmals, die gleichen Ergebnisse können auch mit Zölibat erzielt werden, wenn es mit anderen spirituellen Praktiken kombiniert wird wie etwa Meditation, Yoga und anderen Methoden zum Überschreiten der Illusion der Abgetrenntheit. Allerdings erfordert das Praktizieren von Ur-Kraft Tantra mehr Selbst-Disziplin, deshalb führt es im Allgemeinen zu schnellerem spirituellen Wachstum, zu größerer Transzension, und hat noch seine anderen Vorteile.

Nochmals, sei bitte bei deiner Wahl über Tantra/tantrischen Sex vorsichtig, denn es gibt viele unterschiedliche Dinge die alle so genannt werden. Wähle etwas Positives, und etwas das Tradition hat. Überdenke es sorgfältig, und lass dich von deiner Intuition, von deiner stillen inneren Stimme, leiten. Dann entscheide für dich selbst was Harmonie und Spiritualität in dein Leben hineinbringen wird. Es ist eine sehr wichtige Entscheidung.

Für weitere Einzelheiten über Tantra/tantrischen Sex, und über die jeweiligen Instruktionen beim Training unseres traditionellen Stils, ließ bitte das zweite Booklet dieser Serie (auch als E-Buch erhältlich), mit dem Titel "Primal Power Tantra" {"Ur-Kraft Tantra"} (ISBN# 0-9660015-7-5).

Außerdem, haben wir CDs mit Musik und geführter Visualisierung zum Sex produziert und um dabei zu helfen und um Tantra zu verbessern (siehe hinten im Buch).

Teil Zwei

Ur-Kraft Tantra

Ein Leitfaden & Instruktionen für tantra-tantrischen Sex

Ur-Kraft Tantra - Traditionelles Tantra-Tantrisches Sex Training

Dieses Buch behandelt die verschiedenen tantrischen Sex Methoden, von den Neuen bis zu den Antiken. Es diskutiert die positiven und negativen Seiten von jeder, und gibt detaillierte Instruktionen von dem was sich für uns als die beste Methode herausgestellt hat (und gibt dir die Gründe dafür, damit du für dich selbst entscheiden kannst).

An unsere Leser:

Dieses Buch hat zwei Kategorien von Lesern. Eine davon ist die Person die nur ein besserer Liebhaber werden möchte, die ihr Sexualleben, ihre sexuellen Fähigkeiten verbessern, und ihm vielleicht eine tiefere Dimension geben möchte. Die andere Kategorie beinhaltet jene die auf einem spirituellen Pfad sind, und Sex entweder als weiteres Hilfsmittel für spirituelle Entwicklung verwenden wollen, oder um den besten Weg zu finden um Sex in einem spirituell orientierten Lebensstil zu integrieren.

Da ich für beide Arten von potenziellen Lesern zu schreiben habe, lass mich im Voraus bei jeder Gruppe hierfür entschuldigen, für die Teile meines Schreibens, die nicht spezifisch für deine besonderen Ziele sind. Doch, du **wirst** finden wonach du hier suchst – unabhängig davon ob es das Nonplusultra an spiritueller Sexualität ist, oder nur eine Methode für den besten Sex den du je hattest.

Eine Rose unter Einem anderen Namen

Es gibt viele Namen die für spirituelle/heilige Sexualtechniken verwendet werden. Die gebräuchlichsten sind Tantra, tantrischer Sex, tantrisches Yoga und Tantra-Yoga. Egal wie du es nennst, wir werden es in diesem Buch behandeln.

Vorbedingung um dieses Buch zu lesen

Dieses Booklet ist eigentlich #2 in einer Serie bezüglich spiritueller Sexualität. Am Besten wäre es wenn du bereits *“Sex und der Spirituelle Kerl (oder Frau)” – ein Leitfaden für spirituelle Sexualität*, vor dem Lesen dieses Booklets gelesen hättest. Es behandelt die grundlegende Biologie, Psychologie und Spiritualität hinter Sex, und die verschiedenen Einstellungen {Gesinnungen} und Möglichkeiten die die Leute haben um ihm näher zu kommen. Nur für den Fall dass du es noch nicht gelesen hast, werde ich ein paar Dinge davon wiederholen die dir vielleicht helfen damit du dieses da besser verstehst.

Zeig mir die Energie

Bei Tantrischem Sex geht es um das Arbeiten mit und das Verwenden der hohen Vibrationslebensenergien und feinen Emotionen die zwischen Männern & Frauen während des sexuellen Akts auftreten können.

Was meinen wir mit “hohen Vibrationsenergien”? Ist dies irgendeine Art von whodoo-vooodoo New-Age Blödsinn? Es ist so ziemlich das Gegenteil.

Wenn wir über Tantra-Yoga reden oder darüber dass tantrischer Sex “auf Energie basiert” oder “Lebensenergien” verwendet, was meinen wir damit? Das ist nicht irgendein “New-Age Hype” – die Energietechniken des Tantra, obwohl Antik, sind in der Wissenschaft fundiert.

Menschliche Körper/Gehirne basieren auf elektrischen Energien. Zum Beispiel, wird ein Arzt, basierend auf der Elektrizität/Energie der Gehirnwellen die du hast, bestimmen ob du lebst oder tot bist. Und wie funktioniert ein Herz? Elektrische Signale erzählen dem Muskel sich in gewisser Weise zusammenzuziehen und zu lösen. Wenn du es wissenschaftlich betrachtest, ist fast alles bei unseren Körpern, Energie basiert.

Akupunktur ist eine antike Form der Medizin (jetzt größtenteils von der modernen Wissenschaft akzeptiert), die im Umgang mit “den Energieflüssen” des Körpers arbeitet. Akupunktur “Punkte” können unter Verwendung eines elektrischen Messgeräts das Mikro-Ströme lesen kann tatsächlich gemessen und lokalisiert werden {Anm. d. Übers.: z.B. mit einem Elektro-Akupunkturgerät}. Hast du schon mal eine Akupunkturtafel gesehen? Teil des Verfahrens ist, dass der Körper Energie-“Strombahnen” hat ([Meridiane](#) genannt). Einige dieser Strombahnen sind in den Praktiken des tantrischen Sex involviert. Der HAUPT Energiemeridian (ähnlich einer Linie mit vielen Akupunkturpunkten darauf), wird der lenkende Meridian genannt. {Im Orig.: governing meridian - wird auch [Lenkergefäß](#) (das Meer der Yang-Meridiane) genannt. [In der TCM gibt es die 12 Hauptmeridiane und die Konzeptions- und Lenkermeridiane]} Dieser Meridian verläuft entlang der Mittellinie des Körpers, sowohl auf der Vorderseite als auch auf Rückseite des Rumpfes. Er umfasst die Leistengegend, und ist eines der Energiesysteme das bei Yoga eingesetzt wird und wenn du tantrischen Sex praktizierst.

Seit Jahrzehnten, haben Universitäten wissenschaftliche Energieaspekte vom Körper/Verstand/Geist studiert. Hast du schon mal was von “[Auras](#)” gehört? Wusstest du dass sie wissenschaftlich fotografiert werden konnten? Elektro-Fotografie {[Kirlianfotographie](#)}, zuerst von den Russen während des Kalten Krieges entwickelt, wurde verwendet um Akupunkturpunkte zu fotografieren und anderes.

Andere Wissenschaftler auf der ganzen Welt, die die Russischen Versuche wiederholten, sind sogar noch weiter gegangen. Sie haben solche Dinge fotografiert wie die Energie die aus den Händen eines “Heilers” dampfte. Sie haben Bilder von der vollständigen Kontur eines ganzen Blattes – doch das Bild war von einem unvollständigen Blatt – eines das kurz zuvor in zwei Hälften zerrissen wurde (doch die “Aura” des ganzen Blattes verblieb immer noch).

Dr. Moss {[Thelma Moss](#)}, an der UCLA {University of California Los Angeles}, stellte einige Forschungen an die für tantrischen Sex besonders relevant waren. Es wurde eine Elektro-Fotografie Studie über die Auren von Leuten in festen Beziehungen durchgeführt. Paare saßen einander gegenüber, und jeder legte eine Hand auf den Tisch, nahe zu, aber so dass sie sich nicht berührten, zu der Hand der anderen Person.

Die Elektro-Fotografie Ausrüstung die eingeschaltet wurde, enthüllte die glühende korona-ähnliche “Aura”-Energie um ihre Hände herum. Die Auren der Paare die sich einander nicht mochten, “bogen” sich tatsächlich voneinander “weg” – nach der ganzen Welt Ausschau haltend als ob die Auren selbst versuchen würden JEDEN Kontakt mit der anderen Person zu vermeiden. Doch die Auren der Paare die romantisch verstrickt waren, “streckten sich” zur anderen Person hin “aus”. Außerdem, als sie gebeten wurden sich zu küssen, würde ein oranger Lichtball noch größer werden, etwa bis zu

“Erbsengröße”, und dann “zerplatzen” – anschließend würde der Zyklus erneut starten. Stell dir mal vor was beim Sex passiert! Jetzt stell dir mal vor was beim Sex passieren KANN, wenn du deinen Verstand auf das Intensivieren und das Lenken jener Energien fokussierst.

Also neben der wissenschaftlichen Tatsache dass unsere Körper elektrisch/energiebasiert sind, hat es sich auch gezeigt dass diese Energien durch unsere Gedanken und Emotionen beeinflusst werden können.

Andere energetische Aspekte des tantrischen Sex, beziehen etwas das “[Kundalini](#)” genannt wird und “[Chakren](#)” mit ein. Beides sind spirituelle/mentale Energieaspekte, doch wir haben keine Zeit oder keinen Platz um auf all das hier einzugehen. Es ist eine eigenständige Studie.

Im Grunde genommen, wenn du dich mit einem Sexualpartner “verbindest”, vervollständigst du auch einen elektrischen Kreislauf oder “Energiekreislauf” (ist dir schon mal aufgefallen dass unsere Geschlechtsorgane so gebaut sind wie “Stecker” und “Buchsen”?) Und diese “Verbindung” kann durch deinen Verstand {Geist} und deine Emotionen dramatisch beeinflusst sein.

Ein anderer Aspekt von tantrischem Yoga/Tantra-Yoga, ist die Tatsache dass wir, wie die Erde, “elektro-magnetisch” basiert sind.

Durch das Anwenden der Techniken des tantrischen Sex, derselben unsichtbaren Kraft die veranlasst dass eine Kompassnadel nach Norden zeigt, kann Sex - unsere Körper, unsere Gedanken, unsere Gefühle und unsere Geister “aufladen”.

[Alpha-Gehirnwellen](#), jene die mit Entspannung und Meditation in Zusammenhang stehen, sind im gleichen Frequenzbereich wie die “[Resonanzfrequenz](#)” der Erde. Wenn wir Sex wie eine Meditation angehen, wie es bei Tantra gemacht wird, gehen unsere Gehirnwellen in diesen Bereich hinein, und in andere. Dadurch, zusätzlich zur Energie die beim tantrischen Sex zwischen unseren Körpern fließt, beginnen wir auch die Energie der Erde “anzuzapfen”, und indirekt, woran die Erde “angezapft” ist (die Sonne), und woran die Sonne angezapft ist (die Milchstraßen Galaxie), und woran die Galaxie angezapft ist, usw. – das ganze Universum selbst. Und die Eine Energie/Geist die es alles umfasst. Wow!!! Sprich darüber wenn du nach dem Sex eine rauchst – du wirst einen ganzen Tabakladen brauchen!

Männer haben es “härter”

Sowohl Männer als auch Frauen haben beim tantrischen Sexualtraining, und bei den Praktiken eine Rolle zu spielen. Aber in den frühen Phasen, während die Frauen Visualisierung und Energielenkungstechniken verwenden, liegt es vor allem an den Männern die das meiste Training machen (zumindest im Sinne des Selbst-Disziplin-Trainings). Das kommt daher weil es der Mann am schwersten hat seine Aufmerksamkeit/sein Bewusstsein aus den “kehligen” oder niedriger vibrierenden Ebenen des körperlichen Sex herauszubekommen, und in die emotionalen und spirituellen Ebenen hineinzubekommen. Bedauerlicherweise, da es vor allem eine männliche Übungs-“Sache” gewesen ist, und so viele Kulturen männerdominiert waren, ist es in einigen Kulturen ebenfalls sehr männlich orientiert geworden. Dies ist NICHT der Fall bei der “Ur-Kraft Tantra”-Form des tantrischen Sex der von unserem Orden gelehrt wird.

Die Historie und Variationen des tantrischen Sex

Es gibt viele unterschiedliche Arten von tantrischem Sex, aus vielen unterschiedlichen Kulturen und Religionen. Manche bringen spirituelle Nähe, Glückseligkeit, unterstützen den Prozess der spirituellen Entwicklung/Erleuchtung, und die Rückkehr zu einem spirituellen Daseinszustand. Dennoch, sind manche Formen des tantrischen Sex selbstsüchtig basiert, und eigentlich zerstörerisch (weil ein Partner seine mentalen Kräfte verwendet um spirituelle Energien und Lebensenergien aus dem anderen abfließen zu

lassen, anstatt die Energien mit seinem Partner zu teilen).

Die Primärarten des Tantra

Tantrischer Sex kann in drei Primärarten unterteilt werden.

Eine ist eine "Geben und Nehmen Methode", bei der das Paar seine spirituellen Energien und seine Lebensenergien beim Sex teilt, und die Energien der Erde, des Universums/Geistes anzapft. Auf diese Weise, bauen sich die Energien auf und nützen beiden Partnern. Das ist die Grundlage von unserem Ur-Kraft Tantra tantrischen-Sex.

Eine andere Methode, könnten wir als eine "Nehmen" Methode bezeichnen. Das Anwenden dieser Form des tantrischen Sex bezieht mit ein dass ein Partner Visualisierung anwendet um Nutzen vom anderen zu ziehen, um zu "saugen", und um dessen Energien "abfließen zu lassen", und um es alles für sich selbst "in Beschlag zu nehmen". Das mag schwer zu glauben sein, doch es ist auf echter Wissenschaft gegründet.

Und schließlich, gibt es noch "New Age"-Versionen hinter denen keine Tradition steht, und die oft nur Erfindungen sind, oder Modifikationen von jemandem der darüber Bücher gelesen hat, oder der es auf einem Seminar von jemandem gelernt hat der auch nicht wirklich etwas darüber wusste oder dem irgendein traditionelles Training fehlt. Ich weiß von einem solchen "Tantra-Lehrer" der schon seit über einem Jahrzehnt kein unbeschriebenes Blatt ist, und der sehr beliebt ist – er hat sogar Trainingsseminare für Lehrer. Er macht eine Menge Kohle damit während er es als Vorwand verwendet um seine Frau zu betrügen. Er praktiziert auch schwarze Magie. In der Tat, er verwendet sie, und die Drohung damit, um Frauen die er will zu zwingen und zu kontrollieren. Ob du nun an schwarze Magie glaubst, oder denkst dass es alles nur reine Phantasie des Opfers ist, unterm Strich ist es für das Opfer das gleiche.

Diese letzte New-Age Art des Tantra kann einfach alles beinhalten. Manche Lehrer sind ehrlich, und wollen Leuten helfen um ihr Sexualleben zu verbessern, oder helfen jenen die sexuelle Blockaden haben, diese zu überwinden. Es kann Gültigkeit haben für sexuelles/emotionales Sensibilitätstraining, für sexuelles Offenheitstraining usw. Aber manchmal kann es auch nur eine Heuchelei sein.

Neben anderen Beeinträchtigungen, kann so eine "Heuchel"-Lehre Leuten einen "Vorwand" geben um normalen Niedrig-Bewusstseins-Sex zu haben, während sie sich selbst vortäuschen (oder einem Sexualpartner), zu denken/zu fühlen dass es "spirituell" ist. Es kann auch eine große "Anmache" sein um zu beeindrucken oder um Sex von Leuten zu bekommen die spirituell orientiert sind, oder die sich als spirituell ansehen.

Es verblüfft mich dass jemand "Tantra-Unterricht" von irgendeinem nehmen würde der kein *echtes* Hintergrundwissen darin hat, und der auch gar nicht wirklich versteht was aufrichtiges Tantra ist (da sie es noch nie praktiziert haben), oder wie sie es machen sollen. Leute die ein Mechaniker sein wollen würden es nicht von irgendeinem lernen wollen dessen einzige Erfahrung vom Lesen eines Buches kommt oder von der Teilnahme an einem Seminar von jemand anderem der auch keine echte Ausbildung oder Erfahrung darin hat. Doch würden sie fürs Leben und für die Existenz etwas genauso wichtig nehmen wie spirituelle Sexualität, und sich Instruktionen von einem "windigen" Schwindler holen?

Vielleicht würden Kampfkünste einen besseren Vergleich abgeben. Immerhin, sind Tantra und wahre Kampfkunst verwandte Disziplinen. Wäre es nicht töricht Kampfkunstunterricht von jemandem zu nehmen der nicht wirklich in irgendeiner bewährten Art oder einer echten, traditionellen Kampfkunst ausbildet? Selbst Bruce Lee trainierte sein ganzes Leben in einer traditionellen Form, um dann später im Leben, modifiziert und darüberhinaus verbessert, seinen eigenen Stil *basierend* auf dem alten Stil zu erschaffen, allerdings mit eingebundenen Aspekten aus bewährten Methoden,

wie etwa Boxen. Doch er hat es nicht bloß “gechannelt” oder es aufbereitet, oder bloß etwas modifiziert worüber er gelesen hat.

Leute sind bei Yoga oftmals noch anspruchsvoller, und suchen nach einem ausgebildeten stilgerechten Lehrer. Und doch werden sie “Tantra”-Unterricht von jemand nehmen der eine Werbeanzeige rausbringt die besagt dass sie es unterrichten – ohne Qualifikationen, außer dass sie auf einem Seminar gewesen sind das von irgendjemand anderem abgehalten wurde der daraus sein eigenes Ding machte (um Geld zu machen oder um Sex zu bekommen).

Es gibt einen Grund Traditionen sind Traditionen. Und ja, manchmal müssen sie wachsen und sich weiterentwickeln – aber jedes echte Wachstum und jede echte Entwicklung kommt von jemandem der zuerst die Tradition *gemeistert* hat, und es dann verbessert hat – in dem Fall, wird es dennoch seine “Wurzeln” in der Tradition haben. Und wie auch bei “echter” traditioneller Kampfkunst, wird nicht einfach irgendjemand darin trainiert der einen Dollar zum Bezahlen hat. Es ist Bestandteil einer gesamten Lebensweise. Wen würdest du in einem Kampf an deiner Seite haben wollen, jemand der besser ist als Bruce Lee, oder einen Kerl der einige Kampfkunst-Techniken bei einem Seminar von einer ehemaligen Empfangsdame “aufsammelte” die es mittels eines Seminars erhielt? Sofern du einmal angegriffen würdest und dich selbst verteidigen müsstest, oder eine unschuldige Person, was würdest du “unter deinem Gürtel” haben wollen – das einfache Spaß-“Training” von einem Wochenendseminar, oder einige wöchentliche Sitzungen, oder Jahre an Disziplin & Training von einem Lehrer der das gleiche Training, aus einer Abstammungslinie von Lehrern gemacht hat die jahrtausendlang Angriffe überlebt haben?

Echtes, traditionelles Tantra-Training, unabhängig davon ob es die erste oder die zweite Art ist, nimmt genauso viel Zeit und Disziplin in Anspruch um es zu lernen wie traditionelle Kampfkunst oder Yoga Training (nur dass es mehr Spaß macht!).

Die “Nehmen” Methode

Einige Methoden, insbesondere einige mit Ursprüngen die aus dem Orient kommen, sind sehr sexistisch - in Richtung des männlichen Vorteils geneigt. Diese Methode lehrt typischerweise Männern das zu praktizieren was im Wesentlichen Energie-“Vampirismus” ist. Sie lernen Techniken um im Wesentlichen die vitalen Energien (siehe unseren Webseitenlink [“tantrisches Yoga/Tantra-Yoga”](#) für weitere Details) aus ihren weiblichen Sexualpartner zu “saugen”, nehmen alles für sich selbst und verlassen ihren Partner ausgelaugt. Dies hat für das weibliche Wesen auf verschiedene Weise negative Einflüsse zur Folge – es hat äußerst schädliche emotionale, physische und spirituelle Auswirkungen. Es kann dazu führen dass Frauen ein schwächeres Immunsystem haben, jünger altern, und jünger sterben, während die Männer jugendlicher bleiben und ein längeres Leben haben. Der folgende Absatz ist eine wahre Geschichte die dies veranschaulicht.

Einem Chinesischen Kung-Fu Meister, der sehr alt war (wenn ich mich recht erinnere 140?), ging letztendlich “die Luft aus” und er begann allmählich zu sterben. Deshalb fing dieser alte Mann an täglich in Bordelle zu gehen, und hielt sich “aufgeladen” und lebendig indem er aus den Prostituierten die Lebensenergien saugte. Er tat dies täglich. Nachdem die “Bordellmütter” oder die “Zuhälter” zu bemerken begannen, dass ihre “Mädchen” so schwach und müde wurden dass sie nicht mehr in der Lage waren ihre Arbeiten zu verrichten, wurde der Mann aus all den Bordellen in der Gegend verbannt, und starb daraufhin.

Während aber ein so “ein-seitiges” Tantra-Training üblicherweise “männer-seitig” ist, ist es keineswegs exklusiv für Männer. Ich traf einmal eine berühmte Schauspielerin aus der Frühzeit des Kinos, die für ihre unverfrorene Sexualität bekannt war, sowohl auf der Leinwand als auch privat. Niemals dafür bekannt um (gelinde gesagt) sexuell schüchtern zu sein, sagte sie mir dass sie jugendlicher und lebendiger blieb, indem sie

mittels "Sex-Magie" die Energie von den Männern abfließen ließ mit denen sie Sex hatte. Sie hatte über ihrem Bett auch eine Pyramide, um ähnliche Vorteile aus der konzentrierten Universalen Lebensenergie zu erlangen die sie bereitstellte (frag mich nicht wie ich das weiß).

Der spirituelle Orden dem ich angehöre, und viele andere am Mitgefühl orientierte spirituelle Pfade, betrachten jene Arten der tantrischen Praktiken als höchst missbräuchlich, destruktiv, und sie sollten nie gemacht werden. Wir glauben dass jene die solche Methoden praktizieren ernsthafte karmische Rückwirkungen davon erleiden werden.

Die "Geben & Empfangen" Methode – Ur-Kraft Tantra

Unser spiritueller Orden hat schon immer einen an "Geben" und "Teilen" orientierten tantrischen Sex praktiziert, das ist hilfreich für spirituelles Wachstum, und für körperliche Gesundheit. Es kann aus Gründen die deutlich werden als "Ur-Kraft Tantra" bezeichnet werden.

Ur-Kraft Tantra ist eine Form von Tantra die sowohl unserer engelhaften spirituellen Natur nützt, als auch unserer tierischen Natur. Es erlaubt jeder unserer Naturen nicht nur rein und funktional zu sein sondern unabhängig voneinander auch in Harmonie zu sein als Eins. Gleichzeitig hilft es unserer spirituellen Seite ihr selbstsüchtiges Suchtverhalten nach niedrigerem vibrationalen Sex zu überschreiten, und zu unseren spirituellen Ursprüngen zurückzukehren.

Unserer Meinung nach, ist Ur-Kraft Tantra die beste und "höchste Vibrations"-Form von spiritueller Sexualität. Es ist die älteste, bewährteste, und wirksamste Praktik von spiritueller Sexualität/sexueller Meditation die existiert.

Eine Warnung: Da während der Ausbildungsstufen des tantrischen Sex, Männer noch keine totale orgasmische Kontrolle entwickelt haben, ist es möglich dass eine Schwangerschaft eintreten kann. Genau genommen, zieht das traditionelle Training im Anfangsstadium das in Betracht, und erlaubt es hierfür. Wenn deine Glaubensvorstellungen die Verwendung der Geburtenkontrolle einbeziehen, möchtest du sie vielleicht noch verwenden bis dass tantrischer Sex gemeistert ist. Spätere Stadien der Ur-Kraft Tantra Entwicklung, bringen die Fähigkeit um auszuwählen wann und ob es Empfängnis geben wird, auch ohne Geburtenkontrolle. Es ermöglicht auch "spirituell bewusste Empfängnis" zu haben. Wenn du es auswählst Kinder zu haben, glauben wir dass Ur-Kraft Tantra Training, ordnungsgemäß ausgeübt zusammen mit anderer spiritueller Ausbildung, dazu führen wird höher bewusste, spirituell orientierte Kinder zu haben.

Jedenfalls, empfehlen wir dringend dass das Training nur praktiziert wird von Individuen in einer total hingebungsvollen, festen Beziehung, welche die gleichen spirituellen Ideale haben. Daher, sofern sie Kinder haben, werden sie alle die Gelegenheit für ein gutes und dauerhaftes spirituelles Familienleben haben.

Ur-Kraft Tantra vs. Zölibat

Zölibat, das Praktizieren des Verzichts auf Sex, hat spirituelle Vorteile. Doch es kann auch physische Probleme verursachen, und bestimmte ungesunde emotionale und mentale Probleme verstärken, wenn sie bereits bestehen.

Zuerst, die physischen Nachteile. Es genügt zu sagen, dass es für ein Tier unnatürlich ist keinen Sex zu haben, zumindest während der Fortpflanzungszyklen und der reproduktiven Jahre seines Lebens. Und der menschliche Körper *ist* ein Tier (mit Ausnahme von ein paar Leuten die ich kenne welche Gemüse und Mineralien sind). Obwohl viele der Feinheiten von den "Funktionsweisen" des menschlichen Körpers für die moderne Wissenschaft unbekannt bleiben, ist es nicht schwer zu realisieren dass es wenn man ihm um eine seiner grundlegenden natürlichen Funktionen beraubt,

Nebenwirkungen haben wird.

Dem Körper nicht zu erlauben seine natürlichen sexuellen Funktionen auszuüben kann, vor allem bei Männern, negative Auswirkungen auf die Gesundheit des Körpers haben, einschließlich der Erzeugung von Prostataproblemen. Auch deine mentale Einstellung gegenüber Sex, und ob du es als etwas Spirituelles ansiehst oder nicht, kann die physische Gesundheit beeinflussen, und insbesondere, die Gesundheit der Prostata bei Männern.

Vor allem aber, kann deine Einstellung {Gesinnung}, deine mentalen und emotionalen Zustände widerspiegeln, und beeinflussen. Und jene können mehr machen als dich nur physisch beeinflussen. Sie können sich auch auf deine gesamte Art der Interaktion mit anderen auswirken, und auf das Leben selbst. Mehr darüber in einer Minute, aber zuerst, lass uns die physische {körperliche} Beeinflussung behandeln.

Der männliche Körper hat, selbst wenn es nicht gewährt wird so viele Orgasmen zu haben wie er will oder braucht, einen ein-gebauten Sicherheitsmechanismus – “feuchte Träume”. Wenn es allerdings deine Einstellung ist die dich vor normaler sexueller Aktivität abhält (und nicht nur physisches Zölibat), mag das nicht genug sein um dich Gesund zu halten. Ich litt unter Prostataproblemen und -Infektionen während meiner Zeit als junger Mönch. Ich hatte entschieden zölibatär zu sein, auch wenn ich eine Beziehung hatte. Das war nicht die normale Praktik zu der Zeit, aber ich, mit meiner jugendlichen Naïvität und meinem Ego, glaubte dass Sex, auch Ur-Kraft Tantra tantrischer Sex, nicht sowas war woran eine spirituelle Person teilhaben sollte (und außerdem hatte ich Leistungsangst). Ich hatte feuchte Träume, doch meine mentale Einstellung war in Bezug auf Sex immer noch negativ. Ich verstand zu der Zeit nicht dass alles im Universum, auf irgendeiner Form von Polar entgegengesetzter Interaktion basierend war (d.h., “Sex”). Ich bin mir sicher dass es meine mentale Einstellung war die meine Prostataprobleme verursachte. Niemand sonst hatte Prostataprobleme, auch wenn sie die erste Stufe Ur-Kraft Tantra praktizierten und nur einmal im Monat einen Orgasmus haben mussten, hatten sie dennoch täglich Geschlechtsverkehr. Aber niemand sonst hatte ein “Problem” damit dass tantrischer Sex auch “un-spirituell” sei. [Übrigens, bevor du mit so einer Übung beginnst, solltest du vielleicht deinen Arzt fragen. Sie sind normalerweise dagegen. Meiner sagte mir es könnte Prostataprobleme verursachen – und das ging natürlich auch in meine mentale Aufbereitung.]

Die Effekte die mentale Einstellung oder Zölibat auf Frauen haben können sind nicht so leicht “festzunageln” wie sie es bei Männern sind. Aber generell, haben wir gewisse gemeinsame Schwachstellen bei Zähnen, Zahnfleisch, und physischer Stärke/allgemeinem Wohlbefinden gesehen. Das ist natürlich eine Allgemeingültigkeit. Doch betrachte die Konzepte von der elektrischen und der Kundalini/Chakra Funktion des Körpers. Die unteren Chakren, manchmal auch als “Wurzel”- und “Geschlechts”-Chakren bezeichnet, sind (sozusagen) die Stromversorgungen für den Rest des Wesens. Hier ist eine Analogie – du könntest das anspruchsvollste Stereo-System, oder Heimkino-System der Welt haben, aber wenn du es nicht in die rohe Kraft eingesteckt hast die aus deiner Wandsteckdose kommt, wird es dir nicht viel nützen. Es MUSS die rohe, Ur-Kraft haben, um es in die feineren Arten von Kraft {Stromarten} umzuwandeln die deine Musik oder Filme abspielen wird.

Abgesehen vom Physischen, können Leute die *aufgrund von Ablehnung oder Vermeidung von Sex* Zölibat praktizieren, dazu tendieren emotional und spirituell kalt und distanziert zu sein. Manchmal ist es auch von Bitterkeit, von Wut oder unterdrückter Wut begleitet. All das wird natürlich, auch einige physische {körperliche} Beeinflussungen haben.

Sofern ordnungsgemäß praktiziert, hat Ur-Kraft Tantra all die *nützlichen* Aspekte des Zölibats, ohne irgendeinen von den Nachteilen des Zölibats zu haben oder zölibatär *sein* zu müssen. Zum Beispiel, du kannst nach wie vor Sex haben, jedoch sind der Verstand, der Körper, und die Emotionen auf die “höheren” Bereiche fokussiert wie

etwa Liebe, Fürsorge und die spirituellen/Universalen Lebensenergien. Genau genommen, bringt Ur-Kraft Tantra diese Dinge besser zu Wege als Zölibat, und hat viele andere Vorteile (einschließlich dem menschlichen Körper in dem wir leben gleichzeitig zu ermöglichen, natürlich und gesund zu funktionieren).

Die zusätzlichen spirituellen Vorteile von Ur-Kraft Tantra, gegenüber dem Zölibat, sind zahlreich. Zuerst, ist extrem kraftvolle Selbst-Disziplin erforderlich, und wird daher entwickelt. Dann gibt es die Überschreitung von körperlicher Lust und Sex-Sucht.

Lass mich das Alkoholbeispiel verwenden das ich in *Sex & der Spirituelle Kerl (oder Frau)* verwendet habe. Es ist nicht das tollste Beispiel auf der Welt, aber du solltest das Wesentliche verstehen wenn du willst. Die meisten Alkoholiker vermeiden Alkohol zur Gänze, und fassen niemals auch nur einen Drink an (und so sollte es für die meisten Alkoholiker sein). Abgesehen von den gesundheitlichen/spirituellen Problemen in Bezug auf Alkohol, würde es nicht eine größere Beherrschung über das Selbst sein, eine größere Selbst-Disziplin, in der Lage zu sein sich einen einzelnen Drink zu genehmigen, und dann aufzuhören? Würde es nicht noch mehr Willensstärke, Selbst-disziplin und Überschreitung von selbst-kontrollierenden Leidenschaften erfordern, um fähig zu sein einen Drink in den Mund zu nehmen, ihn abzuschmecken, aber ihn nicht hinunterzuschlucken? Wer würde die größere Transzension über seine niedere Natur erreichen, der Alkoholiker der das Zeug niemals berühren muss, oder derjenige der es abschmecken kann, aber es nicht trinkt? Wendet man dies auf Sex an - welche der folgenden Disziplinen ist *schwieriger* - gänzlich vom Sex fernzubleiben, oder ihn auszuüben ohne einen physischen Orgasmus zu haben (insbesondere für einen Mann)? Welche von den Zweien erfordert wirklich die *meiste Selbst-Disziplin* (insbesondere für einen Mann)? Und folglich, welche Methode bietet die größte Transzension {Überschreitung} und Freiheit von den niederen Begehren & dem tierischen Körper, und folglich, den größten spirituellen Gewinn?

Die Grundlagen von Ur-Kraft Tantra

Ur-Kraft Tantra geht damit einher dem Körper zu erlauben Sex zu haben, während man ihn mental und spirituell überschreitet/sich davon löst, und die Aufmerksamkeit/das Bewusstsein auf die mentalen/emotionalen/spirituellen Bereiche lenkt. Es umgeht auch die spirituell abträglichen Aspekte der normalen (selbstsüchtigen) sexuellen Aktivität, und vermeidet negative tantrische Sexpraktiken.

Tantra, wie guter Wein, wird es mit zunehmendem Alter immer besser

Das traditionelle Training um Ur-Kraft Tantra zu Meistern, unter Einbeziehung von unserem weiterentwickelten "Magischen Sex"-Tantra, geht in drei Stufen und dauert drei Jahre - eine Stufe pro Jahr. Wir werden aber nur Instruktionen zum Meistern von Ur-Kraft Tantra geben, deshalb kannst du es auf zwei Jahre verkürzen – für traditionelles Training. Natürlich, bist du kein Mönch der sein traditionelles Training in einem Kloster macht, deshalb kann dies individuell für dich modifiziert werden.

Spirituelle, mentale und physische Transformation kommt im Verlauf des gesamten Trainings vor. Wenn aber der Punkt erreicht ist um die Meisterschaft zu erzielen, findet eine große Transformation {Umwandlung} statt, die das Individuum in vielerlei Hinsicht beeinflusst. Sie entwickeln neue emotionale und spirituelle/psychische Sensibilitäten, neue Fähigkeiten, und erzielen eine neue Intimität und "Einheit" mit ihrem Lebensgefährten. Wenn du auf einem wahren spirituellem Pfad oder sowas bist, wird es dir auch beim Erreichen deiner spirituellen Ziele behilflich sein.

Diese Form der spirituellen Sexualität, ist auf so vielen neuen Ebenen soooooo viel mehr ekstatischer und erfüllender, dass nachdem man es erlebt hat, die Auswahl normalen Sex zu haben sein würde als ob jemand der sehen, hören, und sprechen kann, sich entscheiden würde blind, taub und stumm zu sein. Und außerdem, wird der physische Sexakt schlussendlich irrelevant, und die Gefühle von selbstloser Liebe,

spiritueller orgasmischer Extase, usw., können erfahren werden egal ob der Körper involviert ist oder nicht. Es kann sich sogar spontan derweil mit dem Lebensgefährten ereignen, oder getrennt – sogar in Träumen. Zeit und Raum können euch nicht mehr trennen. Nochmals, dies kann auch mit Zölibat erreicht werden in Kombination mit anderen spirituellen Praktiken wie etwa Meditation, Yoga, zusammen mit Methoden zum Überschreiten der Illusion der Abgetrenntheit. Allerdings erfordert das Praktizieren von Ur-Kraft Tantra mehr Selbst-Disziplin, daher ist es im Allgemeinen schneller, und eher eine “sichere Sache”.

Dich zu Deinem Training Verpflichten

Ur-Kraft Tantra Training erfordert Entschlossenheit, Verpflichtung, Überzeugung, und Konzentration. Falls du da den Zeitaufwand reinsteckst, wirst du belohnt werden. Doch mach die Verpflichtung oder fang erst gar nicht an – du würdest nur deine Zeit verschwenden wenn du nicht bei der Stange bleibst.

Hier ist ein mittelmäßiges Beispiel basierend auf dem vorherigen Alkoholikerbeispiel: Ur-Kraft Tantra Training zu praktizieren ist etwa so als ob ein Alkoholiker sich dazu entscheidet jeden Tag zu trinken, es aber niemals runterschluckt. Wenn sie es schaffen durch die harten Anfangszeiten durchzukommen, werden sie unglaubliche Willenskraft entwickeln. Und nachdem sie diese Selbst-Disziplin vollkommen gemeistert haben, und nicht länger durch ihre Selbst-Triebe kontrolliert werden um sich einen Drink zu genehmigen, können sie ihn sogar hin und wieder runterschlucken (natürlich, sprechen wir bei Tantra über etwas Gutes für dich, nicht sowas Abträgliches wie Alkohol). Ich weiß das ist ein bisschen verwirrend, daher solltest du es vielleicht nochmals lesen, und anschließend weiterlesen.

Jetzt leg das obige Beispiel in den sexuellen Bereich, und du wirst eine Vorstellung von dem Training bekommen das involviert ist. Ein Mann hat jeden Tag Geschlechtsverkehr, soll aber keinen Orgasmus haben. Dies ist Teil des Basistrainings. Bevor irgendetwas anderes bewerkstelligt wird, MUSS der Mann lernen Orgasmen zu kontrollieren, und seinen sexuellen Standpunkt von “Sinn und Zweck von Sex ist es einen Orgasmus zu haben” ändern, den jeder Mann hat. Dies ist eine gewaltige Veränderung, und erfordert totale Selbst-Disziplin. Und Ur-Kraft Tantra Training erzwingt es.

Richtig ausgeführt, gehen die Strapazen dieser Trainingsperiode letztendlich vorbei. Es verändert sich nach dahin wo es nicht länger “eine Selbst-Disziplin” ist, eine bewusste Anstrengung, oder überhaupt bewusst ist. Es wird alles zur selbstverständlichen Gewohnheit. Du könntest sogar “den Anschein haben” normalen Sex zu haben, so zu tun als ob, aber gar keinen Sex haben. Du wirst tantrischen Sex haben, unabhängig davon was dein Körper tut. Die Positionen werden keine Rolle spielen, die Bewegungen werden keine Rolle spielen, nichts wird die wundersame permanente innere Wandlung verändern die du gemacht haben wirst.

Sobald ein Mann Tantra meistert, wird seine ganze Ansicht über Sex, über Beziehungen mit Frauen, und Spiritualität, eine Veränderung machen. Sie können dann anfangen um die höheren emotionalen und spirituellen Energien zu erfahren die mit ihrer Beziehung zu tun haben, und mit allem Leben – zwei spirituelle Wesen die miteinander Energie austauschen, und mit dem GANZEN.

Im Lauf der Zeit, werden nicht nur alle oben erwähnten Vorteile erfahren, sondern auch das Verschmelzen der höheren Emotionen, und das Fließen lassen der tierischen Leidenschaften während jene Gefühle in die spirituellen Bereiche übertragen werden. Das Gesamtergebnis? Überschreiten des selbstsüchtigen abgetrennten tierischen Selbst's, Überwinden der “Sucht” nach sexueller Selbst-Nachgiebigkeit, Erreichen eines höheren spirituellen Bewusstseins, und Bewegen in Richtung Einheit mit dem Universum/Universalen Geist. UND um den unglaublichsten Sex zu haben den du je gehabt hast – etwas - unmöglich für dich - um es sich im Augenblick überhaupt

vorzustellen.

Zum Beispiel

Offenbar, kam ich schlussendlich über meine Blockaden hinweg, ging durch meine drei Jahre des Trainings, und meisterte die Praktik. Kann man sagen, “multipler orgasmischer kosmischer spiritueller Sex der länger als einen Tag dauerte wenn du es wolltest”? Mein persönlicher Rekord ist 28 Stunden, und meine Lebensgefährtin hatte Hunderte (wenn nicht mehr) Orgasmen während dieser Zeit, die zu einem durchgängig fortlaufenden spirituellen Orgasmus wurden. Und es wurde alles gegenseitig erfahren. Danach, stiegen wir ins Bett um schlafen zu gehen, aber stattdessen, verließen wir augenblicklich gemeinsam unsere Körper, und unsere Geister bereisten und vermischten sich mit dem Kosmos, wie zwei Kometen die gemeinsam herumwirbeln, und deren Schweife wie DNA-Lichtstränge verflochten waren die sie durch die Galaxien hindurch nachzogen. Habe ich erwähnt dass dieses schwierige Training sehr lohnenswert ist und sich am Ende wirklich auszahlt?

Nun zur Schattenseite

Natürlich, musst du eventuell eine Pause einlegen und irgendwann zur Toilette gehen – oh gut.

Boot Camp - das Basis Training

Im Kontrast zu der relativ kurzen Zeit die ein militärisches “[Boot Camp](#)” dauert (welches einem da bin ich mir sicher wie eine Ewigkeit vorkommen kann), dauert wie ich vorhin erwähnte, die traditionelle tantrische Ausbildung unseres Ordens, drei Jahre. Jetzt nur keine Panik, du gehörst wahrscheinlich nicht zu unserem Orden. Für den Rest von euch die dies lesen, ihr könnt die Zeiträume modifizieren, oder auch noch irgendwas anderes, damit sie für dich passen, für deinen Lebensgefährten passen, für eure Ziele passen, und für eure Realisierungsgeschwindigkeit passen. Es ist wie “[Hausunterricht](#)” für Kinder – du kannst es schneller oder langsamer durchgehen, je nachdem wie gut du es machst, und was du daraus erzielen willst. Die drei Jahre sind nur die empfohlene Zeit, und Tradition.

Das erste Jahr konzentriert sich hauptsächlich auf den Mann damit er lernt absolute Kontrolle über seinen Orgasmus zu haben (nicht andersrum wie es normalerweise der Fall ist). Außerdem, sollte er damit anfangen seine Energievisualisierungsfertigkeiten zu entwickeln, und die Fähigkeit sich auf die Frau “Einzustimmen”, und auf ihre Orgasmen.

[Anmerkung: Wir haben 2 Begleit-CD's für Ur-Kraft Tantra tantrische Sexpraktik und Training (siehe die Info gegen Ende des Buches). Sie sollen eigentlich während des Trainings abgespielt werden (beim “Sex”). Der verbal {in Worten}, geleitete Teil, ist auf beiden CD's der gleiche, aber eine hat klassische Musik im Hintergrund (Ravel's Bolero gefolgt von dem Crescendo aus Daphne & Chloe), wohingegen die andere die “vibrationalen Klänge” hat, die dabei helfen einen tiefen meditativen Zustand herbeizuführen.]

Vorbereitende Maßnahmen zu den Physischen Aspekten des Trainings

Bevor man anfängt, muss ein “Signal” zwischen dem Mann und der Frau vereinbart werden, dass der Frau wissen lässt zu “frieren!” (um damit aufzuhören sich zu bewegen, oder *irgendwas* Sinnliches zu tun). Das Signal wird eingesetzt wenn der Mann knapp davor ist “die Kontrolle zu verlieren” und einen Orgasmus zu haben. Das Signal kann irgendwas sein das gut für euch beide funktioniert, wie beispielsweise ihr auf das Knie oder das Bein zu tippen, ihr auf eine “halt still” Weise an die Taille zu fassen (mein Favorit), einfach zu sagen “stopp”, oder nach einem Alarm Panikschalter zu greifen (das letztere ist nur zum Gebrauch im Falle von extremen Feuer oder Überflutung die zur gleichen Zeit auftreten wenn der Mann nahe an einem Orgasmus ist. Was nicht allzu oft passiert). Natürlich funktioniert ein Judohieb an den Hals im

Notfall auch, aber üblicherweise versuchen wir das zu vermeiden. Jedoch all die Scherze beiseite, es ist wichtig dass die Frau *hierfür sehr empfindlich ist*, und *sofort stoppt wenn das Signal gegeben wird*, auch wenn sie ziemlich in das Tantra hineingezogen sein mag, oder weitermachen will weil sie so viel Vergnügen dabei hat, oder dabei ist einen Orgasmus zu haben. Auch wenn sie *mitte* in einem Orgasmus ist, *muss* sie sich selbst kontrollieren und stoppen. Dies ist immerhin ein wichtiges Training, und beide Partner müssen ihre Prioritäten richtig gesetzt haben, anstatt sich übermäßig ihrem eigenen Vergnügen hinzugeben und *irgendwas* fortzusetzen (selbst nur *geringfügig*) das dazu beitragen könnte dass der Mann über die Klippe geht und einen Orgasmus hat.

Männer - erinnert euch um nicht in die Falle des Vortäuschens zu fallen dass ihr ihn nur “zu weit reingeschoben habt” und nicht umhin könnt “um die Grenze zu überschreiten” und einen Orgasmus zu haben. Es gibt sowohl ein bewusstes als auch unterbewusstes Begehren einen Orgasmus zu haben das überschritten werden muss wenn das Training erfolgreich sein soll.

Männer & Frauen - Obwohl es vor allem der Mann ist der seinen Orgasmus zum Vergnügen will, beschäftigen sich beide Partner mit biologischen Fortpflanzungstrieben – der Mann will seine Samen pflanzen, und die Frau will dass sie wachsen. Daher pass auf dass du nicht auf irgendeinen “Stier” oder eine “Spielerei” darüber reinfällst um “versehentlich” einen Orgasmus zu haben, wenn es wirklich kein Versehen war, und entweder der Mann ihn absichtlich zu weit schob, oder die Frau ihn über die Grenzen seiner Fähigkeiten schob, absichtlich. Frauen, dies gilt auch für die “innere Einstellung”. Wenn ihr trainiert oder einen Mann hilft um zu trainieren, senkt sein Verlangen danach einen Orgasmus zu haben, unabhängig davon ob es sein Ego ist, ob er nett sein will, oder ob er Kinder machen möchte.

Das Training des Mannes verlangt dass er “die Möglichkeiten ausreizen” *tut* und während der Ur-Kraft Tantra tantrischen Sexpraktik so “nahe” wie möglich “an dieser Grenze” ist, *ohne* einen Orgasmus zu haben. So kann es gelegentlich passieren dass er wahrlich aus Versehen einen Orgasmus hat. Wenn das passiert, sollte es keine Verurteilung oder Gefühle von Negativität hierüber geben, sollten weder die Frau, noch der Mann sich schuldig fühlen oder so als ob er seine Sache nicht gut macht. Sowas kann nur das Training behindern, und könnte letztendlich ein negatives Muster erschaffen. Nur hütet euch davor dass ihr euch bezüglich der eigentlichen Ursache (wie im obigen Absatz) nicht selbst hereinlegt. Um irgendeine erstrebenswerte Fertigkeit im Leben zu erreichen, bedarf es Training, Zeit, Geduld und Disziplin – dies ist genau das Gleiche. Diskutiert es. Verbal und emotional offen miteinander umzugehen, ist wichtig.

Sofern ihr es wünscht, könnt ihr vor euren Tantra Sessions eine angenehme spirituelle Atmosphäre erzeugen, mit einer Kerze oder Kerzen, und ihr könnt ein paar reine Kügelchen Weihrauch & Myrrhe verbrennen (nicht den unreinen Räucherstäbchen- oder Räucherkegeltyp). Macht nichts was ein Feuer entfachen könnte, ok?!

Die Physischen Aspekte des Trainings

So wird das Training “im ersten Jahr” gemacht:

Wenn “Vorspiel” erforderlich ist, beginnt damit, aber nur mit dem minimal notwendigen Umfang um den Schmierungs- und Erregungsgrad zu gewährleisten der für den Geschlechtsverkehr erforderlich ist. Es ist allerdings, während der Jahre/Phasen des “Basistrainings” für den Mann zwingend notwendig eine Erektion zu haben. Später, wird Tantra unabhängig davon funktionieren.

Tantrapositionen

Der Mann sollte auf dem Rücken liegen, und die Frau begibt sich oben auf ihn drauf, vorzugsweise in irgendeiner sitzenden Form oder aufrechten Position, auch wenn obenauf zu liegen schön ist. Es ist für den Mann auch in Ordnung wenn er dabei sitzt, normalerweise ist es aber einfacher wenn er unten liegt. Was auch immer für

Tantrapositionen ausgewählt werden, eine der Prioritäten ist es sicherzustellen dass es eine Stellung ist die die Frau genießt. Sie sollte in einer Position sein die für sie sexuell erregend ist, und die ihre Chancen auf einen Orgasmus optimiert. Konträr zum Ziel des Mannes (welches ist dass er sich in diesem Trainingsabschnitt vom Orgasmus zurückhält), kann die Frau (und sollte) nach Belieben so viele Orgasmen wie möglich haben (allerdings nicht erzwungen, nur was natürlich fließt). Dies versorgt die "Lebensenergie" in dem "Stromkreis" der von beiden Partnern aufgebaut wird, über die Anwendung ihrer Gedanken. Aus dem gleichen Grund ist eine andere Priorität dass eure Auswahl der Tantrapositionen etwas sein muss das es für den Mann so einfach wie möglich macht sich davor zurückzuhalten zu sehr erregt zu werden/einen Orgasmus zu haben. Versucht also die beste Balance zu finden.

Die Frau ist frei um sich zu bewegen, rauf wie runter, wie auch immer, um sich selbst zu stimulieren und um zu genießen. Genau genommen, sollte sie in diesen Phasen **all** das Bewegen machen, während der Mann so still wie möglich bleibt.

Der primäre Grund für die beiden oben genannten Restriktionen, ist dass es schwerer für einen Mann ist sich vom Höhepunkt zurückzuhalten, wenn er obenauf ist, oder wenn er sich am "Bewegen" beteiligt. Mach dir keine Sorgen, das ist nicht für immer – wenn sexuelles Tantra erst einmal gemeistert ist, kann der Mann in jeder Position sein, und sich bewegen, ohne dass das Risiko eines Orgasmus besteht.

Das Mentale Training

Zuerst, lass uns das mentale Training für den Mann behandeln. Für die meisten Männer, wird ihre erste Hürde einfach die sein einen Orgasmus zu verhindern. Männer mussten schon immer mit dieser Art von Problem umgehen, und haben oftmals umgeschwenkt um etwas zu visualisieren das sexuell nicht erregend, und manchmal ein "Stimmungskiller" ist. Zum Beispiel, indem sie über Sport nachdenken, über ihre Schwiegermutter, usw. Aber offenbar, bezieht Ur-Kraft Tantra tantrisches Sex Training etwas ganz anderes mit ein.

Das folgende ist eher eine esoterische Sache um es zu begreifen, und deshalb schwer zu erklären, doch versuchen wir es. OK, ich spreche jetzt die Kerle an (obwohl die Frauen dies auch lesen sollten, weil es ins totale Verstehen hineingeht). Im frühen ersten Jahr Ur-Kraft Tantra Training, ist die effektivste Visualisierung die unkontrollierten Orgasmus verhindern hilft, dass du dir selbst bildlich vorstellst als seist du weiblich. Ich rede nicht über Dinge wie Brüste zu haben, Kleider zu tragen, etc. Aber es geht tatsächlich darum sich mental in den "empfänglichen Polaritätsmodus" hineinzusetzen, und sich vorzustellen dass deine Lebensgefährtin ein Mann ist, und dich mit dem männlichen Organ durchdringt, anstatt andersrum. Das erscheint dir vermutlich seltsam, doch es ist eine sehr effektive und einfache Möglichkeit um einen Orgasmus zu verhindern. Es behält auch den Verstand {Geist} innerhalb der Beziehung und innerhalb des Energieaustauschs, anstatt sich Gedanken über irrelevante Dinge wie Sport zu machen. Diese Technik ist auch die Anfangsstufe des Trainings um das tantrische spirituelle Energiezirkulationssystem zu visualisieren das du im Laufe der Zeit immer mehr entwickeln wirst – der Energiefluss beginnt mit der Frau, und geht zum Mann, und dann wieder zurück.

Sinn und Zweck ist es Empfänglichkeit zu entwickeln. Empfänglichkeit für Energien die zwischen den Sexualpartnern erzeugt werden, und sogar für jene von der Natur, der Erde und dem Universum/Geist. Jedes Mal wenn die Frau einen Orgasmus hat, injiziert sie dir Energie - alle Arten von Energie – sexuelle Energie, spirituelle Energie, emotionale Energie, mentale Energie, physische Energie, Reiki/universale Lebensenergie, usw. Dies umfasst auch, aber ist nicht beschränkt auf, Energie aus verschiedenen [Chakra-Frequenzen](#) von der niedrigsten bis zur höchsten. Und sogar Energie aus dem Universalen Geist wenn sie eine spirituell orientierte Frau ist (wovon wir ausgehen werden dass sie es ist da sie dies mit dir tut). Und es bist nicht nur du der diese Energieinjektion/-Infusion bekommt – es geht in das Ganze – die "Einheit" die

durch das Vereinigen von euch zwein erschaffen wurde.

Daher, jedes Mal wenn sie einen Orgasmus hat, solltest du es visualisieren {es dir bildlich vorstellen} und emotional wie eine Frau fühlen, empfänglich sein zu dieser Energie und diesem Gefühl, so als ob sie ein Mann ist der in dir einen Orgasmus hat (die Frau in diesem Fall).

Wenn du dich erst mal wirklich dabei wohl fühlst, und diese Visualisierung in Griff bekommst, solltest du anfangen dich mehr darauf zu konzentrieren als sei es ein Energieorgasmus den sie in dir hat, anstatt es sich physisch vorzustellen. Hier geht es um all die Energie die produziert, die übertragen und aufgeteilt wird wenn zwei gegenteilige Polaritäten miteinander interagieren – genauso wie Elektrizität, Magnetismus, Atome, und Sonnensysteme. Und da sie diejenige ist die aus-fließend ist und jedesmal die Energien erzeugt wenn sie einen Orgasmus hat, bist du derjenige der sie empfängt. Manche Indianerfrauen haben ihre orgasmische Energie sogar zum Heilen verwendet. Wenn man Haushaltsstrom als eine Metapher verwendet, ist es als ob dein Penis ein elektrischer Haushaltsstecker {VDE-Stecker} ist, der an eine Wandsteckdose eingesteckt ist, oder dass du eine Glühbirne bist die in eine lebende Fassung eingeschraubt ist (großartige Wortwahl, gell?).

Nun, nachdem du diesen Teil gemeistert hast, und kein Problem damit hast einen Orgasmus zu verhindern, unabhängig davon wie erregt du wirst, oder wie lange du dafür Ur-Kraft Tantra tantrischen Sex machst, wirst du zur nächsten Phase der Visualisierung weitergehen. *Doch erst wenn du die totale Kontrolle hast*, und der einzige Zeitpunkt wo du einen Orgasmus hast, ist wenn du dich entscheidest einen zu haben. Dies kann nahezu keine Zeit, oder einen Tag, eine Woche, einen Monat oder ein Jahr dauern. Jeder Mensch ist anders. Fühl dich nicht schlecht wenn es eine Weile dauert – das sollte es, und tut es normalerweise. Das ist *zum Teil* der Grund warum du ein volles Jahr für die erste Stufe Training bekommen hast.

Nachdem du totale Kontrolle entwickelt hast, bezieht die nächste Phase von Stufe 1 mit ein, was du mit all dieser Energie tust die du aus all ihren Orgasmen bekommst. Du willst kein Schwein sein, es alles für dich selbst behalten, und sie nur entleeren. Du willst einen Stromkreis zwischen euch erschaffen. Einen zirkularen {kreisförmigen} konstanten Energiefluss der mit jedem ihrer Orgasmen an Kraft und Intensität zunimmt. Dies wird beide von euch zur selben Zeit füttern und nähren. Dieser Stromkreis beginnt mit ihrem Orgasmus, danach tritt es in dich ein, danach visualisierst du dass es an deiner Wirbelsäule hochgeht, hinauf und um die Rückseite deines Kopfes herum, die Vorderseite deines Körpers hinunter zurück, zu deinem Penis, und von dort aus hinauf zu ihrem Rückgrat, um ihren Kopf herum, ihre Vorderseite hinunter zurück, bis es ihre Vagina erreicht, danach zurück in dich hinein... Das vervollständigt einen Zyklus von dem Stromkreis, und beginnt den nächsten. Du willst allerdings dass dies ein kontinuierlicher Energiefluss ist, deshalb beendest du deine Visualisierung nicht mit dem vervollständigen von nur einem Zyklus des Stromkreises. Du musst es letztendlich weiterhin als konstanten Strom sehen der niemals anhält. Zuerst allerdings, wirst du es alles langsam visualisieren müssen, Schritt-für-Schritt, jeweils nur ein Stück von dem Stromkreis. Schlussendlich wirst du es als einen glühenden Energiefluss sehen der weder Anfang noch Ende hat – nur EIN Fluss der so ähnlich aussieht wie ein gefaltetes Unendlichkeitssymbol wenn du euch beide von einer Seitenansicht aus betrachten würdest.

Hetz dich allerdings NICHT selbst. Du musst es langsam angehen, und lass die Visualisierungen und die anderen Aspekte von deinem Training, sich vollends selbst tief in deinen Verstand und in deine Programmierung verwurzeln. Es muss letztendlich vollkommen integriert werden, automatisch, unterbewusst, super-bewusst, etwas das geschieht auch wenn du nicht darüber nachdenkst, oder keinen Ur-Kraft Tantra tantrischen Sex "praktizierst". Doch vorerst, während du bewusst und absichtlich die

Energie mit deinem Verstand {Geist} herumbewegst, wird es langsam von sich aus schneller werden. Eigentlich wirst du die Visualisierung nicht halten können wenn es ganz von selbst, mit der Zeit immer schneller wird, nur indem man es langsam praktiziert. Aber es muss von allein geschehen, von selbst, ohne dass du es erzwingst. Schlussendlich, wird es so schnell, dass es so eine Art “mentale Lichtgeschwindigkeit” erreicht und EIN Fluss wird, EIN Stromkreis, der dich und deine Lebensgefährtin auf vielen Energieebenen EINS werden lässt. Während sich jene Ebenen bilden, wirst du sowohl in Energie als auch im Bewusstsein aufsteigen.

Nun zu den Frauen

Ihr werdet im Wesentlichen die gleichen Visualisierungen machen wie euer Lebensgefährte (oben angegeben), aber offenbar in der entgegengesetzten Richtung. Zum Beispiel, ganz am Anfang wirst du dich selbst als der Mann visualisieren der in deinem Lebensgefährten eindringt, die Frau. Und wenn du einen Orgasmus hast, wirst du dich selbst in ihn hinein “ejakulierend” sehen, so als ob ein Mann einen Orgasmus mit einer Frau haben würde. Später dann, wird sich dies verändern indem du visualisierst dass du ihm NUR Energie injizierst.

Achte darauf dass ihr beide über seinen Fortschritt redet, und bei welcher Stufe der Visualisierung er gerade ist, so kannst du zur selben Zeit dieselben Visualisierungen machen. Falls irgendeine von den Visualisierungen deine Orgasmen behindert, befass dich nicht mit ihnen, bis dass du keinerlei Beschränkungen hast.

Außer empfindsam dafür zu sein falls dein Lebensgefährte kurz vor einen Orgasmus steht und ihm zu helfen das zu verhindern, ist es eine von deinen Hauptaufgaben Orgasmen zu haben (ich weiß es ist schrecklich, aber jemand muss es tun).

Allgemeine Tipps und Trainingsregeln – für Sie und Ihn

Wenn möglich, solltet ihr täglich Geschlechtsverkehr haben.

Traditionell, im ersten Jahr des Trainings, bekommt der Mann nur einmal im Monat einen Orgasmus (erinnere dich, du musst es nicht traditionell machen, du kannst die Zeitpunkte häufiger setzen – doch es ist entscheidend daran festzuhalten was auch immer du auswählst, damit Selbst-Disziplin entwickelt wird, und die Vorteile der Ausbildung realisiert werden).

Wenn es für den Mann Zeit ist einen Ejakulationsorgasmus zu haben, ändern sich einige Dinge, und die Rollen vertauschen sich. Der Mann kommt obenauf, und hat so schnell wie er auf natürliche Weise kommt einen Orgasmus, ungeachtet dessen ob die Frau nun einen haben will oder nicht, oder ob sie einen Orgasmus hat. Genau wie im Tierreich. Das heißt nicht dass die Frau keinen Orgasmus haben sollte falls es während dieser kurzen Zeitdauer gerade “passiert”. Es ist nur so dass es nicht das Ziel sein sollte während dieses einen Tages im Monat, in der Woche, oder was auch immer, in dem die “männliche Orgasmuszeit” ist. Dies ist aus mehreren Gründen wichtig.

Sicher, es gibt der Frau eine Gelegenheit um selbst-aufopfernd zu sein, was eine positive Sache für sie sein kann. Doch das ist nicht der primäre Grund um dies auf irgendeine Weise zu tun. Der Hauptgrund ist dass es die Tatsache bekräftigt (und die unter-bewusste Programmierung bekräftigt) dass der Körper ein Tier ist. Weshalb ist das so wichtig? Natur, ist ein Grund. Und das “Kontrastieren” des Körpers gegenüber dem Geist, ist ein anderer. {Kontrastieren bedeutet: sich abheben, abstechen, abweichen, sich herausheben, einen Gegensatz/Kontrast bilden, herausstechen}

Ironischerweise, wenn dem Tier die Zeit gewährt wird um sich vollkommen natürlich zu verhalten, bekräftigt dies eigentlich weiterhin die Tatsache (und die Programmierung) dass wir spirituelle Wesen sind, die nur einen tierischen Körper *bewohnen und* ihn wie ein Vehikel *verwenden*. Es sendet die Botschaft dass das spirituelle Wesen das wir in Wirklichkeit sind, unser Inneres-Wesen, unsere Seele, unser Geist, totale Kontrolle über unser Leben hat – frei um zu entscheiden ob und wann das

Tier seine Bedürfnisse erfüllen kann. Wir haben freien Willen. Wir sind frei um Selbstsucht auszuwählen, [Animalismus](#), Selbst-Nachgiebigkeit, Abgetrenntheit – ODER um unseren freien Willen in Einklang zu bringen mit höheren, auch spirituelleren Kräften und Emotionen – einschließlich selbstloser Liebe und Gabe. Dies ist was uns in Übereinstimmung bringen kann mit (zur Einheit führen kann mit) dem Universum/Geist.

Unser traditionelles Training verstärkt das, und lehrt dem Selbst/Tier wer wirklich in Verantwortung ist. Und wie bei einem Hund, demonstriert das Verweigern eines Leckerbissens nicht seine Ausbildung und Disziplin – doch fähig zu sein ihm einen Leckerbissen an die Nase zu halten, und ihn warten zu lassen bis dass wir sagen “OK”, ist das was die Ausbildung und Disziplin aufzeigt welches die Transzension über die niederen Triebe demonstriert und beweist.

Zweites Trainingsjahr:

“Zweite Strophe, dieselbe wie die erste”. Das zweite Trainingsjahr ist praktisch dasselbe wie im ersten Jahr, mit der Ausnahme dass der Mann anfängt einmal in der Woche einen Orgasmus zu haben, anstatt einmal im Monat. Und natürlich werden, die Disziplin, die emotionalen und spirituellen Fähigkeiten/Sensibilitäten, die während des ersten Trainingsjahres erworben wurden, jetzt eingesetzt, was die gesamte Erfahrung anders und einfacher macht.

HÄUFIGE PROBLEME **DIE VORGEFUNDEN WERDEN KÖNNEN:**

1. Der Mann hat eine vorzeitige Ejakulation
2. Die Frau hat Schwierigkeiten mit Orgasmen

Häufige Ursachen:

Männer & Frauen:

- Furcht
- Sexueller Missbrauch als Kind oder Erwachsener.
- Schuldgefühl Programmierung

Männer:

- Mangel an Training
- Leistungsangst (die Angst darüber einen vorschnellen Orgasmus zu haben, oder nicht lange genug durchzuhalten damit die Frau einen Orgasmus hat)
- Mangel an Selbst-Disziplin
- Absichtlich dem Verlangen nach Orgasmus nachgeben

Frauen:

- Dem Lebensgefährten nicht vertrauen
- Empfindungslos dem Lebensgefährten gegenüber
- Den Lebensgefährten nicht mögen
- Sich dem Lebensgefährten, oder sich spirituell, nicht hingeben wollen
- Weibliche Leistungsangst – die Angst davor keinen Orgasmus zu haben

Lösungen:

Für Männer:

Entspannen

Das Empfinden von Selbstloser Liebe

Das Empfinden (das Wissen) dass du nicht beurteilt wirst, wenn du es "versaust" (kein Wortspiel beabsichtigt).

Das Loslassen des Schuldgefühls und es mit Wahrheit und Liebe ersetzen.

Das Loslassen der Angst, sie mit Mut ersetzen – auch den Mut haben schlecht auszusehen, oder schlecht zu performen. Du musst dir keine Sorgen machen wenn du schlecht performst, solange du nicht mit Absicht Orgasmen hast. Du trainierst. Wie würdest du performen wenn du noch nie in deinem Leben einen Ball getroffen hättest, und anfangen würdest mit den Yankees {New Yorker Baseball-Team} zu trainieren und aufstehen müsstest um ihn auf Anhieb abzuschlagen?

KOMMUNIKATION. Sprich mit deiner Lebensgefährtin über alles, insbesondere über deine Gefühle {Empfindungen}. Falls du keine gute Kommunikation und eine unvoreingenommene Partnerin hast, solltest du besser damit anfangen, weil du keine gute spirituelle Beziehung entwickeln wirst und kein spirituelles Wachstum erlangst ohne solche vorhandenen und funktionierenden fundamentalen Beziehungsgrundlagen. Und das gilt auch dafür wie du mit deiner Partnerin umgehst falls *sie* Schwierigkeiten hat.

Geduld, Kommunikation, selbstlose Liebe, Akzeptanz, Freundlichkeit – sind alle fundamental. Wenn deine Lebensgefährtin mit sich selbst beschäftigt ist und sich mehr mit ihren Orgasmen befasst als mit deinem Training und wie du dich fühlst, dann braucht ihr Beziehungsberatung, und wenn das nicht funktioniert, musst du vielleicht jemanden finden der sich auch um dich kümmert. Beziehungen sind nicht Geben und Nehmen – das hat noch nie funktioniert. Eine die gut ist, glücklich, harmonisch, und die funktioniert, ist eine die Geben & Geben ist. Wenn jeder von euch hin und wieder, ohne es zu wollen oder zu verlangen, am nehmenden Ende ist – ist das die Art & Weise wie eine gute Beziehung funktioniert.

Für Frauen:

Sei verständnisvoll und mitfühlend mit dir selbst falls du Schwierigkeiten hast Orgasmen zu haben. Das kommt sehr häufig vor. Es kann viele Gründe dafür geben, und wenn das worüber wir hier diskutieren nicht hilft, solltest du vielleicht in Betracht ziehen professionelle Hilfe zu bekommen. Probleme können von Kindesmissbrauch herrühren, von Schuldgefühl-Programmierung, von einem Mangel an Sensibilität seitens deines Lebensgefährten, von einem Mangel an Vertrauen, oder von einer Un-Willigkeit um dich entweder deinem Lebensgefährten hinzugeben, oder Gott. Du magst gute Gründe dafür haben deinem Lebensgefährten nicht zu vertrauen, und willst dich ihm vielleicht nicht hingeben.

Doch du hast keinen guten Grund dafür dich dem Universum/Geist nicht hinzugeben. Und im Grunde genommen, ist es das worum es letztlich geht -- für euch beide. Doch wenn du eine schlimme Beziehung hast, wirst du sie auflösen müssen, oder musst eine gute finden. Dies ist für Frauen ein Problem das Männer nicht haben. Die meisten Männer (ohne ernsthafte psychologische Probleme, oder Altersbelange) können mit jeder Sex haben und einen Orgasmus haben. Aber etwas dass in den Orgasmusfaktor hineingeht ist für die meisten Frauen das Gefühl von Vertrauen, von Fürsorge, zu wissen dass sie umsorgt werden, um Gefühle von Offenheit und Hingabe zu haben welche in den gesamten Aufbau ihrer Orgasmen, und orgasmischen Fähigkeiten hinein gehen. Das gilt natürlich nicht für jede, aber es ist eine Allgemeingültigkeit die auf die meisten zutrifft – insbesondere diejenigen die Schwierigkeiten mit Orgasmen haben.

Sicher, da gibt es "Aufwärm" und Zeitdauer-Faktoren – wie lange ein Mann durchhalten muss bevor du einen Orgasmus haben kannst, und andere Faktoren. Aber im Allgemeinen, in einer guten Beziehung, ist Vorspiel alle Interaktion die du mit deinem Lebensgefährten hast, die ganze Zeit. Und je besser die Beziehung, umso orgasmischer, und schneller mit dem Orgasmus, wirst du sein.

Wie auch immer, vorausgesetzt es ist eine gute Beziehung, "beweg deinen Verstand" einfach zu einem Modus des Entspannens und des sich selbst Genießens – "versuch" nicht. Entweder tun, oder nicht tun. Übe KEINEN Druck auf dich selbst aus oder "versuch" einen Orgasmus zu haben. Das schlägt normalerweise fehl. Wenn du loslässt, dich entspannst, dich dafür begeisterst, dich auf die Gefühle der Liebe fokussierst und sie genießt, die Intimität und die Empfindungen des Vergnügens, wirst du eher einen Orgasmus haben, als wenn du "versuchst" oder "den Fokus darauf legst" einen Orgasmus zu haben.

Sofern du animalisch fühlen musst, Leidenschaft, Lust, usw., um sich zu öffnen und fließend zu werden, dann mach. Du musst diesen Teil deines Körpers und die unteren Chakra-Energien am Arbeiten haben, bevor du mit den höheren arbeiten kannst. Daran gibt es nichts auszusetzen. Außerdem, abgesehen von der Ausarbeitung irgendwelcher Programmierung oder psychologischer Probleme die sich vielleicht nachteilig auf deine Fähigkeit auswirken Orgasmen zu haben, möchtest du vielleicht behilflich sein um dein Lustempfinden selbst zu stimulieren und zu intensivieren. Selbst-Stimulation, Vibratoren, usw. sind zum Verwenden alle OK falls du sie benötigst – zum Kuckuck, sie können auch Spaß machen wenn du sie nicht brauchst. Wenn du damit auch ein Problem hast, dann hast du andere Programmierungsblockaden die auch behandelt werden müssen. Was deine "andere Hälfte" angeht - wenn du dich beim Anwenden der zusätzlichen Stimulation wohl fühlst, aber dein Lebensgefährte nicht möchte dass du es tust weil er eifersüchtig ist oder bedroht (unsicher), solltest du es mit ihm ernsthaft diskutieren, denn dieses ganze Programm wird für ihn *oder* für dich nicht funktionieren, wenn du nicht orgasmisch bist – UND wenn er dieser Selbstsüchtige und Engstirnige wird. Und außerdem, so eine bedrohte Einstellung bedeutet auch dass du andere Beziehungsprobleme hast die Tantra nicht heilen wird. Sicher, er kann nach wie vor trainieren um seine Orgasmen zu kontrollieren, kann seine Lust überwinden, und auf diese Weise spirituellen Fortschritt machen, und ihr könnt beide den Energiekreislauf visualisieren usw., doch du wirst nicht dieselben Energien infusionieren {einfließen lassen} wenn du Orgasmen hast – und selbstlose Liebe füreinander fühlst. Und wenn du keine Lust hast um dich hinzugeben und mit ihm eins zu werden, wird es auch den ganzen Sinn & Zweck der spirituellen Sexualität behindern.

Vergiss nicht was ich im Lösungsabschnitt für Männer gesagt habe. Vieles davon gilt auch für dich. Und außerdem, wenn du verurteilend bist, oder ihn sich schlecht fühlen lässt weil du keinen Orgasmus hast, oder er nicht lange genug für dich durchhält um einen Orgasmus zu haben, wird es Leistungsangst erzeugen und das Problem für euch beide verschlimmern.

Wenn die oben genannten Vorschläge nicht helfen, oder einer von euch ernsthafte sexuelle oder Beziehungsprobleme hat, solltet ihr Beziehungsberatung bekommen. Falls es nur ein Problem mit dem einen oder anderen von euch ist, und es nicht gelöst werden kann, solltest du vielleicht erwägen, "dich fortzubewegen" und besser jemanden finden bei dem du dich wahrlich wohl fühlen kannst, und mit dem du auf allen Ebenen eine intime Beziehung aufnehmen kannst.

Nicht so Typische Probleme:

Frauen werden von einer tollen sexuellen Erfahrung negativ.

In seltenen Fällen, erfahren manche Frauen Negativität, oder werden am nächsten Tag “zickig” nachdem sie tollen Sex hatten. Das kommt daher, weil die Orgasmen ihre selbstsüchtige Natur füttern, und nur als Selbst-Nachgiebigkeit verwendet werden. Etwas was viele von uns gesehen haben welches du vielleicht als Beispiel verwenden könntest, ist ein Kind das zu viel selbst-nachgiebiges Vergnügen während eines Tages im Disneyland bekommt – sie werden manchmal sehr negativ. Dasselbe kann mit Frauen passieren die sehr viel Vergnügen vom Tantra bekommen – und es zu dem selbstnachgiebigen “die Selbstsucht fütternden” Teil von sich selbst tragen. Daher, wird die negative selbstsüchtige Natur genährt und verstärkt, anstatt was passieren sollte – das genaue Gegenteil – die gebende Natur zu füttern, den Geist, und die selbstsüchtige suchterzeugende Natur abzulehnen.

Falls das passiert, versuch damit zu arbeiten. Sei disziplinierter und konzentriere dich mehr auf das Lenken deiner Ur-Kraft Tantra Sexualpraktik damit es eine spirituelle, selbstlos liebende Erfahrung wird. Konzentriere dich beim Tantra darauf. Wenn das nicht funktioniert, was äußerst, äußerst selten ist, dann könnte reguläres Zölibat der Pfad sein den du brauchst.

Der Weg nach Shambhala – der Ultimative Vorteil von Ur-Kraft Tantra

Ur-Kraft Tantra zu praktizieren, zusammen mit anderem nicht-sexuellen spirituellen Training, kann dir sogar helfen das zu erlangen was manche Erleuchtung nennen, Universales Bewusstsein oder Nirvana, Satori, Samadhi, oder wie auch immer. Es kommt an das hin als ob du bewusst eine “Nah-Tod” Erfahrung hast, in der du eine Realisierung von deiner Einheit mit dem Universum hast, und wie das Leben für immer weiter geht.

Tantra Produkte die dich interessieren könnten:

CDs:

Wir haben ein ganzes Sortiment an CDs die sich hervorragend für Sex/Tantra eignen. Manche sind “tu es während du zuhörst” Instruktions/Trainings-CDs, und können auch für eine tiefere meditative Erfahrung verwendet werden, und andere erzeugen “Stimmungen”/exotisch-erotische Atmosphären damit du Dinge machen kannst wie etwa Fantasievorstellungen haben dass du Sex am Strand hättest, im Wald, usw.

Unsere geführten Visualisierungs-CDs helfen dir um Sex, Tantra, oder Ur-Kraft tantrische Sexpraktik zu lernen oder zu verbessern, solltest du dich dafür entscheiden diese Route zu nehmen. Eine CD hat klassische Musik im Hintergrund (einschließlich Ravel’s Bolero – berühmt dafür um Sex zu haben, und einst von Universitäten verbannt, weil es “verführerisch” verwendet wurde). Die andere CD hat wissenschaftlich erstellte “Vibrationale Klänge” im Hintergrund, um dabei zu helfen einen tieferen Unterbewussten meditativen Zustand einzuleiten.

Bücher:

Die anderen Booklets in der Serie über spirituelle Sexualität sind auch als E-Books verfügbar. Sie sind auch für das “PalmReader”-Format {,pdb} verfügbar (wir haben in der Zukunft vielleicht eine exklusive Vereinbarung mit [Palm](#), deshalb solltest du ihre Website dahingehend überprüfen).

Wenn du nach Antworten suchst welche “Sinn machen” im Bezug auf Fragen über das Leben, über Gott, die Schöpfung, den Grund für unsere Existenz, was auf uns zukommt, was wir tun können um unsere Leben zu verbessern und das Leben anderer,

und vieles mehr, empfehlen wir dir dass du <http://www.atlantis.to> [nicht “.com”]) besuchst.

Das Buch “The Children of the Law of One & the Lost Teachings of Atlantis” ist in den meisten Buchhandlungen {in den USA} erhältlich, allerdings bleibt mehr Geld in unserem Orden, wenn du es direkt von der Website erwirbst oder über die gebührenfreie Telefonnummer (800-845-7991) Jeder der sich für das Buch interessiert, kann online kostenlos Kapitel davon lesen. Es werden auch kostenlose Meditationsanweisungen online angeboten. Wenn du dich für irgendwas davon interessierst, Tibetische Yoga Videos, Seminare, “Mönch für einen Monat” Programme, die verblüffenden vibrationalen Klänge & Musiktherapie oder andere Hilfsmittel für Körper-Verstand-Geist, schau bitte auf die Website.

Kontakt Info:

Für die Tantra, tantrische Sex Website (Hilfsmittel, geführte CDs, Musik für Tantra, Seminare, Workshops, Lehrer-Zertifizierung, Links, usw.):

Website: <http://www.at-tantra-tantric-sex.com>. E-Mail: info@at-tantra-tantric-sex.com

Für Meditation und Information zu spirituellem Wachstum und zu Hilfsmitteln:

Website: <http://www.atlantis.to> (nicht “. Com”). E-Mail: kind@atlantis.to .

Bestelltelefon: 800 845-7991

Postanschrift nur über:

Windsor-Hill Inc.

7450 W. 52nd Ave. #M241

Arvada, CO 80002

Anmerkung des Übersetzers:

Jon’s Bücher/eBooks können auch über folgende Adressen bezogen werden.

Die Originalausgaben auf Englisch - <http://stores.lulu.com/thegoldenrule>

Meine Übersetzungen ins Deutsche - <http://stores.lulu.com/ShirleyGracey>

PS: Seit kurzem gibt es auf YouTube auch den Livemitschnitt eines [Interviews](#) das Jon damals (ich denke es war 2001) bei Jeff Rense gab.

Sex und der Spirituelle Kerl

Ist Sex "schlecht", "böse", "spirituell", oder hängt es davon ab wie du es machst? Das erste aus einer Serie kleiner Booklets von Jon Peniel über spirituelle Sexualität, dieses Buch überprüft alle Standpunkte, und bietet einzigartige Lösungen um spirituelle Sexualität in Beziehungen zu erreichen.

Themen sind u. a: Innerer Konflikt & Schuldgefühl; Das menschliche Dilemma - "Engel" in physischen Körpern; Die sexuellen Aspekte der Natur/des Universums; Die verschiedenen Arten wie Leute mit Sexualität & Spiritualität umgehen (und die Resultate).

Dieses Booklet ist Voraussetzung für Jon's Booklets über traditionelles Tantra tantrisches Sex Training seines Ordens (Teil 2 "Ur-Kraft Tantra"). Wir empfehlen dringend du liest die Serie der Reihe nach, bevor du irgendeine Form von Tantra tantrischem Sex Training beginnst, oder auch wenn du bereits eine Form gelernt hast.

Ur-Kraft Tantra tantrischer Sex

Dies ist das zweite aus einer Serie von Booklets über spirituelle Sexualität von Tantra-Meister Jon Peniel. Es behandelt das Unterrichtsfach Tantra tantrischer Sex, und gibt vollständige Instruktionen für traditionelles Training.

"Ur-Kraft Tantra" gilt als die höchste und glücklichste Form der spirituellen Sexualität, und ist effektiver und vorteilhafter für beide Partner, als andere Formen von Tantra tantrischem Sex. Und außerdem, gestattet es für sexuelle Ekstase und spirituelle Glückseligkeit eins zu werden im Gleichen. Jene die es Meistern werden "die größten Liebhaber der Welt", während sie zu neuen Höhen aufsteigen.

Die Fortsetzung von "Sex & der Spirituelle Kerl (oder Frau) - ein Leitfaden für spirituelle Sexualität", Ur-Kraft Tantra die grundlegende Instruktionsanleitung für die positive Methode von tantrischem Tantra tantrischem Sex.

