

Netti berichtet über den Kurs „Tantrische Berührungsmeditation“ (25.01.-28.01.2024)

Yoni 1 hieß das lebensverändernde Seminar am Anfang des Jahres und im Untertitel "Tantrische Berührungsmeditation". Warum war ich dabei? Es fing an mit einem Silvesterschmerz. Ich sagte mit dem Sektglas in der Hand, kurz vor dem Zuprosten: Im neuen Jahr möchte ich mehr über Sexualität erfahren. Die Blicke der Freundinnen, denen gegenüber ich das so spontan äußerte, wurden weit und die Münder standen offen. Damit hatten sie nicht gerechnet. Für mich war diese Äußerung "aus dem Bauch heraus" (heute würde ich sagen, sie kam direkt aus meiner Yoni) noch am Neujahrstag sehr präsent und ich fand im Internet das Angebot des Frauentantraseminars der Zinnoberschule. Klingt sympathisch, achtsam, verheißungsvoll. Und nach wenigen Tagen war ich angemeldet. Voller Erwartungen betrat ich am Donnerstag Abend zu Beginn des speziellen Wochenendes den nach Palo Santo duftenden Seminarraum. Ich hatte gleich das Gefühl, hier etwas für mich, für mein Wohlbefinden, für meinen Weg zu mir selbst, zu tun. Die Teilnehmerinnen wirkten sympathisch, altersmäßig war die Gruppe bunt gemischt. Das Seminar startete mit einem Schütteln, was den Geist in den Körper bringen sollte. Atmen. Loslassen. Dann Musik, von Bettina ausgewählt - sorgfältig einsteigen in die wunderbare Gefühlswelt. Wie spüre ich mich heute? Paarweise stiegen wir ein, uns abzuklopfen, körperlich wahrzunehmen. Schön ist es, eine Frau zu betrachten, zu spüren. Sie ist mein Gegenüber. Mein Spiegel. So zerbrechlich und auch so stark wie ich selbst. Verehrung lernen, Freude am eigenen Körper und die eigenen Grenzen spüren. Wie oft habe ich in meinem Leben zu schnell meine heilige Pforte öffnen lassen oder selbst aufgeschlossen? Dabei ist es doch für mich immer schön, wenn eine Zeit lang an der Tür geklopft und liebevoll geflüstert und dann der Tempel, mein Heiligtum, sehr achtsam und genussvoll beschritten wird. Dieses neue Bewusstsein im Umgang mit meiner Yoni begleitet mich seither und hat mich auch im Erleben meiner Sexualität nach Seminarende wachsen und reifen lassen.

Dieses genussvolle Herantasten, die Zelebrierung der kleinen und großen Gefühle, die bei der Berührung jedes Zentimeters Haut entstehen, ist ein so großes Geschenk, trägt mich durch das Seminar und die Zeit danach.

Natürlich haben Frauen eine andere Energie als Männer. Aber wie wohltuend ist es, sich wirklich fallenlassen zu können. Ein Nein oder ein "Noch nicht" wird akzeptiert, es gibt keine Grenzüberschreitungen. Ein lustvolles Öffnen für das Neue oder die schon bekannte Berührung, dieses Mal durch eine liebevoll eingestimmte Frau, lässt mich ganz eintauchen in die orgasmische Berührungsmeditation. Ich bin wundervoll, streichle meinen "weichen Frauenbauch" (Zitat Maitrey) und ich bin eine Königin. Ich fühle wie eine Königin. Bettina zeigt Griffe und Berührungen. Es entsteht ein heiliger Raum. Es ist schön, dass eine Assistentin für diese besonderen Unterrichtseinheiten zur Verfügung steht und wir lauschen den Worten und verfolgen jedes Streicheln bewusst, achtsam, ruhig. Und dann dürfen wir paarweise die tantrischen Berührungen erspüren und erleben.

Dieses Wissen muss in die Welt. Ich erzähle nach dem Ende des Seminars Freundinnen und Freunden von dieser wunderbaren Erfahrung und stelle für mich fest, dass ich eine Botschafterin bin - für Männer wie für Frauen. Wie lange schon wurde unsere Sexualität nicht natürlich gelebt, versteckt, die Würde verletzt, Frust erzeugt und sind Schmerzen entstanden? Wie sollen Männer wissen, was Frauen gut tut, wenn diese es oft nicht einmal selbst wissen und sich (noch) nicht als sexuelles Wesen wahrnehmen?

Das Seminar Yoni 1 führt Frauen wieder in die gesunde Weiblichkeit und macht die Welt ein bisschen besser. Herzlichen Dank, liebe Bettina, liebe Maitreyi