



Veröffentlicht auf (<https://www.liebesexundtherapie.at>)

[Startseite](#) > [Sexualtherapie Wissen](#) > [Sexualtherapie Konzepte - Überblick](#) > [Inputs aus dem Neo-Tantra](#)

Inputs aus dem Neo-Tantra

Neotantra



Der Begriff Neotantra

leitet sich vom Wort Tantra ab. Tantra ist eine alte mit dem Hinduismus verbundene Liebeslehre und –technik. Tempelanlagen mit unglaublich schönen sexuellen Darstellungen sowie Bilder legen Zeugnis davon ab. Das Prinzip der männlich-weiblichen Wechselwirkung wie Ying und Yang wird dabei explizit im Sexuellen betont.

Neotantra geht zurück auf einen indischen Philosophieprofessor, der unter den Namen Bhagwan und Osho berühmt und auch berüchtigt (mörderischer Sektengründer in Oregon) werden sollte. Sein zuerst in Poona (Indien) Mitte der 70er Jahre gegründeter Ashram (Lehrstätte für Yoga, Tantra und spirituelle Entwicklung) wurde zu einem Anziehungspunkt für enttäuschte westliche Kommunisten, ernüchterte Linke und von Flowerpower Bewegte.

Es ging um Liebe, freie Liebe, Sexualität als Befreiungslehre. In diesem Punkt bezieht sich Bhagwan auf Wilhelm Reich, Bioenergetische Analyse von Lowen und philosophische westliche Einflüsse. Er holte die Menschen dort ab, wo sie standen: desorientiert, verunsichert, er bot Orientierung.

Bewährte Techniken waren Kundalini (eine Schüttelmeditation), Massagen, die Ermutigung zu sexueller Praxis und elendlange Ansprachen von Bhagwan an seine Jünger, in denen er höchst widersprüchlich die Welt erklärte. Der finanzielle Erfolg führte aber schließlich auch zum Zusammenbruch des Bhagwansystems aufgrund von Größenwahn und Sektenbildung in Oregon. Diese verübte einen Anschlag auf die örtliche Bevölkerung mit Salmonellen. Viele Kinder der Kommunenmitglieder dieser Zeit trugen schwere Schäden davon.

Neotantra heute

Auch wenn das Wirken von Bhagwan wenig erfreulich wurde, so war es doch so, dass Lehren von Wilhelm Reich, Massagetechniken, bioenergetische Übungen, Abbau von sexuellen Hemmungen ein auch von Bhagwan mit gestaltetes Bleibendes wurde. Seine wesentliche heute aktive Schülerin ist Diana Richardson. In ihrem Buch *Slow Sex* bietet sie eine Reihe von sinnvollen und hilfreichen Übungen an.

Die Technik der sexuellen Vereinigung ohne Erektion des Mannes, die von ihr „weiche Penetration“ genannt wird, sei hier genannt. Der Ansatz kann durchaus als sehr hilfreiche sexuelles Trauma reduzierende Technik angesehen werden

Sie spricht von *Liebemachen* und nicht von Sex und hat dafür schöne Zugänge. Diese kommen eben aus den oben genannten Quellen.

Sie sieht die beim vaginalen Verkehr üblichen Bewegungen und den Orgasmus als zerstörend für das Liebemachen an, da daraus „heiße Energien“ (Aggressionen) ausgehen würden, man sollte jedoch immer im coolen Bereich bleiben, so ihre Theorie

Unser persönlicher Zugang

Wir kennen Diana Richardson schon lange. Im Juni 2013 haben wir bei ihr ein einwöchiges Training gemacht, das uns auch gut gefallen und gut getan hat. Sie ist eine sehr nette Person und führt eine Gruppe von 25 Paaren! Es kommt dabei zu keinen sexuellen Aktivitäten, diese solle die Paare alleine und ungestört machen.

Verbindung mit Psychodramasexualtherapie

Die Gemeinsamkeit liegt wohl im Besonderen in der Achtsamkeit und Bezogenheit auf das, was der Körper braucht um Liebe leben zu können, Sex lustvoll lebendig erleben und erhalten zu können. Die Begegnung des Paares im Liebesleben und Sexualspiel ist etwas Besonderes und in langandauernden Beziehungen sehr Fragiles. Richardson setzt Berührung durch Massage, körperlichen einfühlenden Kontakt in ähnlicher Weise als wesentlich in ihrer Arbeit ein. Traumatisierung kann durch bestimmte Übungen reduziert werden, auch das ist sehr ähnlich.

Resümee

Neotantra ist ein durch Diana Richardson prominent vertretener Ansatz zur Verbesserung der sexuellen Beziehung von Paaren, deren Sexualität verkümmert (ist). Für die Behandlung von sexuellen Störungen scheint sie uns nicht ausreichend geeignet, da keine therapeutische Hilfestellung gegeben wird und gegeben werden kann. Übungen von Richardson eignen sich gleichwohl für sexuell traumatisierte Menschen sehr gut.

Kritik

Die Ablehnung der sexuellen Begegnung als auch gerade deshalb lustvoller, weil auch bewegender (Rein-raus-Bewegungen) und im Orgasmus endender Liebesakt und Vereinigungsmoment teilen wir überhaupt nicht.

Da finden wir Wilhelm Reich sehr viel lebendiger: Er sieht im Orgasmus Reflex eine, wenn nicht **die** Möglichkeit, Befreiung von Stress und Spannung zu erreichen. Und er schreibt ihm die Kraft zu, Menschen resistenter gegenüber autoritären Strukturen zu machen.

Lustvolle Menschen würden sich weniger gern und leicht in Sinnloses und Einschränkendes einfügen lassen. Die Forschungen bestätigen ihn auf jeden Fall in Hinsicht darauf, dass Sexualität ein wichtiges Stressniveauregulans ist: Sexuelle Aktivität senkt das Stressniveau.

Literatur

Diana Richardson: Slow Sex

Film: **Guru: Bhagwan, His Secretary & His Bodyguard** [1] <https://www.youtube.com/watch?v=3cDgOf2Om28> [2]

<https://www.youtube.com/watch?v=T11MANDpawo> [3]

<http://www.connection.de/index.php/magazintexte/32-special/160-neo-tantra> [4]

<http://www.spiritual-tantra.de/curriculum/neo-tantra> [5]

<http://diamond-lotus.eu/ueber-uns/was-ist-tantra/> [6]

Autorin: DSA Manuela Hofer, Psychotherapeutin, Paar- und **Sexualtherapeutin in Linz** [7]

Bildquelle: spiritual-tantra.de, Berlin

AutorIn:

Manuela Hofer-Hartnig

copyright by liebesexundtherapie.at - Verwendung der Inhalte nur zu privaten Zwecken

Links

[1] http://www.imdb.com/title/tt1735976/?ref_=ttpl_pl_tt

[2] <https://www.youtube.com/watch?v=3cDgOf2Om28>

[3] <https://www.youtube.com/watch?v=T11MANDpawo>

[4] <http://www.connection.de/index.php/magazintexte/32-special/160-neo-tantra>

[5] <http://www.spiritual-tantra.de/curriculum/neo-tantra>

[6] <http://diamond-lotus.eu/ueber-uns/was-ist-tantra/>

[7] <http://www.hoferpsychotherapie.at/psychotherapie-linz/manuela-hofer.html>