

Der Weg des Körpers und das Tantra

Roberta Rio und Francesco Alessandrini

Informationen zum Artikel

Erste Veröffentlichung: 30/1/2016
www.voyageindestiny.org
www.academia.edu

©2016
Roberta Rio und
Francesco Alessandrini

Schlüsselwörter

Der Weg des Körpers
Tantra
Sexualität
Liebe
Geistige Entwicklung

Zusammenfassung

Der Weg des Körpers verfolgt einen dem Tantra ähnlichen Prozess der Bewusstseinerweiterung. Das Tantra, der orientalische Weg der Bewusstseinerweiterung, erweist sich in den westlichen Ländern nicht selten als unpassend und unverständlich.

Der Weg des Körpers geht von anderen an unsere westliche Kultur angepassten Voraussetzungen aus. Es wird von der Sexualität Gebrauch gemacht, die – wenn sie in einer bestimmten Art und Weise gelebt wird – uns ein „Jenseits“(1) erreichen lässt, das uns wiederum zur evolutionären Bedeutung unseres Seins und dessen endgültigen Ziels zurückbringt: das Leben in Liebe.

Der Weg des Körpers und das Tantra

Oft werden wir gefragt, welche Ähnlichkeiten und Gemeinsamkeiten zwischen dem *Weg des Körpers*, den wir anbieten, und dem Tantra bestehen. Die Frage stellt sich zu Recht, zumal derjenige, der im Westen mehr über Sexualität wissen möchte, „Tantra“ googelt.

Wir beide näherten uns den tantrischen Lehren ungefähr vor sechzehn Jahren. Nach einigen Jahren des Studiums und der Praxis begannen wir einige dieser Lehrmethoden im Westen sowie einige Aspekte der Disziplin selbst kritisch zu hinterfragen und uns von ihnen zu distanzieren. In den nachfolgenden Jahren haben wir den menschlichen Körper und die Sexualität im Detail erforscht. Diese stellt wohl das stärkste Mittel des Menschseins dar und ist darüber hinaus in der Lage, uns Dauerhaftigkeit im Leben zu gewährleisten, und ermöglicht uns, Freude an unserer Körperlichkeit zu verspüren. Wir haben herausgefunden, dass die Sexualität - wenn sie in einer bestimmten Art und Weise gelebt wird - uns „Etwas“ erreichen lässt, das über das Diesseits hinausgeht, das uns wiederum zur evolutionären Bedeutung unseres Seins in der Materie und dessen endgültigem Ziel zurückbringt: das Leben in Liebe.

Der *Weg des Körpers* stellt in diesem Sinne einen der möglichen Entwicklungswege dar. Dieser führt über das Körperliche zum Ziel der menschlichen Liebe bzw. zum höchsten Grad der Verbindung, den zwei verkörperte Wesen erreichen können: die Union.

Ein begeisternder Weg, auch wenn er aufgrund unserer gesellschaftlichen und religiösen Erziehung, der wir unterliegen, manchmal schwierig zu erreichen ist.

Im Gegensatz dazu ist das Tantra eine spirituelle indische Disziplin, mit bekannten Ausläufern auch in angrenzenden geografischen Regionen, dessen Ursprung sich in den Nebeln der Zeit verliert. Der Begriff weist einerseits sowohl auf eine Menge von Schriften als auch auf die Lehren selbst hin. Etymologisch betrachtet erkennen wir im Wort Tantra die Sanskrit-Wurzel „tan“, das „Erweiterung“ bzw. „Expansion“ bedeutet. Und genau das ist das Ziel des Tantra: das Bewusstsein des Einzelnen bis zu seiner Verbindung mit dem Ganzen zu erweitern. Das ist es auch, was man mit dem Begriff „Erleuchtung“ meint.

Im Tantra werden geistige und körperliche Techniken gelehrt, die zur Beherrschung des Körpers, der Sinne, des Geistes/der Vernunft und zum bewussten Gebrauch der sexuellen Energie führen. Das ist der Zweck der so genannten Mudras (Hand- und Fingergesten), der Mantren (stimmliche Ausdrücke) und der Yantras (Meditationstechniken und Visualisierung von komplexen geometrischen Figuren). Der Sexualakt im Tantra ist eine der Möglichkeiten, um die Materie mit der spirituellen Ebene zu vereinen, indem die eigenen körperlichen Bedürfnisse gestillt werden, ohne diese zu unterdrücken, aber auch ohne von ihnen abhängig zu sein.

Die Dauer des sexuellen Aktes verlängert sich, da das Ziel nicht der Orgasmus, sondern eine alles durchströmende Lust ist. Diese kommt durch die starke sexuelle Energie und einen Geisteszustand zustande, die beide zur Vereinigung und zum Spüren dieser Vereinigung zwischen den Partnern führen können.

Und wenn man diese Art der Vereinigung spürt, d.h. wenn man sich in die Dynamik der Liebe fallen lässt, ist man mühelos in der Lage, Vereinigungen auf anderen und höheren Ebenen wahrzunehmen.

So interpretiert wird das Tantra zu einer Möglichkeit „aufzusteigen“ und sich weiterzuentwickeln. Unser *Weg des Körpers* zielt auf dasselbe Ergebnis ab, allerdings auf eine viel einfachere und „westlichere“ Art. Vor allem aber mit viel weniger Symbolen und Zeremonien, an die wir ohnehin - aus kulturellen Gründen und nicht nur aus diesen - nicht gewohnt sind.

Wir haben erkannt, dass das Tantra dem aktuellen evolutionären Stand der westlichen Welt weit voraus ist. Es ist eine Ebene, an die wir uns jedenfalls annähern. Im Zuge dieser Annäherung kann das Tantra jedoch nicht nur sprachlich übersetzt werden, um im Westen verstanden und gebraucht

werden zu können. Es ist unmöglich, diese Traditionen ähnlich einem Marktprodukt zu importieren: Es muss verständlich gemacht werden, es muss in einer Weise übersetzt werden, dass es uns Westliche in die Lage bringt, es zu verstehen. Das Tantra stammt aus einem historischen, sozio-kulturellen und religiösen Kontext, der weit von unserem entfernt ist. In diesem ist eine jahrtausendealte Weisheit enthalten, die eng mit der Geschichte der geografischen Lage, aus welcher sie stammt, sowie mit den Glaubenssätzen, der Religion, der Wahrnehmung der Welt, des Lebens, der Natur, des Körpers und der Sexualität verbunden ist!

Es ist keine Summe von mechanischen Techniken, sondern ein Sich-Annähern ans Leben, das im ganzheitlichen Sinne alle Bereiche der Existenz umfasst.

Darüber hinaus entsteht das Tantra in einer evolutionären Phase der Menschheit, welche nicht unserer derzeit gelebten entspricht. Es war eine Phase, in welcher man sich auf die Weisheit des Körpers verlassen hat. Um die Wirklichkeit zu verstehen, hat man sich auf eine Form von Intuition gestützt, die nicht vom Verstand gelenkt war.

Um die tantrische Praxis verstehen und anwenden zu können, müssen wir uns zunächst in eine wohldefinierte Ausgangslage versetzen: Wir müssen Fähigkeiten wiederentdecken, die wir in der darauf folgenden Phase, in welcher der Verstand die Oberhand gewonnen hat, verloren oder vergessen haben.

In die westliche Welt wurden nur einige Aspekte des Tantra eingeführt. Einer dieser Aspekte sind dessen sexuelle Praktiken.

Aus seinem Kontext gerissen besteht jedoch die Gefahr eines Missverständnisses, anders ausgedrückt, der vom Tantra vorgegebene Weg kann im Westen, wenn überhaupt, höchstens teilweise funktionieren. Es ist kein Zufall, dass zum Beispiel die Tantrakurse in Europa manchmal zu Orten der Promiskuität werden, oder dass das Wort allein reicht, um ein sarkastisches Lächeln hervorzurufen.

Der rein sexuelle Aspekt des Tantra hat sich im Westen aufgrund unserer Geschichte bzw. wegen der Folgen von zweitausend Jahren Christentum und einer bestimmten philosophisch-wissenschaftlichen Richtung, wie beispielsweise des uns heute noch prägenden kartesischen Rationalismus, durchgesetzt. Das heißt, wir verfolgen das Tantra mit der bewussten oder unbewussten Erwartung, den Körper und seine Triebe zu befreien. Was dann passiert, ist, dass wir darin gefangen bleiben.

Wir ersuchen den Orient, uns im Hinblick auf das Thema der Sexualität zu helfen, die aktuellen Sperren der westlichen Welt zu überwinden, aber aufgrund der bereits dargestellten Überlegungen, und weil sich der Energiekreislauf des menschlichen Körpers teilweise von Volk zu Volk unterscheidet, kann das nicht funktionieren. Das bedeutet, dass die Art und Weise, wie im Tantra bestimmte Energiekreisläufe aktiviert werden, einige bestimmte Positionen und einige Mudras im westlichen Körper nicht gleich funktionieren: Weil diese eben auf jenen Energiestrukturen des menschlichen Körpers basieren, der seinen Ursprung im Land des Tantra hat.

Um als Westliche eine spirituelle Erfahrung durch den Körper machen zu können, ist es angebracht dass wir zunächst zwei wesentliche Schritte gehen: 1) zum Körper und zu einem korrekten und ausgeglichenen Gebrauch der Sexualität zurückkehren 2) die Idee loslassen, dass der Verstand höherwertig ist als der Körper.

Die Art, um diese beiden Ziele zu erreichen, muss „westlich“ sein, das heißt, die aus dem Orient stammenden Praktiken können uns nicht dabei helfen, sie können uns lediglich einen Anstoß geben. Allerdings besteht das Risiko, dass sie wirkungslos bleiben, so lange sie nicht zuerst „übersetzt“ werden bzw. wenn nicht zuerst entsprechende Lernmethoden gefunden wurden, damit wir sie mit unseren Sinnen verstehen können.

Stellen Sie sich eine Person vor, die an Eisenmangel leidet. Auch wenn ihr andauernd Eisen zugeführt wird schafft der Körper es nicht, dieses zu absorbieren. Um ein positives Ergebnis zu erzielen, ist parallel die Einnahme von Vitamin C erforderlich.

Dasselbe passiert mit dem Tantra im Westen. Sie können den tantrischen Lehren, wie sie im Westen überliefert werden, über Jahre folgen, und Sie werden dennoch weiterhin auf der körperlichen Ebene blockiert sein und niemals das „Jenseits“ (1), von dem wir schon gesprochen haben, erreichen.

Wie wird der Weg des Körpers praktisch angewendet?

Aus unserer persönlichen Erfahrung haben wir festgestellt, dass für uns Westliche, die wir extrem rational sind, der kognitive Aspekt ganz wesentlich ist: Es ist der Verstand, der, wenn er einmal die Inhalte verstanden hat, die Erlaubnis an den Körper gibt, Erfahrungen zu machen. Aber so sollte es nicht sein! Der Körper besitzt eine eigene Intelligenz und Weisheit, die auch und vor allem in Bezug auf die Sexualität zum Vorschein kommt. Im Weg des Körpers ist es angebracht, die Ausgangslage jedes Teilnehmers/jeder Teilnehmerin zu berücksichtigen.

Deshalb ist es wichtig dem Verstand regelmäßig eine gewisse Anzahl an einfachen, klaren und logischen Informationen zu geben, damit dieser dem Körper freie Fahrt zum Ausprobieren gibt.

Die wahre Geschichte der Sexualität und die Körper des menschlichen Wesens

Der Weg des Körpers ist mit einer beträchtlichen Fülle an Informationen über die wahre Geschichte der westlichen Sexualität [A], der Arbeitsweise des Körpers bzw. der nicht physischen Körper des menschlichen Wesens, mit besonderem Augenmerk auf die sexuelle Energie, ausgestattet.

Zu wissen, dass unsere Vorfahren die Sexualität spontan und natürlich auslebten – obwohl uns das Gegenteil erzählt wurde – eröffnet uns eine neue Sichtweise, die uns eine Rückkehr zur Körperlichkeit erlaubt und uns ermuntert, verlorene oder vergessene Fähigkeiten wiederzuerlangen: jene Weisheit des Körpers, von der wir bereits gesprochen haben. Dies soll keine Einladung zur Rückkehr auf die Ebene unserer Vorfahren sein, sehr wohl aber zum Wiedererlangen von bestimmten Aspekten ihrer Fähigkeiten. Sie lebten ihre Sexualität in der Art und Weise, dass dies eine eng an die Materie und die rein physische Dimension des Körpers gebundene evolutionäre Phase der Menschheit war. Nun ist es ratsam, dass wir eine körperliche Dimension zurückbekommen, die wir vernachlässigt haben, als wir in die folgende evolutionäre Phase eingetreten sind, in welcher der Verstand das Ruder übernommen hat. Das Zurückerlangen des Körperlichen erlaubt uns, den Verstand auszugleichen und mit unserer Gesamtheit in die nächste evolutionäre Phase einzutreten. Eines der Merkmale unserer aktuellen evolutionären Phase ist das Eintreten in die Dynamik der Liebe bzw. das Einswerden in uns im Sinne von Körper, Geist und Seele; und wenn wir unsere persönliche Vereinigung erreicht haben, geht es darum, die Vereinigung mit einem anderen Menschen anzustreben, der ebenso eins mit sich und in sich ist.

Das Ziel bestimmen

Die Bestimmung des primären Ziels dieses Weges ist ein wesentliches Element. Denn wenn der Verstand – abgesehen von einzelnen Phasen – weiß, wo wir ankommen wollen, kann er einen Zustand der Ruhe beibehalten, ohne die körperliche Erfahrung zu behindern.

Das Ziel ist das Erreichen der - zunächst körperlichen - Vereinigung und dann in ihrer Gesamtheit mit einem anderen menschlichen Wesen. Der Orgasmus ist in diesen Fällen nicht das Ziel des Sexualaktes. Für jene, die sich gegen diese Behauptung wehren, können wir gleich klarstellen, dass dies nicht die Enthaltung vom Orgasmus oder einem ganzheitlichen Sexualakt bedeutet. Im

Gegenteil, wir sagen noch mehr: Die sexuelle Abstinenz ist nicht menschlich. Wenn Sie in die bevorstehende Vereinigung eintreten werden, wird es völlig natürlich sein, nicht den Orgasmus anzustreben. Die sexuelle Energie wird dennoch spürbar, jedoch nicht auf die Genitalien konzentriert und auf den Orgasmus gerichtet sein.

Die körperliche Erfahrung

Die besondere Aufmerksamkeit, die wir in den letzten Jahren den körperlichen Aktivitäten gewidmet haben, entspringt aus der Erkenntnis, dass

man die Erfahrung nur in der Materie, also im Körperlichen machen kann.

Indem wir Erfahrungen machen, begreifen wir die Schöpfung, in der wir uns befinden, in einem Prozess des nicht nur rationalen schrittweisen Verstehens, der es uns erlaubt zu wachsen und uns zu entwickeln [B].

Unser Weg der Erkenntnis hat uns beigebracht, den Körper in einer völlig anderen Art wahrzunehmen und zu gebrauchen und außerdem auch die vielfältigen, nicht physischen Körper des menschlichen Seins zu erforschen und zu bestimmen [C].

Das Problem unserer Epoche ist, dass wir in einer Trennung von Körper und Geist leben. Im Vergleich zum Körper ist der Verstand außerordentlich wichtig. Was wir verstehen müssen ist, dass man die Erfahrungen hauptsächlich mit dem Körper und viel weniger mit dem Verstand macht. Der Verstand ist lediglich ein Instrument, um uns an die materielle Ebene anzupassen. Wenn er jedoch die Richtung unseres Lebens bestimmt und sich über den Körper stellt, ist er in der Lage, uns vom Weg abzubringen. Das Grundelement von allem ist der Körper, der uns erlaubt, Erfahrungen in der Materie zu machen. Der Verstand kann auch täuschende Gedanken erzeugen, die nicht die wahre Natur der Dinge widerspiegeln, welche dem Körper aber in Wahrheit viel näher ist. Überspitzt formuliert: „Der Körper lügt im Gegensatz zum Verstand nie“.

Die Verteufelung und der falsche oder übertriebene Gebrauch der sexuellen Energie sind hinterlistige Illusionen des Geistes, die – wie wir gesehen haben – zu widersprüchlichem, zwiespältigem und schizophrenem Verhalten führen: Während der Verstand das eine sagt, macht der Körper etwas anderes.

Man könnte auch sagen, dass das, was der westliche Mensch als sein höchstes Gut betrachtet, nämlich das Denkvermögen, manchmal die Quelle der Täuschung ist.

Aus diesem Grund müssen wir zum Körper und zum richtigen Gebrauch der sexuellen Energie zurückkehren, die das Stärkste und Tiefgehendste ist, was wir in der Materie erleben können. Sie enthält in sich auch die Möglichkeit zur Transzendenz.

„Tan“ – Erweiterung/Expansion/Ausdehnung

Sowohl das Tantra als auch der Tanz verfügen über dieselbe Sanskrit-Wurzel „Tan“, was „Erweiterung“/„Expansion“/„Ausdehnung“ bedeutet. Der Ursprung dieses Wortes fasst schon den Inbegriff des Tantra sowie des Tanzes zusammen: Beide sind - wenn sie in einer ganz bestimmten Art praktiziert werden - in der Lage, den Einzelnen tiefgründig mit sich selbst und so auch mit dem Ganzen zu verbinden. Im „Weg des Körpers“ machen wir aus verschiedenen Gründen und mit unterschiedlichen Zielsetzungen vom Tanz Gebrauch. Mit dem Tanz gelingt es uns zunächst, die Menschen wieder zum Körper zurück zu bringen. Denn was geschieht beim Tanzen? Der Körper aktiviert sich, der Geist beruhigt sich und die Lebensenergie beginnt frei zu fließen. Außerdem stellt der Tanz - wird er entsprechend angewendet - eine Möglichkeit zur Wahrnehmung von Formen der

Vereinigung auf verschiedenen Ebenen dar: mit sich selbst, dem Partner, der Gruppe, dem Ort, einer bestimmten spirituellen Ebene usw. Das ist es auch, was wir „sakralen Tanz“ nennen. Beginnend mit der Aktivierung der Lebensenergie bzw. der sakralen Energie – „sakral“ aus der etruskischen Wurzel „sac“, die auf die irdische Energie, die alles erschafft und zerstört, verweist - betreten wir Bereiche der Vereinigung, indem wir uns selbst erweitern bzw. die reine Körperlichkeit überwinden.

Anmerkungen

- (1) Der Begriff „Jenseits“ wird in diesem Text nicht als Synonym für "Welt des Todes" verwendet, sondern als Synonym wofür auch immer über die materielle Wirklichkeit hinausgeht, die wir direkt sensoruell und visuell wahrnehmen.

Angaben zu den Autoren

Roberta und Francesco sind seit dem Jahr 2000 befreundet ... vielleicht auch schon länger. Der Wunsch zur Erforschung des tiefen Sinnes der Existenz und die unstillbare Neugier an allem abseits des normalen menschlichen Bewusstseins haben sie zusammengeführt und seit dem Jahr 2006 haben sie einen gemeinsamen Forschungsweg über die „wahre Erkenntnis“ beschritten. Gemeinsam haben sie eine neue Forschungsmethode der Geschichte erarbeitet, die als „**historisch-intuitive Methode**“ bezeichnet wurde. Darin erlauben der kombinierte Gebrauch eines objektiven historischen Wissens und von Intuitionen, die in einem Zustand des Über-Bewusstseins gewonnen werden, eine Interpretation von Artefakten und Ereignissen, die mit der traditionellen historischen Methode unerreichbar ist.

Der Weg des Körpers© ist ein weiteres gemeinsam realisiertes Projekt: der Weg des menschlichen und „evolutionären“ Wachstums, in welchem – beginnend beim physischen Körper und seinem Gebrauch in der Wirklichkeit der Materie – man schrittweise die Wahrnehmung des „Jenseits“ erreicht, das sich in die spirituelle Welt ausdehnt. Dieser Weg wird über Bücher, Konferenzen und Seminare in Österreich, Deutschland, Italien und in der Schweiz verbreitet.

Sie haben eine gemeinsame Homepage, auf welcher sie ihre Erfahrungen sammeln und veröffentlichen und die Termine der Erfahrungs-Wege bekannt geben: www.voyageindestiny.org.

Bibliographie

- A] Rio Roberta – *Sakraler Sex. Der Weg des Körpers* – Bautz Verlag – Nordhausen (D) – 2016.
B] Hostgut E. und Krug B. – *Crescere attraverso il corpo: la nostra evoluzione viene gestita nella materia* – Edizioni del Faro – Trento (I) – 2014.
C] Alessandrini Francesco – *Viaggio del destino – sesta parte – i corpi non fisici dell'essere umano* – Ilmiolibro – I – 2013.
D] Rio Roberta und Francesco Alessandrini, *The Path of the Body* – Bautz Verlag – Nordhausen (D) – 2016.