



KÖRPERKONTAKT.

Siegfried von YabYum massiert eine Kundin. Das Yoni-Ritual ist absichtlos und nicht zielgerichtet: Es kann zum Orgasmus führen, muss aber nicht. Lustgefühle entstehen durch die Kraft der Berührungen, sexuelle Energie wird geweckt.

ORGASMUS AUF BESTELLUNG

An manchen Tagen, wenn Beatrix, 48, heimkommt, vibriert sie direkt vor lauter Energie. „War’s wieder gut?“, lächelt ihr Mann dann wissend, und sie nickt. Wenig später wird sie ihre neuen Erfahrungen mit der Yoni-Massage mit ihm teilen (*siehe auch Kasten, Seite 35*). Über 50 Mal hat sich die Angestellte und Mutter einer Tochter schon in die Hände eines Masseurs begeben. „Ich hab meinen eigenen Körper besser kennengelernt“, schwärmt sie, „an Selbstvertrauen gewonnen und völlig neue Orgasmen kennengelernt.“ Orgasmen, die Energie geben und Beatrix zu einer auffallend gut gelaunten Zeitgenossin machen. Denn: Wer mit seiner Sexualität in Einklang steht,

WECKRUF FÜR DIE LIBIDO. Mehr Kontakt zum eigenen Körper, mehr weibliche Kraft, mehr Lust: Immer mehr Frauen setzen auf Yoni-Massage, ein Doping durch sexuelle Energie. Wir haben uns bei Experten und Kundinnen umgehört.

liebt auch das Leben. Beatrix ist eine von immer mehr Frauen, die sich bei Fachleuten holen, was sie brauchen. Die die Hände anderer dort arbeiten lassen, wo sonst nur die eines Partners oder die eigenen hinkommen. Allerdings erweitert um noch mehr Achtsamkeit, Wahrnehmung und Zeit. Ein Auftrag, dem auch in Österreich immer mehr Studios nachkommen. WOMAN besuchte drei davon und

wollte wissen: Was wird genau gemacht und was empfinden die Kundinnen?

GELÖSTE BLOCKADEN. Bis zu vier Stunden – inklusive Gespräch davor & danach – dauert ein Yoni-Massage-Ritual, Teil einer Tantra-Massage. Yoni, das ist der alte indische Begriff für den gesamten weiblichen Intimbereich. Die Intention: Sexuelle Energie soll wieder frei fließen, Blockaden werden gelöst. Die Frau darf sich ganz auf sich kon-



»Wichtig ist, für die eigene Lust Verantwortung zu übernehmen und sie nicht an die Männer abzugeben.«

**CLAUDIA WINTER,
TANTRA-EXPERTIN**

zentrieren und neue Level der Lust erfahren. „Es ist für die Frauen wesentlich, ihre Weiblichkeit zu entdecken“, erklärt Sexualcoach und Tantra-Expertin Claudia Winter. „Wichtig ist, für die eigene Lust die Verantwortung zu übernehmen, sie nicht an die Männer abzugeben. Nach dem Motto: Er wird schon machen ...“

KONTAKT ABGERISSEN. Wir sind in Claudia Winters Studio in Wien-Leopoldstadt. Helle, freundliche Räume, ein goldener Buddha an der Wand. In einem davon macht gerade Claudias Mann Siegfried, ebenfalls Trainer, eine Massage. Im Zimmer, in dem wir sitzen, hatte kurz davor noch Claudia eine Session. Es riecht nach Massageöl und ausgeblasenen Kerzen.

Die Kundin, so erfahren wir, war das erste Mal da.

Aber was passiert nun genau in dem Zimmer? Kommen die Frauen, um einen Orgasmus zu haben? „Nein“, sagt Claudia. „Es geht um die Wahrnehmung ihrer sexuellen Kraft.“ Ein Orgasmus kann sich als Konsequenz ergeben, ist aber nie das Ziel. „Eine Yoni-Massage hat keine sexuelle Intention!“ In den zwei Stunden eines Rituals soll die Frau jeden Zentimeter ihres Körpers bewusst spüren, und erkennen, was ihr guttut. „Sie soll sich wieder als Ganzes wahrnehmen, und dazu gehört nun mal die sexuelle Energie!“ Die Leitung zum Yoni-Bereich, in dem die weibliche Kraft sitzt, ist aber oft gekappt. Und der häusliche Sex trägt meist auch nicht dazu bei, sie zu flicken. „In unserer klassischen sexuellen Begegnung“, so Claudia, die den Tantra-Verein „People of YabYum“ gegründet hat (yabyum.at), „erfahren wir ein paar Berührungen an der Brust, eine kurze orale Verwöhnung, und danach kommt es zum Koitus.“

Ein Yoni-Ritual, bei dem man sich für einen Masseur oder eine Masseurin entscheiden kann, eröffnet ganz andere Wahrnehmungsmöglichkeiten. Mit langsamen, liebevollen Berührungen wird der ganze Körper gestreichelt und gestrichen. Der Trainer nähert sich behutsam den erogenen Zonen, Busen und Intimbereich. Nur wenn die Frau es

Barbara*, 55, THERAPEUTIN, KULTUR- MANAGERIN, SINGLE

„DER ACHTSAME UMGANG MIT DER YONI GIBT MIR STÄRKE.“

Heilige oder Hure. Ich war immer am Thema Frausein interessiert – vor dem Hintergrund einer christlich abendländischen Kulturgeschichte, wo Lust, Sinnlichkeit und Sexualität ausgegrenzt waren. Wo eine Frau entweder Heilige oder Hure ist und kleine Mädchen gerügt werden, wenn sie sich an die Muschi fassen.

In Ordnung. Die Yoni-Massage gibt mir endlich Raum, mich als Frau zu spüren, und vermittelt: So, wie ich fühle, bin ich in Ordnung. Ich brauch mich für nichts zu schämen. Ich brauch mich auch nicht zu verbiegen, damit man mich lieb hat. Ich schätze mich selber wert, und das gibt Stärke. Das macht der achtsame Umgang mit der Yoni. Du musst dich selber kennen, bevor du etwas von einem Partner verlangst. Ich lasse mich von Claudia massieren und hab selber die Ausbildung zur Tantra-Trainerin gemacht.

Christina*, 28, PÄDAGOGIN, SINGLE, 1 KIND

„NÄCHSTES MAL LASS ICH MICH VON EINEM MANN MASSIEREN.“

Alle Sinne. Vor meiner ersten Massage hatte ich ganz schöne Hemmungen. Man weiß ja nicht genau, was kommt und wie man selber reagiert. Ich wollte zu einer Frau. Sie ölte mich ein, berührte mich am ganzen Körper, Busen inbegriffen. Teils war's ein sanftes Streichen, teils eine heftige Massage, um die Sinne zu erwecken. Der Yoni-Bereich war erst andeutungsweise, dann immer direkter dabei. Poppten anfangs noch störende Gedanken auf, übernahm bald ein sanftes Lustgefühl den Körper. Ich war immer Herrin meiner Gefühle.

Ungewohnt. Danach fühlte ich mich wie aufgeladen, gleichzeitig relaxt. Aber das nächste Mal gehe ich zu einem Mann. Es ist doch ein komisches Gefühl, wenn die Finger einer Frau an und in der Yoni sind.

will, gehen die Finger auch an die Klitoris und in die Yoni, um Blockaden zu lösen (230 Euro für bis zu 4 Stunden inklusive Gesprächen). Die Frau soll erkennen, zu welchen Gefühlen sie fähig ist.

Dass Frauen Männern, was sexuelles Verlangen betrifft, von Natur aus um nichts nachstehen, hat nicht zuletzt US-Autor Daniel Bergner mit seinem neuen Buch „Die versteckte Lust der Frauen“ untermauert: Frauen wären genauso triebhaft und könnten animalischen Sex genießen, sagt er, nur: Sie wissen's nicht, erkennen ihre eigene pure Lust oft nicht als solche.

FEHLENDE KRAFT. Wir treffen Sophia, 49, und wollen wissen, aus welchen Gründen sie zur Massage geht. Die Sozialarbeiterin lässt sich am liebsten auf Jaya B. Venders (touchof Tantra.at) buntbezogener Matratze in die Ziellosigkeit fallen. „Durch den Wechsel war meine Lust wie eingeschlafen“, sagt sie. „Ich hab das entschwindene Interesse an Sex wie fehlende Lebenskraft empfunden.“ An Jayas Ein-Frau-Betrieb gefällt ihr das gemütliche Wohnzimmer mit indischem Flair und die herzliche Atmosphäre. Nach anfänglicher Scheu →

Sophia*, 49,
SOZIALARBEITERIN, IN
EINER BEZIEHUNG

**„DURCH DIE MASSAGEN WACHT
MEINE LUST WIEDER AUF!“**

Libido eingeschlafen. Durch den Wechsel war meine Sexualität wie eingeschlafen. Mein Partner hat es wohl oder übel akzeptiert, aber mir selbst hat diese Lebenskraft immer mehr gefehlt. Ich wollte meine Lust unbedingt wieder zurück, für mich selber. Dann hat mir eine Freundin von der Yoni-Massage erzählt.

Kein Druck. Ich gehe zu einer Frau, das ist mir lieber. Viermal war ich schon. Das Tolle ist: Man muss gar nichts, nur nehmen und spüren. Man schwebt wie auf einem Plateau. Bei einem Partner steht man doch unter Druck: Wenn ich zu lange brauche, freut's ihn vielleicht nicht mehr. Die Massage bringt manchmal einen Orgasmus, manchmal nicht. Beides passt. Danach fühle ich mich, als wäre mein Herz weiter geworden. Ich könnte die ganze Welt umarmen. Und auch die Beziehung profitiert, weil ich mehr Lust habe ...

SINNLICH. Masseurin Jaya will bei Sophia, 49, alle Sinne, auch mit einer Feder, wecken. Im weiteren Verlauf massiert sie auch nackt, um „auf einer Ebene“ zu sein.



Irmgard*, 37,
ANGESTELLTE,
VERHEIRATET, 2 KINDER

**„ICH BRINGE MIR DANK TANTRA
MEHR RESPEKT ENTGEGEN.“**

Keine Schuld. Ich wollte nur, dass es meiner Familie gutgeht, und bin mehr und mehr in den Modus „funktionieren müssen“ gerutscht. Ich wurde immer unglücklicher. Warum? Ich hatte auf mich selbst vergessen. Dafür konnte ich niemandem die Schuld geben. Das wurde mir erst später klar. Davor war ich auf meinen Mann sauer: Er muss doch sehen, dass ...

Nein sagen. Durch Tantra-Seminare und Yoni-Massage hab ich gelernt, mir selbst mit mehr Achtsamkeit und Respekt zu begegnen. Ich wäge nun immer ab: Magst du das? Wie geht's dir damit? Ich darf auch Nein sagen und mir selbst Gutes tun. Es war eine große Überwindung, zur ersten Yoni-Massage zu gehen, aber ich hab viel profitiert, und meine Umgebung mit mir. Unsere 17-jährige Ehe verlor durch mein neues Selbstwertgefühl wieder an Routine.

kann sich Sophia den sinnlichen Streicheleinheiten nun entspannt hingeben: „Die Massage wird ganz langsam immer intimer. Die Berührung, die gerade ist, passt genau. Ich hab mich nie überrannt gefühlt.“ (siehe auch *Kasten oben*)

Jayas achtsame Hände richten sich nach den Energien, die sie spüren. „Ich beschäftige mich seit über zehn Jahren mit Tantra“, erzählt sie. Ihr Credo: „Es ist wichtig, dass die Frauen wissen, wie sie funktionieren, und mit sich selber zufrieden sind. Das erhöht den Selbstwert.“ Immer wieder kommen Kundinnen, die meinen, mit ihnen stimme etwas nicht, weil sie keine Lust, Schmerzen beim Sex oder Orgasmusschwierigkeiten hätten. „Einer der häufigsten Gründe ist aber, dass sie sich selber gar nicht oder zu wenig spüren.“ Bei der Yoni-Massage (160 Euro für bis



»Eine Frau, die mit ihrer Sexualität im Reinen ist, kommt wo rein und strahlt. Das hat nichts mit äußerer Schönheit zu tun ...«

JAYA B. VENDERS,
TANTRA-MASSEURIN

zu 3 Stunden) dürfen sie nur liegen und nehmen, ohne gleich denken zu müssen: Was müsste ich meinem Partner jetzt im Gegenzug Gutes tun. Es gibt keinen Orgasmusdruck, nur das Wahrnehmen der eigenen Sensationen. „Eine Frau, die mit ihrer Sexualität im Reinen ist, kommt wo rein und strahlt. Das hat nichts mit äußerer Schönheit zu tun, sondern mit Authentizität.“ Eine Auffassung, die Claudia Winter nur unterstreichen kann: „Mein Motto: Schönheit ist nur eine Frage der Geschwindigkeit des Blicks. Ich möchte die Frauen ermutigen, diese innere Schönheit in sich selbst zu erkennen.“

LEBENSENERGIE. Auch die Medizin ist schon auf Yoni gekommen: Univ.-Doz. Dr. Otto Schlappack (*massage.tantra-wien.net/team*), der jahrelang im Wiener AKH als Facharzt für Strahlentherapie arbeitete, beschäftigt sich schon seit dem Studium mit den unterschied-

lichsten Massagen. Inzwischen widmet er sich nur mehr diesen, Yoni-Ritual inklusive, und hat es nicht bereut: „Wann hat im Krankenhaus beim Rausgehen schon jemand zu mir gesagt: Ich fühle mich, als würde ich schweben?“ Er sieht die Yoni-Massage auch als „kultivierte, noble Form, sexuelle Lust zu erleben und zu befriedigen“. Viele Frauen, vor allem ältere, lebten allein. Andere hätten zwar Beziehungen, haben aber kaum mehr Sex oder nur „schnell fünf Minuten vorm Einschlafen“. Optimale

FOTOS: ROLAND FERRIGATO

Gesundheit und Wohlbefinden, so der Arzt, sind jedoch ohne sexuelle Befriedigung schwer möglich. „Sexuelle Energie ist Lebensenergie!“ Und das Lustempfinden ist da, „bis man die Augen zumacht“. Gemeinsam mit drei Mitarbeiterinnen offeriert er für Männer wie Frauen (150 Euro für zwei Stunden) in freundlichen Räumen die Erfahrung eines nie gekannten Lust-Levels. „Das ist wie Fast Food gegen ein zehngängiges Menü!“



»Sexuelle Energie ist Lebensenergie. Und das Lustempfinden ist da, bis man die Augen zumacht.«

DR. OTTO SCHLAPPACK,
ARZT / MASSAGE-EXPERTE

KÖRPERDOPING. Durch Entlangstreichen an den wichtigen Energiebahnen wie dem Nieren-Meridian wird der ganze Körper gedopt. Orgasmus ist auch hier nur Option. „Wenn ich auf diesem hohen Plateau der Lust dahinreite, ist der Höhepunkt so-

manchmal auch sexuelle Energie, aber die ist nicht auf den anderen gerichtet!“ Eine Gesellschaft, in der Sexualität eine bejahte, natürliche Sache ist, „die niemand unterdrücken braucht“ – das wäre ihr Traum.

MIRIAM BERGER ■

wieso kein so extremer Draufsetzer mehr“, weiß Schlappack. Wichtig sind für ihn die Berührungen, die jeder Mensch braucht.

„Die Leute fragen danach: Was hast du mit mir gemacht?“, erzählt Expertin Claudia. „Gar nichts“, sage ich dann. „Das sind alles deine Energien. Ich hab dich nur begleitet!“

Aber was empfinden die Masseure selbst während einer Session? „Es ist wie eine aktive Meditation“, beschreibt Claudia. „Wir erleben schon

Beatrix*, 48, ANGESTELLTE, VERHEIRATET, 1 KIND

„**ICH HAB VÖLLIG NEUE
ORGASMEN KENNENGELERNT.**“

Mehr Energie. Ich bin zufällig übers Internet auf Yoni-Massagen gestoßen und habe schon über 50 gemacht. Das kostet einiges, ist es mir aber wert. Andere leisten sich andere Dinge. Auch mein Mann ist ein Fan. Wir sprechen oft über unsere Erfahrungen, und wenn ich nach einer Massage heimkomme und ihn umarme, dann spürt er so richtig meine Energie, sagt er.

Wie losgelöst. Ich war erst bei einer Frau, jetzt lass ich mich von einem Mann massieren. Das sind ganz andere Energien. Er behandelt mich mit so viel Respekt und Ruhe. Und Männer sind, so finde ich, kreativer. Ich habe völlig neue Orgasmen kennengelernt, die ziehen einen in eine andere Welt, man ist wie losgelöst. Im Büro fragen sie mich immer wieder: Wie machst du das, du bist so gut drauf? Tja, meine Lieben ...

WERBUNG

WIR LASSEN UNSER SCHNELLSTES NETZ TESTEN. VON IHNEN.

Erleben Sie ultraschnelles LTE-Internet zu Hause: mit unserer HOME NET BOX. Einfach anstecken und sofort mit bis zu 150 Mbit/s surfen, streamen und downloaden.

10 TESTERINNEN GESUCHT. 1 JAHR GRATIS NUTZUNG.

Ihre Vorteile im Überblick

- Neues elegantes Design
- Download mit bis zu 150 Mbit/s
- Upload mit bis zu 50 Mbit/s
- Mit bis zu 32 Geräten gleichzeitig surfen
- 1 LAN-Anschluss
- Bis zu 250 Meter Reichweite



UND SO FUNKTIONIERT'S!

Melden Sie sich bis zum **27.8.2014** ganz einfach auf **WWW.WOMAN.AT/T-MOBILE** an und werden Sie eine von **10 TESTERINNEN** der HOME NET BOX!

Teilnahmebedingungen unter www.woman.at/t-mobile



DAS VERBINDET UNS.