

Sexological Bodywork



© sexological bodywork

Eine von Joseph Kramer begründete Körperarbeit widmet sich speziell der genitalen sexuellen Erfüllung

In Kalifornien ist ein Beruf, der mit genitaler Berührung und sexueller Erregung arbeitet, staatlich anerkannt: der Sexuelle Körpertherapeut (Sexological Bodyworker). Das ist weltweit einzigartig. Nun gibt es seit dem Jahr 2008 eine Ausbildung zum Sexological Bodyworker auch in Europa. Sie wurde von Joseph Kramer, dem Pionier der erotischen Massage begründet

Von Didi Liebold

Seit mehr als fünf Jahren begleite ich nun als Sexological Bodyworker Menschen rund um das Thema Intimität und Sexualität. Somit ist die Heilung der Sexualität zu einem sehr zentralen Thema in meinem Leben geworden. Obwohl ich mich selber explizit nicht als Heiler sehe und es in meiner Arbeit mehr um das Lernen und das Bewusstmachen geht.

Zunächst kurz zum Begriff Sexological Bodywork – dies ist bei uns noch ein relativ neuer Beruf. Dieser existiert seit etwas mehr als zehn Jahren und hat seinen Ursprung in Kalifornien. Dort ist er staatlich anerkannt, was etwas ganz Besonderes ist, das es sonst nirgendwo in der Welt gibt. Es ist der erste Beruf weltweit, der mit direkten, genitalen Berührungen und der sexuellen Erregung arbeitet, welcher eine staatliche Anerkennung erhalten hat.

Der Begründer der Sexological Bodywork ist Joseph Kramer. Bei uns ist er als »Erfinder« der Intimmassage bekannt, welche meistens Bestandteil einer Tantramassage ist. Die Intimmassagen waren auch für mich eine persönliche Entdeckungsreise und Entwicklung, lange bevor ich mich nach einer professionellen Ausbildung in diesem Bereich umgesehen hatte. Denn das durfte ich über Jahre bei mir und bei anderen Menschen feststellen: Diese Form von bewusster Berührung kann Sexualität wirklich heilen.

Aufgeklärt nur an der Oberfläche

Wie nötig ist Sexual Healing denn heute noch bei uns? Natürlich gibt es rund um das Thema Sexualität viele Verletzungen. Bevor ich die Frage nach der Heilbarkeit dieser Verletzungen stelle, frage ich nach ihren Ursachen: Wieso gibt es auch im Jahre 2012 noch so viele Übergriffe und so viel Missbrauch auf diesem Gebiet? Von den Vergewaltigungen und sexuellen Übergriffen in Indien, speziell in der Mega-Stadt Delhi, war kürzlich in den Medien viel zu hören und zu sehen, weil die Gruppenvergewaltigung einer Studentin in einem öffentlichen Bus in Neu-Delhi, der »Vergewaltigungshauptstadt der Welt« auf einmal als Zündfunke gewirkt hat – nach tausenden ähnlicher schlimmer Vorfälle, die aber weitgehend unbeachtet geblieben waren. Anscheinend ist die Zeit reif für einen immerhin kleinen Bewusstseinsprung an dieser Stelle, wenigstens in Indien. So weit so gut (und schlecht) – alle, die einmal Indien besucht haben, wissen ja, wie sexuell verklemmt dieses Ursprungsland des Tantra heute ist.

Wie aber ist es bei uns, in unserer vermeintlich so aufgeklärten Gesellschaft? Sie ist eben aufgeklärt nur an der Oberfläche, in der Tiefe ist sie es nicht. Gerade die Berichterstattung in den Medien zum Thema Frauengewalt anlässlich der Ereignisse in Indien hat dies wieder gezeigt. Da zeigen wir mit dem Finger auf Indien und vergessen aber gerne, wie es bei uns aussieht. Hierzu ein paar Zahlen: In der Schweiz wurden laut Kriminalstatistik im Jahr 2010 666 Vergewaltigungen gemeldet, in Deutschland 7.724 Fälle von »Vergewaltigung und schwerer sexueller Nötigung«. In Neu-Delhi spricht die

In sexuelle Bildung zu investieren, erscheint vielen noch als eher weltfremd und unnötig

Statistik für 2011 von 568 Vergewaltigungen – also pro Tag (bzw. Nacht) sind das fast zwei Frauen, in der Hauptstadt von Indien also etwa hundert weniger als in der Schweiz. Delhi hat aber elf Millionen Einwohner, die Schweiz nur acht. Wir können uns in Europa also nur dann einbilden, in Sachen Sex aufgeklärter und gewaltfreier zu sein, wenn wir davon ausgehen, dass der Faktor zwischen der Dunkelziffer (die laut Wikipedia auf das zwei- bis hundertfache der gemeldeten Fälle geschätzt wird), in Indien im Vergleich zu Mitteleuropa viel höher liegt, und/oder dass dort schwere sexuelle Nötigungen viel seltener als Vergewaltigung eingestuft werden als in unserer Kultur. Wir sind jedenfalls auch in Europa noch weit von einer Gesellschaft entfernt, die ohne sexuelle Gewalt auskommt.

»High Tech Krieg im Neandertal der Liebe«

Sexualität begegnet uns in unserem Alltag heute in Formen, deren Offenheit die älteren Generationen staunen lässt. Wer erinnert sich nicht noch an Sendungen wie *Tutti frutti* und die Diskussionen, die diese damals ausgelöst haben. Da würden heutige Jugendliche wohl nur gelangweilt gähnen. Heutzutage kann man sich ohne großen Aufwand im Internet ganz anderes Bildmaterial anschauen, millionenfach und kostenlos.

Trotzdem bleibt die Frage: Leben wir heute wirklich in einer sex-positiven Gesellschaft? Haben wir einen entspannten Zugang zu uns und unserem Körper? Ist Sexualität ein natürlicher Bestandteil unseres Lebens? Und wie viel Zeit und Geld investieren wir in unsere sexuelle Bildung? An diesem Punkt zitiere ich gerne einen Slogan aus dem Buch »Der unerlöste Eros« von Dieter Duhm: »High Tech-Krieg im Neandertal der Liebe«. Das bringt es für mich sehr schön auf den Punkt. Wir geben Geld aus für alles Mögliche – und selbst wenn wir es in Bildung investieren, machen wir wohl eher einen Sprachkurs oder sonst etwas vermeintlich Nützliches für unsere persönliche Entwicklung. Aber in sexuelle Bildung zu investieren, das erscheint vielen noch als eher weltfremd und unnötig. Denn die Frage ist – kann man denn Sex überhaupt lernen?

Wie lernen Menschen Sexualität?

Und da kommt wieder Joseph Kramer ins Bild – seine Forschung gilt seit mehr als zwanzig Jahren diesem Thema: Wie lernen Menschen Sex? Wie erlernen sie ihr sexuelles Denken, Fühlen und Verhalten?

Natürlich war Joseph Kramer nicht der erste Mensch, der die Idee hatte, dass man Sex lernen kann. In Deutschland hat schon Oswald Kolle, der mit seinen Aufklärungsfilmen berühmt wurde und so etwas wie der erste Aufklärer einer Nation wurde, gesagt: »Liebe kann man nicht lernen, Sex muss man lernen.«

Für die meisten Menschen ist dies aber ein absolut neues Konzept. Meistens geht man davon aus, dass, wenn Liebe da

Meistens gehen wir davon aus, dass, wenn Liebe da ist, der Sex schon passen wird

ist, der Sex schon passen wird. Inzwischen wissen wir, dass dies natürlich nicht so ist. Die einzelnen Fähigkeiten, welche in der Sexualität und Intimität wichtig sind, kann man sehr wohl lernen. Nur stellt sich die große Frage: Wo kann man das lernen? Und vielleicht noch etwas weiter gefasst: Wollen Menschen das überhaupt lernen?

Als Sexualpädagoge, der an Schulen Jugendliche unterrichtet, kann ich mit gutem Gewissen sagen: An der Schule lernt man es sicher nicht. Nicht dass wir Sexualpädagogen einen schlechten Job machen würden. Der Aufklärungsunterricht alleine ist kein einfaches Thema, auch heute nicht, und den meisten Sexualpädagogen ist bewusst, dass wir noch weit davon entfernt sind, unserer Jugend einen wirklich guten und bedeutungsvollen Unterricht anzubieten. Obwohl sich schon vieles verbessert hat, ist es immer noch ein weiter Weg zu einem wirklich guten Schulunterricht über Sexualität. Aber selbst wenn wir den eines Tages wirklich haben sollten, bleibt die Feststellung: An den Schulen, wie es sie heute gibt, lernt man guten, glückbringenden, erfüllenden Sex sicher nicht. Damit sind die Jugendlichen sich selber überlassen und den Einflüssen ihrer Freunde und Cliquen, die ja auch nicht besser dran sind.

War es das schon? Die Suche nach dem »Mehr«

So finden sich die Heranwachsenden irgendwie mit den Gegebenheiten zurecht und hoffen auf glückliche Zufälle, um eine befriedigende Sexualität erlangen. Und dann kommt in einem gewissen Alter, bei den einen früher, bei den anderen später, die Frage auf: War es das schon? Gibt es da nicht noch mehr? Herz und Geist, Kopf und Körper zusammenzubringen, Treue und Offenheit, geht das nicht vielleicht doch? Und wenn ja, wie komme ich dort hin? Und machen sich dann vielleicht auf die Suche.

Für die Menschen in unseren Breitengraden kommen dann die Tantra- und Tantramassageschulen ins Spiel. Diese erfreuen sich einer wachsenden Beliebtheit, weil sie uns einen neuen Blickwinkel auf so vieles ermöglichen, vor allem natürlich auf die Sexualität und das in uns schlummernde sexuelle Potenzial.

Was hierbei vor allem auch wichtig ist, das ist, ganz im Sinne der asiatischen Tradition, die Praxis der Achtsamkeit. Bei den traditionellen Erziehungswegen des Westens ist das zu stark vernachlässigt worden. Da findet Lernen oft nur über

den Kopf statt – und vom Sport, ehemals »Leibesübungen« genannt, kaum über körperliche Erfahrung, vom emotionalen Lernen, dem Umgang mit Gefühlen, mal ganz abgesehen. Aber ohne Herz und Körper kann man Sexualität nicht lernen.

Das somatische Lernen

Hier sind wir bei einem ganz zentralen Begriff angekommen, dem »somatischen Lernen«. Dabei lernen wir in Verbindung mit dem Körper, mit allen Sinnen und eben nicht nur im Kopf. Ich verwende hierfür gerne den Vergleich mit dem Erlernen eines Musikinstrumentes: Ich kann darüber so viele Bücher lesen wie ich will – wenn ich nicht auch mit den Fingern lerne und dem Atem (bei Blasinstrumenten), mit dem ganzen Körper (bei Percussion), dann wird das nichts mit dem Klavier-, Flöte- oder Konga-Spielen, so wertvoll all die Bücher auch sein mögen. Ich kann Notenblätter auswendig lernen – ich werde nicht besser spielen. Nur das praktische Üben wird mein Spiel verbessern. Aber auch da gilt: Wenn ich nur ge-



© sexological bodywork

dankenlos vor mich hin spiele, werde ich nicht besser. Es braucht eine bewusste Praxis. Das weiß jeder von uns, der ein Instrument spielt, Yoga macht oder sich mit Meditation beschäftigt: Entscheidend ist die bewusste Praxis. Nur beim Sex glauben noch immer viele Menschen, dass der einfach da ist und von alleine passiert: Je mehr »ich mich dabei vergesse, umso besser«. Das ist aber nur zur Hälfte wahr, und wie bei so vielen Halbwahrheiten ist das Festhalten an dieser schlechter, als »gar keine Wahrheit« hierüber im Kopf zu haben.

Wenn ich mit mir selbst nicht kreativ bin, wie groß sind die Chancen, dass ich plötzlich bei einem Partner super kreativ werde?

Alt und neu

Die bewusste Praxis tantrischer und auch taoistischer Ansätze ist deshalb eine der Wurzeln in meiner Arbeit als Sexological Bodyworker. Aber es ist auch klar, dass dies Ansätze sind, welche mit unserer heutigen Realität nicht mehr viel zu tun haben. Und mal ehrlich – wer möchte schon in diese Zeit und in diese Kulturen zurück, die weit davon entfernt waren demokratisch zu sein oder Frauen und Männer als gleichwertig anzusehen, in der oft noch Sklaven gehalten wurden oder Haushaltshilfen wie Sklaven behandelt wurden.

Damit das Anwenden traditioneller tantrischer oder taoistischer Ansätze nicht in diese Richtung führt, kommt beim Sexological Bodywork eine zweite Wurzel ins Spiel – die »Human-Potential« Bewegung, welche ihren Ursprung unter anderem in Esalen (Kalifornien) hat und bekannt ist für die Verschmelzung alter Traditionen mit modernem Wissen und modernen Werten. Esalen ist auch der Ursprung vieler Formen von Körperarbeit und auch des somatischen Lernens, wie wir es heute verstehen.

Diese Grundsätze sind zutiefst verankert in meiner Arbeit als Bodyworker: Alle Menschen sind gleich. Wir begegnen unseren Klienten immer auf Augenhöhe und von Mensch zu Mensch. Frauen und Männer, hetero-, homo- oder sonstwie sexuell Orientierte sind für uns gleichwertig, es geht uns um den Menschen. Auch hierin unterscheiden wir uns von der klassischen Sexualtherapie, die zum Beispiel Homosexualität noch als negativ zu bewertende, »krankhafte« Abweichung betrachtet hat.

Aufklärung

Sexualität wird auch im medizinischen Bereich immer wichtiger. Nur kommt auch da dieser klassische Ansatz zur Anwendung: Alles, was von der (gerade) geltenden sozialen Norm abweicht, wird pathologisiert, wenn ich das mal etwas überspitzt ausdrücken darf. Wenn man/frau keine Lust hat, gibt es die entsprechende Krankheitsdefinition dazu und man macht Therapieansätze, oft medikamentöse, was natürlich die Pharmaindustrie freut, wenn der Penis nicht steht, ebenso, und so weiter und so fort. Zuerst wird man nicht richtig aufgeklärt; keiner gibt mir die wirklich wichtigen Informationen. Und wenn ich dann nicht so funktioniere, wie dies in Filmen, Büchern und Zeitschriften dargestellt wird, gelte ich plötzlich als krank und darf mich behandeln lassen.

Aus Erfahrung können wir heute sagen: In den meisten Fällen geht es nicht um eine Krankheit, sondern es geht um Wissen, um ganz normale Aufklärungsarbeit. Wenn zum Beispiel eine Frau mit dem Thema vaginaler Orgasmus in meine Praxis kommt, hat sie oft die Vorstellung, dass etwas bei ihr falsch sei. Denn alle anderen Frauen können dies ja. So kann ich mit ein wenig Wissen aufzeigen, dass bei ihr alles absolut normal ist. Das ist der erste Schritt. Denn oft fehlt den Menschen im Alltag

der Vergleich. Was ist denn eigentlich normal in der Sexualität? Da reicht es in einem ersten Schritt, ihnen das zu vermitteln.

Zeit zum Lernen

Der nächste Schritt ist aber neu, denn wenn ich ein Thema habe und dies ändern möchte, dann ist dies möglich. Das ist das Wunderbare am menschlichen Körper: Der Körper kann alles lernen, es braucht einfach Zeit und Geduld. Diese Zeitfrage ist das eigentliche Thema in der heutigen Gesellschaft. Wer hat denn schon noch Zeit? Am liebsten würden wir natürlich sofort alles ändern, was uns nicht passt. Erektion auf Knopfdruck – ja, bitte, gerne! Ich möchte mich da nicht mit mir und meinem Körper auseinandersetzen, dazu habe ich keine Zeit. Vaginaler Orgasmus – ja, bitte, gerne! Wo gibt es dazu einen Knopf? Der G-Punkt vielleicht? Denn ich habe keine Zeit und Lust, mich selber stundenlang entdecken zu müssen. Auch wenn sich das jetzt ein wenig übertrieben anhört: Unterschwellig sind das oft die Gründe, woran eine Veränderung scheitert. Denn zum Lernen brauchen wir Zeit.

Und es ist klar, dass dieses Lernen nicht nur in den Sitzungen in der Praxis stattfindet, sondern vor allem zu Hause in der eigenen Umgebung. Nur das ist auch der schwierigste Punkt. Es ist einfach, sich zwei oder drei Stunden für ein Selbstlieberitual Zeit zu nehmen, wenn dies in meiner Praxis oder an einem Kurswochenende stattfindet. Denn das ist die Struktur des Kurses, und ich habe mir dafür freigenommen. Nur wie schaut das aus, wenn ich zu Hause wieder im Alltag bin, alleine mit mir oder mit meiner Familie? Finde ich da die Zeit dafür?

Selbstverantwortung

Und das ist ein weiterer wichtiger Schlüssel beim somatischen Lernen – ich bin selber dafür verantwortlich. Ich bestimme, was ich lernen möchte, wie ich es lernen möchte und in welchem Tempo. Für viele Menschen ist diese Selbstverantwortung gar nicht so einfach, denn schon unser ganzes Schulsystem ist anders aufgebaut. Da ist klar geregelt wann und was ich lernen muss. Oder zumindest welche Ziele ich erreichen soll. Zudem trichtern wir uns einfach Wissen in den Kopf ein, dass innerhalb kürzester Zeit wieder vergessen ist. Oft ist auch unsere Haltung, wenn wir zum Arzt gehen oder zu einem Therapeuten: Machen Sie etwas! Heilen sie mich!

Im Sexological Bodywork sind wir in erster Linie Begleiter. Dort arbeiten wir mit den Menschen, um sie selber für ihr Lernen verantwortlich zu machen. Das ist nicht immer einfach. Wenn es jedoch gelingt, dann ist das garantiert eine Veränderung, welche bleibt.

Orgasmic Yoga

Am besten erläutere ich das an einem Beispiel. Einer unserer Hauptmethoden ist Orgasmic Yoga – oder auf Deutsch - be-

Als die Schweizerische Behindertenorganisation *Pro Infirmis* kürzlich eine Ausbildung zum *Sex Surrogate* ins Leben gerufen hatte, sanken die Spenden so dramatisch, dass sie die Pläne aufgab

wusste Selbstliebe. Es ist eine wunderbare Möglichkeit, mehr über den eigenen Körper zu erfahren und vor allem auch zu entdecken, wie ich sexuelle Energie für mich wirklich nutzen kann.

Natürlich ist das Thema Selbstbefriedigung immer noch ein Tabu in unserer Gesellschaft. Wer daran zweifelt, kann sich gerne mal bei unserem aktuellen Papst über seine Einstellung zu diesem Thema erkundigen. Außerdem wissen wir aus unserer praktischen Erfahrung, dass dies nicht das Thema ist, über das man offen mit seinem Partner redet oder mit dem man sich offenzeigt. Nun auch da: Wer daran zweifelt, möge bitte mal eine Umfrage bei verheirateten Frauen machen, wie viele von ihnen ihre Männer schon dabei gesehen haben. Wir wissen, dass Männer das sehr regelmäßig tun. Aber die wenigsten werden dabei erwischt. Es passiert wohl am meisten im Dunklen, und heutzutage vor allem vor einem Computer.

Zudem ist Selbstbefriedigung für die meisten alles andere als absichtslos. Im Gegenteil, es gibt wohl kaum Menschen welche bei der Selbstbefriedigung freiwillig auf den Orgasmus verzichten. Daran ist auch absolut nichts falsch. Wenn man mal etwas Entspannung braucht, kann man sich damit schnell mal einen Genuss verschaffen. Aber ebenso wie im Sex zu zweit, liegt auch hier noch viel verborgenes Potential.

Bleiben wir mal bei den Männern. Wie viel Zeit nehmen sie sich im Durchschnitt dafür? Auch das ist kein Geheimnis: Wir bewegen uns da im einstelligen Minutenbereich. Und was die Berührungen anbelangt, sind die vielfältig und abwechslungsreich? Nein, auch da sind Männer oft nicht sehr kreativ. Sie kennen vor allem genau eine Handbewegung.

Kreativität

Nun stellt sich die Frage – wenn ich mit mir selbst nicht kreativ bin, wie groß sind die Chancen, dass ich plötzlich bei einem Partner super kreativ werde? Und selbst wenn das der Fall wäre, was sagt das aus über mein Verhältnis zu meiner eigenen Sexualität?

Ist das ein Problem? Eigentlich nicht. Wenn ich damit glücklich bin, dann sicher nicht. Nur spielen da in Realität allein schon bei diesem Thema sehr viele Dinge mit hinein, die von Männern als problematisch erleben werden: frühzeitige Ejakulation, Erektion, Lust, Entspannung in der Erregung, etcetera. Die Liste wäre lang. Zudem: Wo lernt man, wie man sich selbst befriedigen kann? Ich wurde da auf jeden Fall nicht aufgeklärt, und ich weiss, dass ich damit nicht alleine bin.

Hier setzt Orgasmic Yoga an. Es ist ein kreatives Lernen mit dem eigenen Körper. Das Tolle daran: Es kostet nichts, und es braucht nicht viel Zeit. Eine Grundübung, welche wir machen ist: dreißig Tage lang täglich dreißig Minuten. Hört sich einfach an. Die wenigsten Menschen ziehen das aber einen Monat lang durch. Denn zum einen: Wo finde ich dreißig Minuten pro Tag nur für mich. Und dann auch noch für Selbstbefriedigung?!

Aber wenn man da ein bisschen weiterdenkt: Wie würde sich mein Körper anfühlen, wenn ich ihn jeden Tag für dreißig

Minuten in bewusste Erregung bringe und diese Energie im Körper durch den Tag mitnehme? Ich bin überzeugt davon, dass unsere Gesellschaft dann ein bisschen anders ausschauen würde.

Orgasmic Yoga ist nur ein kleines Beispiel, wie wir sehr praktisch mit Menschen rund um das Thema Sexualität und Intimität arbeiten. Die Erfolge, welche wir mit eigentlich sehr einfachen Methoden erzielen, sind immer wieder erstaunlich. Wir wissen heute, wie wichtig Berührung auch in Form von Körperarbeit und Körpertherapie ist. Warum sollten wir da die Genitalien und die Sexualität ausklammern?



www.filmstarts.de

Der Film »The Sessions«

Die Realität sieht aber auch hier leider etwas anders aus. Dazu gibt es momentan zwei schöne Beispiele in den Medien. Zum einen der Film »The Sessions«, welcher gerade in den Kinos angelaufen ist. Die Geschichte basiert auf einer wahren Begebenheit und handelt von einer Frau, welche als *Sex Surrogate* arbeitet. Diese Berufsbezeichnung ist bei uns kaum bekannt – am ehesten kennen wir die Bezeichnung Sexualassistentin oder Berührerin. Dies wiederum ist hauptsächlich im Bereich der Arbeit mit Menschen mit einer Behinderung ein Thema.

Alleine schon die Geschichte zum Filmtitel ist spannend – ursprünglich hieß dieser »The Surrogate«. Als der Film dann von einem großen Verleih gekauft wurde, änderte diese den Titel. Ich kenne die Gründe nicht, finde es aber bemerkenswert, dass man die Sache nicht beim Namen nennt. Und wenn man dann den deutschen Untertitel anschaut, oje ..., der ist ein echter Witz: »Wenn Worte berühren«. Was für eine Vermeidung und Verniedlichung! Es geht im Film eben nicht um Worte, sondern um einen wortwörtlichen Hands-on-Job. Der Film bekommt wunderbare Kritiken. Ich bin sicher, viele Zuschauer werden davon sehr berührt sein. Aber wie schaut hier die Realität aus? Diese Erfahrung durfte die Schweizerische Behindertenorganisation *Pro Infirmis* vor ein paar Jahren machen. Als sie eine Ausbildung zu dem ins Leben gerufen hatte, was Cheryl Cohen-Green in dem Film »The Sessions« so einfühlsam spielt, sanken die Spenden so dramatisch, dass sie die Pläne aufgab und die Organisation der Ausbildung abgab.

Die meisten Staaten hinken in Sachen *Sex Surrogate* der Entwicklung hinterher und schmeißen alles, was mit direkter Berührung zu tun hat, in einen Topf: Prostitution

Was war passiert? Der Tenor in den Medien und in der Bevölkerung war: Nun finanzieren die auch noch Prostituierte für Behinderte!

Der Film »Rachels Weg«

Der zweite Film, den ich in diesem Kontext nennen möchte, ist eine Dokumentation, welche momentan im deutschsprachigen Raum an verschiedenen Orten aufgeführt wird: *Rachels Weg*, im Original *Scarlet Road*, erzählt die Geschichte von Rachel Wotton, welche als Sex-Workerin arbeitet und sich für die Rechte in ihrem Berufsstand einsetzt, damit Menschen, ob mit oder ohne Behinderung, eine Möglichkeit haben, achtsame Sexualität zu erleben. Mit einem Menschen, der diese Arbeit nicht aus Not verrichtet, sondern aus eigenem Willen. Da hinken die meisten Staaten der Entwicklung hinterher und schmeißen alles, was mit direkter Berührung zu tun hat, in diesen einen Topf: Prostitution. Und damit auch in den Topf, der die ganzen Probleme beinhaltet, welche da herrschen: Unterdrückung, Ausnützung, Menschenhandel.

Es ist an der Zeit, dass unsere Gesellschaft beginnt umzudenken und Wege findet, sexuelles Lernen als etwas Normales und Natürliches anzusehen. Wir müssen mit dieser Dop-

pelmoral aufhören, die uns – jahrhundertlang weitergegeben von Generation zu Generation – nichts anderes gebracht hat als Lügen, Leid und Missbrauch. Und da jeder von uns Teil dieser Gesellschaft ist, können wir diesen Wandel und das Umdenken beeinflussen – denn der Wandel beginnt genau an einem einzigen Ort: in uns selber. ■

Weitere Infos über Sexological Bodywork:
www.sexologicalbodywork.ch, www.orgasmicyoga.com

Auch über die beiden am Schluss genannten Filme findet man im Internet weitere Infos und einen Trailer (zu »The Sessions«) bzw. Ausschnitte (zu »Rachels Weg«).

Didi Liebold ist Sexological Bodyworker und Sexualpädagoge und begleitet Menschen rund um die Themen Berührung, Sexualität und Intimität. Zusammen mit seiner Partnerin leitet er das International Institute for Sexological Bodywork IISB, welches diverse Ausbildungen im Bereich Tantramassage und sexologischer Körpertherapie anbietet. www.sexologicalbodywork.ch



Die Welt der Gesundheit

PARACELSUS MESSE



15. - 17. Februar 2013, täglich von 10 - 18 Uhr
Rhein-Main-Hallen, Wiesbaden

Gesunde Ernährung & Gesundes Leben
 Naturheilkunde & Alternativmedizin
 Diabetes & Zivilisationskrankheiten
 Naturkosmetik & Naturprodukte

Prävention & Rehabilitation
 Pharmazie & Medizintechnik
 Vitalität & Entspannung
 Wellness & Reisen

Online Vorverkaufsticket: Sparen Sie 2,- Euro im VVK

www.paracelsus-messe.de



DHZ
Deutsche Heilpraktiker Zeitschrift



Die Naturheilkunde
FORUM MEDIZIN VERLAG



raum & zeit



Signal
Biologische Krebsabwehr



zeitgeist
Die Welt mit anderen Augen sehen

Veranstalter: MCO GmbH · Tel.: 0211-386 00 0 · Fax: 0211-386 00 60 · E-Mail: info@paracelsus-messe.de