

Tantrische Erfahrungs- und LernRäume für Sinnlichkeit und Sexualität

Würdevolle, authentische Begegnung und lebendige, sinnliche Sexualität sind Grundbedürfnisse, die uns zu tiefst berühren, befriedigen und uns Lebenskraft und Selbstvertrauen schenken.

sensual healing macht es möglich, das mehrdimensionale Zusammenspiel von Körper, Sinnlichkeit und Sexualität zu verstehen und neu zu erfahren. Neben dem Grundbedürfnis nach Nähe, Geborgenheit und Intimität liegt in unserer sexuellen Körperlichkeit ein tiefes Geheimnis, das sich erst entfaltet, wenn unsere normierten Vorstellungen von Sexualität hinterfragt werden dürfen. Wenn wir die gewohnten Bilder von Erotik, Lust und Sex, die vielfach geprägt sind durch würdelose Pornographie und einer wagen, einengenden



Vorstellung, wie Mann und Frau sein müssen, zur Seite zu stellen, entdecken wir neue Facetten von Menschlichkeit, Schönheit, Liebe, Herz, Ehrlichkeit, Wärme, Verbundenheit, tiefem Vertrauen und Wohlwollen.

sensual healing hilft den eigenen Körper bewusster zu spüren und sich für kostbare

Momente genussvoll hinzugeben. Es öffnet den Horizont für ein vielfältiges, sinnliches Erleben, so dass Nähe und Intimität auf ganz natürliche und einfache Weise tief und heilsam berührt. In dieser gefühlten Ganzheit und Verbundenheit haben wir Zugang zur Seele und es entsteht ein unglaubliches Gefühl von Ankommen, Entspannung und Frieden im Körper.

sensual healing begleitet Frauen und auch Männer jeglichen Alters, die sexuell traumatisiert wurden, ganz individuell auf ihrem Weg, die eigene Würde, Lebendigkeit, Sicherheit und Freude am Körper wiederzuerlangen.

Diese berührenden Erfahrungen machen als Beziehungs- und Liebespartner sensibler und spielerischer und fördern, sich als spirituelles, energetisches Wesen in einem fühlenden, sinnlichen Körper zu entdecken.



Praxis golden spirit

Elana Andermatt und ihr Team bieten Singles und Paaren verschiedene Möglichkeiten an, die Beziehung mit sich selbst und/oder mit der/m PartnerIn zu erforschen. Vom Erleben und Erlernen der sinnlichen Massage bis hin zum Tantra-Coaching, von der Kunst der Kommunikation in Heart Intelligence Kreisen zu Kuschel-Events kreieren sie Settings, Abende, Tage und Wochenenden zu zweit, dritt, viert, fünft, in Kreisen und Gruppen, um eine freudvolle, reiche, nährnde, lebendige, authentische Liebes- und Beziehungskultur miteinander zu lernen, zu üben und zu vertiefen:

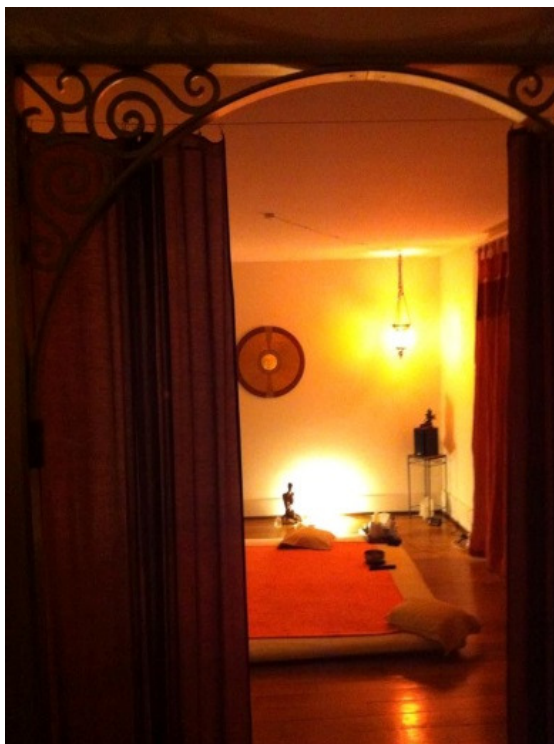
- ❖ sensual healing Massage Demonstrationen zum Informieren und Kennenlernen
- ❖ sensual healing 4 Hand Massage
- ❖ Heart Intelligence Beziehungscoaching eins zu eins, zu dritt und im Kreis mit anderen
- ❖ Beziehung- und Liebesschulung
- ❖ TantraCoaching
- ❖ sensual & healing Seminare: Massage erlernen für Fortgeschrittene und spirituell Erfahrene
- ❖ Kuschel-Abend und –Tage (www.herzkuscheln.ch)

Die Praxis golden spirit befindet sich in Zürich-Wollishofen. Damit verbunden ist die Praxis sensual healing in Zuchwil/Solothurn.

Erotikmedien.info hat sich mit Elana Andermatt über Ihr Angebot sensual healing unterhalten.

- Wofür steht sensual healing?

sensual healing steht für wohltuende, genüssliche und heilsame Erfahrungen und eine kompetente, offene und ganzheitliche Auseinandersetzung mit Nähe, Intimität, Erotik und sexueller Energie. Es steht für die Verbindung einer bewusst gelebten Sexualität, einem Verständnis von unserer Ganzheit und unserem wahren Potential als freie, kraftvolle, gesunde, selbstbestimmte Wesen. Es vermittelt eine würdevoll und friedvolle, liebende, nährenden, intime Interaktion zwischen Menschen, zwischen Frau und Mann oder auch Frau zu Frau. Es steht ein für mehr Sicherheit, Kompetenz, Freiheit und Freude mit sich, dem



Körper, in den alltäglichen Beziehungen und im Leben allgemein. sensual healing hilft dabei, den eigenen Körper bewusster zu spüren und öffnet den Horizont für ein vielschichtiges Erleben und Verständnis, dass Nähe und Intimität auf ganz natürliche und einfache Weise tief und heilsam berührt.

Wir haben erst die Spitze des Eisberges unseres spirituellen, energetischen und sinnlichen Potentials erkundet. Es gibt so

viel mehr an Sensibilität, Lebendigkeit und persönlichem Wachstum, in sich zu entdecken. Wenn wir uns unserem sexuellen Zentrum in Verbindung mit Herz und Intellekt bewusst sind, kann

sich unsere wahre Natur nach und nach entfalten.

Neben unserem Grundbedürfnis nach Nähe, Geborgenheit, Respekt und Intimität liegt in unserer sexuellen Körperlichkeit ein tiefes Geheimnis, das sich erst entfaltet, wenn wir unsere «normalen» Vorstellungen von Sexualität bereit sind zu hinterfragen.

- Worum geht es in der sensual healing Massage?

Diese Massage verknüpft ein intensives, ganzkörperliches, sinnlich-erotisches Erleben mit dem Wissen um Körper, Energie und Gesundheit.

Ausgehend von der ernsthaften Frage:

«Wie hängen Menschsein, Sexualität und Heilung zusammen?» Elana Andermatt

Oder anders: Wie können wir die sexuelle Energie für uns nutzen, um einerseits den grössten sinnlichen Genuss zu haben und andererseits uns in Richtung Balance, innerer Stärkung und anhaltendem Wohlbefinden zu bewegen? Kann der bewusste Umgang mit der

sinnlichen Lust sogar unsere charismatische Ausstrahlung stärken, unseren Alterungsprozess und unsere Gesundheit positiv beeinflussen und uns helfen unser Leben freudvoll, selbstbestimmt und freier zu gestalten?

Es ist eine spannende, sehr individuelle Entdeckungsreise, zu der die Klientinnen und Klienten eingeladen werden. Wissende Hände, lange, sanfte Haare und der ebenfalls nackte Körper (body to body) der Massierenden kommen zu einem stimmigen Einsatz, um immer neue Sensationen im Körper anzuregen und eine Symphonie von Wohlgenuss, Entspannung und gleichzeitig grosser Ekstase zu kreieren. Die Sicherheit und Natürlichkeit im Um-

gang mit dem Körper macht es möglich, sich für kostbare Momente genussvoll hinzugeben. Gedankenüberflutung hört auf und es ist möglich, ganz in den Moment einzutauchen und abzuschalten. Wellen von Energie strömen hoch und runter und erhöhen die Durchlässigkeit des Körpers. Dadurch entsteht mehr Energiefluss, der das ganze System positiv stimuliert, aktiviert und Blockaden auflöst.

Bei vielen führt dies zu einer noch nie erlebten Intensität von Empfindungen bis hin zu einem ganzkörperlichen Orgasmus. In der Phase danach kann durch sehr entspannendes Ausstreichen das Gefühl von Leichtigkeit und Schweben entstehen. Der Körper fühlt sich völlig wohl, friedvoll, ruhig und vollkommen ausgeglichen an.

Dieses erfahrbare Grundgefühl von Ganzheit hat Einfluss auf die Lebensqualität: Je geschmeidiger, zentrierter und frei von unnötigem Ballast ein Körper ist, desto klarer und gelassener sind wir, können Entscheidungen treffen, auch in anspruchsvollen Situationen entspannt bleiben und wahrnehmen, wo lang es in dieser komplexen Welt geht.

Tantrischer Experimentierraum für Fortgeschrittene:

Die sensual healing Massage ist ebenfalls ein möglicher Experimentierraum, um aus der rein passiven Haltung des massiert Werdens hin in einen stimmigen Fluss und achtsame Interaktion mit der Massierenden zu kommen.

Der erste Schritt ist, dem eigenen Körper zu erlauben, sich während der Massage zu bewegen. Ich als Massierende lasse mich auf diese Bewegungen und auch gegenseitigen Berührungen ein, folge, steuere sanft und lehre durch meine eigene Körperweisheit, damit ein gemeinsamer Tanz entstehen kann, der jeden Moment der Stimmigkeit in den Körpern folgt. Dabei hebt sich die Dualität von Gebender und Nehmendem weitgehend auf und es kann Sinnlichkeit und Begegnung auf neuen Ebenen erlebt werden. Auch bei diesem Erfahrungsraum behalte ich die Übersicht und die letztendliche Führung, biete sichere Grenzen und bin ein ehrliches, klares, präsent, authentisches Gegenüber.

Jede sensual healing Massage ist absolut einzigartig, weil sie keinem Massagekonzept und keiner festgelegten Technik folgt, sondern immer ganz aus dem Moment entsteht. Ein regelmässiges Erleben dieser Massage fördert die Gesundheit, den Genuss und die Freude am Leben.



- Kann die Berührung der sensual healing-Massage erlernt werden? Wann ja, wie und wo?

Ja, es gibt zwei Möglichkeiten:

1. Ich biete für Paare die sensual healing Paar-Massage an, bei der sich die beiden Liebsten neu entdecken können. Ich zeige in diesem Dreiersetting die Massage an der Frau und am Mann, sodass der Partner zuschauen und gleich mitmachen kann. Die sensual healing Massage zu lernen, fördert das Vertrauen und die Intimität, hilft im partnerschaftlichen Alltag einander liebevoll zu unterstützen und emotionale, wie körperliche Blockaden zu lösen. Die Massage gibt Anregung für das Liebesleben und neue Möglichkeiten der sinnlichen Berührung, so dass sich das Paar auf ein neues Level von Sinnlichkeit einschwingen kann.

Ich begleite beide mindestens drei Stunden und lerne ihnen die Grundzüge der Massage in meiner Praxis.

2. Um die hohe Kunst der sinnlichen Massage schrittweise zu vermitteln, biete ich mit meinem Team regelmässige sensual & healing Seminare in Zürich-Wollishofen an. In einer kleinen Gruppe von etwa 12 Menschen wird während 2 ½ Tagen eine sehr persönliche, öffnende und lehrreiche Erfahrung, eine Reise zur eigenen Intimität und tiefen Berührbarkeit ermöglicht.



- Wie anstrengend ist die Massage für die Masseurin? Können pro Tag mehrere Massagen abgehalten werden?

Die Massage ist trotz ihrer Intensität nicht in dem Sinne anstrengend. Es braucht Aufmerksamkeit und gute körperliche Kondition, um ganz im Moment präsent und im Fluss von Bewegung zu sein. Die Massage zu geben, ist auch für mich als Massierende sehr inspirierend, genussvoll und entspannend. Die Dauer der Massagen kann je nach Setting von 1 Stunde bis 4 Stunden gehen, so dass durchaus zwei bis drei kürzere Massagen nacheinander mit einer Pause möglich sind.

- An wen richtet sich Ihr Angebot?

Mein Angebot richtet sich an alle Menschen, die ihr körperlich-sinnliches Potential erforschen, erweitern und auch heilen

wollen: Es ist also für alle Frauen, Männer, Singles, Paare und Gruppen ab zwanzig Jahren.

Für junge Menschen zwischen 20 und 35 Jahren: Da uns in der Schule nicht gelehrt wurde, wie wir einander achtsam begegnen und berühren, geschweige denn wie wir mit dem enormen Potential an sexueller Energie umgehen sollen, unterrichte ich liebend gerne junge Menschen, die neugierig und offen sind, von einer erfahrenen Frau etwas über Sexualität, Energie und Körper zu lernen.

Für Menschen zwischen 35 und 65 Jahren: In diesem Zeitraum sind die meisten Menschen sehr eingespannt in ihren Berufs- und Familienalltag. Dabei geht die Lust oft verloren und es wird ein einseitiges Durchhalten und Bewältigen der enormen Anforderungen. So bietet sensual healing Genuss, Entspannung, Lernfeld und Ausgleich für Menschen, die sich lustvoll erfahren möchten, die ihren sensitiven Erfahrungsschatz erweitern und sich inspirieren lassen wollen oder die von ihrem stressigen, kopflastigen Job abschalten und sich ihrer Gesundheit etwas Gutes gönnen wollen. Es ist für alle, die anspruchsvoll geistreich das gewisse prickelnde Etwas suchen und die Qualität und Tiefgang schätzen.

Für Menschen zwischen 65 und 100: Mit grosser Freude und Herzoffenheit begleite ich reife Menschen sehr gerne und habe etliche Klienten, die über Jahre regelmässig zu mir kommen, weil sie z.B. ihre Partnerin keine Intimität mehr leben will oder sie sie verloren haben und sich aber weiterhin nach nährender, vertrauensvoller Körperlichkeit sehnen. Sinnlichkeit ist auch im Alter ein purer Genuss, gesundheitlich fördernd und wirklich befriedigend, auch wenn vielleicht nicht mehr alles so ist wie mit 30. Unsere Sexualität verändert sich zunehmend mit dem Älterwerden und die sensual healing Massage ist eine Möglichkeit, sich immer wieder ohne Leistungszwang neu zu erfahren. Dabei bin ich vor, während oder auch nach der Massage Gesprächspartnerin über alle essentiellen Themen von Leben und Tod.

Für spirituell interessierte Menschen: Die Kirche hat uns ein sehr einseitiges Bild zur

Ehe, Sinnlichkeit und Sexualität gegeben, wo meines Erachtens einige Aussagen hinterfragt werden dürfen. Durch mein langes Studium verschiedenster spiritueller Weisheitslehren (Tantra, Schamanismus, Buddhismus, Hinduismus, Spiritualismus, Lichtarbeit etc.) habe ich eine grosse Bandbreite an Wissen und ein Verständnis von globalen Zusammenhängen gewonnen. Sexualität ist ein sehr wichtiges Mosaikteil unseres Menschsein und unserer Evolution und direkt zusammenhängend mit einer gelebten Spiritualität. Im Tantra gilt die Kraft unserer Sexualität als direkter, heiliger Zugang zu unserer Göttlichkeit und unserer Schaffenskraft. Sich für die spirituelle Dimension von Sexualität zu öffnen, gibt den Weg zur Erweckung der sogenannten Kundalini-Kraft frei, die als schlummerndes Energiepotential in uns angelegt ist. Wer mehr darüber erfahren will, kann sich gerne an mich wenden.

Für Menschen mit Handikap, Menschen in Krisen und lebensverändernden Situationen, Menschen vor und nach Unterleibsoperationen: Ich biete achtsame, individuell angepasste Begleitung und herzvolle Beratung, die unterstützt, ganz im Moment zu geniessen. Die Gespräche vor der Massage helfen, neue Sichtweisen zu entwickeln, die Massage unterstützt den notwendigen Energiefluss und die Gesundheit und das Gefühl, nicht alleine durch die schwierigen Zeiten zu gehen.

Für traumatisierte Frauen und Männer: Trauma ist bei uns ein unterschätztes, all gegenwärtiges Phänomen. Ein traumatisierter Körper ist in seinen Grundfesten und seinem Vertrauen in sich und die Welt erschüttert, verunsichert und nicht mehr wirklich frei und flexibel im persönlichen Ausdruck.

Frauen und auch Männer jeglichen Alters, die sexuell traumatisiert wurden, finden durch den achtsamen, sicheren Raum, den ich anbiete, ihren ganz individuellen Weg, die eigene Würde, Lebendigkeit und Freude am Körper wieder. Die SE somatic experiencing Traumaarbeit ist eine fundierte, spezifische Körper-, Gesprächs- und Heilarbeit, die auf Langsamkeit, Selbstermächtigung und Ganzwerden beruht. Kombiniert mit der sensual healing

Massage ist dies eine essentiell notwendige, im Körper verankerte Erfahrung, die über die normale Gesprächstherapie hinaus gehend, durchschlagenden Erfolg für das traumatisierte System haben kann.

- Wie kann sensual healing-Erfahrung eine Beziehung beeinflussen?

Mit dem Erleben bei sensual healing gelangen wir zu einem spürbar neuen Verständnis, wie wichtig und genusslich bei der Sinnlichkeit das ganzkörperliche Berühren ist. Intimität bekommt eine tiefe Herzlichkeit und wache Bewusstheit. Die Aufmerksamkeit wird nicht mehr nur auf die primären Geschlechtszonen fokussiert, sondern weitet sich liebevoll auf den ganzen Körper aus. Die Berührungsqualität wandelt sich und die schnelle Zielrichtung auf den Orgasmus verliert etwas an Wichtigkeit. Der Kontakt mit der eigenen Partnerin oder dem Partner kann sicherer, spielerischer und erfindungsreicher werden.

Der eigene Körper lernt schnell, sich anders mit sexueller Energie zu bewegen oder sie zu lenken. Wir werden wacher, sensibler im Wahrnehmen von feinen Tönen und geniessen all die verschiedenen Nuancen von Berührung und Innigkeit mehr. So kann sich der Kontakt mit dem eigenen Partner danach auch verfeinern und sich ganz neu anfühlen oder intensivieren, weil wir einen natürlichen Zugang zu unserer sexuellen Kraft bekommen haben und mehr dazu stehen können.

Voraussetzung für ein Aufblühen der erotischen Beziehung ist, dass die eigene Partnerin oder der eigene Partner offen und bereit ist, Intimität und Sinnlichkeit immer wieder neu zu entdecken.

In Phasen, in denen die in der Partnerschaft gelebte Sexualität etwas ins Stocken gekommen ist, kann das Erleben von sensual healing entspannen. Wir nehmen die Eigenverantwortung für unsere eigene Sexualität wieder zu uns und sorgen für unser körperliches, emotionales und energetisches Wohlbefinden. Dies lässt der Beziehung mehr Raum, wir sind friedvoller und ausgeglichener in uns ruhend.

Am absolut wunderbarsten ist es, wenn der eigene Partner und die eigene Partne-

rin wirklich Interesse und Vertrauen findet, mit auf Entdeckungsreise zu gehen.

Intimität und Sinnlichkeit ist ein wunderbares, genussvolles und heilsames Forschungsfeld, das wir zusammen oder auch alleine neugierig entdecken können, um unsere Berührbarkeit und unsere Kompetenz, das Wissen um unsere Natur und unsere Liebe zu erweitern. Für jede Beziehung ist es ein riesiges Geschenk, wenn beide bereit sind, das Potential, das wir als sexuelle Wesen mitbekommen haben, achtsam und weise zu nutzen. Wir tragen so zur tiefen Versöhnung zwischen Frau und Mann, Frau und Frau oder von Mann zu Mann bei. sensual healing ist ein Stück Friedensarbeit, die bei der Liebe zu sich selbst anfängt.

[Auf der nächsten Seite geht's zur Selbsterfahrungsbericht...](#)

Selbsterfahrung

Bei eher kühlen Temperaturen zeigt sich der Himmel in Grau. Typisches Herbstwetter. Im Zürcher Quartier Wollishofen finde ich die Albisstrasse 166 und stehe vor einem älteren Mehrfamilienhaus. Von Aussen betrachtet, reiht es sich unauffällig in die Häuserreihe ein.

Als ich die Türklinke drücke, ergreift mich Unsicherheit: Was will ich eigentlich hier? sensual healing erfahren? Erotische Massage erleben? Meine Sexualität erweitern?

gleich in ihren grosszügigen Praxisraum. Elana weist mir einen Stuhl zu, auf welchen ich mich setzen soll. Doch damit nicht genug. Sie lädt mich ein, gleich wie sie den Stuhl auf den Teppich zu stellen. Wir sitzen uns frontal gegenüber. Ein verbindendes Gefühl macht sich in mir bemerkbar. Da sitzt sie also mir gegenüber, dezent gekleidet. Würde ich ihr auf der Strasse begegnen, käme ich nie auf den Gedanken, dass ihr Beruf mit Erotik zu tun hat. Diese Unaufdringlichkeit ist wohl das Geheimnis ihrer Fähigkeit, Menschen



Esoterischer Humbug, spiritueller Kram, okkultischer Quatsch. So reagierte mein Umfeld darauf, als ich ihnen von meiner Selbsterfahrungsabsicht erzählte. Zwar machten mich diese Aussagen nachdenklich, doch liessen sie mich nicht von meinem Vorhaben abbringen. Ich will herausfinden, was sich hinter dem Begriff sensual healing verbirgt. Ich drücke auf die Klingel im ersten Stock «Praxis golden spirit». Mein Herz klopft schnell und kräftig. Die Türe öffnet sich. Eine fremde Frau steht in der Türe. Wir begrüssen uns.

Dabei nenne ich ihr meinen Vornamen. Schliesslich hatten wir bereits am Telefon zum vertrauten Du gewechselt. Sie stellt sich mir als Elana vor und bittet mich

glücklich zu machen. Vielleicht gerade aufgrund der unaufdringlichen Bekleidung, sie trägt einen Pullover und eine Jeans, richtet sich mein Blick auf ihr Gesicht. Lange, blonde Haare, sehr schlanke Statur und ein angenehm freundlicher Blick fallen mir auf.

Elana erzählt mir, von ihrem Leben, ihrem Psychologie-Studium, wie sie von dort ihren Weg zum Tantra fand und kommt dann zum Thema sensual healing. Sie versucht mir deren Hintergründe zu erklären. Im Ansatz beginne ich zu verstehen. Für mich wird klar, dass Elana nicht nur massiert, sondern Menschen neue Erfahrungen machen lassen möchte. Sie bringt mir den spirituellen Aspekt ihrer Arbeit näher. Nein – kein Humbug, kein Kram,

sondern einfach eine eigene Sichtweise. Die Sicht von Innen nach Aussen. Hier verbirgt sich ein entscheidender Unterschied zum Rotlicht-Sex. Wird dort mit Äusserlichkeiten gearbeitet, weckt Elana`s sensual healing innere Sinnlichkeit. Während des Gesprächs schaut sie mir immer wieder in die Augen. Ich entspanne mich allmählich. Als sie dies bemerkt hat, fragt sie mich, ob wir uns ausziehen möchten. Ja, ich wäre soweit und interessiert, was jetzt kommt. Wir stellten uns nackt gegenüber an jede Seite des Teppichs. «Tantra», so erklärt sie, «ist ein Weg zu sich selbst, zur Entfaltung der eigenen Ganzheit und Kraft. Der Partner hilft einem dabei, sich selbst immer wieder neu im Miteinander zu erfahren. Deshalb ist es so wichtig, auch in einem sinnlichen Kontakt zu üben, gut sich selbst wahrzunehmen.» Mit einer kurzen geführten Meditation wollte sie uns beide in die Balance und in die Mitte bringen, um von dort in die Begegnung und in die Massage zu gehen.

Mit ein paar Übungen, die das Gleichgewicht schulen, suchten wir die Mitte meines Körpers.

Von oben nach unten, von links nach rechts und von vorne nach hinten. So vorbereitet, wechselten wir den Raum. Durch einen Trennvorhang erreichten wir Elana`s «Tempel». Ein stimmungsvoll eingerichteter Raum. Hier soll ich nun also die sensual healing-Massage erleben dürfen. Mein Herz beginnt wieder etwas stärker zu schlagen. Elana lädt mich ein, mit dem Bauch auf den Futon zu legen. Das Ritual beginnt! Die ersten sanften Berührungen. Sie fühlen sich wie zufällig an. Ich schliesse meine Augen, um besser auf meinen Körper und meine Gefühle achten zu können. Bereits diese ersten Berührungen lassen mich Professionalität empfinden. Die natürliche Distanz zwischen zwei nackten und sich fremden Menschen schwindet rasch. Elana`s Worte und vor allem die ruhige Musik verhelfen mir, in

einen meditativen Zustand zu kommen. Elana erlaubt mir, sie ebenfalls zu berühren. Die Berührungen dürfen jedoch nicht gezielt und mit erotischen Absichten erfolgen, sondern sollen aus meinem Inneren kommen. Unterschiedlich zum klassischen Tantra sind auch die Griffe der Masseurin. Durch achtsame, fließende Bewegungen werden Energiepunkte am ganzen Körper aktiviert, miteinander verbunden und der Energiefluss von Kopf bis Fuss belebt. Elana massiert mich mit viel warmem Öl. Zuerst den Rücken und dann die Vorderseite. Die intimen Berührungen sind in die



Ganzkörpermassage eingebettet und stehen immer in Bezug zur Ganzheit. Wellen der Lust fließen durch meinen Körper und verteilen die Energie bis in die letzte Zelle. Mein Körper erschauert. Die Masseurin ist einfühlsam und präsent. Dadurch schafft sie Vertrauen und Nähe. Ich vermag ihre lustvollen Berührungen einfach zu genießen. Dadurch wird mein Körper wach. In Elana`s Händen fühle ich mich geborgen und wohl. Als während der Massage mein Becken auf Elana`s Oberschenkeln liegt, machten sich starke Gefühle in mir breit.

Elana fragt mich, ob ich mir einen Orgasmus wünsche. Als ich bejahte, wendet sich Elana noch mehr meinem Intimbereich zu. Meine Eichel wird stimuliert. Ausgiebig und liebevoll massiert Elana meine Genitalien mit warmem Öl. Mit einer Hand drückt sie meine Hoden. Mit der anderen verschafft sie mir wohlige Gefühle. Obwohl meine Erektion nie wirklich stark ist, verkrampft sich plötzlich mein Körper. Ein Orgasmus kündigt sich an. Sie liebkost meinen Lingam weiter. Meine Erregung nimmt zu, um sich dann in einem Orgasmus zu entladen. - Eigenartig. - Dieser Orgasmus fühlt sich anders an. Er lässt meinen ganzen Körper wellenartig durchfluten. Er dauert zudem einiges länger, als ich es mir gewohnt bin. Als das Orgasmusgefühl verebbt war, begann Elana

meinen Körper auszustreichen. Unter langgezogenen Streicheleinheiten entspanne ich mich. Eine wichtige Phase der Heilarbeit, wie Elana mir erklärte. Ich fühle mich friedlich und genährt, beschwingt und unverletzlich. Kurzum bereit für die Außenwelt.

Elana lässt mich meinen Körper emotional und energetisch neu erleben. Die erotischen Gefühle übersteigen meine bisherigen Erfahrungen.

www.sensual-healing.ch