



PRESSEINFORMATION

himmlisch-lieben.de: Die Verbindung von Sexualität und Herz

Krefeld, November 2010 – "Warum haben wir das nicht schon eher gewusst?" und "Warum wurde uns das nicht schon in jungen Jahren vermittelt?". Diese zwei Fragen stellten sich Anke Felice Pospiech und Ralf Lieder immer wieder, als sie sich im Rahmen einer Tantra-Ausbildung intensiv mit der menschlichen Sexualität beschäftigten. Obwohl es sich um das "Thema Nr.1" handelt und noch nie so offen wie heute darüber gesprochen, geschrieben und berichtet wird, existieren immer noch erstaunlich große Wissenslücken, Halbwahrheiten und Mythen über die geschlechtliche Liebe. Vor allem, wenn es darum geht, Sexualität und Herz zusammen zu bringen.

Es gibt eine Reihe sehr guter Ratgeber in Buchform. Es gibt Filme und TV-Beiträge. Es gibt Tantra- und Taoismus-Seminare. Was die beiden aber vermissten, sind Hinweise und Anleitungen, die sich speziell an ganzheitlich denkende und spirituell interessierte Menschen richten, ohne sich an einer Weltanschauung zu orientieren (wie z.B. Tantra oder Taoismus).

Viele alte – vor allem matriachale – Kulturen waren geprägt von einer Spiritualität, die die Sexualität in Ritualen als Lebens- und Schöpfungskraft feierte. Man ehrte die Sexualität als Kraft, die das Leben nicht nur hervorbringt, sondern auch intensiviert. Paaren, die in ihrem Partner das weibliche bzw. männliche göttliche Prinzip verehren, hat der Sex mehr zu bieten als körperliche Befriedigung: Die Verbindung von Sexualität und Herz.

In unserer Gesellschaft gibt es im Gegensatz zu naturorientierten Kulturen keine Tradition, die die vielen Dimensionen der Sexualität lehrt. Diese Aufgabe müssen bei uns Sachbücher, Filme und – wenn wir Glück haben – andere Menschen mit entsprechenden Erfahrungen übernehmen.

Und genau dies ist die Intention von Anke Felice Pospiech und Ralf Lieder mit ihrer neuen Website www.himmlisch-lieben.de: Hinweise, Anleitungen und Tipps zu geben, wie Paare ihr Liebesleben erweitern, indem sie bewußt sexuelle Energie und Spiritualität verbinden.

Sexualität und Herz

Das Herzstück der Website sind die Artikel in der Rubrik "Sexualität & Herz". Sie behandeln jeweils ein Thema ausführlich und geben konkrete Handlungsanweisungen. So gibt es beispielsweise einen Artikel über "Karezza", jene Liebetechnik, die bereits Ende des 19. Jahrhunderts viele Anhänger in Amerika und Europa hatte und liebevoll-innigen Sex ohne Orgasmus propagierte. Auch eine neue orgasmische Meditationstechnik, über die in letzter Zeit in den USA häufig berichtet wird, das "OMing", wird ausführlich beschrieben. Hier geht es um eine Kombination von Atemtechnik und Stimulation, die Frauen einen bis dahin einzigartigen Höhepunkt in nur 15 Minuten verspricht.

Weitere Themen sind die "Dreierregel", bei der eine Vereinbarung zwischen den Paaren getroffen wird, dass die Frau immer zuerst den Höhepunkt erreichen kann, was das Liebespiel ungemein entspannt. Oder der Appell "Versuchs mal mit Langsamkeit" - eine bewußte Hinwendung zu Achtsamkeit und Sinnlichkeit.

Wußten Sie, dass ...

Es ist erstaunlich, welche Wissenslücken in der heutigen Bildungsgesellschaft über die weibliche und männliche Sexualität bestehen. Manchmal reicht eine kleine neue Information, um eine ganz andere Sichtweise bzw. ein tieferes Verständnis der Zusammenhänge zu entwickeln. Genau diese Informationshäppchen werden auf dieser Seite präsentiert.

Beispiel:

Wußten Sie, dass die Anatomie der weiblichen und männlichen Geschlechtsorgane denkbar ungeeignet platziert sind, um der Frau beim normalen Geschlechtsverkehr einen Orgasmus verschaffen?

Sowohl bei der Missionarsstellung, als auch beim "Löffelchen" ist die Klitoris zu weit vom Geschehen weg und wird vom Penis nicht stimuliert. Da die Scheidenwand fast keine Nerven aufweist (sonst wäre das Gebären zu schmerzhaft), erreichen viele Frauen den Orgasmus nur, wenn die Klitoris direkt oder indirekt stimuliert wird. Hilfreich können manche Stellungen sein, die den Penis näher an die Klitoris bringen (der Mann rückt weiter nach oben, die Frau presst die Beine zusammen usw.)

Magic Moments

Lebendige Partnerschaften leben von überraschenden Momenten, Liebesbeweisen und sichtbare Zeichen, wie wichtig einem der Andere ist. Die Herausgeber ermuntern dazu, immer wieder "magische Momente" für Ihren Partner/ihre Partnerin zu erschaffen, um die Liebe neu zu befeuern. Vorschläge wie "Die Verführung der Prinzessin", "Die Sinneserweckung" oder "Auf Rosen gebettet" liefern nicht nur die Ideen sondern auch konkrete Handlungsanleitungen und sogar Einkaufsquellen für die benötigten Utensilien.

Tipps für alle Liebeslagen

Eines der Hauptanliegen der Herausgeber ist es, Paare dazu einzuladen, sich mehr auf den Erlebnissex, als auf den Orgasmussex zu konzentrieren. Mehr Zeit für "Spiele der Liebe" im Liebesleben einzuräumen, Phantasien auszuleben, mehr Nähe und Intimität zuzulassen, sich zu öffnen und den anderen intensiver zu sehen. Diese Rubrik ist eine Sammlung von Ideen, Vorschlägen und Tipps für den Erlebnissex, eine Art Krabbelkiste, aus dem die Besucher sich das herausholen können, was Ihnen gerade gefällt. Einige der Überschriften: "Seien Sie unvorhersehbar!", "Der erotische Raum", "Das Ohr - eine höchst erogene Zone".

Seminare

Anfang 2010 haben die Herausgeber ein Seminar-Programm gestartet, in dem sie die Themen, die sie auf ihrer Website ansprechen, persönlich an Interessierte vermitteln. Den Schwerpunkt bilden zur Zeit die Tantramassage-Seminare für Paare und Einzelpersonen, weil hier die Essenz ihrer Arbeit enthalten ist: Das Göttliche im Partner zu sehen, zu begrüßen und zu erwecken. Ab Frühjahr 2011 werden auch Seminare zum Thema "Himmlisch lieben" für Paare angeboten, die Wege aufzeigen, in der Partnerschaft Sexualität und Herz zu verbinden.

Sinneswelt-Newsletter, Himmlische Links, Buchempfehlungen & Co

Ergänzend zu den inhaltlichen Seiten gibt es eine Reihe von Rubriken, die als Service für die Besucher eingerichtet wurden: Der kostenlose "Sinneswelt-Newsletter" liefert die neuesten Artikel per E-Mail frei Haus, die "Buchempfehlungen" verweisen auf interessante Literatur, bei den "Accessoires" finden Interessierte Love Toys für den Erlebnissex, bei den "Zitaten" kann man nachlesen, was Prominente zum Thema zu sagen haben, und im "Sinnlichen Wörterbuch" werden Begriffe und Bezeichnungen erläutert.

"Himmlische Liebe ist für uns: den göttlichen Teil im anderen zu entdecken und zu ehren, gemeinsam spirituell zu wachsen und gegenseitiger Respekt. Im Liebesleben Sexualität und Herz zusammen zu bringen - das ist für uns himmlischer Sex.", so beschreiben Anke Felice Pospiech und Ralf Lieder ihre Philosophie.

6557 Zeichen (inkl. Leerzeichen)

Die Herausgeber

Anke Felice Pospiech

Jahrgang 1961, Tantramasseurin, Atemtherapeutin und spirituelle Heilerin in eigener Praxis (Linnich und Krefeld).
www.tantramassage-rheinland.de, www.insel-der-heilung.de

Ralf Lieder

Jahrgang 1958, Herausgeber von Gesundheitsportalen (therapeuten.de usw.) und Buchautor von IT-Literatur.
Tantralehrer und Atemtherapeut in eigener Praxis (Krefeld)
www.lifechanges.de

Kontakt:

himmlisch-lieben.de, Anke Felice Pospiech & Ralf Lieder
Telefon: 0160-97055160 (Ralf Lieder), 02462-6098220 (Anke Felice Pospiech)
E-Mail: info@himmlisch-lieben.de