



1. Massage- und Berührungskompetenzen

1. Rückblick Blütenfest 2018 der AnuKan®-Buddies

Anfang Mai haben sich wieder AnuKan®-Masseure in Chemnitz zusammengefunden, um ein Wiedersehen zu feiern und in Erfahrungsaustausch zu treten. Diesmal waren auch AnuKaner vom 2. Ausbildungsjahr dabei. Es wurde meditiert, massiert und Körpermalerei mit Massage verbunden. Dabei sind nicht nur wunderschöne (Körper-)Bilder entstanden, sondern auch verzauberte Momente der Berührung. Das Yogazentrum Chemnitz gab uns das perfekte Ambiente dafür. Aber seht selbst:



Tipp: Wer mehr zur Verbindung von Körperbemalung und Massage wissen möchte, kann auch bei Sinnesart an dem Kurs von Annett Lilli am 17. Juni teilnehmen (siehe: www.sinnesart-seminarzentrum.de/termine/massage-painting).

2. Sommer-Liebesakademie im ZEGG

Am Lebens- und Lernort ZEGG (Zentrum für experimentelle Gesellschaftsgestaltung) in Bad Belzig bei Berlin gibt es ein breites Spektrum von Veranstaltungen, die auch das Liebesleben betreffen und die sich lohnen zu besuchen. Festivals und Seminare der Liebesakademie beschäftigen sich mit Körperwahrnehmung, Intimität und Wildheit, Vergebung und der Frage nach zukünftiger Gestaltung von Beziehungen. Mehr Informationen hier: www.liebesakademie.org/veranstaltungen.html und <https://loveanddance.zegg.de/> oder hier: www.zegg.de/de/veranstaltungen/zegg-veranstaltungen/event/1221-liebesakademie-die-kunst-mehrere-zu-lieben.html

3. Zeitschrift Séparée – ein Erotikmagazin für weibliche Ansprüche

In einigen Zeitschriften-Läden (so auch am Hauptbahnhof Dresden oder am Leipziger Flughafen) weiß nicht mal das Personal, wo sich das Magazin versteckt, aber sie führen es! Die Berliner Zeitschrift Séparée hat den Anspruch ein erotisches Magazin von Frauen für Frauen zu sein und richtet sich an „alle Frauen, die sich gern mit Sinnlichkeit, Lust und Erotik beschäftigen“. Es ist eine gute Mischung von „sinnlichen Fotostrecken, frivolen Kurzgeschichten, inspirierenden Ideen, aufschlussreichen Interviews, lustvollen Beiträgen und populär-wissenschaftlichen Texten“. Mehr Infos hier: <http://separee.com/magazin.html>

Ein thematischer Beitrag von Christine, Tantra-Gruppe Dresden

Trommelbau mit Corynna



Meine Trommel ist ein ganz besonderes Instrument. Sie ist wie meine Stimme, drückt Gefühle aus, verstärkt meine Gefühle und gibt mir Kraft. Besonders eine selbst gebaute Trommel!

Der Holzring aus dem Baum einer Esche (hab ich ausgesucht), das Leder vom Hirsch. Die Arbeit dauert 2 Tage. Mit Corynna ein ganz besonderes Erlebnis.

Am ersten Tag wird das Leder zugeschnitten, werden die Löcher gestanzt und die Schnüre geschnitten und eingeweicht. Während des Einweichens machen wir eine Traumreise zum Baum. Wir erspüren die Wurzel des Baumes, die Kraft, dann gehen wir nach oben in die Krone. Wir bitten ihn um seinen Segen.

17. Newsletter der AnuKan®-Buddies, Mai 2018

Am 2. Tag kommt das Spannen auf den Rahmen, die Schnüre werden durch die Löcher gefädelt und zuletzt auf der Unterseite diagonal verbunden, so dass man mit der Hand reingreifen kann. Während die Trommel trocknet, machen wir eine schamanische Reise zum Hirsch, der uns sein Fell gegeben hat. Auch ihn bitten wir um seinen Segen. Er kann in der Trommel weiterleben.

Infos zum Trommelbau mit Corynna hier: www.trommel-vision.de

Trommelbau auf Zauberwegen auch hier: www.zauberwege.com/kurse/trommelbau.html



2. Sexualität - Lebenskraft

Noni, Frucht des Noni-Baumes – Superfood und Gesundheitstrank??

Die Noni-Frucht ist eine exotische Frucht, die auch unter dem Namen „indische Maulbeere“ bekannt ist. Sie wächst am Maulbeerstrauch bzw. -baum auf den polynesischen Inseln, Hawaii, an zahlreichen Küstenregionen Mittelamerikas und auf Madagaskar. Die Noni soll rund 60 Substanzen enthalten, die allgemein für ihre gesundheitsfördernden Auswirkungen auf den menschlichen Körper bekannt sind. Darunter befinden sich Aminosäuren (wichtig für Zellaufbau, Immunsystem, Stoffwechsel und Hormone), Enzyme (wichtig z.B. für Schlaf, Verdauung und Energiehaushalt) und Fettsäuren (Schutz unserer Organe, Vorbeugung von Herzkrankheiten, Verwertung von fettlöslichen Vitaminen). Weiterhin enthält der Saft Eisen, Kalium, Kalzium, Magnesium, Selen, Mangan, Kupfer, Zink sowie die Vitamine A, C, E, H und B-Vitamine.

Laut Wiki gelten Noni-Produkte als neuartige Lebensmittel, die nach der Novel-Food-Verordnung eine Zulassung benötigen. Danach müssen die Hersteller oder Anbieter nachweisen, dass von einem neu auf dem europäischen Markt angebotenen Lebensmittel keine gesundheitlichen Gefahren für den Verbraucher ausgehen. Im Jahr 2001 verordnete das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte wegen Nichtwirksamkeit des Produktes ein vorläufiges Verbot für Nonisaft. Im Jahr 2003 gestattete die Europäische Kommission schließlich das „Inverkehrbringen“ von Nonisaft (Saft aus der Frucht der Spezies *Morinda citrifolia* L.). Auflagen für den Vertrieb waren unter anderem die Pasteurisierung des Getränks und der Verzicht auf Werbeaussagen, die dem Produkt eine gesundheitsfördernde Wirkung unterstellen.

Vor allem in Polynesien wird der Saft der Noni als bewährtes Hausmittel eingesetzt. Nicht nur die Frucht an sich, sondern auch Blätter, Blüten und Wurzeln werden dort verwendet, um den unterschiedlichsten Symptomen und gesundheitlichen Beschwerden entgegenzuwirken. Die dort lebenden Eingeborenen nennen die beliebte Frucht auch „Königin der Pflanzen“. Sie wird als fester Bestandteil ihrer Kultur vielseitig eingesetzt. Ersten Studien zufolge, soll Noni den Blutzucker bei Diabetes-Patienten langfristig stabil halten.

Mehr Infos hier: <https://de.wikipedia.org/wiki/Noni> oder hier: www.organicfacts.net/gesundheitliche-vorteile/getraenke/noni-saft.html?lang=de und hier: <http://www.life-testinstitut.de/news2.htm>



3. Persönlichkeit

Mutiger Mensch des Monats: **Dr. Magnus Hirschfeld** (1868-1935, deutscher Arzt, Sexualwissenschaftler und Mitbegründer der ersten Homosexuellen-Bewegung)

Er wird als maßgeblicher Pionier der am Ende des 19. Jahrhunderts in Europa und Nordamerika entstehenden Sexualwissenschaft bezeichnet – „*The Einstein of Sex*“. Er gründete die erste Zeitschrift für Sexualwissenschaft. Er hat den Begriff *Transvestit* (für Personen, die Kleidung des anderen Geschlechts tragen) um 1910 geprägt. Er war Gerichtsgutachter für "sexualkundliche Fragen" im Rahmen von Prozessen, wo es um Homosexuelle ging. Im Ersten Weltkrieg arbeitete Magnus als Lazarett-Arzt. 1918 richtete er seine eigene Stiftung ein und eröffnete am 6. Juli 1919 das Institut für Sexualwissenschaft als weltweit erste Einrichtung für Sexualforschung. 1921 organisierte das Institut die "Erste internationale Tagung für Sexualreform auf sexualwissenschaftlicher Grundlage", an der namhafte Sexualwissenschaftler teilnahmen, die linksliberal orientiert waren und gegen einen bevormundenden Staat in Fragen der Sittlichkeit eintraten. Wie konnte er dies alles zu dieser jener Zeit bewerkstelligen?? Warum ist Magnus so wenig bekannt?? Haben seine Ansichten zur Eugenik ihn so umstritten gemacht?? Wie lebte er privat, was war sein Antrieb Homosexuelle zu verteidigen?

Magnus wurde im Mai 1868 im heute zu Polen gehörenden Kolberg als Sohn einer jüdischen Medizinerfamilie geboren. Er studierte zum Wintersemester 1887/1888 zunächst in Breslau Sprachwissenschaften (Philologie), dann Medizin in Straßburg, München, Heidelberg und Berlin, wo er 1892 zum Doktor der Medizin promoviert wurde. Danach eröffnete er

17. Newsletter der AnuKan®-Buddies, Mai 2018

in Magdeburg zunächst eine naturheilkundliche und allgemeinmedizinische Arztpraxis, zwei Jahre später zog er ins damals noch eigenständige Charlottenburg bei Berlin. Am 15. Mai 1897 gründete er in seiner Wohnung mit dem Verleger Max Spohr, dem Juristen Eduard Oberg und dem Schriftsteller Franz Joseph von Bülow das Wissenschaftlich-humanitäre Komitee (WhK), zu dessen Vorsitzendem er gewählt wurde. Das Komitee war die weltweit erste Organisation, die sich zum Ziel gesetzt hat, sexuelle Handlungen zwischen Männern zu entkriminalisieren. Eine Petition an den Reichstag, den berühmten Paragraphen 175 aus dem Strafgesetzbuch zu streichen, wurde zwar dort verhandelt, scheiterte aber.

1918 war Magnus Berater und Mitwirkender im ersten Schwulenfilm der Filmgeschichte „Anders als die Andern“ von Richard Oswald. Hierin spielte er mehr oder weniger sich selbst als einen Arzt, der vermittelt, dass Homosexualität keine Krankheit ist. Von 1899 bis 1923 gab Magnus 23 Jahrgänge der Zeitschrift „Jahrbuch für sexuelle Zwischenstufen“ heraus. 1926 reiste er auf Einladung der Regierung der UdSSR nach Moskau und Leningrad. Er blieb ein besonderes Feindbild für die Nationalsozialisten, obwohl sogar einige seine Patienten waren, und konnte sich schon 1930 seines Lebens nicht mehr sicher fühlen. So kehrte er nach einer 1931 angetretenen Vortragsreise in die USA und Asien nicht mehr nach Deutschland zurück und blieb im Exil, zunächst in der Schweiz, dann in Frankreich. Die neuen NS-Machthaber brandschatzten und plünderten das Institut für Sexualwissenschaft als erste Adresse ihres Hasses - sie verbrannten alles auf einer öffentlich inszenierten Bücherverbrennung am 6. Mai 1933 – zwei Tage vor der offiziellen Bücherverbrennung auf dem Bebelplatz. Keine einzelne Person war dem völkischen Diskurs so verhasst wie Magnus Hirschfeld. Er war dies schon 1920, als er nach einem Vortrag in München von einem völkischen Mob schwer verletzt wurde, denn er machte aus seiner homosexuellen Gesinnung keinen Hehl. Er lebte bis 1935, seinem Sterbejahr, mit seinen beiden Geliebten Karl Giese und Tao Li Magnus zusammen und starb an der Côte d'Azur an seinem 67. Geburtstag, am 14. Mai 1935. Auf seinem Grabstein in Nizza steht sein Lebensmotto: „per scientiam ad iustitiam“ (lateinisch „durch Wissenschaft zur Gerechtigkeit“). In dem diesjährigen Jubiläumsjahr zu seinem 150. Geburtstag gibt es interessante Veranstaltungen sowie Vorträge und Ausstellungen in Berlin.

Weitere interessante Informationen auch hier: <http://mh-stiftung.de/biografien/magnus-hirschfeld/> und zum Institut für Sexualwissenschaft (1919-1933): www.hirschfeld.in-berlin.de/institut/de/iframe.html sowie musikalische Eröffnung des Hirschfeld-Jahres 2018/2019: www.queer.de/detail.php?article_id=30921 und bis August die Ausstellung "Erotik der Dinge": www.museumderdinge.de/ausstellungen/erotik-der-dinge-sammlungen-zur-geschichte-der-sexualitaet



4. Raum, Raum halten und Atmosphäre

Kraftplatz des Monats – Liquid Sound® Therme Bad Sulza, Thüringen

Klassik unter Wasser, Vollmond-Konzerte, Märchenzeit für Kinder, indianische Schwitzhütte und Body Painting live (am 10.6., 22.7. und 25.8.). Das alles gibt es in einem stilvollen Ambiente und mit dem Gesundheitsfaktor einer Thermalsole. Die Toskana Therme ist eine Kombination eines Freizeitbades mit einem Thermalbad und einer wundervollen Saunalandschaft. Im Jahr 2000 war die Toskana Therme mit ihrem Therapieverfahren Liquid Sound ein Weltprojekt der Expo 2000. Auf der Internationalen Tourismusmesse Berlin 2010 wurde die Toskana Therme als erste Therme der Welt mit dem renommierten Nachhaltigkeitslabel „Green Globe“ ausgezeichnet. Der Unterwassersound ist einmalig in der Qualität.

Fotos der Räume und des Geländes hier: www.toskanaworld.net/de/7.121/toskanaworld/medien/toskanaworld-360

Weitere Infos auch hier: <https://liquidsoundclub.com/bad-sulza/>

Eventkalender hier: <https://www.toskanaworld.net/de/6.117/toskanaworld/events/bad-sulza-und-auerstedt>



5. Kommunikation

Kraft-Buch des Monats: „Sex – das missverständene Geschenk“ (Osho, 2005, Arkana Verlag München)

Dieses kraftvolle Buch zeigt das tiefe Verständnis Oshos vom Zusammenhang aller Dinge, zeigt seine Vision von Sex als Energiequelle der Menschen. Ohne uns zu verkrampfen: natürlich, unschuldig und frei von Schuldgefühlen und Unterdrückung. Osho beschreibt die tiefgründigen psychischen und spirituellen Dimensionen der Sexualität. Er lehrt einen Umgang mit Sex, der gesund und spielerisch ist und uns ermutigt, unsere sexuelle Energie als ein Geschenk der Natur anzunehmen. Seine Sprache ist einfach, anschaulich, gespickt mit Anekdoten und humorvollen Beispielen. Osho zeigt, wie wir Sex als wichtige Stufe unserer langen Reise zu größerer Selbstbewusstheit und Transzendenz nutzen können.

Blick ins Buch hier: http://www.die-welt-ist-im-wandel.de/Auszug_Sex-Das-missverstandene-Geschenk.htm



6. Sinne – Unsere Tore zur Welt

Kraft-Klang des Monats: "Garden Of Love" von Winston McAnuff & Fixi (CD „A New Day“)

Diesen Song habe ich erstmals 2014 in Rudolstadt auf dem Tanz- und Folkfestival gehört und liebe ihn seitdem. Die Verbindung von Reggae und französischen Akkordeon-Chansonklängen fand ich sehr erfrischend, sie wurde auch als ein „Cocktail aus Rum und Wein“ beschrieben. McAnuff wurde 1957 als Sohn eines jamaikanischen Pastors geboren. Schon in früher Kindheit begann er mit kirchlichem Gesang und verschrieb sich später komplett dem jamaikanischen Reggae. Ab 1975 nahm er zusammen mit Derrick Harriott mehrere Titel auf, die 1977 auf seinem ersten Album „Pick Hits to Click“ erschienen. Ein zweites Album folgte 1978. Das dritte Studioalbum „Electric Dread“ mit elektronischen Einflüssen erschien 1986. Während der 1990er Jahre hatte seine Karriere einen Einbruch, aber McAnuff lernte 1999 das Team des französischen Labels Makasound kennen. Auf diesem Label wurden ab 2001 mehrere frühe Alben McAnuffs wiederveröffentlicht, so dass seine Musik einem neuen Publikum in Europa nähergebracht werden konnte. 2002 erschien die Compilation „Diary of the Silent Years“ mit Aufnahmen aus den Jahren 1977 bis 2000 ebenfalls auf dem Label Makasound. Neuere Aufnahmen sind vor allem Kollaborationen, beispielsweise mit Camile Bazbaz (Album „A Drop“, 2005), The Bazbaz Orchestra (Album „A Bang“, 2011) und dem französischen Projekt Fixi, welche diesen tollen Song auf der CD von 2013 hervorgebracht hat.

Reinhören in den Song hier: <https://youtu.be/oBl2mZNeJ9Y>

Mehr Songs von der CD hier: www.youtube.com/watch?v=coxx0Kj6SgQ und www.youtube.com/watch?v=ku3Wsh-PJhM



7. Spiritualität

„Die Gesellschaften, die den Sex nicht unterdrückten, blieben einfach deshalb unentwickelt, weil sie zufrieden waren. Es war keine Energie verfügbar, sich um Geld zu bemühen, sich um Politik zu bemühen, sich um Gott zu bemühen. Nein, sie tanzten, sie sangen ...“

**„Der gesunde Organismus ist immer imstande, Orgasmushöhepunkte zu erreichen.
Er ist orgasmisch. Er strömt, er fließt.“**

„Die menschliche Seele ist erpicht darauf, die Höhen zu erklimmen, zum Himmel emporzusteigen, zu leuchten wie der Mond und die Sterne, zu blühen wie die Blumen. Die menschliche Seele lechzt und schreit nach Musik, nach Tanz ...“

Bevor wir nicht zum Geschlechtsakt ein tiefes Verständnis und eine innige Harmonie mitbringen, bevor wir ihn nicht vergeistigen können – einen Zugang zum Überbewusstsein aus ihm machen können -, kann keine bessere Menschheit entstehen.

(Osho, 1931 – 1990, in: „Sex – das missverstandene Geschenk“)

**Es begrüßt Euch ganz herzlich,
Petra, alias AMU-PURA, AnuKan®-Masseurin**

PS: Alle, die zum Newsletter 06/2018 etwas beitragen wollen, sind herzlich dazu eingeladen! Redaktionsschluss ist der 15. Juni 2018. Auch Korrekturen/Richtigstellungen oder fachliche Hinweise sind gern erwünscht. Abmeldungen vom Newsletter sind jederzeit möglich.

Genutzte Quellen und Haftungsausschluss: Diese Zusammenstellung erfolgte ohne gewerbliche Absichten und ist soweit möglich mit den entsprechenden Quellenangaben versehen (Chakren-Symbole siehe <http://sacredcenters.com>). Für die meisten Artikel wurde auch Wikipedia als Quelle genutzt. Diese Sammlung widerspiegelt die Aspekte unserer Ausbildung. Es wird keine Haftung für die Richtigkeit der Angaben übernommen.