



1. Massage- und Berührungskompetenzen

Rückblick: 14 TempelpriesterInnen geweiht

Am 3. und 4. Januar 2020 haben sich MasseurInnen des AnuKan-Seminarzentrums und geladene Gäste, die alle im Feld der heilsamen Sexualität arbeiten, in dem gut durchdachten und hervorragend vorbereiteten zweitägigem Ritual ermächtigt, als Tempelpriesterin bzw. Tempelpriester eine Weihe zu empfangen und einen Eid auf das eigens dafür geschaffene Manifest zu leisten. **Mehr Infos lesen hier:** <https://tempelpriesterin.de/manifest> und **Dakini-Podcast hören hier:** <https://podcasts.apple.com/de/podcast/das-manifest-der-tempelpriesterinnen/id1441879622?i=1000462299713>

Homepage www.Die-Sexualität.de: was Du über Ejakulation und MDMA schon immer wissen wolltest

Die Homepage von Sexualpädagogin, -therapeutin und -wissenschaftlerin Anja Drews informiert in unterhaltsamer Weise zu Fragen wie: „Ist Sperma stimmungsaufhellend und faltenvorbeugend“? Oder „Was ist MDMA – Droge oder Heilmittel?“.

Zum Nachlesen unter: www.die-sexualitaet.de/kann-eine-droge-die-liebe-ankurbeln oder auch hier

<https://www.die-sexualitaet.de/wirkungen-von-sperma>

Spirituelle Messen in Chemnitz und Berlin Mitte Februar 2020

Die **Chemnitzer** Messe "**BALANCE & SPIRIT**" findet wieder im wunderschönen Wasserschloss Klaffenbach statt, aber dieses Jahr schon im Februar mit Workshops & 40 Ausstellern. Website mit Ausstellerverzeichnis hier: www.balance-spirit.de/

Zeitgleich findet die Frühjahrsversion der 2x im Jahr stattfindenden Messe „**SPIRITUALITÄT & HEILEN**“ an 3 Tagen (14.2.-16.2.) im schicken Logenhaus in **Berlin**-Wilmerdorf mit 70 Ausstellern und 80 Vorträgen statt. Programm siehe: www.esoterikmesse.de/esoterikmesse/cms/Vortragsprogramme/VP_Berlin_F2020.pdf?PHPSESSID=c9c23915cfc469d19cd5f33e761732d0 und mehr Messetermine deutschlandweit hier: <https://esoterikmesse.de/esoterikmesse/cms/>

Nachruf: Andro Andreas Rothe, Tantralehrer Ein Tantra-Meister geht – sein Erbe bleibt

Ach Andro, ... im letzten Mai hast Du in Dresden bei dem Chakren-Seminar noch Werbung für Deine schöne Insel gemacht und nun hast Du Dir genau dort auch die allerletzte Reise gegönnt ... und dabei hätte ich so gern noch ein paar Seminare bei Dir in Berlin besucht. Jetzt, wo ich eine geweihte Tempelpriesterin bin ... Du hast Deinen Tempel sehr wohl zu ehren und schätzen gewusst. Ich habe Dich bewundert, wie Du mit 78 Jahren echt noch so fit die Yoga-Übungen uns beim Nackt-Yoga über den Dächern von Dresden gezeigt hast. Der Schneidersitz ist für eine Frau nicht besonders würdevoll, denn sie öffnet fast ihre Yoni dabei ... Aber die Würde liegt in uns selbst und wir müssen uns nur dazu „ermächtigen“, ob nun Klotüren drin beim Seminar oder nicht ... wie würdevoll wir miteinander umgehen, ist unsere eigene Entscheidung – Danke für dieses „Teaching“, dass ich wirklich erst jetzt nach der Priesterinnenweihe verstanden habe. Wie entwürdigend muss es für einen Mann sein, eine Masseurin um Sex zu betteln und sie anzuflehen mal den „Finger reinstecken zu können?“. Wir haben als Masseurinnen gelernt, mit diesen „hungrigen“ Menschen umzugehen. Eine liebevolle Verehrung ist nicht nur Balsam für den Körper sondern insbesondere für die hungrige Seele. Die tantrischen Verehrungsrituale drücken die Wertschätzung aus, die wir unseren Tempeln entgegenbringen sollten. Dies habe ich im Diamond Lotus par excellence bei einer Massage erleben dürfen.

Das Unterrichten eines liebevollen Umgangs mit der eigenen Sexualität und die Annahme der Sexualität des anderen ist eigentlich eine zutiefst humanitäre Aufgabe, bei der unsere Gesellschaft aber leider kläglich versagt hat. Was wird uns in den Schulen dazu beigebracht? Nichts über Atmen, Entspannung, Orgasmen, Ekstase ... Die heutigen Menschen können ihre Smartphones und sonstige High-Tec bedienen, wissen aber meistens nicht, wie ihr eigener Körper und das andere Geschlecht so richtig „funktioniert“ und leben mit ihren aufgestauten Frustrationen vor sich hin. Dabei könnte die Welt ein so viel friedlicherer & lustvollerer Ort sein. Ein Paradies auf Erden für jeden. Du hast den Weg bereitet mit vielen Massageformen und Seminaren – und uns dieses Paradies in deiner tantrischen Lebensgemeinschaft vorgelebt.

Danke, lieber Andro, für alles, was wir von dir lernen durften. Danke, für Deine unverblümete, bodenständige und authentische Art zu SEIN. Danke für Deine Ideen von einer freieren, friedlicheren und lustvolleren Welt.

Ama-Pura



2. Sexualität - Lebenskraft

Drachensmilch – Rezept nach Andro

Ando sprach von der Drachensmilch als Stärkungsmittel, das durch die Ginseng-Wurzel, Vanille und Zimt auch aphrodisierende Wirkung verbreiten kann und somit generell positiv auf die Lebenskraft wirkt. Sie sollte zum Frühstück oder in Kombination mit anderen Nahrungsmitteln als Diät verwendet werden. Hier die Zutaten:

1 EL Sesamkörner	1 EL feingehackte oder geriebene Mandeln	1 EL Hefe (Flocken)
1 EL Weizenkeime	1 EL Honig	1 TL Vanille
1 TL Zimt (Pulver)	1 TL Ginseng-Pulver	

Zutaten gut vermengen und in einem großen Glas Milch mixen. Es können auch noch (pürierte) Banane oder (geriebene) Äpfel dazu gegeben werden. Anstatt Milch kann auch Apfelsaft verwendet werden. Drachensmilch soll langsam, fast kauend getrunken werden.

Quelle: „Mehr Spass am Sex – wie Männer bessere Liebhaber werden“ Andro, Neuauflage Rowohlt Taschenbuch Verlag 1999, Original 1989 by Simon + Leutner



3. Persönlichkeit

Mutiger Mensch des Monats: Andro Andreas Rothe

(1941 - 2019, Tantralehrer und Buchautor)

Wieso war Andro der Gründer des ersten und ältesten Tantra-Institutes in Europa? Warum verschrieb er sich dem roten Pfad des Tantra? Was machte ihn so freigeistig, direkt und geradeheraus? Eine Spurensuche

Prägend für Andro war seine frühe Kindheit im Naturheilsanatorium seines Großvaters im Schwarzwald, denn dort wuchs er in die (dort schon vor der Jahrhundertwende bestehende) freigeistige Künstler- und Heileratmosphäre hinein. Die Künstler- und Villenkolonie "Auf dem Berg" in Pforzheim wurde bereits 1906 von natur- und kunstbegeisterte Schmuckfabrikanten sowie dem Bildhauer Adolf Sautter auf einem Hang oberhalb der Würmtal Wiesen gegründet, um dort der Lebensreform und Naturheilkunde zu frönen, genau wie auf dem Monte Verità in Ascona. Andros Vater war Professor an der Kunstakademie Pforzheim, wo der jugendliche Andro an der Malklasse teilnahm und häufig als Modell für Aktzeichnungen diente. Er besuchte als familiärer „Mitbegründer“ die Rudolf-Steiner-Schule (heute Goetheschule Freie Waldorfschule Pforzheim, feierte 2019 das 70jährige Bestehen). Die naturverbundene Spiritualität des großväterlichen Sanatoriums brachte Andro in lebendigen Kontakt mit nackten Körpern, denn "zurück zur Natur" war die damals Rousseausche Devise, im Denken, im Handeln wie im Sex. Als Jugendlicher assistierte er seinem Großvater im Heilsanatorium und erfuhr so sehr früh die Einheit von Geist und Körper in Libido. Ohne jegliche Vorbehalte, das prägte ihn.

Nach seinem Abitur verließ er Pforzheim und wurde Fotograf in Berlin. Er begründete ein Kindertheater mit, "Die Kullerköpfe", deren freier Mitarbeiter, vor allem im heilpädagogischen Spielplan, er zehn Jahre lang blieb. In den 1960er Jahren wurde er Heilpraktiker, arbeitete in der Drogenrehabilitierung und betrieb in den 68er Jahren in Berlin ein alternatives Caféhaus. Er ging nach Afrika in die Sahara zu den Tuareg im Hoggar und schließlich für Jahre nach Tunesien, wo er als alternativer Landarzt in einem kleinen Dorf lebte, in einer sich selbst versorgenden Kommune. Dort lernte er in einer kleinen Suffigruppe der Mevlana. Seine Lebenserfahrungen begann er 1973 in seinem ersten Roman "Die Imohagen" festzuhalten, in der die utopischen Paradigmen einer alternativen Sozialstruktur die Bewegung der 68er & die sexuelle Revolution, sowie der Kommunenbewegungen der Antiautoritären vorwegnahm und ein alternatives Pädagogikmodell wie Sumerhill beschrieb und der modernen Welt mit ihren zweifelhaften Segnungen, ein alternatives Gegenmodell gegenüberstellte. Die basisdemokratischen Schulen haben sich in unserem autoritären System nach wie vor nicht durchgesetzt, aber das größte Potential zur Entfaltung des Menschen (siehe „Schools of Trust“, <https://www.schoolsoftrust.de/>).

Andros tantrischen Studien begannen 1975 in Kajuraho, dem indischen Tantrazentrum, sowie in Poona bei Baghwan (Osho), wo er längere Zeit lebte. Er studierte im nepalesischen Bodnat den tibetischen Buddhismus, dann in einem kleinen Mahayana buddhistischen Tempel in Madampe, Ceylon, und schließlich in Pakistans Kashmir, in Zenggenpoche, einem kleinen Kloster der Gelugpatradition (Karmapa) 2500m hoch gelegen im Himalaya. Reisen nach Asien, Türkei, Kurdistan, Afghanistan, Belutschistan und Pakistan brachten ihn mit der praktischen Welt des Tantra in Verbindung. Er wurde ordiniertes Zenmönch der Schule Taisen Deschimarus und war Meister des Bogenzenen. Er studierte am Medical Center des Dalai Lama in Darmsalah Akupunktur und gründete 1978, zurückgekehrt nach Berlin, ein spirituelles Tantrazentrum, das

34. Newsletter der AnuKan®-Buddies, Januar 2020

ANTINOUS, welches in seiner heutigen Form seit 2000 Diamond Lotus Tantra Institut heißt. Die Antinous Gemeinschaft wurde als Lebens-, Wohn- und Arbeitsgemeinschaft gegründet, die auf der Tradition des Kulanarva Tantra fußt. Der Antinous e.V. ist seit 1981 der juristische Trägerverein der tantrisch inspirierten Lebensgemeinschaft. Die stetige Auseinandersetzung mit der eigenen Liebesfähigkeit und der praktischen sexuellen Selbsterfahrung stehen im Vordergrund der Gemeinschaft.

Andros humanpsychologischen Workshops gründen auf der theosophischen Philosophie der Jahrhundertwende ebenso wie auf dem traditionellen Vajrayana Tantra Indiens, dem Zenbuddhismus, der therapeutischen Traditionen nach Georges Gurdjieff und Georg Groddeck, der modernen amerikanischen Humanpsychologie, der Orgontheorie Wilhelm Reichs und der New-Age Therapien. Seine z.T. radikalen Methoden waren angesiedelt zwischen Indianerschamanismus, Urschrei und Familientherapie, NLP, Rebirthing, Psychodrogenexperimente, als auch beeinflusst von Erkenntnissen der Nahtodforschungen und der modernen Quantentheorie. Andro galt in Fachkreisen international als ungewöhnliche Kapazität. Im Umfeld von Philosophen wie Peter Sloterdijk, Tantrikern wie Margo Anand, Advaita Maria Bach sowie Tantrawissenschaftler Ajit Mookerjee, nahm er an verschiedenen internationalen Sexualitätskongressen in Berlin, Österreich, Spanien, Brasilien, Indien und den USA und Hawaii teil. Als Fachmann war er Dauergast bei Talkshows und er moderierte selbst nackt fünf Jahre lang eine eigene regionale Talkshow im OK Berlin zum Thema Sexualität und Familie. Andros jahrzehntelange körpertherapeutische Arbeit mit Menschen und mit Tantra ist weit über die Grenzen Deutschlands hinaus bekannt geworden und hat sich in verschiedenen therapeutischen Verfahren niedergeschlagen, so in den von ihm kreierten Tantramassagen. Die von ihm nach 1978 geschaffenen therapeutischen Massageformen, wie die Yin-Yang-Massage, die Stereo-Massage, die Tripitaka-Massage, die Talana-Massage und die Orgon-Massage sind methodische Grundlage für hunderte von ihm ausgebildeter Masseur und einiger Sexualtherapeuten. 2006 entstand mit Iris Paul-Feußner (Buch „Am Rande der Haut ...“) die Tantrische Körperpsychotherapie® (TKPT). Er hielt regelmäßig Gastvorlesungen an der Universität von Kaohsiung Taiwan China zum Thema Sexualität und Kunst. Seit 2007 war er auch ein Mitglied der Wilhelm-Reich-Gesellschaft und gründete die Brasilianische Fundacao Andro-Logica.

Seit 1995 lebte und lehrte er halbjährlich auf seiner brasilianischen Insel im Amazonasdelta im dortigen sexualtherapeutischem „Ambulatorium“ Tao-Oasis. Andro war auch im Dezember 2019 auf „seiner“ Insel, als er Herzprobleme bekam. Er starb für alle überraschend am 22.12. in einem Krankenhaus im Nordosten Brasiliens.

Quelle: <https://diamond-lotus.de/service-infos/diamond-lotus-wir-ueber-uns/ausbilder-und-workshop-leitungen/andro/>

Nachrufe: <https://animatantra.de/> und <https://diamond-lotus.de/blog/nachruf-auf-andro/>



4. Raum, Raum halten und Atmosphäre

Kraftplatz des Monats – Tao-Oasis, Insel Fortaleza, Brasilien

Diese Oase wurde 1994 von Andro und seinen Mitstreitern gegründet, mitten im brasilianischen Dschungel der Insel Fortaleza am Äquator nahe der Amazonas-Mündung. Der nächste Fischerort auf dem Festland ist São João de Pirabas und nur mit dem Boot zu erreichen. Es war das erklärte Ziel, einen Platz für eine Gemeinschaft zu finden, der unberührt ist und wo die gesellschaftlichen Zwänge und Probleme aufgelöst werden durch ein hier und jetzt in der Natur und im Körper. Ein Ort ohne zivilisatorischen Ballast. Ein Ort der Heilung. Ein Ort der Liebe.

Diesen Ort hat Andro mit seiner Gemeinschaft gefunden, gestaltet und für Seminare und Therapien genutzt. Diese Privatinsel ist frei von Tourismus. Die Temperatur fällt nachts selten unter 28 Grad, dafür fallen fast täglich reife Mangos von den Bäumen. Das Seminarhaus hat eine eigene Stromversorgung und einen eigenen Brunnen. Speisen der Region werden von der Haushälterin liebevoll zubereitet. Dieses Paradies hat seine eigenen, von der Natur diktierten Regeln und entschleunigt jeden. Den Lebensrhythmus bestimmen Tag, Nacht, Sonne, Regen, Ebbe und Flut. Und der Tantra-Seminarplan, der gebucht werden kann, aber nicht muss.

Mehr Infos hier: <https://tao-oasis.org/Startseite.html>

und hier: <http://www.animatantra.de/> (Veranstaltungen/Urlaub auf der Insel...)





5. Kommunikation

Kraft-Buch des Monats: „Die Fünf Tantrika. Das Geheimnis der ewigen Jugend“ (Andro, 1996, Hans-Nietsch-Verlag)

Mit Widmung des Autors: Beim ersten Chakren-Seminar von Andro 2018 in Berlin bekam ich dieses Büchlein signiert. Ich hatte es schon Jahre vorher verschlungen und auch oft an Freundinnen verschenkt, denn die Geschichte ist sehr abenteuerlich und hübsch geschrieben: „Die vergilbte Fotografie eines mysteriösen Tantratempels, die sein Großvater Wilhelm Silbereisen, der bekannter Lebensreformer und Weltreisender, im Jahre 1912 einer Frau Lotte widmet, führt Andro nach Katmandu. Als er dort gar Frau Lotte trifft, eine vitale und lebenslustige Erscheinung, an der die vergangenen Jahrzehnte scheinbar spurlos vorbeigegangen sind, wird ihm klar, dass er dem Geheimnis der ewigen Jugend und strahlender Lebensfreude ganz nah ist.“ Auch meine Frage, was es mit der Postkarte und Frau Lotte wirklich auf sich hatte, hat Andro ganz ehrlich und sichtlich erheitert beantwortet. Es ist eine tantrische Erzählung, die mit Witz und Überzeugungskraft für ein Leben voller Lust und Freude wirbt. Und allen Frauen fünf einfache Tantra-Übungen enthüllt, die der Beginn eines neuen Lebens sein können. Die Übungen sind logisch und für die weiblichen Genitalien sehr stimulierend. Auch wenn ich den Pflug und den Kopfstand bis heute nicht kann, so ist es doch amüsant beim Yoga in den verschiedensten Asana-Stellungen mal zu probieren, die vaginalen Muskeln anzuspannen. Bis 108 Mal zu kontrahieren, schaffe ich meistens nicht, aber der Lebensfreude tut das keinen Abbruch. Kombiniert mit der richtigen Atemtechnik kann das auch sehr erregend sein. Das dann vielleicht besser nicht direkt in der Yogastunde

Buch gebraucht hier: www.zvab.com/9783929475166/f%C3%BCnf-Tantrika-Geheimnis-ewigen-Jugend-3929475162/plp



6. Sinne – Unsere Tore zur Welt

Kraft-Klang des Monats: „The Power is here now“ von Alexia Chellun (Album „Just Before I Sleep“, 2018)

Für einen tieferen, gesünderen Schlaf: Alexias schöne und fesselnde Stimme unterstützt uns sanft auf dem Weg zu größerer Freiheit durch gesunden Schlaf. Diese Musik wurde speziell dafür komponiert, um tiefe Entspannung und Schlaf herbeizuführen. Tiefgreifende Veränderungen für das Wohlbefinden setzen ein, wenn das Gehirn mittels der Musik durch die Wellenlängenstufen Alpha, Theta und Delta wandert. Dieses Mini-Album wurde vollständig mit einer Frequenz von 432 Hz aufgenommen, die mit den Mustern des Universums mathematisch in Einklang stehen soll. Musik, die daher auf diese Frequenz eingestellt ist, gilt als äußerst entspannend und heilsam. Die Themen dieser Lieder sind musikalische Affirmationen, inspiriert von den Werken von Neville Goddard, Eckhart Tolle, Abraham Hicks, der Buddha, Louise Hay und vielen mehr. Sie nutzen auch die repetitive Natur der alten Mantras und Meditationen, von denen wissenschaftlich nachgewiesen wurde, dass sie zu friedlichen Seins-Zuständen führen und diese unterstützen.

Alexia stammt aus einer Familie in Südlondon, die von musikalischen Einflüssen und kulturellen Traditionen geprägt ist. Musik hat sie seit ihrer Kindheit begleitet und bereichert. Ihr Vater (Inder/Mauretanier), ihre Mutter und ihr Großvater (Griechisch-zypriotisch) schenken ihr den „Eintopf“ kreolischer Volksmusik und Kultur aus Frankreich, Spanien, Zypern und Afrika. Als Kind lernte sie Klavier und trat regelmäßig bei Schulveranstaltungen und Konzerten auf. Sobald sie mit 20 Jahren ihre ersten Gitarrenakkorde erlernt hatte, begann Alexia, sowohl originelle Lieder als auch Mantras zu schreiben, die ihr Leben und ihre spirituelle Praxis widerspiegeln. Anstatt auf der Open-Mic-Bühne der Singer-Songwriters aufzutreten, wo das Publikum sich auf Trinken und Geselligkeit konzentriert, anstatt zuzuhören, meldete sie sich bei Yoga-Retreats und Festivals in ganz Europa an. Alexia denkt, dass sie etwas von der Ausstrahlung ihres Großvaters geerbt hat, einem bekannten griechisch-zypriotischen Tänzer und Musiker, mit dem sie eine enge Beziehung pflegte. Er sagte ihr nach dem Anhören ihrer Aufnahmen: "Du musst dies professionell tun. Es ist Deine Aufgabe ... und ... wenn Du auftrittst, bleib niemals zu lange auf der Bühne. Lass die Leute mehr wollen." Alexia wechselt mühelos zwischen traditionellem Songwriting und den strukturierteren mantrabasierten Aufnahmen, und sie räumt ein, dass der kreative Prozess sie immer noch verdammt verwirrt. "Es dreht sich alles um den FLOW und wohin ich auch gehe, ich folge."

Song hier zum Reinhören: <https://www.youtube.com/watch?v=CofMpBvcSZA>

Alle Songs vom Album hier: <https://alexiachellun.bandcamp.com/album/just-before-i-sleep>

Mehr zur Sängerin hier: <https://www.alexiachellun.com/>



7. Spiritualität

IT HAPPENS ALL THE TIME IN HEAVEN

It happens all the time in heaven,
And some day

It will begin to happen
Again on earth –

That men and women who are married,
And men and men who are lovers,

And women and women
Who give each other light,

Often will get down on their knees

And while so tenderly
Holding their lover's hand,

With tears in their eyes,
Will sincerely speak, saying,

My dear,
How can I be more loving to you;

How can I be more kind?"

*(Hafiz, Iran/Persia, 1320 – 1389,
IN: The Subject Tonight Is Love: 60 Wild and Sweet Poems of Hafiz,
translated by Daniel Ladinsky)*

**Es grüßt Euch ganz herzlich,
Petra, alias AMU-PURA, AnuKan[®]-Masseurin**

PS: Alle, die zum Newsletter 2/2020 etwas beitragen wollen, sind herzlich dazu eingeladen! Redaktionsschluss ist der 15. Februar 2020. 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.