

*Überall grünt, blüht, wächst und wuchert es derzeit üppig in der Natur. Der Wonnemonat Mai hält Einzug - Sex und Liebe liegen fast greifbar in der Frühlingsluft. Passend zu Beziehungen, Liebe, Sexualität und Spiritualität ist auch unsere Auswahl . . .*



**Claire Gaudin, Christian Gaudin**  
Kleines Katzen Kamasutra  
Reichel, 2009  
ISBN: 978-3926388995  
47 Seiten, 14,95 Euro

#### Beischlaf mal anders...

Heutzutage sind wir alle toll, schlank, wunderschön, absolut in Form, total hipp und haben alle das genialste, wildeste und aufregendste Sexualeben des Jahrtausends. So zumindest das (Selbst-)Bild, das ein Großteil der Berliner sicher gerne von sich hätte. Aber mal ehrlich: Die Realität sieht leider meist etwas weniger aktiv oder attraktiv und auch heutzutage noch durchaus ziemlich verklemmt aus. Dem begegnen Claire und Christian Gaudin mit ihrer Form eines lockeren Kamasutra. Und um alle kitschigen Klischees zu bedienen, ist das Autorenduo natürlich auch noch aus dem "Land der Liebe": Frankreich. Gegliedert ist das Buch in zwei Teile: "I - Die Vorspiele der Liebe" und "II - Die Liebesstellungen". Manche Menschen fühlen sich bei Aktfotografien unangenehm berührt, während anatomisch genaue Zeichnungen für andere wiederum auch nicht ganz das Wahre sind. Das Katzen Kamasutra bedient seine Leser zur Veranschaulichung der Sexpraktiken mit Abbildungen von kleinen, niedlichen und witzigen Katzen-Comics. Durch diese Abstraktion wird für viele sicherlich der Zugang zu dem noch immer nicht ganz tabufreien, obwohl doch so natürlichen Thema Sex erleichtert.

Die verschiedenen Stellungen, die Claire und Christian Gaudin hier näher bringen, regen schon beim Lesen zu einem amüsierten Lächeln an, geben aber durchaus sehr praktische Tipps. Blumige Namen wie "Der satte Genießer", "Die hitzige Reiterin", "Der Aufstieg in den siebten Himmel", "Der Frosch-Rumba" oder "Der lüsterne Gärtner" begegnen einem hier, begleitet von kurzen, angenehmen und - ohne schmalzig oder zu nervtötend locker zu sein - anregenden Texten.

Um das Thema endgültig abzurunden, gehen die Autoren abschließend auch noch ganz kurz erklärend auf den Tantrismus in Form des Vamacara und der polari-

sierten Atmung zur Erweckung der Kundalini-Kraft und spiritueller Energien ein. Fazit: Wer nicht auf harten Beischlaf à la Lack, Leder und Peitsche steht, aber auch mit langweilig-seichem Vanilla nicht mehr so viel anfangen kann, für den ist diese niedliche Variante eines Sex-Ratgebers sicherlich gut geeignet, um sich abseits des eigenen schamhaften Errötens ein paar neue Anregungen für das partnerschaftliche Liebesspiel ins Haus zu holen. Das Buch ist sogar als liebes Geschenk für gute Freunde geeignet. Das Katzen Kamasutra mag sich auf den ersten Blick ein wenig lächerlich anfühlen, dürfte für viele aber vielleicht ein lockerer und entspannter Weg sein, um sich mal näher mit der eigenen Beziehung und Sexualität auseinanderzusetzen. Tipp: Einfach mal nicht so verkrampft sein und entspannt das Buch aufschlagen. Auch (über sich selbst) Lachen gehört zum erfüllten Sexualeben dazu.



**Christel Petitcollin**  
Da mach ich nicht mehr mit!  
Herder, 2010  
ISBN: 978-3451062216  
144 Seiten, 7,95 Euro

#### Psychospiele durchschauen

In jeder Beziehung kommt es mal zu Streit oder Stress. Oft laufen hierbei energieraubende unbewusste Prozesse ab und man schlüpfert unmerklich in wechselnde Rollen- und Verhaltensmuster à la "Opfer", "Verfolger", "Retter", die direkt aus der kindlichen Erlebniswelt stammen. Beziehungen werden in diesem "Drama-Dreieck" zum psychischen Ringkampf und Schlachtfeld. Das Buch der Psychotherapeutin und Kommunikationstrainerin Christel Petitcollin verfolgt das Ziel, diese "Spiele der Erwachsenen" zu durchbrechen, unterschwellige Mechanismen aufzuzeigen und durch die bereitgestellten Lösungsansätze gesunde Beziehungen entstehen zu lassen. Leicht ist es sicherlich nicht - erwachsene Kommunikation abseits von Rollenbildern als Fluchtpunkte nötigt einem Selbstvertrauen und viel Kraft ab.

Fazit: Ein spannendes Buch, allerdings gehört schon eine große Portion Selbstre-

flexion zum Lesen dazu. Mit zahlreichen realen Beispielen aus dem Alltag verdeutlicht Petitcollin Rollenschemata und deckt Beweggründe auf, die einem schon ab und an ein unangenehmes Wahrheitsgefühl bescheren. Große Sympathien löst die Autorin allerdings eher nicht aus, da ihre Aussagen teilweise wertend und manchmal etwas herablassend wirken.



**Alan Rudolph**  
Eine kleine Geschichte über Sex  
Sunfilm Entertainment, 2011  
102 Minuten, 5,99 Euro

#### Alles für die Wissenschaft

Das Produktionsjahr liegt zwar schon fast zehn Jahre zurück, aber der Film ist gerade erst Anfang 2011 auf dem DVD-Markt erschienen. Bekannte Schauspielernamen wie Nick Nolte, Robin Tunney, Neve Campbell und Til Schweiger sind hier vereint. England im Jahr 1929: Edgar versammelt im Haus des Mäzens Faldon eine Gesprächsrunde und versucht sich an einer nüchternen Untersuchung der Frage, welcher Teil der Liebe zur Sexualität gehört. Verschiedene Theoreme und Erfahrungen sind Gesprächsgegenstand: Voyeurismus, Homosexualität, Masturbation, Orgasmen, Vertrauen bei der Sexualität, die Tiefe der Liebe, Jungfräulichkeit, Incubi, psychologische Theorien, Sodomie oder Kunst. Damit alles korrekt dokumentiert wird, nehmen an den wissenschaftlichen Treffen der reinen Herrenrunde die zwei Stenografinnen Alice und Zoe teil. Und so nimmt die Liebe, das Verlangen, die Sehnsucht und die Verführung fast zwangsläufig ihren Lauf...

Fazit: Ein anfänglich etwas surrealer Film, den man eher spätnachts im Programm von Arte erwarten würde. Wenn man sich auf ihn einlässt, ist dieser ungewöhnliche Film aber durchaus faszinierend, fesselnd und durch die bizarren Blüten, die der Regisseur die Wissenschaft hier treiben lässt, sogar so amüsant, dass man sogar über die unsäglichen schauspielerischen Qualitäten eines Til Schweiger hinwegsehen kann, der hier Gott sei Dank - anders als das DVD-Cover vermuten lässt - nur eine relativ belanglose Rolle ausfüllt.



**Luna**  
**Eva im Paradies**  
 Hörliteraturverlag, 2011  
 ISBN: 978-3938811283  
 73 Minuten, 15,90 Euro

#### Erotisches Hörbuch

Die Erotikindustrie konzentriert sich ja hauptsächlich eher auf das männliche Geschlecht. Erst in den letzten Jahren gibt es einige Produktionen, bei denen versucht wird, auf Frauen einzugehen.

Ein Grund hierfür liegt sicherlich darin, dass Männer angeblich leichter optisch erregt werden (was zumindest den Mangel an geistigen Inhalten erklärt), während zum größten Sexualorgan der Frau das Gehirn gezählt wird (was wiederum die weitgehend mangelnde Begeisterungsfähigkeit eines Großteils der weiblichen Bevölkerung für niveaulose filmische Produkte erklärt).

Der Hörbuchverlag füllt genau diese Marktlücke mit niveaувollen, witzigen, aber dennoch anregenden erotischen Hörbüchern speziell für Frauen. Die Autorin, die mit ihrem Mann auf Ibiza lebt, unter dem Künstlernamen Luna schreibt und gleichzeitig auch die sympathische Erzählstimme ist, führt die Zuhörer amüsant und detailliert in die Handlung ein, ohne dabei unerträglich platt mit der Tür ins Haus zu fallen.

Die Story lässt sich rasch umreißen: Eva, ihres Zeichens hemmungslose Butterbrot- und Leberwurststullenliebhaberin, ist seit Jahren eher minder glücklich mit dem asketischen Beamten Michael, einem quengeligen und eher unterdurchschnittlichen Liebhaber verheiratet, dessen erfüllende Abendbeschäftigung daraus besteht, Bücher über sanfte Darmreinigung zu lesen. Dank sinkender Kopulationsbereitschaft des grünkernernährten Gatten, dessen gehässiger Kommentare über ihr zunehmendes Gewicht und dem eigenen Gefühl innerlich und äußerlich regelrecht zu vertrocknen, schließt Eva eine Mitgliedschaft im Fitness-Club "Ladies Paradise" ab. Zzunächst zögernd und im ausgewaschenen Schlabber-T-Shirt macht sie sich auf ins Fitness-Studio und trifft dort (noch) unverfänglich auf den knackigen Personaltrainer Julio. Doch der Fitness-Club hat ein verborgenes Geheimnis und entpuppt sich nach und nach als erotisches Shangri-La, und so betritt Eva quasi ihren persönlichen irdischen Garten Eden. Doch ihr Gatte Micha ist ja auch noch da... ebenso wie eine missgünstige Frau

namens Ursula, die ihr das Leben schwer machen will.

Fazit: Herrlich bissige Sprachwahl trifft auf Sex im Kopf. Das Hörbuch ist qualitativ und klanglich hochwertig und das perfekte Geschenk für sich selbst oder die beste Freundin. Luna überzeugt mit sprachlicher Versiertheit und zeigt, dass pornographisches Kopfkino durchaus mit köstlichem verbalem Stil, Witz und wiehernden Lachkrämpfen abseits von billig-platten Inhalten à la "Warum liegt hier eigentlich Stroh?!" funktionieren kann.

Nettes Gadget zum Probehören: Auf der Webseite des Verlages ([www.hoerliteraturverlag.de](http://www.hoerliteraturverlag.de)) kann man sich nach Registrierung auch gratis Geschichten herunterladen.



**Klaus Jürgen Becker, Felix Aeschbacher**  
**Im Tempel der Ekstase**  
 Hans Nietsch Verlag, 2010  
 ISBN: 978-3939570851  
 191 Seiten, 17,90 Euro

#### Spiritualität & Leidenschaft

Und noch ein Buch über die fleischliche Leidenschaft hat seinen Weg in die Rezensionen für den Wonnemonat Mai gefunden: "Im Tempel der Ekstase" von Klaus Jürgen Becker und Felix Aeschbacher legt seinen Schwerpunkt allerdings stärker auf die spirituelle Komponente der körperlichen Vereinigung.

Das Buch ist in fünf Kapitel aufgeteilt ("Unser sexuelles Erbe", "Erfüllte Sexualität leben", "Ein paar Gramm Praxis", "Hilfsmittel auf deinem Weg", "Liebesakt in Prosa"), zum Konzept gehört es für die Autoren allerdings ebenfalls, das Buch mit wunderschönen Illustrationen des Liebespiels und Abdrucken von Dichtkunst aus allen Erdaltern zu bereichern. Nebenbei erfährt man hier auch ein paar wissenschaftliche Fakten zu Aphrodisiaka. Eine ausführliche Literaturliste vervollständigt das Werk.

Fazit: Ein durchaus spannendes Buch, mit teilweise sehr blumiger, an alte Texte erinnernder Wortwahl, das Menschen anspricht, die nicht (nur) auf der Suche nach schneller, reiner Lusterfüllung, sondern auch nach innerem Wachstum, Leidenschaft, sexueller und zwischenmenschlicher Entwicklung sind. Etwas störend im Lesefluss sind die ständigen Verweise auf weiterführende Werke innerhalb der Texte. Wen dies und das grauenerregend

rosenfarbene Cover nicht stört und wer mit der stellenweise etwas esoterischen Verbrämung (Stichwort: Atlantis, Delfingesänge beim Geschlechtsverkehr) konform geht, erhält hier einfühlsam viele praktische Tipps, gemeinsame Übungen, Anleitungen und Lernmöglichkeiten, auch um beispielsweise (ererbte) sexuelle Blockaden aufzulösen, vermittelt.



**Christoph Nitschke**  
**Das ganze Leben - ein Geschenk**  
 Nitschke, 2010  
 ISBN: 978-3000306143  
 520 Seiten, 81 Karten, 63 Euro

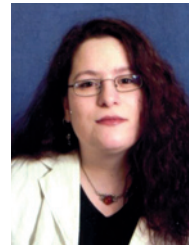
#### Systemisches Buch und Karten

Einen stolzen Preis hat dieses ungewöhnliche Werk, doch beim Auspacken zeigt sich, dass dieser durchaus gerechtfertigt ist: in einer stabilen Pappbox - wie bei hochwertigen Brettspielen auch - befindet sich ein über 500 Seiten schweres Buch und 81 Karten sowie zwölf zusätzliche Blanks-Karten, mit denen man sich beispielsweise wiederkehrende Verhaltensmuster, Konflikte, seelische Altlasten, Beziehungsverhältnisse, aber auch innere Kraftquellen oder Lebensziele verdeutlichen kann. Das Buch enthält verschiedene Anregungen zu zahlreichen Legebildern und ausführlichste Beschreibungen und Interpretationsmöglichkeiten für die wirklich wunderschön gestalteten und durchdacht entwickelten Karten.

Christoph Nitschke, selbst als systemischer Berater und Heilpraktiker tätig, will so dazu beitragen, dass man die Dinge auf seinem Lebensweg - unabhängig davon ob nun glückliche Geschehnisse, Erfolge, Probleme oder negative Erfahrungen - als Wachstumschance begreift und in schöpferische Energie umwandelt.

Inspiziert wurde er hierzu nicht nur durch Aufstellungen, sondern auch durch persönliche Erfahrungen, Träume oder Kontakte zu anderen - beispielsweise schamanischen - Kulturen.

Fazit: Wer beratend therapeutisch arbeitet oder sich für sich selbst schon immer eingehender praktisch mit Aufstellungsarbeit beschäftigen wollte, für den ist dieses Set perfekt. Aber Vorsicht: Dieses "Spiel des Lebens" verlangt einem wirklich intensive Auseinandersetzung ab und kann nicht "mal eben auf die Schnelle" konsumiert werden.



Shermin Arif, 31,  
 M.A. Germanistik,  
 Geschichte, Sozialwissenschaften,  
 freie Autorin

Liest und lauscht  
 leidenschaftlich für  
 die SEIN-Leser.