

# Tantra DA<sup>IM</sup> - SEIN

TANTRA – ein Weg ins wahrhaftige Hier und Jetzt,  
in Deine unmittelbare Wirklichkeit

TANTRA – mit allen Sinnen zu dir selbst kommen, und so  
zur Präsenz, zum DA-Sein finden

TANTRA – in dieser Wirklichkeit dem Anderen begegnen, ganz  
neu, (vielleicht wieder) ganz unbelastet und echt

TANTRA – Dein Herz im geschützten Raum zu öffnen, und  
behutsam mit allem in und um Dich zu verbinden

TANTRA – die Verbindung Körper-Geist-Seele erleben  
und feiern

TANTRA – die Aussöhnung zwischen Sexualität  
und Herz ermöglichen

TANTRA – Deinen Körper zum Gefäß und Tempel  
Deiner Seele werden zu lassen



Seit einiger Zeit schon beschäftigt uns der Wunsch, das weiterzugeben, was wir in den nunmehr letzten acht Jahren auf unserem tantrischen Weg erfahren durften. Es ist für uns ein Teil unseres Paar-Seins geworden, welches wir seit 21 Jahren teilen, aber auch ein Anker der Spiritualität für uns beide als unabhängige Individuen.

Tantra ist für uns zusätzlich ein Instrument der Beschäftigung miteinander geworden – einer Auseinandersetzung, die jedem enorme Entwicklungsmöglichkeiten bietet – und die in keinem Beziehungsprozess ausbleibt.

Unsere Wochenendangebote für die nächsten Monate finden in den von uns eigens adaptierten Räumen im DA-SEIN in Wien statt, in Form von eineinhalb-tägigen Paarkursen für Tantra-Neulinge aber auch jene, die bereits etwas hineingeschnuppert haben.

Die nächsten Termine für Paare:

Samstag, 23. 8.08 16-22h und Sonntag, 24.8.08	9-ca.19h
Samstag, 18.10.08 16-22h und Sonntag, 19.10.08	9-ca.19h
Samstag, 10. 1. 09 16-22h und Sonntag, 11. 1. 09	9-ca.19h
Samstag, 21. 3. 09 16-22h und Sonntag, 22. 3.09	9-ca.19h

Kursbeitrag pro Termin und Person: € 70,-

Weitere Termine unter [www.da-sein.at](http://www.da-sein.at)

Bei Interesse bitte einfach um ein Mail oder einen Anruf:

[gerhard@da-sein.at](mailto:gerhard@da-sein.at)

0664 9808731

[barbara@da-sein.at](mailto:barbara@da-sein.at)

0664 2561808

*Wir planen auch offene Kurse für Singles, bitte noch um etwas Geduld!*

Auf dieser und der folgenden Seite möchten wir uns und unsere Einstellung und Ansichten zu Tantra vorstellen.  
Mehr davon gibt es in unserer hoffentlich bald vorhandenen Internet-Seite [www.da-sein.at](http://www.da-sein.at).

### Barbara

1961 in Klagenfurt geboren, Mag. der WU. Seit 1990 mit Gerhard verheiratet. Mutter unserer beiden Töchter. Ausbildung zur Kinesiologin. Gründung einer Eventagentur, durch viele Reisen Kennenlernen unterschiedlichster Kulturen unserer Erde. Beschäftigung mit ZEN, Tantra, Schamanismus, Transpersonalem Atmen. Derzeit in Ausbildung zur Diplomlebensberaterin.



### Gerhard

Baujahr 57, selbständig, Dipl.Ing (Elektrotechnik/Elektronik). Seit dem 14. Lebensjahr kontinuierliche Beschäftigung mit Spiritualität und Psychologie. Seit '90 mit Barbara verheiratet, Vater unserer beiden Töchter. Leitung innerbetrieblicher Meditationsstunden.

ZEN, Tantra, Trommelreisen, Transpersonales Atmen.

### Zu unserem Kursangebot

So wie wir es erleben durften, möchten wir Dir einen geschützten Rahmen bieten. In diesem ist es Dir möglich, Dich durch Bewegung, Meditationen und Ritualen in der Gruppe, mit Deinem Partner oder alleine, bewusst zu entscheiden, wie sehr Du Dich öffnest, ohne in irgendeiner Weise gedrängt zu werden. Du wirst nicht nur vieles über Dich erfahren, sondern vielleicht auch einiges loslassen können, das Du nicht mehr brauchst, wie alte, aber ausgediente Schuhe, die Dir lange gute Dienste erwiesen haben. Das kann der Beginn eines Entwicklungsschrittes in Deinem Leben sein.

Unser Tantra ist kein NewAge–Sex. Vielmehr geht es darum, unsere abgespaltenen Empfindungen und Sehnsüchte wieder zu integrieren, denn „weg“ sind sie ja ohnehin nicht, sondern nur in irgendeiner Kiste im Unterbewusstsein versteckt, wo sie ein subversives Schattendasein führen. Ihre Verdrängung kostet uns die Lebendigkeit und vielleicht die Gesundheit, ihre Befreiung „nur“ das Annehmen durch uns.

In der Sexualität drücken sich oft unsere Begrenzungen am direktesten und schmerzlichsten aus. Gerade weil die Verheißung der Ekstase, des Loslassen-Könnens, der Ent-Grenzung und des Verschmelzens so nahe ist, und sich dann doch oft als so unerreichbar herausstellt. Dies ist aber nicht der einzige Grund, warum im Tantra der Sexualität ein ebenso hoher Stellenwert wie anderen Energien im Menschen eingeräumt wird. Vielmehr wird die sexuelle Energie in einem viel weiteren Rahmen als grundlegende Lebensenergie verstanden. Im Westen wurde die (Lebens-)Lust auf einen kümmerlichen Bereich der genitalen Sexualität zusammengeschrumpft, der leicht handhabbar ist, und den man notfalls auch verdrängen kann. In der östlichen Kultur wurde diese Reduktion, zumindest so, nie vollzogen. Tantra kann uns lehren, diese Energie wieder auszubreiten, bis alles zu Lust und Ekstase werden kann. Genau so vollzieht sich im Tantra die Versöhnung, ja Vereinigung von Sexualität und Spiritualität.

Die Liebe eines Paares ist unserem Empfinden nach keine schicksalhafte Gegebenheit sondern eine stetige Entwicklung, zu der Mann/Frau sich bewusst entscheidet. Gleichzeitig ist sie eine Ahnung einer noch viel universelleren Liebe.

Hinter allen Schleiern der Vorstellungen über den Anderen, der Erwartungen und Ansprüchen an sie/ihn, hinter den Bedürftigkeiten und Projektionen und dem Zurückhalten gibt es einen Raum, in dem Deine kühnsten Träume übertroffen werden. Dort ist das Tor zur wirklichen Liebe.

Dies ist der lebendige Weg des Paares.