

# Auf den Punkt gebracht

»Im Spiegel des Vulkans« mit Nhangha Ch. Grunow

Seit langem interessiere ich mich nun schon für Tantra und spirituelle erotische Berührungen. Ich bin immer wieder erstaunt, dass ich in jedem Seminar mit neuen Techniken konfrontiert werde, die meine nicht gewollten Erwartungshaltungen bei weitem übertreffen. Doch der Reihe nach: »Im Spiegel des Vulkans« ist ein auf drei Tage angelegtes Basisseminar nur für Frauen.

Ich komme am Freitag Nachmittag im Connection Seminarhaus an. Nhangha, eine sehr freundliche, leger auftretende und gleichermaßen offenerzige Frau begrüßt mich und die anderen Kursteilnehmerinnen. Wir sitzen gemütlich bei einer Tasse Tee oder Kaffee zusammen und beschnuppern uns ein wenig, während die Gruppe geduldig auf eine Nachzüglerin wartet.

Nhangha nimmt sich viel Zeit, die persönliche Situation aller Kursteilnehmerinnen zu erfassen. Ich fühle mich in vertrauensvollen Händen und merke, dass ich mich hier öffnen kann. Und bin beeindruckt, was Nhangha alles über die Yoni zu sagen hat.

Den einleitenden Worten folgt die Praxis der Yoni-Massage, die sie an ihrer Assistentin zelebriert. Nhangha erklärt uns später die verschiedenen Phänomene, die während einer Yoni-Massage auftauchen können. »Mit keinem Körperteil ist die Frau so tief verbunden, wie mit ihrer Yoni. Hier ist sie am lustvollsten, aber auch am verletzlichsten. Hier öffnet sie sich für die Welt, aber hier kann die Welt auch gewaltsam in sie eindringen.«

Angenehme und unangenehme Gefühle können sich abwechseln. Von Nhangha erfahre ich endlich, womit das zu tun haben kann: die Stimulation der Yoni kann Energieblockaden freisetzen, wenn man diese Punkte, die sich unangenehm anfühlen, bewusst massiert und hält.

Sie erklärt auch, das es besser ist, in der Dynamik zu bleiben und nicht punktuell zu arbeiten, wenn man die Wellen der weiblichen Ekstase rufen möchte, obwohl auch die Lustgefühle mit bestimmten Punkten in der Yoni zu tun haben. Interessant ist auch die Tatsache, dass diese sehr authentischen Gefühle aus der absichtslosen Berührung emporsteigen.


Am zweiten Tag kommt es nun zur ersten hautnahen Begegnung mit einer anderen Frau, einer anderen Yoni. Wir massieren uns gegenseitig, versuchen die Techniken und


Griffe anzuwenden, die uns Nhangha zuvor beigebracht hatte, unterstützt von Nhangha und ihrer Assistentin.

Nun wird auch meine Yoni massiert. Bestimmte Stellen fühlen sich unangenehm an. Meine Partnerin stimuliert diese Punkte immer und immer wieder, und ich spüre dabei Schmerzen und alte Verletzungen in mir aufsteigen. Schemenhaft tauchen Bilder vor meinem geistigen Auge auf, um sofort wieder zu verschwinden und der Freude Platz zu machen. Es ist ein ständiges Auf und Ab der Gefühle. Ich lasse die Situation und meine Gefühle zu und spüre, wie sich langsam etwas zu lösen scheint; wie Gefühle in mir aufsteigen, die nach einem Ausdruck suchen. Ich verleihe dem Gefühl Ausdruck; bald darauf hört es auf, und ich spüre eine tiefe Entspannung.

Wir wiederholen die Yoni-Massage mit anderen Partnerinnen und gewinnen so langsam mehr und mehr Sicherheit im Umgang mit der Anatomie der Yoni und den Griffen. Dabei werden wir immer ab-

sichtsloser, sowohl beim Massieren wie beim Empfangen. Ohne Leistungsdruck und ohne Erwartungen einfach nur die Massage zu genießen ist pure Euphorie! Ich fühle mich nach der Yoni-Massage wie neu geboren, möchte mich gar nicht mehr bewegen, sondern nur noch so liegen bleiben, auf dem Bauch, und mit der Erde atmen. Abends tauschen wir unsere Erfahrungen miteinander aus. Ganz unterschiedliche Reaktionen kommen dabei zu Tage: Von tiefer Trauer und Depressionen bis hin zu Euphorie und Glücksgefühlen pur. Die ganze Bandbreite der emotionalen Skala ist vertreten. Diese Runde ist geprägt von dem Einverständnis sein mit dem, was ist. Die Gruppe trägt das Individuum, gleich wie es um die Einzelne bestellt ist.

Ich selbst habe voll Feuer gefangen und werde die beiden Fortbildungen »Oshuns Welle« und »Kali tanzt« ganz sicher besuchen, um weiter zu lernen. Die Yoni-Massage hat mir ein ganzes Universum an neuen Möglichkeiten eröffnet, und weiter von Nhangha lernen zu dürfen, erfüllt mich mit echter Freude. 

**Ilna Bogatkova**, geb. 1968, Mutter von zwei Kindern, studierte in ihrem Heimatland Russland unter anderem Psychologie. Seit drei Jahren lebt sie bei ihrem Mann in Deutschland und betreibt mit ihm zusammen eine Heil- und Massagepraxis. 



Nhangha Ch. Grunow führte mit viel Einfühlungsvermögen durch das Seminar

## Auf einem Blick

Leitung: Nhangha Ch. Grunow

Kosten: 180 €

Dauer: 3 Tage

Ort: Connection Seminarhaus  
Niedertaufkirchen

Voraussetzungen:

Gute Kenntnisse in Massage  
und Berührung

Kontakt: Nhangha Ch. Grunow,  
Tel.: 0171-14 19 484, E-Mail:  
nhanga@tantramassage-lernen.de;  
www.tantramassage-lernen.de

Seminarort: ★★★★★

Organisation: ★★★★★

Preiswürdigkeit: ★★★★★

Seminarziel: ★★★★★

Seminarleitung: ★★★★★

Didaktik: ★★★★★

Das bedeuten die Sterne: hervorragend ★★★★★ sehr gut ★★★★ gut ★★★ lau ★★ enttäuschend ★