

*Der Unterschied zwischen Sex und Tod ist: Sterben kann man allein, und es lacht dich dabei keiner aus.*  
(Woody Allen)

Ach, Du willst mehr als die üblichen, altbekannten Nummern? „Kamasutra ohne Leistenbruch“ ist das perfekte Buch für mehr Spaß zu zweit (und ein paar kleine Schweinereien, die allein noch mehr Spaß machen). Du kannst es mit Deinem Freund oder Deiner Freundin zusammen lesen, oder allein (z.B. in der Badewanne oder im Büro), um und ihn oder sie dann erotisch zu überraschen.

Diese kleine Lustfibel ist sogar eine gute Lektüre, wenn Du gerade Single bist, denn erstens weißt Du dann wieder einmal genauer, was Dir fehlt (und was nicht) – Bestandsaufnahme! Und zweitens bist Du perfekt vorbereitet, wenn Dich (natürlich völlig unerwartet) der große Liebestaumel mit Mr. Right oder Ms. Perfect überkommt.

Ich kann nicht dafür garantieren, dass Du einen Mann oder eine Frau abkommst. Aber ich weiß, dass Du besser im Bett wirst, als Du je warst.

Auf dass die Laken Feuer fangen:

Der Anfang vom Ende

Kuschelsex kann jeder. Man legt sich nebeneinander und schmust. Das langweilt Männer sowieso, und aufgeklärte Frauen meist auch nach kurzer Zeit.

Kuschelsex ist schön – aber alles zu seiner Zeit. Wenn er Dir nach einer Viertelstunde sanfter Zärtlichkeit süße Schweinereien ins Ohr flüstert, wenn seine Griffe kräftiger werden – wow! Wenn Du mit ihm nicht nur um die Fernbedienung ringst, sondern auch mal darum, wer oben liegen darf – dann kommt plötzlich Leben in die Bude.

Sex ist weit mehr als das gute alte „Rein-raus-Spiel“, und das beste Beispiel dafür ist Kamasutra!

Was wirklich im Kamasutra steht

Die Literatur des alten Indien befasste sich mit einer Vielzahl von wissenschaftlichen Fragestellungen. Abhandlungen und Lehrbüchern zu Themen der Astronomie, Geometrie, Phonetik, Metrik, Grammatik, Medizin, Politik, Moral und Erotik wurden geschrieben gemäß dem Leitsatz: Wenn etwas wert ist, getan zu werden, so ist es wert, gut getan zu werden. Und deswegen eben auch die körperliche Liebe.

Das „Kamasutra“ gilt gemeinhin als illustrierte indische Sex-Bibel, in der jede Menge (genaugenommen: 529) z. T.

akrobatische Stellungen dargestellt werden. Um all diese Stellungen auszuprobieren, braucht ein durchschnittliches berufstätiges Paar satte vier Jahre.

Natürlich ist das Kamasutra aber deshalb kein Stellungenkatalog. Die indische Liebeslehre hat 36 Kapitel, davon befasst sich gerade mal ein einziges mit dem Thema „Stellungen beim Geschlechtsverkehr“, weitere Themen sind z. B.: Art des Geschlechtsverkehrs nach Ausmaß (der Geschlechtsorgane), Zeitpunkt und Dauer, Variationen der Liebe; Möglichkeiten des Küssens, Arten der Fingernagelsspuren, Spielarten von Bisssspuren; Verhaltensweisen von Frauen aus den einzelnen Provinzen; Arten des dort geübten Geschlechtsverkehrs, Arten des Schlagens und die damit verbundenen Ausführungen des Lautes, Sexuelle Annäherungen, bei denen die Frau die Rolle des

Mannes übernimmt, Verhaltensweisen des Mannes, Mundverkehrs, Beginn und Ende des Verkehrs; Arten des Verkehrs; koketter Streit. Da kommt so mancher aktueller Ratgeber fast nicht mit...

Dennoch ist der fernöstliche Erotikbestseller in der westlichen Hemisphäre vor allem für seine Darstellung ausgefallener Koitus-Positionen bekannt und berühmt. Die meisten haben den Ruf, hohe akrobatische Anforderungen zu stellen und für abendländische Körper allenfalls unter schmerzhaften Verrenkungen oder nach mehrjährigem Yogaunterricht nachturnbar zu sein...

„Kama“ ist übrigens der Name des indischen Liebesgottes und heißt in etwa „Lust, Vergnügen“, jedoch nicht nur sexuell, sondern in jeder Hinsicht – auch der Duft einer Rose, der Klang von Musik kann lustvoll genossen werden. Ein „Sutra“ ist ein knapp formulierter Lehrsatz, eine Art Aphorismus.

Das „Kamasutra“ deckt die gesamte Bandbreite der Beziehung zwischen Mann und Frau ab; es enthält sieben Abschnitte: Meditationen, Liebeskunst (inkl. Liebesstellungen), Werbung, Ehe, Frauen anderer Männer, Kurtisanen, Aphrodisiaka. „Kama“ jedoch ist nur eines der drei großen Ziele eines Hindu-Lebens, und bedeutet „das Angenehme“, z. B. Liebe und damit verbundener Sinnesgenuss. Die beiden anderen sind „Dharma“ (die religiöse, moralische und soziale Pflichterfüllung) und „Artha“ (die Erlangung von Reichtum zum Wohle der Familie).

Das Kamasutra teilt Männer und Frauen nach der Größe des Penis bzw. der Vagina in jeweils drei Typen ein. Bei den Männern gibt es Hase, Stier und Hengst, bei den Frauen Gazelle, Stute und Elefantenkuh. Der Koitus unter gleich gebauten Typen verspricht laut indischer Eroslehre den höchsten Genuss – also Hase und Gazelle, Stier und Stute, Hengst und Elefantenkuh.

Das Buch selbst wurde etwa 400 nach Christi Geburt verfasst, besitzt aber eine lange Vorgeschichte: Es ist altindischen Überlieferungen zufolge von Prajapati, einer lange als Schöpfergott geltenden abstrakten Gottheit, in zehntausend Kapiteln verkündet worden. Mahadeva (der Hochgott Shiva) soll es in tausend Kapitel zusammengefasst haben, die von Shvetaketu, einem philosophischen Lehrer und Sohnes Udalaka, auf fünfhundert Kapitel komprimiert worden sind, etwa im 2. Jahrhundert vor Christi. Das „Kamasutra“ ist von Vatsyayana in Form von sogenannten Sutren in Sanskrit, der altindischen und bis heute lebendigen Gelehrtensprache, niedergeschrieben worden. *Sutras* sind Direktiven oder Gedächtnisstützen für den Eingeweihten, aphorismenhafte kurze Aussagen in Prosa, die ohne Kommentare kaum verständlich sind. Es handelt sich hierbei um vermutlich zunächst noch mündlich abgefasste Vorläufer von Lehrbüchern. Die dem Kamasutra zugrunde liegende Abhandlung des Shvetaketu ist verloren gegangen. Die heutzutage vorliegenden Übersetzungen des Kamasutra aus dem Sanskrit stützen sich auf anerkannte Kommentare aus zumeist späteren Jahrhunderten.

Die witzigen Abbildungen der verschiedenen „Kamasutra“-Ausgaben (auf denen die verknoteten Paare zu sehen sind) kamen erst etwa 1000 Jahre später hinzu, bei denen lingam (Penis) und yoni (Vagina) besonderes Augenmerk galt; durch einige Übersetzungsfehler – so wollen Experten es nun heraus gefunden haben – schlichen sich allerdings Stellen ein, die teilweise nicht nachvollziehbar sind. Die Texte aber wurden wiederum 1883 für die westliche Welt von Weltenbummler Sir Richard Francis Burton übersetzt.

Die akrobatischsten Stellungen aus dem „Kamasutra“:

„Sie umfasst und hebt ihr Gesäß mit beiden Händen, spreizt weit ihre Schenkel und legt ihre Fersen an ihre Hüften, während Du ihre Brüste streichelst: Das ist Die Erblühende Blume.“

„Die rundhüftige Frau auf dem Bett umfasst ihre Fesseln und streckt ihre Lotusfüße hoch; Du bearbeitest ihren Körper mit Hieben, küsst sie und schlägst sie mit der offenen Hand zwischen ihre Brüste: Das ist Der Affe.“

„Wenn sie den rechten Fuß auf Deinen Kopf legt, das linke Bein ausstreckt, dann den linken Fuß hebt und das rechte Bein streckt, wird das Der Bratenspieß genannt: Sie ist der Spieß, und Du bist der Braten.“

„Wenn Deine Geliebte, Dir gegenübersitzend, die Arme unter ihre Schenkel zwingt, um ihre Hände hinter Deinem Hals zu falten, und Du das gleiche tust, ist es Der runde Knoten.“

„Dein Weib umklammert Deinen Nacken und schlingt die Beine um Deine Taille: Das ist Ruhm - eine Stellung, die [193] sich nicht für schwergewichtige Mädchen eignet.“

„Nimm ihre Füße und hebe sie hoch (wie eine Schubkarre), stoß den Penis in ihre yoni und beglücke sie mit kräftigen Stößen: Das ist Der Blitz.“

#### **Die zehn praktikabelsten Stellungen des Kamasutra:**

Das Bambusspalten: Sie liegt auf dem Rücken, er über ihr. Ein Bein hat sie auf dem Bett ausgestreckt, das andere ruht auf seiner Schulter. Während des Koitus wechselt sie mit den Beinen ab. Der Beinwechsel ist etwas irritierend und anstrengend, aber intensiviert das Gefühl für beide.

Die Krebsstellung: Sie zieht, in Rückenlage, beide Beine an und drückt ihre Knie ungefähr in der Nabelgegend an den Bauch ihres Partners, der über ihr kniet. Die Knie sind etwas im Weg, und eher wenig bebaute Männer können leicht hinausflutschen.

Der Dreifuß: Beide Partner stehen aufrecht voreinander. Sie winkelt ein Bein ab und zieht das Knie an. Er ergreift dieses Bein mit der Hand, und während sich beide umarmen, dringt er ein. Gut für ein Quickie im Stehen auf langweiligen Stehpartys.  
Liebe im Hängestütz: Beide stehen voreinander, er lehnt dabei an der Wand. Sie legt die Arme um seinen Nacken, schlingt die Schenkel um seine Hüften und schwingt hin und her, während sie ihre Füße gegen die Wand stemmt. Es ist jedoch mehr ein Schieben als ein Schwingen, und nur was für Leichtgewichte unter der Damen.

Die Kuhstellung: Sie kauert wie ein Vierbeiner auf dem Boden und wird wie beim Liebesspiel des Stiers bestiegen". Allerdings hält sie ihre Knie dicht beieinander, seine werden rechts und links an ihrem Oberschenkel platziert.

Die Schaukel: Beide Partner sitzen sich gegenüber, ihre Füße sind jeweils hinter der Taille des anderen verschränkt. Jetzt umfassen beide gegenseitig ihre Handgelenke und schaukeln hin und her. Langsam anfangen und nicht aus dem Rhythmus kommen...

Der einfache Knoten: Er kniet, sie setzt sich, mit dem Rücken zu ihm, auf seinen Schoß und beugt ihren Oberkörper weit nach vorne.

Der runde Knoten: Beide sitzen sich gegenüber, jeder legt die Arme unter die Knie und ergreift fest die Schultern des anderen.

Das Speerdurchbohren: Sie liegt auf dem Rücken, ein Bein ausgestreckt neben sich, das andere so hoch wie möglich angewinkelt. Ihr Fuß soll neben ihrem Kopf stehen.

Die Reittierstellung: Er liegt flach auf dem Rücken. Sie setzt sich auf ihn, einen Fuß auf seinem Unter-, den anderen auf seinem Oberschenkel, reitet und lässt dabei ihr Becken kreisen.

Die praktikabelsten Liebes-Tipps aus dem „Kamasutra“:

„Kein Mann und keine Frau werden je wissen, was der andere beim Liebesspiel empfindet; kein Wort wird es je beschreiben können. Aber die Lust des Mannes endet mit dem Orgasmus, während die Lust der Frauen nie zu einem Ende gelangt.“

„Vatsyayana sagt, dass jede Frau die Wonnen des Orgasmus kennen sollte. Jeder Mann sollte die Techniken der Liebe lernen – den Kuss, die Liebkosung, asanas, Zähne- und Nägelspiele – und die Lust seiner Geliebten vor seiner eigenen suchen.“

„Erkläre bei einer Wette denjenigen als Sieger, der [beim Küssen] zuerst die Unterlippe des anderen mit seinen Lippen [zart] festhalten kann. Wenn sie verliert, sollte sie weinen und darauf bestehen, es noch einmal zu probieren, da Du gemogelt habest.“

„Bei der Liebe liegt sie steif wie eine Stange in der Mitte des Bettes, gurrend und trällernd wie eine Ringeltaube – ihre Klitoris ein polierter Edelstein: Das ist Der Stößel.“

„Wenn Du Deine Geliebte [stehend] im Käfig Deiner Arme gefangen hältst, ihre Knie mit Deinen auseinanderdrückst und langsam in sie eindringst, ist es Quark-Rühren.“

„Wenn sie sich, die Lotusfüße in gutem Abstand voneinander auf dem Boden, nach vorne beugt, eine Hand auf jeder Hüfte, und Du sie dann von hinten nimmst, ist es Der Esel.“

„Die Liebesvereinigung mit dem Mann befriedigt wohl die Frau, aber die daraus entstehende selbstbewusste Wonne stellt doch den eigentlichen weiblichen Liebesgenuss dar.“

„Bei Der Erblühenden Blume benutzt sie ein Kissen, um die Hüften hoch zulagern, und spreizt die Schenkel, so weit sie kann. Dringe sanft in sie ein, damit Du sie nicht verletzt und Dir nicht selber Schmerz bereitest.“

„Einander bei den Händen fassend, liegt Ihr, Schenkel an Schenkel, wie zwei Seesterne ausgestreckt, um Euch zu lieben, während ihre Brüste gegen Deine Brust stoßen: Das ist Der Koitus der Götter.“