



tredition®

[www.tredition.de](http://www.tredition.de)

Als Spiegel für deine Selbsterforschung.  
Für alle, die nach Erwachen streben.

**Armin Heining**

# **Ich habe die Welt erschaffen**

**Wie ich als Tantra-Lehrer ein Junkie wurde  
und die Liebe wiederentdeckte**

© 2025 Armin Heining

Umschlag und Design: Marko Bußmann, [www.bussmann-design.de](http://www.bussmann-design.de)

Druck und Distribution im Auftrag von Armin Heining:  
tredition GmbH, Heinz-Beusen-Stieg 5, 22926 Ahrensburg

ISBN

Softcover: 978-3-384-37729-6

Hardcover: 978-3-384-37730-2

e-Book: 978-3-384-37731-9

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Für die Inhalte ist der Autor verantwortlich, zu erreichen unter:

Institut Armin Heining, Mehringdamm 32-34, 10961 Berlin, Deutschland, [info@armin-heining.com](mailto:info@armin-heining.com)

Jede Verwertung ist ohne seine Zustimmung unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

## **Zum Autor**

Armin Heining, geboren 1960, wuchs in Cham/Oberpfalz auf. Nach dem Abitur trat er in das Benediktinerkloster von Metten/Niederbayern ein und studierte Katholische Theologie in Würzburg.

Nach Jahren tiefer innerer Auseinandersetzung und therapeutischen Prozessen verließ er 1990 im Einvernehmen die Abtei.

Seinem Herzen folgend gründete er 1992 in Nürnberg GAY-TANTRA und lebt heute als Großstadtmönch in Berlin. Von dort bereist der Autor und Regisseur zahlreicher wegweisender Lehr- und Ratgeberfilme die Welt. Als internationaler Coach lehrt er seine Philosophie der Liebe:

**»Meditation ist die intimste Weise, mit sich – die tantrische Vereinigung die intimste Weise, mit einem Menschen zu sein. Und die Geistesschulung von ›Ein Kurs in Wundern‹ führt durch Vergebung zu einem offenen Herzen – frei von Ego, voller Liebe.**

[www.armin-heining.com](http://www.armin-heining.com)

[info@armin-heining.com](mailto:info@armin-heining.com)

# Armin Heining

## AUTOBIOGRAPHIE, BAND 1

### Stille, Ekstase, Glück

Wie ich als Mönch meditieren lernte  
und spirituelles Tantra entdeckte

Hamburg, Verlag Tredition Mai 2020  
264 Seiten, davon 1 Farbseite

ISBN: 978-3-347-05032-7 (Hardcover)  
ISBN: 978-3-347-05031-0 (Paperback)  
ISBN: 978-3-347-05033-4 (e-Book)

Überall im stationären und online  
Buchhandel erhältlich!



### Zum Buch

Ein Jugendlicher in der Provinz Altbayerns: hin- und hergerissen zwischen religiöser Schicksalsergebenheit und der Entdeckung seiner Sexualität. Als der Einberufungsbescheid naht, scheint es nur eine Möglichkeit zu geben.

Aber hat Armin die richtige Entscheidung getroffen mit dem Eintritt ins Kloster? Kann der Zölibat wirklich seine Leidenschaft im Zaum halten?

Als er während des Theologiestudiums Tür an Tür mit einem umschwärmten Mitbruder wohnt, wird seine Gewissenhaftigkeit auf eine ungeahnte Bewährungsprobe gestellt. Die Geschehnisse eines heißen Sommertages setzen eine Folge dramatischer Ereignisse in Gang, die Armins Leben auf unvorhergesehene Art und Weise verändern werden. Wer steht dem jungen Mönch in den finsternen Momenten innerer Zerrissenheit bei? Wer versteht Armin aus tiefstem Herzen und kann ihm einen neuen Weg weisen? Wird die katholische Kirche seinen tiefen Fall aufhalten können?

Heiliger oder Gosse, Orden oder Orgasmus, Kloster oder sexuelle Ekstase – Armin Heining erzählt in seiner ungeschönten Autobiographie packend von seinen prägenden Jugendjahren: Dem verzweifelten Ringen um ein authentisches Leben zwischen Sexualität und Spiritualität, der Hoffnung auf Heilung seelischer Verwirrungen sowie der erleuchtenden Erkenntnis, dass auch der verschlungenste Weg einem Plan folgt.

# **Inhaltsverzeichnis**

<b>Erzählwelten .....</b>	<b>9</b>
<b>Kapitel 1: Herzlich Willkommen .....</b>	<b>15</b>
<b>Kapitel 2: Die Göttin .....</b>	<b>55</b>
<b>Kapitel 3: Erfolg ist eine Denkweise .....</b>	<b>93</b>
<b>Kapitel 4: Erleuchtung .....</b>	<b>137</b>
<b>Kapitel 5: Zuckersüß .....</b>	<b>199</b>
<b>Kapitel 6: Auf der Klippe .....</b>	<b>223</b>
<b>Kapitel 7: Voll des Mondes.....</b>	<b>291</b>
<b>Nachwort .....</b>	<b>339</b>





## Erzählwelten

Was machst du, wenn Träume wahr werden?

Frag dich das lieber rechtzeitig, ehe auch dein Lebenstraum reale Gestalt annimmt und dein Leben zu einem Graus wird!

Ich weiß, wovon ich schreibe, weil es sich so und nicht anders bei mir ereignet hat. Mein Traum hat sich erfüllt und anschließend habe ich mein Leben nicht wieder erkannt. Von mir selbst ganz zu schweigen. Ich wusste nicht mehr, wer ich bin und was ich will. Habe an meiner Aufgabe im Leben gezweifelt, bin an mir selbst und den Entscheidungen, die ich traf, verzweifelt, sah mich in einem Gefängnis wiederkehrender Verhaltensmuster und tat mich schließlich schwer, Freund von Feind zu unterscheiden.

Und das Schlimmste: Ich hab's nicht kommen sehen. Dabei hatte ich den schönsten Aussichtspunkt meiner Welt erklommen, als ich dich am Ende von Band eins verließ, um meine nächsten Abenteuer zu bestehen. Ich war der festen Überzeugung, ich sei erleuchtet, hab's geschafft und alles erreicht, was ich mir je vorgestellt hatte. Vor mir breiteten sich die schönsten Aussichten aus – bis sie es eben nicht mehr taten.

Wenn man wieder scheinbar ganz unten angekommen ist, verschwinden auch der Panoramablick und mit ihm die Chancen und Möglichkeiten, die man einst am Horizont zu erkennen glaubte.

Dieser Abschnitt meiner Erzählwelten handelt von Demütigung, Enttäuschung, Verzweiflung und Zurückweisung. Enthält explizite Sex-Szenen und Beschreibungen von Drogenkonsum. Daher gibt es entsprechende Triggerwarnungen für die Kapitel drei und vier (emotionaler Missbrauch) und Kapitel fünf (Ü 18!).

Ich verstehe jede Person, die sich so eine Lektüre nicht zumuten will, weil sie von einem ehemals so geläuterten Mönch ein anderes Wissen, ein anderes Verhalten, andere Lebensereignisse erwartet hätte. Auch ich hätte nie gedacht, dass mein Lebensweg sich so entwickelt, anders als der von Kollegen und Gefährt\*innen; äußerlich alles in Ordnung und vermeintlich glücklich – und doch immer tiefer hinein in Isolation, Trennung und Verstrickung.

Wer sich aber dieser Wahrheit nicht stellen mag, ist herzlich eingeladen, gleich bis zum Kapitel sechs vorzublättern.

›Auf der Klippe‹ erahne ich wieder, wer ich wirklich bin, welche Schätze in mir beheimatet sind und wie ich dies Vermögen sinnvoll nutzen kann.

Richtig: Zum Ende meines Buches wird das Erzählen immer freier, weil die äußerst starken psycho-spirituell therapeutischen Prozesse, die ich mehrmals durchlaufen hatte, rechtlich geschützt sind und auch in deren Beschreibungen mit rechtsanwaltlichem Beistand streng überwacht werden: ›Get your mind right with Guruinda‹ findest du genauso wenig im Internet, wie auch die ›Aurora Heaven Foundation for Peace and Awareness‹.

Im persönlichen Leben wieder auf der Spur musste dann auch für mich 2020 die Pandemie und 2022 der Krieg in Europa kommen, Ereignisse, die mich erneut so in die Enge trieben, dass tatsächlich die ›Liebe für Alle‹ mich erreichen und berühren konnte: Durch die Weisheitslehre von ›Ein Kurs in Wundern‹ [Originalausgabe ›A Course in Myraclles‹, Herausgegeben von der ›Foundation for Inner Peace, Mill Valley/USA, Greuthof Verlag 2008] spricht sie seitdem täglich zu mir, hilft, Gedanken der Angst, der Kontrolle, den vermeintlichen Druck meines Machens, des Egos aufzuspüren und diese dem Universum abzugeben: »›Suscipe me Domine, secundum eloquium tuum et vivam. Et ne confundas me ab expectatione mea.«

Mein Gesang der Lebensübergabe zu den feierlichen Gelübden als junger Benediktinermönch 1984, jetzt befreit übersetzt: ›Schon längst hast du mich gesehen, erkannt, liebst mich und erweist mir die Ehre seit Ewigkeiten. Ich kann mein Leben gar nicht vermaseln. Ein glücklicher Ausgang aller Dinge ist gewiss!‹

Seit 1990 habe ich die Welt erschaffen, in der ich lebe, die Hingabe an ein größeres ›Du‹ vergessen, die ich während meiner Klosterjahre so bewusst gepflegt und mich anheimgegeben hatte. Ich war – trotz allerhand angelernter spiritueller Übungen und regelmäßiger Praxis – eingeschlafen, schlummerte tief und fest und hatte meinem ›kleinen Ich‹ die Führung überlassen.

Ja: Die Wiederentdeckung der allumfassenden Liebe ist für mich so heilend und heilsam, so glücklich machend und sinnstiftend. Ich entdecke in ihr eine Rückkehr zur Führung von Innen, von Jesus, von Gott, vom Heiligen Geist wie ich diese schon so intensiv in den Klosterjahren erfahren hatte – jetzt aber auf einer noch erlösteren, friedlicheren, glücklicheren, liebevolleren Ebene als vor, während und nach den Jahren des einvernehmlichen Klosteraustrittes. Es scheint mir, dass sich erneut ein Kreis meines Lebens schließt und mich emporhebt.

Das Entwerfen, Konzipieren und Schreiben meiner Lebensgeschichte Band zwei hat so viel Zeit in Anspruch genommen, weil es herausfordernd war, diese für Außenstehende, auch jene, die nichts mit Spiritualität zu tun haben, nachvollziehbar zu machen. Zugleich möchte ich dir meine Geschichte ganz genauso erzählen, wie sie war. Und das fiel enorm schwer. Und liest sich auch genauso. Weil ich vermeintlich jetzt ein anderer Armin als der von Band eins bin. In den hier erzählten Jahren und Jahrzehnten scheint von dem erwachten jungen Mann, dem du im ersten

Erzählband begegnet bist, nicht viel geliebt zu sein. Und deswegen sind vielleicht einige Passagen auch schwer auszuhalten.

Aber wer kennt das nicht? Ist das nicht das echte Leben? Die Tage, Wochen oder gar Jahre, die vielleicht schwer auszuhalten sind? Und dann tut sich leider keine Möglichkeit auf zu den glücklicheren, erkenntnisreichen und strahlenden Seiten des Lebens vorzublätern.

Und die Menschen, die solche Phasen auch kennen, spreche ich ausdrücklich hiermit an: Ihr seid sehr herzlich eingeladen, nicht chronologisch zu lesen. Es gibt safe Spaces im Leben. Das sind die Kapitel sechs, sieben und mein Nachwort – abzüglich einiger Wendungen in der Handlung, die wichtig sind, um die Spannung zu halten.

Ihr müsst nicht aushalten, was nicht geht. Ganz klar.

Jene, die allerdings von unbändiger Neugier erfüllt sind, die ganze Geschichte zu erfahren, sind ebenso herzlich eingeladen, mich durch höchste Höhen, ziemliche Tiefen und erstaunliche Niederungen des Lebens zu begleiten, die selbst der Biographin, die – wie auch in Band eins – wieder die kreative Federführung übernommen hat, die Sprache haben verschlagen lassen.

Manche Dinge sind kaum zu glauben und haben sich trotzdem so zugetragen. Und mein Herz staunt und strahlt zugleich ob der inneren Führung und wie alles – wenn ich nur das ›kleine Ich‹ loslasse – wie von selbst auf seinen Platz fällt und sich fügt.

Aus Gründen des Persönlichkeitsrechts war es wichtig, wieder korrigierend einzugreifen. Nicht jeder Mensch möchte sich mit meiner Lebensgeschichte öffentlich assoziiert wissen.

Nicht alle Namen sind die echten.

Nicht alle Charaktere sind echte Menschen. Manche wurden aus mehreren Persönlichkeiten zu einem Typ Mensch zusammenge-

setzt, der mir vielleicht das Leben zur Hölle machte oder – am anderen Ende des Extrems – sich unendlich viel Mühe gab, mich seiner nie endenden Freundschaft zu versichern.

Wer real ist und noch auf Erden wandelt oder gottlob nur in den Seiten dieses Buches existiert, spielt letztlich keine Rolle. Denn worum geht es tatsächlich?

Dass sich für alle Menschen, die es sich wünschen, dieses Ziel erfüllen möge:

Vollständig aufzuwachen. Zu erkennen, dass ich mir selbst die Welt erschaffen habe, die ich sehe und in der ich lebe und dafür die volle Verantwortung übernehme. Dass sie eine Projektion meiner bewusst und unbewusst ablaufenden Gedanken ist und ich diese jederzeit stoppen und dem Universum übergeben kann, das nur Glück für mich will. Die Welt an sich und ihre Protagonisten sind vollkommen neutral.

Was früher war, ist vorbei: Die Jagd der Wortwürmchen auf meinen Idealismus läuft ins Leere. Die Angst, die sie mir einjagen wollten, gibt es nicht mehr. Ihre Pfeilspitze kann mich dort, wo ich jetzt bin, unmöglich treffen:

Bei angenehmen Temperaturen sitze ich auf wunderbar grünem Rasen unter duftenden Pfirsichbäumen, deren dichtes Blattwerk das Sonnenlicht angenehm filtert. Zuverlässig wie jeden Tag zieht zur Nachmittagszeit der kosmische Nebel durch meine Landschaft. Sein blasses Türkisblau mit dem richtigen Hauch Glitzer bringt mir immer zur selben Stunde fein prickelnde Energie und etwas Pflanzenkraft zurück in den Körper. Nichts Wildes, nur einfach ein paar munter leuchtende Energiebahnen entlang der Chakren; gelegentlich tauchen auch rosa Teerosen auf, wenn ich mich besonders beansprucht fühle und ich mich gern wie auf Rosen gebettet erleben möchte.

Nachdem ich wieder in meine Kraft gekommen bin, wachsen üppige Orangenblüten über den Ohren bis zum höchsten Punkt auf der Spitze meines Kopfes. Sie stellen meine unverbrüchliche Verbindung zum Universum her.

Das ist das Ideal.

Das mir 1991, als diese Geschichte beginnt, allerdings noch nicht mal mehr im Traum vorschwebt.

Ich bin ganz woanders unterwegs. Ein Tagebucheintrag fasst meine Misere kurz und bündig zusammen.

# Kapitel 1: Herzlich Willkommen

Im Jahr des Herrn 1991.

*»Ich stelle bei mir fest, dass starke Triebhaftigkeit in Konflikt mit Strukturen, Autoritäten führt.«*

Und meine Zukunft schließt sich vor mir wie ein Vorhang, möchte ich hinzufügen.

Was nicht an mir liegt. Man kann mir nicht die Schuld geben an den Verletzungen, die Andere mir zufügen. Das wäre ja noch schöner!

Mit meinem Umfeld stimmt etwas nicht. Ich habe nicht die richtigen Menschen um mich, denen ich so sehr am Herzen läge, dass sie mein inneres Wachstum förderten.

Niemand hat ein Interesse daran, dass ich zu meiner wahren Größe heranwache. Aus diesem Grund werde ich bewusst eingehengt und mit Grenzen konfrontiert, die für mich nicht mehr existieren sollten. An diesen Strukturen reibe ich mich dann so auf, dass ich naturgemäß mit den Autoritäten in Konflikt gerate, die diesen Pferch errichteten. Ich bin nicht dafür gemacht, blind zu folgen und im stillen Gehorsam zu üben. War ich noch nie. Wird sich auch nie ändern.

Wie konnte ich in eine so brenzlige Lage geraten?

Ich weiß es nicht.

Sicher ist nur: Die schönsten und strahlendsten Aussichten, die vor wenigen Monaten noch mein Gemüt erhellten, sind weg, verschwunden, auf und davon. Haben mich einsam und verloren zurückgelassen unter Menschen, die mich nicht mochten und denen ich nicht vertraute. Und vor denen ich trotzdem nicht davonlaufen konnte, weil ich auf sie angewiesen war.

Meine Ausbildung zum Tantra-Lehrer konnte ich nur in dieser Runde abschließen. Jede andere Möglichkeit war mir verbaut. Womit auch festgestellt ist, dass Horsts »Werkstatt für Neo-Tantra und spirituelles Wirken« meine einzige, weil letzte Chance war, mir zumindest die Reste meines Traums zu erfüllen: Spiritualität und meine Sexualität so zu vereinen, dass ich ein Leben als schwuler Heiler führen darf – in den Diensten meiner Gemeinschaft.

Dafür nahm ich viel in Kauf. Zu viel? Wenn ich meinen Tagebuchaufzeichnungen Glauben schenke, auf jeden Fall. Jeder Eintrag klingt genervter als der vom Tag davor. Meine Nerven lagen bloß, was meinen sozialen Fähigkeiten nicht zuträglich war. Ich strahlte eine Schwäche aus, die das Rudel witterte und nutzte.

Ein treffliches Beispiel lag noch gar nicht lange zurück: Wir sollten unsere Führungsqualitäten in einer kleinen Übung unter Beweis stellen. Als ausgebildeter Pädagoge bin ich es gewohnt anzuleiten und gehört zu werden. Dennoch musste ich scheitern.

»Ich fänd's gut, wenn ihr jetzt die Matten zusammenräumen könntet.« Ist doch eine klare, unmissverständliche Anweisung. Was passierte? Nichts. Die Gruppe schwatzte einfach weiter.

Natürlich versuchte ich es wieder. Gab meiner Stimme nun einen strengeren Ton. »Habt ihr mich gehört?«

»Sprichst du mit uns?« Ausgerechnet Tom meldete sich zu Wort; einer der dominantesten Teilnehmer, mit alteingesessener Praxis für Physiotherapie. Er nimmt sich überaus wichtig, was ihn oft selbstgefällig erscheinen lässt.

Aber mich einschüchterte. In seiner Gegenwart fühlte ich mich unbedeutend und schwach.



»Ja, es geht um die Matten«, hörte ich mich so kleinlaut sagen, dass es mich selbst ärgerte.

»Ach so. Prima, dass du das übernimmst, Armin. Dann können wir nochmal die letzte Übung durchgehen.«

Ich war sprachlos. Als ob Tom meinen geringen Selbstwert wittern könnte, hatte er genau die Kerbe gefunden, in der ein Hieb die größte Wucht erzielte: Ich gehörte nicht dazu, war ein ewiger Außenseiter, dazu verdammt, immer am Rande zu stehen, während er und die anderen Halt in ihrer fest zusammengeschweißten Gruppe fanden.

*»Ist das so, weil ich der einzige Homosexuelle hier bin? Nehmen sie mich deswegen nicht ernst?«*, fragte ich abends besorgt mein Tagebuch.

»Selbstverständlich«, lautet immer wieder die naheliegendste Antwort. Die verbindende Gemeinsamkeit der Anderen ist ihre Heterosexualität. Deswegen gingen die Männer und Frauen, die mit mir dieses Trainingsmodul besuchten, auch so herzlich und ungezwungen miteinander um. Sie waren sich einig: Der Fremde war ich.

Also betrachtete ich es als meine Aufgabe, aktiv zu werden, um die Gräben zwischen uns zu überwinden.

Möglicherweise zeigte ich manchmal etwas zu viel Initiative:

*»Ich habe in unsere Gruppe massiv den sympathischsten Mann herbeigerufen. Ob das im Gleichgewicht der Gruppe war? Beim Massieren habe ich zu diesem tollen Typ, als er endlich vor mir lag, geistreiche Bemerkungen über seine tantrische Freundin gemacht. Der uns zugeteilte Assistent kam herbeigeeilt und wehrte ab:*

*›Gehört nicht hierher, Armin!‹ Nun habe ich Angst, mich selbst aus der Gruppe heraus zu manövrieren.«*

Sollte nicht wenigstens für mich sprechen, dass ich mir bewusst wurde, eine Grenze überschritten zu haben? Ich bin nicht perfekt, sondern manchmal außer Rand und Band. Ist das nicht menschlich?

*Tagebucheintrag: »Selbstliebe mit Dildo. Etwas Schmerz anschließend, über die Stränge geschlagen zu haben. Wie wenn die Selbstliebe nicht rein gewesen wäre; Show vor den Anderen. Darin die Bitte um Anerkennung, Beachtung etc... So wie auch der Schmerz, wenn in der Sauna alle geil auf mich sind.«*

Mir tun solche Aussetzer selbst am meisten weh. Als wäre ich mir trotz bester Absichten selbst in den Rücken gefallen, hätte mich gleichsam selbst sabotiert und mich ganz schlimm verletzt.

*»Roter Faden: Verletzung – Rückzug (in Meditation) nach Selbstlieberitual oder am Sonntagabend, als ich Mirko als Konkurrent zur Kursleitung empfand oder am Samstagabend, als ich mich so einsam und allein fühlte, nachdem einiges schiefgelaufen war.«*

Das macht etwas mit mir, wenn ich in so einer Situation keine Unterstützung erfahre, sondern mir selbst überlassen bleibe.

*»Beim Abschied war ich bockig und störrisch; warum kommt Isabelle nicht auf mich zu? Warum verabschiedet sich Mirko nicht von mir? Das Team? Eigentlich auch wieder positiv: Ich will ohnehin alleine sein: Mich zurückziehen, meditieren und mit dem Herzen beten.«*

Folgerichtig suchte ich im stillen Kämmerlein meine innere Mitte auf, um mich mit meinem Chi zu verbinden und in die Balance zu kommen. Was dem Wohle der Gruppe zugutekommen sollte: War ich ausgeglichen, profitierten alle.

Leider sahen ›alle‹ das anders:

»Du stellst Anhaftungen an dein Ego über die Gruppe. Dein ›Ich‹ dominiert uns.«, so der Hauptvorwurf in einem Gruppen-Sharing zur Halbzeit des Lehrer-Trainings, von dem ich mir so viel versprochen hatte.

Das muss man sich mal vorstellen! Einen größeren Unsinn war mir selten zu Ohren gekommen. Bin ich ein Team-Player oder nicht? Habe ich je etwas anderes unter Beweis gestellt bei meiner Arbeit für das Nürnberger Caritas Pirckheimer Haus oder in den guten Zeiten als Diakon? Und wie ich mich einzufügen und einzubringen wusste, sobald es darauf ankam.

Aber wenn man mir natürlich suggeriert, es hätte einen Preis, ich zu sein, was erwarteten die Leute dann? Dass ich mein Licht unter dem Scheffel verkümmern ließ?

Nicht mit mir! Folglich wurde es zu meinem ehrgeizigsten Antrieb, denen zu zeigen, wer ich wirklich bin.

Nach der Sommerpause präsentierte sich die Gelegenheit, auf die ich so lange gewartet hatte. Wir sollten berichten, welche Fortschritte wir in den vergangenen Wochen mit unseren Selbststudien erzielt hatten. Der naive Stolz, mit dem Isabelle, Claus, Tom, Mirko, Tamara und wie sie alle hießen ihre Sex-Abenteuer als tantrische Hausaufgabe verkauften, die sie bienenfleißig erfüllt hatten, brachte mich beinahe zum Lachen.

Aber natürlich ließ ich mir nichts anmerken, sondern gab vor mit angemessenem Ernst zu lauschen, obwohl ich kaum erwarten konnte, endlich selbst an die Reihe zu kommen. Ich wusste, meine Story würde einschlagen wie ein Meteorit. Vom Himmel niedergegangen, um Ansichten aus der Steinzeit vom Angesicht der Erde zu fegen.

Hinter mir lag nämlich ein viertägiges Intensivseminar, exklusiv für Männer, geleitet von dem amerikanischen Meister Ruben Mayer in der taoistisch-erotischen Massage, die er neu definiert hatte. Während die anderen Kursteilnehmenden lediglich eingeübt und weitergegeben hatten, was Horst sie lehren konnte, konnte ich als Einziger mit brandneuem Wissen angeben. Was ich jetzt zu erzählen wusste... davon hatten Isabelle, Claus, Tom, Mirko, Tamara und wie sie alle hießen, noch nie gehört:

»Es ist – auch unter homosexuellen Männern – ein weit verbreiteter Irrglaube, dass ohne Erektion und Ejakulation keine sexuelle Befriedigung möglich sei. Stimmt so nicht. Zum einen ist wahr: ›Softness ist okay.« Zum anderen soll sexuelle Energie nicht nur erweckt werden und als Ejakulat wieder verschwinden, sondern im Körper zirkulieren und ihren Höhepunkt in einer Transformationserfahrung finden.

Mir ist dieser Ansatz nicht fremd. Während meiner Klosterjahre habe ich so meine sexuellen Bedürfnisse umwandeln können. Aber welcher gewöhnliche Mann bringt Tao mit erotischer Massage in Verbindung?«

Die Antwort auf diese rhetorische Frage lag auf der Hand.

»Richtig, kaum einer. Deswegen waren auch nicht alle teilnehmenden Männer bereit für diese andere Erfahrung von Lust. Nicht jeder mochte sich an die strikten Regeln halten, denen gemäß wir uns gegenseitig massieren sollten. Rubens Technik umfasst mehrere Dutzend verschiedene Handgriffe, von denen kein einziger etwas mit bloßem Auf und Ab zu tun hat. Diese exquisite Massagetechnik zu erlernen, braucht Zeit. Damit sind nicht nur die Stunden gemeint, um mit ihr zu arbeiten bzw. sie zu genießen und ihren Effekt voll auszukosten. Sie zu verinnerlichen bedingt Selbstvertrauen und den absoluten Willen sich auf eine Erfahrung