

Stilles Lieben & Stiller Sex

Stilles Lieben und *Stiller Sex* meint beides das gleiche: ein achtsames, meditatives Liebesspiel. Es geht darum, mit dem zu sein was ist und nicht irgendwo hinzuwollen, in einer Phantasiewelt oder in der Vergangenheit zu sein. Wenn die Sexualenergie mit Stille, Achtsamkeit und Langsamkeit verbunden wird, führt das weg vom Tun, hinein ins Sein.



Eigentlich ist das Stille Lieben, der stille Sex eine weitere Variante des Slow Sex und ein Aspekt des Bewussten Sex. Beide Begriffe werden oft nebeneinander oder alternativ benutzt. Im deutschsprachigen Raum wird der Begriff "Stilles Lieben" häufig mit den Buchautoren und Tantralehrern Doris Christinger und Peter A. Schröter in Verbindung gebracht.

In ihrem Buch "[Vom Nehmen und Genommen werden](#)" unterscheiden Sie vier Qualitäten der körperlichen Liebe: 1. Feuriges Lieben, 2. Herzliches Lieben, 3. Stilles Lieben, 4. Spirituelles Lieben. Viele Ideen beziehen sich auf tantrisches Wissen.

Im nachfolgenden [Video](#) erläutern Doris Christinger und Peter A. Schröter ihr Verständnis des Stillen Liebens:

Copyright der Bilder:

© Ralf Lieder (eine Verwendung dieser Bilder außerhalb dieser Seite ist nicht erlaubt)