

Inhaltsverzeichnis

Warum dieses Buch?	9
Überblick	10
Körper-Sein (Teil I)	13
Das Lied (Eva Sattler)	13
Zeugung und Geburt	14
Zeugung ohne Zärtlichkeit - Emma erinnert sich	14
Eine Seele schickt ihr Lied.....	16
Sex in der Schwangerschaft - was empfindet das Ungeborene?	17
Geburt mit der Kraft von Mutter Erde.....	19
Jeder Mensch entspringt dem weiblichen Körper	24
Der Schoss, aus dem wir kommen.....	24
Weibliche Ejakulation	28
Tessas Lusttropfen flirren in Sommerhitze	30
Selbstbefriedigung - Tessa erzählt mehr	33
Plötzlich sprudelt es und Tessa freut sich.....	34
Die Klitoris - das geheimnisvolle Lustorgan der Frau.....	38
Die Rose (Marian Klapp).....	41
Brustkrebsvorsorge - das Geschäft mit den Ängsten.....	44
Matriarchat und Patriarchat	47
Als die Welt noch in Frieden war	47
Die Vertreibung aus dem Paradies	49
Der männliche Impuls zu neuem Leben	53
Von der Kraft, die uns zeugt.....	53
Die Verharmlosung der Vorhaut-Amputation.....	56
Der Körper - das Haus unseres Daseins	62
Unser Körper, Werkzeug zur Gewalt oder Liebe	62
Scham und Achtsamkeit.....	64
Zu unserem Körper JA sagen!	65
Explosion (Teil II)	69
Ein Universum geht vorbei (Eva Sattler)	69
Sexuelle Entwicklung	70
Sexuelles Aufknospen in Prüderie, wie geht das denn?.....	70
Die 68er-Bewegung gibt Elsa Rückenwind	72
Elsas erstes Mal am Karfreitag	75
Elsa traut sich und rennt ins „Erwachsensein“	79
Sexuell aufblühen, so geht es!.....	83
Empfängnisverhütung	85
Empfängnisverhütung, ein Menschenrecht	85
Grüne Empfängnisverhütung bei Primärnationen	87
Lustfreundliche Verhütung statt Profitgier	89
lea®contraceptivum und die „(Ohn-)Macht“ des Geldes.....	94

Notwendige Verhütungsalternativen von giftig bis unpraktisch	95
Auf der Suche nach Halt.....	98
Elsa erzählt von Sehnsucht und Abhängigkeit.....	98
Fäkalien als Erregungsstimulanzen.....	101
Nach dem Rock'n'Roll - Elsa stürzt ab.....	102
Die Unterdrückung der Lebendigkeit.....	105
„Orgas-muss“ oder „Orgas-muße“?	111
Ein besonderes Geschenk zu Elsas 21. Geburtstag.....	111
Was ist ein Orgasmus?	112
Mein Orgasmus? - Ein Freund erzählt mehr	116
Freiheit (Teil III).....	117
In meiner Seele (Eva Sattler)	117
Befreiung aus Unfreiheit und Gewalt.....	118
Mechanismen der Unterdrückung.....	118
Angst frisst die Freude am Leben	120
Das große Geschäft mit dem Sex.....	124
Die Sucht sucht nach Erfüllung.....	126
Die Gewaltspirale dreht sich	130
Pädophilie und die Chance, kein Täter zu werden.....	133
Was hilft gegen Gewalt?	135
Die Freiheit nicht zu wollen, nicht zu stehen, nicht zu kommen.....	140
Mein Körper gehört mir!	140
NEIN heißt NEIN!.....	144
Sexuelle Funktionsstörungen „verstehen“	149
Mein Zauberstab muss gar nichts (Marian Klapp)	153
Die Freiheit, jede*n Erwachsene*n zu begehren und zu lieben.....	154
Gruppenbezogene Menschenfeindlichkeit.....	154
Homophobie in der Sexualberatung	157
Yusuf und sein mutiger Weg zur Selbstbefreiung	159
Eine lange und gefährliche Reise zum Menschenrecht	166
Bunte sexuelle Vielfalt leben	169
Lust und Liebe	174
Was verhindert bedingungslose Liebe?	174
In Liebe fallen und in der Realität landen.....	177
Die „Freiheit“ zu gehen oder zu bleiben.....	178
Die Freiheit, alten Schmerz zu (er-)lösen.....	180
Traumhafte Begegnung von Tessa und Ernst.....	182
Lebendige, liebevolle Sexualität.....	187
Entstehung, Dank, Informationen und Ausblicke.....	192
Literaturliste, Internetseiten und Kontakte	194
Ausblick 1: Vorträge und Lesungen	200
Ausblick 2: Sex zwischen Himmel und Erde, Band 2.....	201
Kontakt zur Autorin.....	202