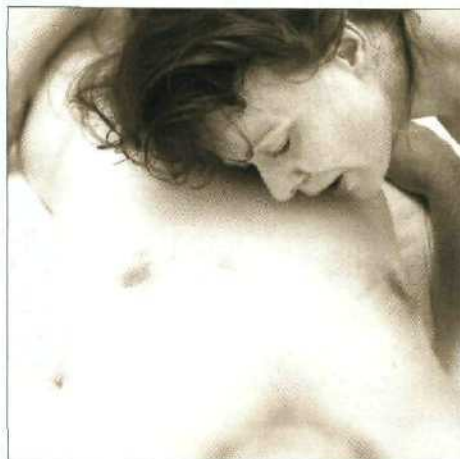


Michaela Riedl und Jürgen Becker

# Lingam-Massage



Die Kraft  
männlicher Sexualität  
neu erleben

**HANS-NIETSCH-VERLAG**

# Inhalt

|   |            |
|---|------------|
| Vorwort.....  | 7          |
| Einleitung.....   | 11         |
| <b>Kapitel 1: Die männliche Sexualität.....</b>                 | <b>13</b>  |
| Der Lingam als Symbol .....                                     | 15         |
| Den Lingam erforschen .....                                     | 18         |
| Die Anatomie der männlichen Lustorgane .....                    | 23         |
| Das Geheimnis der Erektion .....                                | 60         |
| Körperliche Gründe für Erektionsschwäche .....                  | 64         |
| Die Ejakulation .....   | 68         |
| Der männliche Orgasmus .....                                    | 82         |
| Die Wechseljahre des Mannes .....                               | 85         |
| <b>Kapitel 2: Energetische und spirituelle Grundlagen .....</b> | <b>89</b>  |
| Die taoistische Philosophie der fünf Elemente .....             | 90         |
| Holz – die Kraft der Ausdehnung .....                           | 94         |
| Feuer – die Kraft des Bejahens .....                            | 100        |
| Erde – die Kraft der Offenheit .....                            | 107        |
| Metall – die Kraft des Mutes .....                              | 113        |
| Wasser – die Kraft der Stille .....                             | 124        |
| <b>Kapitel 3: Die Lingam- und Prostata-Massage .....</b>        | <b>133</b> |
| <i>Die Verehrung des Shiva .....</i>                            | <i>145</i> |
| <i>Die vorbereitende Ganzkörpermassage .....</i>                | <i>151</i> |
| <i>Die Nachbarschaft anregen .....</i>                          | <i>158</i> |
| <i>Von der Wurzel zur Blüte .....</i>                           | <i>161</i> |
| <i>Die Lingam-Erweckung .....</i>                               | <i>164</i> |
| <i>Das Reiten auf der Welle .....</i>                           | <i>166</i> |
| <i>Das Finale .....</i>   | <i>172</i> |
| <i>Nachspüren und Abschied .....</i>                            | <i>175</i> |
| <i>Nachbemerkung von Michaela .....</i>                         | <i>176</i> |
| Vom Segen der Anal- und Prostata-Massage .....                  | 177        |
| <i>Die Anal-Massage: Quelle der Lust und Hingabe .....</i>      | <i>177</i> |
| <i>Die Prostata und der G-Punkt .....</i>                       | <i>182</i> |
| <i>Die Spiritualität unseres Beckenbodens .....</i>             | <i>184</i> |

|   |     |
|---|-----|
| <i>Anal- und Prostata-Massage und Berührbarkeit</i> ..... | 185 |
| Die Anal- und Prostata-Massage Schritt für Schritt .....  | 186 |
| <b>Anhang</b> .....                                       | 195 |
| Erfahrungen mit der Lingam-Massage .....                  | 196 |
| <i>Lingam-Massage mit Michael</i> .....                   | 196 |
| <i>Lingam-Massage mit Bernd</i> .....                     | 203 |
| <i>Lingam-Massage mit Wolfgang</i> .....                  | 208 |
| Anmerkungen .....   | 213 |
| Nachwort von Joseph Kramer .....                          | 215 |