

Die verschiedenen Massagegriffe

1 Ovarienwärmer



Reibe deine Hände aneinander, lade sie auf und kreise mit den Fingerspitzen sanft über den Ovarien.

2 Gebärmutterwärmer



Die linke Hand verdeckt die Muschel, die rechte massiert kreisend den Uterus.

3 G-Punkt begrüßen



Grabe und presse die Finger in die Bauch-, Blasen- und G-Punkt-Gegend: langsam, kräftig, sanft und tief.

4 Vulva-Vibrieren



Die ganze Hand bedeckt die Vulva und vibriert tief in sie hinein. Die andere Hand geht vibrierend von Chakra zu Chakra.

Multiorgasmische Reaktion 2: Orgasmisches Sein. Magische Muschelmassage

5 Pussy-Petting



Die eingeölte Hände schlagen sanft den ganzen Muschelbereich (Innenseite der Schenkel, Bauchregion, vom Steissbein bis zum Venushügel).

6 Schmoll-Lippen



Presse und massiere mit den Fingern die äusseren und inneren Schamlippen gegeneinander.

7 Lippen-Zick-Zack



Verschiebe mit den Daumen die Lippen gegeneinander.

8 Muschi-Zug



Presse mit den Zeigefingern die grossen Lippen zusammen und hebe sie ab.

9 Erwecke
mein Feuer



Umfange die Muschel mit beiden Händen und reibe die Labien wie beim Feuermachen gegeneinander.

10 Tap and Slap



Trommle mit den Fingerspitzen und den Handflächen sanft auf Vulva und Klitoris.

11a Schmetterling



Öffne und schliesse die Muschel mit beiden Händen und blase beim Öffnen einen warmen Lufthauch in sie hinein.

11b Schmetterling



Multiorgasmische Reaktion 2: Orgasmisches Sein. Magische Muschelmassage

12 Muschel öffnen



Daumen und Zeigefinger pressen, ziehen und massieren äussere und innere Schamlippen nach oben, unten und zur Seite.

13 An die Pforte klopfen



Shiva stülpt einen Fingerling über Zeige- und Mittelfinger. Dann klopft er mit dem Zeigefinger an der Pforte, indem er ihn sanft auf die Öffnung legt und wartet, bis Shakti mit ihrem pulsierenden Liebesmuskel (PC-Muskel) bereit ist, diesen einzusaugen.

14 Vier Himmels- richtungen



Shiva öffnet sanft, aber bestimmt den Eingang nach allen Seiten - wenn möglich auch mit dem zweiten Finger in der Muschel.

15 Erst einen, dann zwei, dann viele



Lass so viele Finger, wie Shakti aufnehmen mag, in die Muschel hineingleiten. Dehne, ziehe, stosse sanft oder heftig, so wie Shakti es liebt.

Variationen

15a Zwei-Hände-Manöver



Die linke Hand ruht unter dem Kreuzbein; der linke Daumen zieht den Muschel-Eingang ein wenig Richtung Anus. Die rechte Hand liegt auf dem Schambein, Daumen und Zeigefinger massieren sanft ihre Klitoris.

15b Dreieinigkeit



Die linke Hand ruht unter dem Kreuzbein; der linke Daumen zieht den Muschel-Eingang ein wenig Richtung Anus. Die rechte Hand liegt auf dem Venushügel und massiert abwechselnd die Klitoris mit dem Handballen und den Göttinnenpunkt von aussen mit den Fingerspitzen.

15c Göttinnenpunkt



Beide finden gemeinsam den Göttinnenpunkt, den Shiva dann auf verschiedene Art und Weise massiert: Kräftiges Pressen und Loslassen, Reiben, gleichzeitiges Massieren des inneren und äusseren Göttinnenpunktes, linke Hand von innen, rechte von aussen. Shakti kann dabei mit dem Liebesmuskel pumpen. Sie macht Push-Outs (drückt PC nach aussen). Bei einer sehr hohen Erregung kann es zu einer „Ejakulation“ kommen.

15d Urmutter anrufen



Bei entspanntem Beckenboden bewegt Shiva mit zwei Fingern der linken Hand die Gebärmutter, während die andere Hand diese von aussen hält.

Stille: Bewegungslos verharren, während die Finger in der Muschel ruhen.

Multiorgasmische Reaktion 2: Orgasmisches Sein. Magische Muschelmassage

16 Rock around the Clia Clock



Daumen und Zeigefinger der linken Hand öffnen die Muschel, der rechte Zeigefinger macht kleine Kreise um die Klitoris herum.

17 Perle pflücken



Shiva zwirbelt und reibt die Klitoris zwischen Daumen und Zeigefinger.

18 Hut auf, Hut ab



Ziehe die Haube mit Daumen und Zeigefinger vor und zurück.

19 Perle polieren



Ziehe mit Daumen und Zeigefinger der rechten Hand die Haube zurück und massiere die unverhüllte Klitoris (nicht jede Shakti verträgt diese direkte Stimulierung).

Frage Shakti, was ihr am besten gefällt, und massiere die Klitoris entsprechend.

20 Pforten
schliessen



Shiva bedeckt die Muschel mit der
ganzen Hand.

Nachspiel-
Möglichkeiten

- Verteile die Energie vom Sex über den ganzen Körper.
- Shiva verschliesst die unteren Pforten mit seiner Hand (Sex und Anus).
Shakti verschliesst mit ihren Fingern die oberen Pforten (Ohren, Augen,
Nase und Mund).
- Shiva hüllt Shakti in eine Decke ein.
- Namasté.

Von Peter A. Schröter erweitertes Lehrmaterial - angelehnt an:
Miraculous Mooshy Massage von Annie Sprinkle und Joe Kramer
für die Body Electric School 1993.

20 Pforten
schliessen



Shiva bedeckt die Muschel mit der
ganzen Hand.

Nachspiel-
Möglichkeiten

- Verteile die Energie vom Sex über den ganzen Körper.
- Shiva verschliesst die unteren Pforten mit seiner Hand (Sex und Anus).
Shakti verschliesst mit ihren Fingern die oberen Pforten (Ohren, Augen,
Nase und Mund).
- Shiva hüllt Shakti in eine Decke ein.
- Namasté.

Von Peter A. Schröter erweitertes Lehrmaterial - angelehnt an:
Miraculous Mooshy Massage von Annie Sprinkle und Joe Kramer
für die Body Electric School 1993.