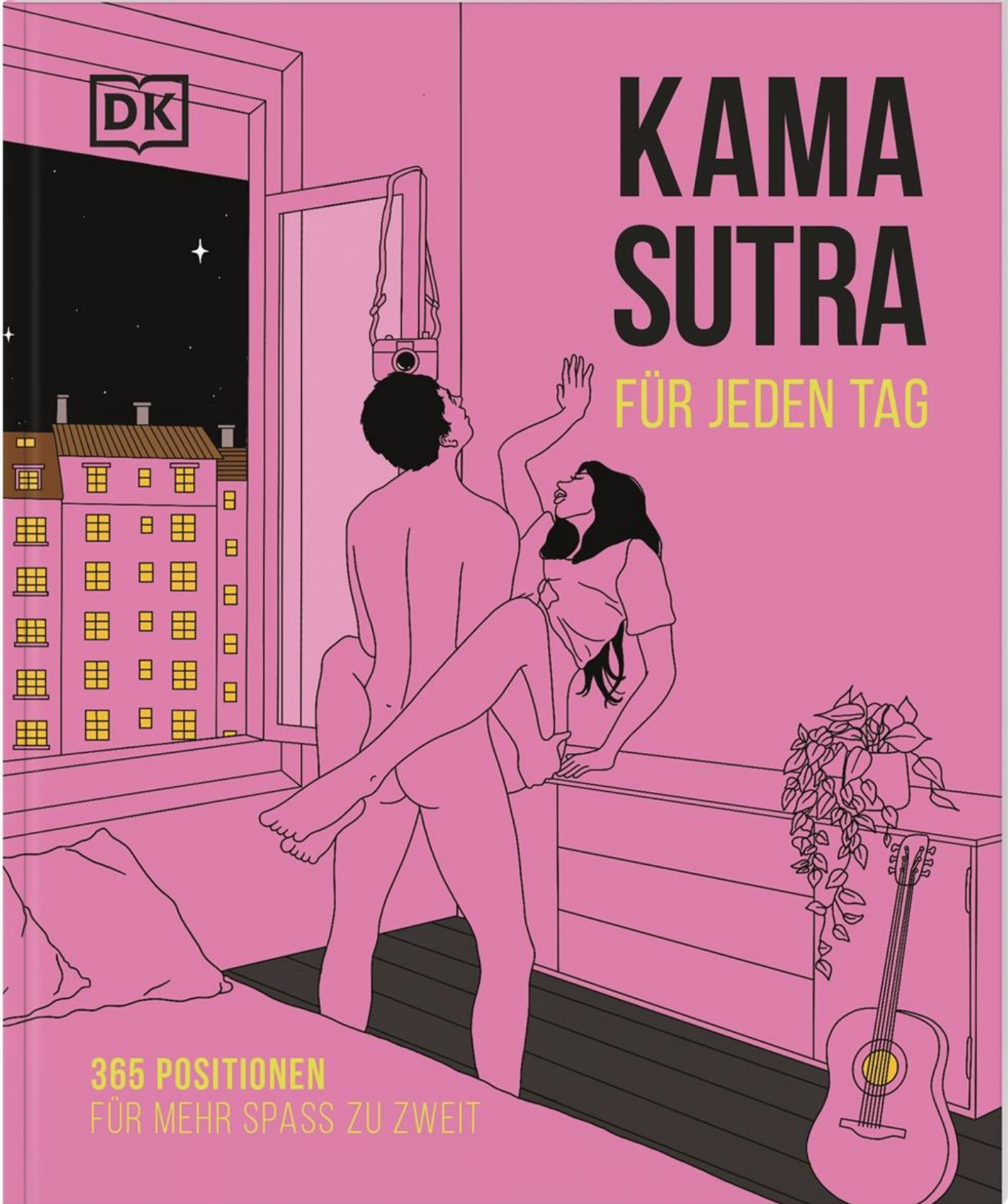




# KAMA SUTRA

FÜR JEDEN TAG



365 POSITIONEN  
FÜR MEHR SPASS ZU ZWEIT



## INHALT

EINLEITUNG 006

DIE STELLUNGEN 010

ZUFALLSGENERATOR 377

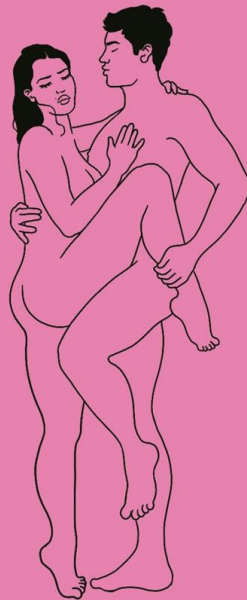
DANKSAGUNGEN 384

## EINLEITUNG

---

Seit Urzeiten haben wir Menschen Freude daran, unser Sexualleben mit etwas Abwechslung zu würzen. Wolltest du nicht auch schon mal eine neue Affäre mit einer verruchten Idee verblüffen? Oder neue Impulse in die vertraute Intimität mit der Liebe deines Lebens bringen? Oder einfach mal etwas völlig Neues ausprobieren, nur so zum Spaß? Nun, das haben auch unsere Vorfahren schon getan.

Hier findest du eine Stellung für jeden Tag des Jahres, inspiriert vom berühmtesten erotischen Text der Geschichte, aber auch von anderen klassischen Autoren. Vermutlich hat jeder schon vom Kamasutra gehört. Der große Yogi Vatsyayana Mallanaga verfasste es irgendwann zwischen dem 2. und 5. Jahrhundert, nicht nur, um anstößige Geheimnisse auszuplaudern, sondern auch, um über die Natur von Lust und Liebe und ein erfülltes Leben zu sinnieren. Ein großartiges Werk, aber nicht das einzige zu diesem Thema.



Deswegen findest du hier auch Tipps aus anderen Klassikern – dem Smaradipika, dem Ananga Ranga und dem Panchasayaka, Werken, die Dichter, Gelehrte und Philosophen schrieben, um Liebende in allen Jahrhunderten zu erleuchten. Sollte das nun allzu akademisch klingen, keine Sorge: Es braucht nur dich und deinen Partner, deine Partnerin ... und vielleicht noch ein Bett, einen Tisch, einen Boden, eine Treppe oder was auch immer ihr wollt.

Wir Menschen sind sexuelle Wesen, gleich wann und wo wir geboren wurden, und wir lieben Experimente. Wir alle wissen, dass Stellungen einiges verändern können: Sex ist ein Gespräch der Körper, und die Stellung, in der es beginnt, kann über den Tonfall entscheiden. Doch es geht um mehr als nur um Drehungen und Winkel. Der Mensch ist kreativ, und wir erschaffen gern gemeinsam Neues und Schönes. Wie uns die antiken Autoren lehrten, kann man auch Sex dazu zählen: Im Bett neue Ideen auszuprobieren heißt, mit Sinnlichkeit zu modellieren, mit Liebe zu malen. Die Künstler früherer Zeiten wussten, dass Sex eine Kunst sein kann.

Dieses Buch lässt sich auf viele Arten lesen. Ihr könnt es durchblättern, nach einer neuen Lieblingsstellung stöbern und ausprobieren, was euch ins Auge fällt. Ihr könnt euch der großen und amüsanten Herausforderung stellen, jeden Tag eine andere Stellung auszuprobieren – ob ihr das schafft oder nicht, ihr werdet zweifellos glücklicher, fröhlicher und einander näher sein, wenn ihr es probiert. Wenn ihr auf der Suche nach etwas Bestimmtem seid, blättert zum Ende, wo euch je nach Stimmung bestimmte Positionen empfohlen werden.

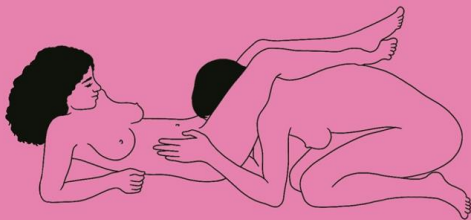
Manche Stellungen sind sinnliche, verträumte oder spirituelle Zärtlichkeiten. Andere sind akrobatische, verblüffende Kunststücke, die euch ein Prickeln am ganzen Körper und das Gefühl von unglaublicher Raffinesse schenken. Sie alle geleiten euch auf einen kreativen Spielplatz, auf dem ihr Liebenden euch austoben könnt.



**TAG** | **DIE KREISENDE ZUNGE**

**021** | Das Kamasutra rät, das Kreisen mit Nase, Kinn und Mund auszuprobieren.

»Kreise und kreise, bis ihr die Sinne vergehen.«



**TAG** | **DIE STURMWOLKE**

**022** | Sanft, aber fest – dieses Necken steigert Leidenschaft zu rauschhafter Raserei.

»Ein Kreis aus leichten Berührungen auf einer schönen Brust«

**TAG** | **023**

**DER SPORTSITZ**

Eine lustvolle Stellung, empfohlen im Smaradipika.

»Spielt miteinander in unschuldigem Vergnügen.«



TAG |  
**064**

**DAS RUDER**

Der penetrierende Partner bekommt die Gelegenheit, seine Kraft und Biegsamkeit unter Beweis zu stellen.

»Halte die Beine  
deines Partners  
und steuere dich  
zum Höhepunkt.«



## TAG | 105

### DIE KRÄHE

Dem Kamasutra nach ist die Krähe so lustvoll, dass viele Kurtisanen ihre Herren verließen, wenn sie sie nicht praktizieren wollten.

»Nimm dir Zeit zum Lecken und zur Sinnenlust.«

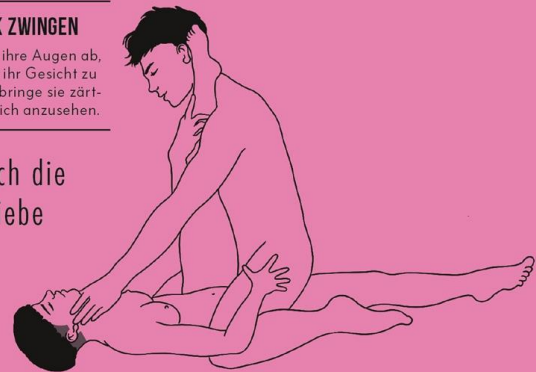


## TAG | 106

### DEN BLICK ZWINGEN

Wendet sie ihre Augen ab, drehe sanft ihr Gesicht zu dir hin und bringe sie zärtlich dazu, dich anzusehen.

»Dringe durch die Scheu zur Liebe vor.«



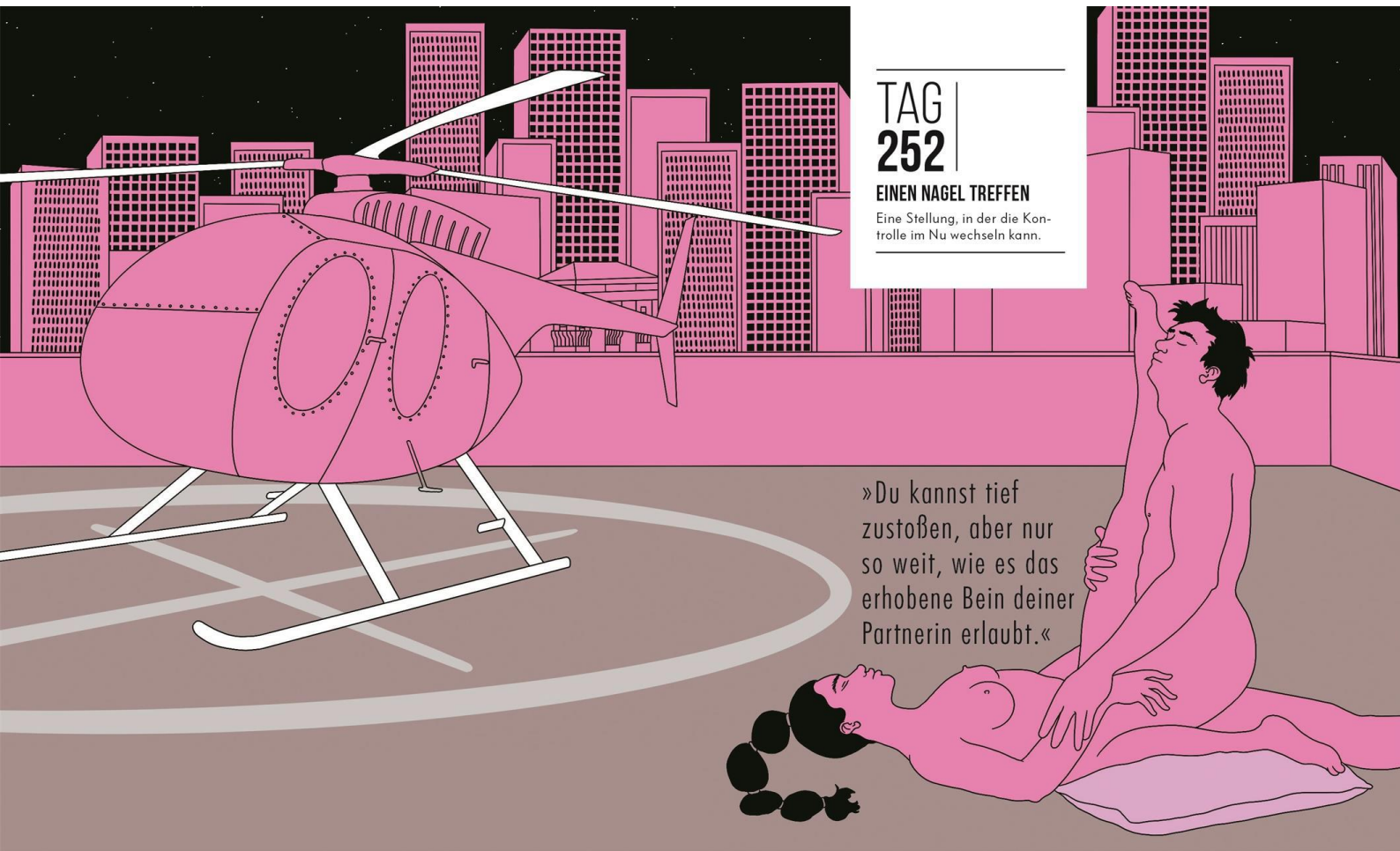
## TAG | 107

### HALBE SCHMUCK-SCHATULLE

Eine elastische Stellung, die tiefe Lust ermöglicht.

»Wer den Körper des Geliebten zur Gänze wertschätzt, besitzt echten Reichtum.«





TAG |  
**252**

**EINEN NAGEL TREFFEN**

Eine Stellung, in der die Kontrolle im Nu wechseln kann.

»Du kannst tief  
zustoßen, aber nur  
so weit, wie es das  
erhobene Bein deiner  
Partnerin erlaubt.«





TAG |  
**332**

**DER BESCHWÖRENDE WIND**

Eine neckische, prickelnde Art,  
deine Verführung zu beginnen.

»Wecke deine  
Geliebte mit einer  
verspielt gehauch-  
ten Brise.«