

susan smit

tantra

Klik. Nerveuze kriebel in mijn buik. Zo. Ik heb me zojuist opgegeven voor een tantraworkshop in de sauna. 'Een feestelijke verwendag voor tantraliefhebbers in een veilige, zachte en speelse omgeving,' staat er op de internetsite. Aan de ene kant roept dat horrorbeelden op van copulerende parenclubtypes. Als alles kan en mag, heb ik er opeens geen zin meer in. Anderzijds vrees ik, op basis van het beetje kennis dat ik van tantrische seks heb, dat het hier draait om het ontstijgen van seksuele verlangens in plaats van ze te vervullen. 'Och, jij stelt nog prijs op een orgasme,' zullen de tantristen meewarig tegen me zeggen, 'hoe weinig verlicht.' Toch stuurt iets in mij heel andere signalen uit. Avontuur! Spannend! Kom maar op!

Handen vast en laat maar stromen

Dus druk ik twee dagen later, een beetje zenuwachtig, op de bel van sauna De Keizer. Het lijf is gebronsd en gesmeerd, daar zal het niet aan liggen, maar de juiste vrijzinnige instelling is nog ver te zoeken. Ik ga vandaag mijn seksuele energie in groepsverband uiten met volslagen vreemden en eerlijk gezegd ben ik daar niet helemaal gerust op. Gastvrouw Inge Jager wijst me de kleedruimte - die uiteraard gemengd is. Kan ik er maar meteen aan wennen. Ik hul me in een witte badjas en schiet mijn vreselijke, allesbehalve sensuele kuuroordslippers aan. Verlegen wandel ik naar de relaxruimte om, ineens onhandig, een kopje thee voor mezelf in te schenken. Behoedzaam kijk ik om me heen. Er zijn dertigers en veertigers in badjas, zo te zien vooral stellen en hier en daar een eenling zoals ik.

"Tantra gaat over verlangen," zegt Inge als de groep op matrassen en kussens om haar heen zit. "In tantra is het lichaam niet zondig, maar juist een instrument voor verlichting en bewustwording. Het leert om het verlangen zelf als vervullend te ervaren, zonder bezig te zijn met de bevrediging ervan." De eerste opdracht luidt: loop door de ruimte en schud mensen de hand. Geen probleem. Daarna moeten we de handen losjes vasthouden en niets zeggen. Dat voelt al ongemakkelijker en intiemer. Tot slot mogen we iemand uitkiezen van wie we de hand tien seconden vasthouden en 'de energie laten stromen'. Een aantrekkelijke man komt doelbewust op me aflopen. We leggen onze handen in elkaar en hij kijkt me diep in mijn ogen. Ik voel kriebels in mijn buik opwellen. Wat kunnen tien seconden lang zijn! Een blos stijgt op naar mijn wangen en hij glimlacht als ik mijn ogen neersla. Pfoe. De seksuele energie is aan het stromen.

Zintuigenspel

Dan is het middagpauze en duik ik het Turkse stoombad in. Ik zucht eens diep. Tot nu toe valt het allemaal nog mee. Nog geen minuut later komt een mannelijke deelnemer glunderend pal naast me zitten. Ik ben even bang dat hij zich als mijn nederige tantraslaaf komt aanbieden, maar hij maakt een luchtig babbeltje en vertrekt dan richting bubbelbad.

De middag wordt in beslag genomen door 'het zintuigenspel', waarbij we een kwartier lang, met gesloten ogen, verrast en behaagd worden door twee mensen. Er zijn allerlei attributen om de zintuigen mee te prikkelen: veren, kwastjes, geurige olie, vruchten, chocolade. De man die me kriebels bezorgde zoekt mijn blik, maar de vrouw die naast me zit pakt mijn hand en kijkt me vragend aan. Haar partner is een lange, zachtaardige man van een jaar of veertig. Ik knik. Met hen durf ik het wel aan. Ik sluit mijn ogen en laat me op een zacht matras neerleggen. Mijn hart klopt in mijn keel als ik plotseling een gladde doek over mijn been voel glijden. De sensaties zijn ongelooflijk intens omdat ze zo onverwachts komen. Ik proef een aardbei op mijn lippen en neem een hapje. Een prikkelende dennengeur dringt mijn neus binnen. Iemand blaast zachtjes in mijn hals. Ik krijg een voetmassage. Het lange haar van de vrouw strijkt over mijn gezicht en armen. Het verbaast me hoe gemakkelijk ik me aan de aanraking van deze twee vreemde mensen overgeef. Ik voel me veilig, gekoesterd, vrij. En er is, ja, onmiskenbare opwindung. Ik ben in vervoering gebracht, maar weet dat ik er niets mee zal doen.

Dat is tantra zoals het bedoeld is, denk ik geamuseerd: het verlangen op zichzelf is al genoeg.

En dan sta ik weer buiten. Het was geen Dionysisch festijn, maar een sensuele dag. Ik heb een leeg hoofd, een geprikkeld lijf en mijn zintuigen staan op scherp. Als ik over de grachten terug naar huis fiets ben ik me bewust van de zon, het briesje door mijn haar, de rok die langs mijn benen strijkt. Een groepje jongens lacht naar me en ik voel me niets minder dan een liefdesgodin.

Inge Jager: 020 6652420 of www.ingejager.nl

Tantra

De leer van tantra ontstond in India en heeft zich vandaaruit verspreid over Tibet, China, Nepal en Japan. Vervolgens is het door mensen als Osho aangevuld met westerse methoden van persoonlijke groei en lichaamswerk. Bij tantra worden extase, liefde en verlangen ingezet voor bewustwording en verbinding met het goddelijke.

Dit is de laatste aflevering van deze rubriek waarvoor Susan behandelingen in het alternatieve circuit onderging. De afleveringen zijn gebundeld, uitgewerkt en aangevuld met nieuwe avonturen in haar boek 'De zweefmolen' (2006). Meer hierover leest u op pagina 121. Met ingang van het volgende nummer schrijft zij een column.