



**Kovarik, Robert:**

Ipsation als Therapie der Anorgasmie,

© 2016 by Robert Kovarik, Alle Rechte, insbesondere die der Übersetzungen in fremde Sprachen, vorbehalten. Kein Teil dieses Buches darf ohne Genehmigung des Autors in irgendeiner Form – durch Fotokopie, Mikrofilm oder irgendein anderes Verfahren – reproduziert oder in eine von Maschinen, insbesondere von Datenverarbeitungsmaschinen, verwendbare Sprache übertragen oder übersetzt werden.

All rights reserved (including those of translation into foreign languages). No part of this book may be reproduced in any form – by photo print, microfilm, or any other

**IPSATION**  
als  
Therapie  
der  
**ANORGASMIE**

MUDr. Robert Kovarik

## 1. Vorwort

Wissenschaftliche Untersuchungen zeigten, dass Frauen, welche ihre sexuellen Probleme mit Hilfe von Masturbation lösen, eine erheblich niedrigere Anzahl von außerehelichen Beziehungen aufweisen. Angesichts dieser Tatsache ist die individuelle autoerotische Übungstherapie der funktionellen sexuellen Störungen sowohl medizinisch, als auch ethisch-moralisch voll berechtigt.

Es ist nicht der Zweck dieses Buches eine erschöpfende Analyse und Behandlungsmöglichkeiten aller möglichen Ursachen von Anorgasmie, schon gar nicht bei Männern, aufzuzeigen. Mein Buch erzählt über eine Methode, wie sich Frauen mit den gängigsten funktionellen Orgasmusmängeln mittels autoerotischer Technik ihre Orgasmuszustände stufenartig verbessern, erweitern und antrainieren können. Dabei ist es unerheblich ob die Anorgasmie primär oder sekundär entstanden ist.

Dieses sexologische Fachbuch über die Masturbationstherapie der Anorgasmie ist eine optimale Ergänzung zu meinem anderen, wesentlich umfangreicheren Buch „**Sexologische Balneotherapie – Kurortbehandlung sexueller Störungen**“, wo allerdings die sexuelle Übungstherapie nicht näher erklärt wurde. Mit den folgenden Übungen können kurbehandelten Patientinnen, die meist ohne Sexualpartner anreisen, aber auch sonstige einzelne, bedürftige Frauen ihre individuelle „Hausübungen“ meistern, am besten unter der Anleitung eines Sexologen.

Die „Sexologische Balneotherapie“ habe ich für gynäkologische Patientinnen in Franzensbad (Tschechien) schon 1975 entwickelt. Die Frauen wurden wegen solchen gynäkologischen Indikationen, wie Kinderwunsch, postoperative Infiltrate, Wechseljahresbeschwerden, Krebsnachbehandlung usw. in diesen größten europäischen gynäkobalneologischen Kurort eingewiesen. Dabei stellte sich heraus, dass die begleitende sexuelle Problematik eine zusätzliche fachliche Hilfe braucht.

Das Franzensbad war das Zentrum der Gynäkobalneotherapie in der ganzen damaligen CSSR. In diesem westböhmischen Kurort gab es zwei staatlichen Spezial-Kuranstalten mit der Kapazität von insgesamt mehr als 1.000 Betten. Ich wurde zum leitenden Arzt der Kurklinik „Pawlik“, später „Purkyne“ (mit 550 Betten) ernannt.

Meine tschechischen und später deutsch anerkannten Fachspezialisierungen sind Gynäkologie und Geburtshilfe, Balneologie, Physikalische Medizin und Rehabilitation. Zuvor hatte ich eine fast abgeschlossene psychiatrische Ausbildung an der Karls-Universität (KU) Prag absolviert. Die sexologische Weiterbildung bei Prof. Raboch im Sexologischen Institut der KU Prag folgte. So war ich prädestiniert, die kurörtliche sexologische Problematik bei gynäkologischen Patientinnen anzugehen.

Die folgenden Masturbations-Trainingsübungen haben sich bei kurbehandelten Frauen im Rahmen der „*Sexologischen Balneotherapie*“ bewährt.

Die Dynamik der sexuellen Erfolge während der Sexologischen Balneotherapie war so groß, dass in der Regel schon 3 - 4 Wochen Kurortbehandlung zur Beseitigung von Anorgasmie völlig ausreichten. Die begleitenden physikalisch - therapeutischen sexologisch wirksamen Anwendungen wirkten dabei stark potenzierend.

Die automanipulative Therapie der Anorgasmie kann auch ohne einer Kurortbehandlung zu Hause separat angewandt werden. Die Erfolge gestalten sich zwar etwas langsamer, aber zu Hause gibt es kein Zeitlimit, im Gegenteil zu der Kurortbehandlung.

Daher macht es einen Sinn, die autoerotiven Übungen in einem gesonderten Werk zu veröffentlichen, damit sie nicht nur den Kurärzten, sondern allen interessierten Kollegen als Inspiration dienen.

## 2. Die Vorteile einer Kurortbehandlung

Die Kurortbehandlung scheint in der letzten Zeit immer mehr in den Hintergrund geraten zu sein. Zum Unrecht, meine ich.

Schuld darauf ist der aggressive Fortschritt der überheblichen, industrialisierten Medizin, die den Patienten zum *passiven* Teil des nebenwirkungsreichen pharmakologischen oder stressvollen operativen Heilungsprozesses degradiert. Manche solche „Behandlungsmaßnahmen“ bedeuten für den gesundheitlich bereits angeschlagenen Patienten eine zusätzliche Belastung, welche zum weiteren Absinken seiner funktionellen Reserven und so zum niedrigen Niveau seines Genesungspotentials führt.

Auf diese Weise entstehen eine Chronizität der Erkrankungen und eine Abhängigkeit von dem medizinisch-industriellen Komplex.

Die vielfältigen, guten, überlieferten und wissenschaftlichen Erkenntnisse der Balneotherapie fehlen in dem normalen akademischen Schulplan heute völlig. Werden sie nicht ausreichend gelehrt, so werden sie langsam vergessen. Im Unterbewusstsein der kaum informierten Uni-Absolventen rückt dann die Kurortsbehandlung in die Nähe der wenig vertrauenswürdigen alternativen Heilmethoden. Offensichtlich ist dies beabsichtigt.

Der Gegenteil ist aber wahr:

Die wissenschaftliche Kurortbehandlung hat die größte Potenz, eigene selbstheilende Kräfte und Fähigkeiten im Kurpatienten zu wecken. Dies geschieht durch eine Reihe von wiederholenden, trainierbaren Gegenregulationen auf solche natürliche Reize, welche für den Menschen eine angeborene, phylogenetische, also sehr hohe Bedeutung und dadurch Priorität haben.

*Der Patient wird hier zum aktiven Partner des Kurarztes und verlässt den Kurort mit einem wesentlich gesteigerten, allgemeinen Niveau seiner Gesundheit als je zuvor.*

Der Balneologe verhält sich hier ähnlich wie ein Geburtshelfer während der Entbindung, der die Kräfte der Gebärenden nur lenkt und unterstützt aber nicht zu erzwingen versucht.

Das die eigene Selbstheilungsfähigkeit der Patienten für die industrialisierte Medizin eine lästige Konkurrenz bedeutet, die ihre Umsätze schmälert, ist naheliegend.

Die unschlagbaren Vorteile einer Kurortbehandlung sind in der Kombination all dieser Möglichkeiten:

1. Viele sanfte Anwendungen mit natürlichen Trainingsreizen, mit Substitution von fehlenden Mineralstoffen oder Energien.
2. Breite Variabilität von oft diametral verschiedenen Wirkungsmechanismen, welche die verschiedensten regulativen Mechanismen ansprechen um sich dann zu einem einzigen Zweck der allgemein verstärkten Gesundheit synergistisch vereinen und gegenseitig potenzieren.