

Yoni-Massage in der Geburtsnachsorge*

Frauen stellen nach einer Entbindung häufig fest, dass sich ihre Sexualität durch Schwangerschaft und Geburt verändert hat. Dann geht es darum, die gewandelte eigene Sexualität zu entdecken und körperliche Veränderungen anzunehmen. Neben einem verständnisvollen Partner ist hierzu eine besondere Körperarbeitsmethode hilfreich: Die Yoni-Massage; eine Wellnessmassage, die den Intimbereich einbezieht.**



Nach einer Geburt eines Babys behält manche Frau unverkennbare körperliche Veränderungen, wie Schwangerschaftsstreifen auf dem Bauch und an den Brüsten, zurück. Aber auch und gerade in der Intimregion stellen sich gehäuft belastende Veränderungen ein. Neben kleinen Verletzungen und Rissen liegen Dehnungen des Gewebes vor. Der unliebsame Dammschnitt, mit seinen weitreichenden Folgen, ist nicht selten anzutreffen. Der Verlauf einer Schwangerschaft und besonders der einer schwierigen Geburt haben Einfluss auf die Psyche. Vielen "jungen" Müttern fällt es zunächst schwer, die traumatisierte Region wieder ganz anzunehmen und sich selbst als lustvoll zu erleben. Zur Erlangung einer wünschenswerten Veränderung empfiehlt sich eine professionelle Yoni-Massage. Ausführliche Informationen hierzu finden Sie auf meiner Internetseite Yonimassage.RalfBuchty.de und auf dem Informationsportal www.yoni-massage.info (inkl. Adressen von 50 Masseurinnen und zwei Masseuren im deutschsprachigen Raum).

Das therapeutische Potenzial wird derzeit entdeckt

Yoni-Massagen kamen als Teilbereich der sog. Tantramassage in den 1990er-Jahren in Deutschland auf und wurden hauptsächlich im Rahmen von Selbsterfahrungsangeboten für Frauen erlebt. Seit Anfang der 2000er-Jahre werden sie zunehmend in ihrem therapeutischen Potenzial von Körpertherapeuten und Sexualtherapeuten entdeckt. Als Heilmethode sind Yoni-Massagen noch nicht anerkannt und fallen somit unter die Wellnessmassagen. Als solche kann eine Yoni-Massage Müttern im Anschluss nach der Abheilung aller körperlichen Geburtsfolgen helfen, eine konkret körperlich erfahrbare Rückverbindung zur eigenen Sexualität zu schaffen. Dies gilt natürlich auch für Frauen, die eine Unterleibsoperation hinter sich haben. Oder für alle Frauen, die eine solche Erfahrung interessant finden.

Der professionelle Rahmen macht frei

Die Yoni-Massage wird meistens von Frauen aber auch von einigen Männern angeboten und kann aus sexualtherapeutischer Sicht unter anderem als Methode der angeleiteten Selbsterforschung genutzt werden. Durch den professionellen Rahmen ist die Frau in der Yoni-Massage frei, alles für sich alleine - befreit von den Erwartungen ihres Partners - wahrzunehmen, so wie es ist: ob schmerzvolle Zonen, Narben oder auch die Rückkehr lustvoller Empfindungen. Diese hochsensible Körperarbeit erfordert Professionalität. So haben viele seriöse Yoni-MasseurInnen einen körpertherapeutischen, sexualtherapeutischen oder heilpraktischen Hintergrund. Mein Ansatz ist sowohl sexualtherapeutisch (Heilpraktiker für Psychotherapie in eigener Praxis mit dem Schwerpunkt Sexualtherapie) und körperorientiert (langjährige Arbeit als Wellness- und Tantra-Massagepraktiker in eigener Massagepraxis).

Yoni-Massage: der Ablauf einer Session

Für die meisten Frauen ist die Vorstellung, von einer fremden Person intim massiert zu werden, zunächst undenkbar. Im Rahmen einer Schwangerschaft haben Frauen aber

schon gelernt, sich den erfahrenen Händen einer Hebamme anzuvertrauen. Das nötige Vertrauen entsteht in der Yoni-Massage-Session zunächst durch die Vorbereitung mit einer etwa einstündigen Ganzkörper-Ölmassage im Stil einer Tantramassage zu sanfter Musik. Ist die Empfangende entspannt und bereit für den intimen Teil, setzt sich der/die MasseurIn zwischen ihre Beine, beginnt mit der Massage von Bauch, äußeren und inneren Schamlippen, dem Dammbereich sowie der Klitoris. Hier wird Gleitgel verwendet, sodass die Berührungen sanft und angenehm sind. Wenn die Frau dazu bereit ist, massiert der/die MasseurIn ihr den Innenbereich der Vagina, ganz langsam, präsent und sehr achtsam. Während der Yoni-Massage können - wie man es von anderen Methoden der Körperarbeit kennt - im Gewebe gespeicherte Gefühle oder auch Erinnerungen wieder hervor kommen, wie Wut, Trauer, Freude, Überforderung, Lust... Oft werden auch empfindliche Regionen differenziert wahrgenommen: Stellen, die fast taub sind oder Bereiche, die hochsensibel reagieren.

Standards und Unterschiede im methodischen Ansatz

So unterschiedlich die methodischen Ansätze verschiedener Angebot auch sind, haben sie doch Grundsätzliches gemeinsam: In der Yoni-Massage wird nichts forciert und die massierte Frau wird bei dieser Selbsterfahrung fürsorglich begleitet. Es wird nichts versprochen oder garantiert - außer der Möglichkeit, sich in einem geborgenen, professionellen Rahmen durch massierende Hände wieder mit der (verletzten) Intimregion verbinden zu können. Eine derart persönliche Yoni-Massage kann nicht genormt sein, sondern wird je nach Hintergrund in unterschiedlichsten Variationen angeboten. Starke Unterschiede gibt es beim Grad der Spiritualität, der Einbeziehung von Energiearbeit und auch beim Einsatz von Kommunikation: So bleibt manche/r MasseurIn während der Yoni-Massage verbal im Kontakt mit der Empfangenden, um bei der Bewusstmachung der Empfindungen zu helfen. Andere massieren in Stille und bieten anschließend ein längeres Nachgespräch.

Vorbereitend biete ich ein Kennenlerngespräch an. Hier kann die Klientin herausfinden, ob sie in mir den geeigneten Yoni-Masseur gefunden hat. Für weitergehende Informationen fordern Sie meine „Tantra-Massage Info für Frauen“ an oder besuchen Sie meine Internetseite Yonimassage.RalfBuchty.de.



Wellness für die Frau
Ralf J. Buchty
Yoni-Massagepraktiker
Jülicher Str. 293
52070 Aachen

Tel.: 0177 63.91.589

E-Mail.: Yonimassage@RalfBuchty.de
Internet: Yonimassage.RalfBuchty.de

* Diese Informationsschrift ist inhaltlich und auszugsweise der Pressemitteilung des Informationsportals www.yoni-massage.info entnommen.

** Yoni (altindische Sprache Sanskrit) = weiblicher Intimbereich einschl. der Sexualorgane und sogar der Libido.