

## **Der A-Punkt in der Vagina – das Tor in den spirituellen Schoßraum**

Neben der Klitoris mit ihren ca. 8000 Nervenenden auf der Klitorisperle als zuständigem Organ für die körperliche Lust und neben dem G-Punkt, dessen Berührung emotionale Schleusen öffnen kann, findet sich in der Yoni noch ein drittes Zentrum, der sogenannte A-Punkt. Oftmals führt das Halten des A-Punktes direkt in spirituelle Räume.

### **Woher kommt die Bezeichnung A-Punkt? Und wo liegt er genau?**

Laut Wikipedia hat 2003 auf dem Asian Congress of Sexology der malaysische Gynäkologe Chua Chee Ann eine Zone in der Vagina beschrieben, deren Berührung besonders lustvolle Empfindungen hervorrufen und die Feuchtigkeit der Yoni verstärken soll. Er hat diese Zone „Anterior Fornix Erogenous Zone“ benannt, kurz A-Punkt. (Anterior Fornix = vordere Ecke). Der A-Punkt liegt tiefer als der G-Punkt, ebenfalls bauchseitig in der Einkerbung, wo der Gebärmutterhals in die Yoni ragt. Um ihn spüren zu können, braucht er etwas Druck in Richtung Bauchdecke.

Aus den Erfahrungen in der Yonimassage zeigt sich, dass diese Zone das Tor in spirituelle und überpersönliche Räume sein kann.

### **Der A-Punkt in der Yoni-Massage**

Frauenmasseurinnen erleben es bei den Massagen immer wieder, dass – sobald der A-Punkt berührt wird – die Empfängerin in ihre eigene Tiefe taucht. Sie erlebt Visionen, Lichterscheinungen, bedeutsame Bilder oder Botschaften. Manche können sofort während der Massage darüber sprechen, was sie erleben. Andere erst hinterher. Und es geht in spirituelle Sphären – Wörter wie „heilig, rein, Herrlichkeit und Gnade“ fallen. Es ist für mich immer wieder ein großes Staunen, was das Halten des A-Punktes bewirkt.

Der A-Punkt scheint ein Reflexpunkt direkt in die Gebärmutter zu sein. Aus dem Yoni- und Gebärmuttertalk, sowie aus der Schoßraumarbeit ist ja bekannt, dass der Kontakt mit der Gebärmutter an spirituelle Lebensthemen und auch an Inhalte aus dem morphogenetischen Frauenfeld führt.

Dabei ist es wichtig, dass der A-Punkt gehalten und nicht massiert wird. Und das Halten darf auch etwas länger dauern, so zwischen 10 und 30 Minuten. Es kann sein, dass die Frau ganz tief wegtaucht, dass der Atem ganz ruhig und langsam wird. Die Frauenmasseurin bleibt dann mit ihrer ganzen Präsenz bei der empfangenden Frau, hält ihr den Raum, legt vielleicht die zweite Hand von außen auf die Gebärmutter oder streicht zwischendurch den Körper mit langen, langsamen Strichen aus. Und wartet möglichst, bis die Empfängerin von sich aus zurückkommt.

Im Übrigen ist auch der Bereich des Gebärmuttermundes bei manchen Frauen sehr empfindsam und kann energetische Phänomene hervorrufen.

### **Eigene Erfahrungen mit dem A-Punkt**

Ich selbst habe bisher einmal eine A-Punkt-Massage bekommen. Dabei habe ich erlebt, wie ich fast plötzlich in einen Raum von lebendiger Stille katapultiert wurde; dass ich mich in meinen tiefsten Tiefen erkannt und berührt fühlte. Und dass sich Energiewellen aus meinen innersten Tiefen nach außen ausbreiteten. Ich erlebte mich auch noch am nächsten Tag in einem ganz besonderen, hochenergetischen Zustand.

### **Der A-Punkt in der sexuellen Vereinigung**

Auch hier ist es absolut lohnend, wenn der A-Punkt im Zusammensein mit dem Partner besondere Aufmerksamkeit bekommt. Vielleicht in der Kombination mit der Technik des Stillen Liebens – dass der Lingam einfach ruhig liegen bleibt, wenn die Frau spürt, dass der Kontakt mit dem A-Punkt da ist. Das beide dann mit ihrer Aufmerksamkeit und Präsenz an diese Stelle gehen und einfach für eine Weile nur spüren und fühlen...

Bei den Sufis – so wurde es mir in mündlicher Überlieferung mitgeteilt – wird der spirituelle Schoßraum der Gebärmutter Kaaba genannt. Das schwarze Heiligtum. Und es heißt, es sei der größte Wunsch des Mannes, von der Frau in diese Kaaba mitgenommen zu werden. Und es sei der größte Frust, wenn er nicht dahin mitgenommen wird – weil Frau und Mann darüber nichts mehr wissen. Doch in unseren Zellen ist das Wissen um die Magie dieser Räume nach wie vor lebendig und ruft dieses Sehnen nach der spirituellen Dimension in der Sexualität hervor.

Möge uns dieses alte Wissen aus alten Kulturen immer mehr zur Verfügung stehen und uns unterstützen, damit wir heiler und ganzer werden – zu unserem Wohl und zum Wohl unseres Planeten.

Inari H. Hanel , Juli 2020