

Mein Yoni-Tagebuch

Datum	Was habe ich gemacht?	Was habe ich dabei gedacht? Welche Bilder habe ich gesehen?	Was habe ich dabei gefühlt?	Ideen fürs nächste Mal
15.12.19	<ul style="list-style-type: none"> - Podcast von Dt.-Funk Nova gehört: „Intimbehaarung“ - Was denke ich über meine Yoni? - ca. 10 Min. meine Yoni berühren (war geplant) → habe in den Widerstand reingefühlt 	<ul style="list-style-type: none"> - ein Panzer, ein starkes Metallschild um meine ganze Yoni - „Ich will mich nicht anfassen!!!“ - „Ich will das nicht!!!“ - „Ich will das nicht selber machen!“ - „Was soll das bitte bringen?“ 	<ul style="list-style-type: none"> - großer Widerstand (deshalb keine Berührung) - Panik, dass ich mich doch berühre - Angst, dass ich meinen Widerstand übergehe - Ekel - große Erleichterung, als ich mir erlaube, mich nicht zu berühren (also wirklich gar nicht) 	<ul style="list-style-type: none"> - Was denken andere Frauen über ihre Yoni? - Buch „Das Tor ins Leben“ bestellen [Anmerkung: machte ich nicht] - Muss ich einen Orgasmus bei der Selbstbefriedigung haben?
22.12.19	<ul style="list-style-type: none"> - kurzen Clip „Your Vagina is more beautiful than you think“ angesehen (auf Seite der Brigitte) - Artikel „So riecht und schmeckt eine Vulva“ gelesen - 2 Bildergalerien von Dr. Sommer zur Vulva angeschaut 	<ul style="list-style-type: none"> - „Die sehen alle anders aus.“ - „Die ist ja süß.“ - „Warum denkt sie so ablehnend von ihrer Vulva?“ - „Jede Vulva ist anders.“ - „Das macht ja Spaß.“ 	<ul style="list-style-type: none"> - von den Frauen im Video und ihrer teilweise krassen eigenen Ablehnung war ich sehr berührt (und fand mich darin wieder) - es macht mir Freude, die Bilder anzusehen - ich fühle Neugier und Erleichterung, auch Entspannung, weil die Themen Yoni, Lust, Selbstbefriedigung viel größer sind, als ich dachte! 	<ul style="list-style-type: none"> - Bilder/Assoziationen zur Vulva (und Lust?) sammeln - Fotos von meiner Vulva machen - ihr einen Namen geben 😊 [Anmerkung: meine Yoni konsequent „Yoni“ zu nennen, bildete sich damals erst heraus] - weiter sammeln, was andere Frauen über ihre Vulven denken
29.12.19	<ul style="list-style-type: none"> - 9 Fakten über die Klitoris gelesen (kleiner Artikel) - Bild „Great Wall of Vagina“ angesehen - virtuelles Vaginamuseum entdeckt! (aus Österreich) - Artikel von VICE: „Wir haben Frauen gefragt, wie sie ihre Genitalien nennen“ - auf VICE entdeckt: Eröffnung des weltweit ersten Vagina-Museums in London 	<ul style="list-style-type: none"> - „Das ist alles spannend.“ - „Ok, was, es gibt ein Museum?!“ - „Vagina-Museum? Da muss ich hin!“ (das aus Österreich 😊, aber ist ja virtuell) 	<ul style="list-style-type: none"> - ich spüre immer größere Neugier, meine Vulva anzuschauen - nach wie vor Erleichterung, da so viele Frauen auch Scham, Ekel und Ablehnung fühlen - bin schockiert, wie rückständig wir mit den weiblichen Genitalien noch immer umgehen - ich freu mich, diesen spielerischen Weg zu gehen und mich <u>in meinem Tempo</u> zu entdecken 😊 	<ul style="list-style-type: none"> - ins virtuelle Vaginamuseum gehen 😊 - meine Vulva anschauen

12.01.20	- Brief an meine Yoni	<ul style="list-style-type: none"> - „Meine Güte, wie schlecht denke ich über sie?“ - „Ich habe solche Angst vor ihr.“ - „Welche Verbindung sollte eine Frau eigentlich zu ihrer Yoni haben???“ - „Ich habe keine Ahnung, wie ich mit meiner Lust und meinem Verlangen umgehen soll.“ 	<ul style="list-style-type: none"> - ich bin schockiert über die Heftigkeit und das Ausmaß der ablehnenden Gefühle ihr gegenüber - Erleichterung, weil ich den Grund für meine Abhängigkeit von R. gefunden habe - in meiner Yoni fühle ich große Traurigkeit!!! 	<ul style="list-style-type: none"> - meine Yoni antwortet mir (hoffentlich) - hoffentlich stimmt sie einem Treffen zu...
26.01.20	- Brief an mich von meiner Yoni	<p>(aus Sicht meiner Yoni)</p> <ul style="list-style-type: none"> - „Puh, was für heftige Gefühle“ - „Krass, wie sie mich ablehnt“ - „Woher kommt diese extreme Scham?“ - „Ich mache eigentlich nur meinen Job.“ 	<p>(aus Sicht meiner Yoni)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Betroffenheit und Traurigkeit, auch Wut wegen der starken, negativen Bewertungen - Verständnis, da bisher einfach keine Gelegenheit war, um uns offen und neugierig kennenzulernen - Vorfreude und Zuversicht, dass wir (und nur wir) zueinander finden 	<ul style="list-style-type: none"> - meiner Yoni antworten - meine Yoni ansehen und sie kennenlernen ☺
02.02.20	- Beschreibung meiner Empfindungen und Gedanken zum weiblichen Aktbild [Anmerkung: Bei einem Kneipenbesuch lagen auf einem Tisch französische Queer-Flyer, welche einen nackten Frauenkörper zeigten. Das brachte mich so durcheinander, das ich mir für die Yoni-Stunde vornahm, in diese Verwirrung reinzuspüren ☺)	siehe Text	siehe Text	<ul style="list-style-type: none"> - meine Yoni ansehen - Bilder von weiblichen Akten sammeln (Bei welcher Darstellung fühle ich was?)

In der darauffolgenden Woche war es dann soweit: Ich sah mir endlich meine Yoni ganz bewusst an

