

Aus Liebe berührt Von Annett Feustel aus Dresden.

Als dreifach erprobte Babymassage-Mutti weiß ich: Liebe geht durch die Haut. Doch auch wenn hierzulande immer mehr Babys massiert werden, gibt es noch viele Skeptiker, die Babymassage als einen dieser neuen Trends oder gar als Unsinn bezeichnen. Dabei gehört jene Art der Zuwendung schon seit Jahrhunderten in vielen Kulturen, z.B. in Indien, Nepal, bei den Eskimos oder auch in Afrika, von Geburt an dazu. Sie stärkt insbesondere die emotionale Bindung zwischen Eltern und Kind, fördert zudem das seelische wie körperliche Wohlbefinden und gilt als heilsame Zärtlichkeit zur Linderung und Verhütung verschiedener Beschwerden, zum Beispiel bei Blähungen oder Koliken. Natürlich liebe ich mein Baby instinktiv wie fast alle Eltern, aber durch die bewusste Babymassage erfährt es eine besondere Art der Kommunikation und Sinnesanregung. Mich fasziniert der Gedanke, dass das Baby bereits in meinem Bauch die erste Form von Babymassage erhält: Es wird hin und her gewogen, von Geräuschen stimuliert und von Fruchtwasser und Gebärmutter sanft gestreichelt. Gleich nach der Geburt riecht und spürt das Baby ebenso meine Nähe. Durch Kuseln und Berührung empfindet es über die Haut meine Zuwendung und Zärtlichkeit, fühlt sich aufgehoben, behütet und geliebt. Die Griffte der Babymassage sind nicht schwierig und gehen mit etwas Übung bald in Fleisch und Blut über. Behutsam massiere ich zuerst Beine und Füßchen, dann Bauch und Brust, Arme, Händchen und Finger, das Gesicht ganz sanft und zum Schluss den Rücken. Oft spüre ich, wie sich meine Hände verselbstständigen, wenn ich mich während der Massage selbst ganz entspannt auf mein Baby einlassen kann. In diesen Momenten der Berührung und Zärtlichkeit fühle ich mich meinem Baby besonders verbunden. Und obwohl ich beim Massieren kaum Worte benutze, bringen meine Hände zum Ausdruck, was ich gerade fühle: „Ich hab dich so lieb!“. Meine beiden ersten massierten Babys sind inzwischen sieben- und vierjährige liebe, wilde Jungs, die sich aber nach wie vor gerne mal bei einer kleinen Wohlfühlmassage entspannen. Und auch mit meinem sechs Monate alten, ebenso schmusebedürftigen Mädchen, kann ich beim Massieren so richtig "Führung" aufnehmen. Demnächst werde ich eine Fortbildung zur Babymassage-Kursleiterin bei der Deutschen Gesellschaft für Baby- und Kindermassage e.V. machen, damit ich meine positiven Erfahrungen an andere Eltern fachgerecht weitergeben kann. Ich hoffe, dass immer mehr Eltern das Massieren ihrer Babys als Möglichkeit nutzen, sich bewusst Zeit füreinander zu nehmen und ihren Babys aber auch sich selbst mit diesen sanften Berührungen viel Gutes tun.