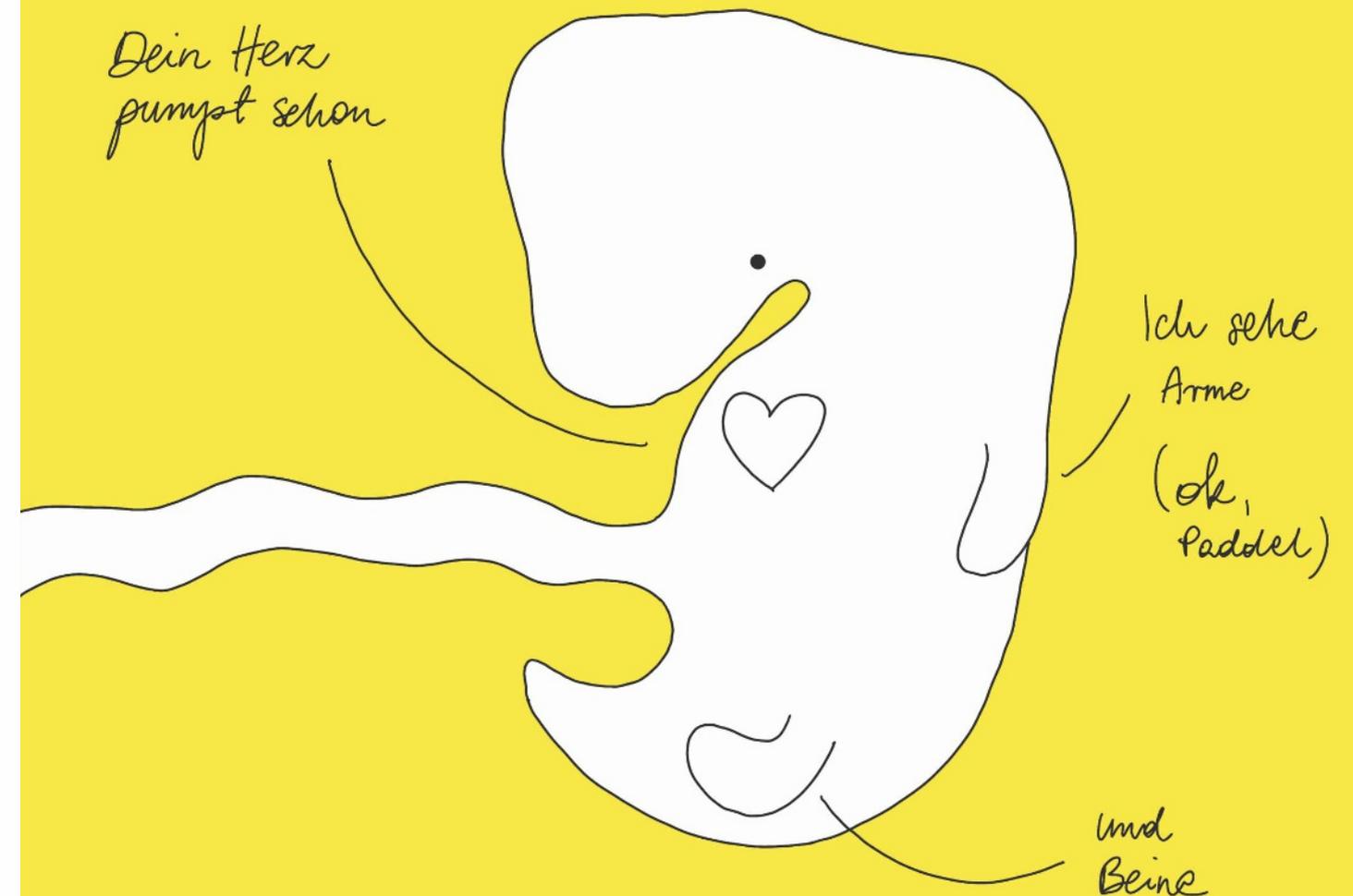


Schwanger schafft!!

„Fass meinen Bauch nicht an!“ steht auf dem Cover von Karolina Zolubaks gezeichnetem Schwangerschafts-Tagebuch. Ihre Betrachtungen zeigen auf den ersten Blick, was es bedeutet, ein Kind zu erwarten

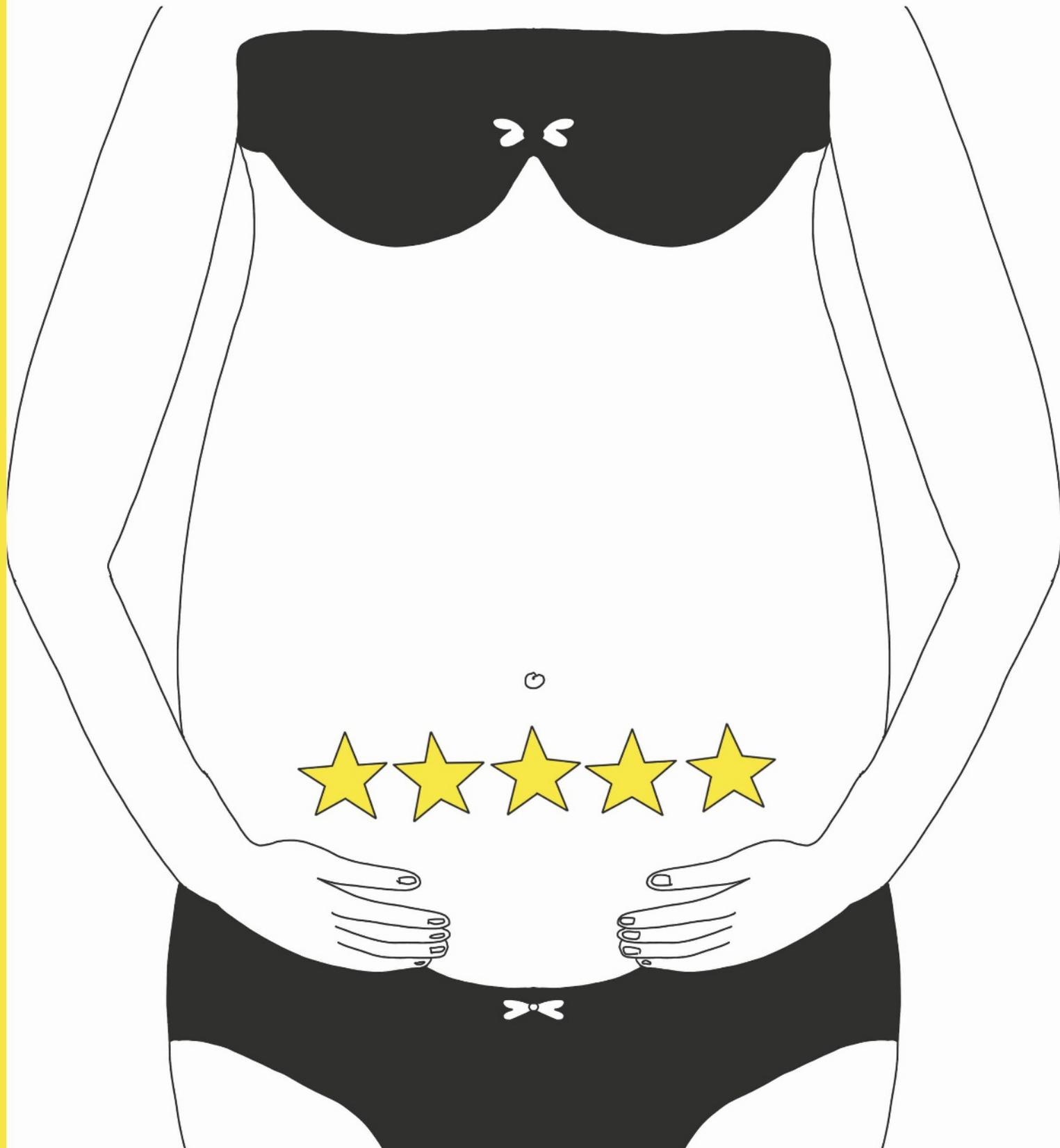
ILLUSTRATIONEN KAROLINA ZOLUBAK TEXT MARLENE HELLENE

WOCHE 8 FANGT AN

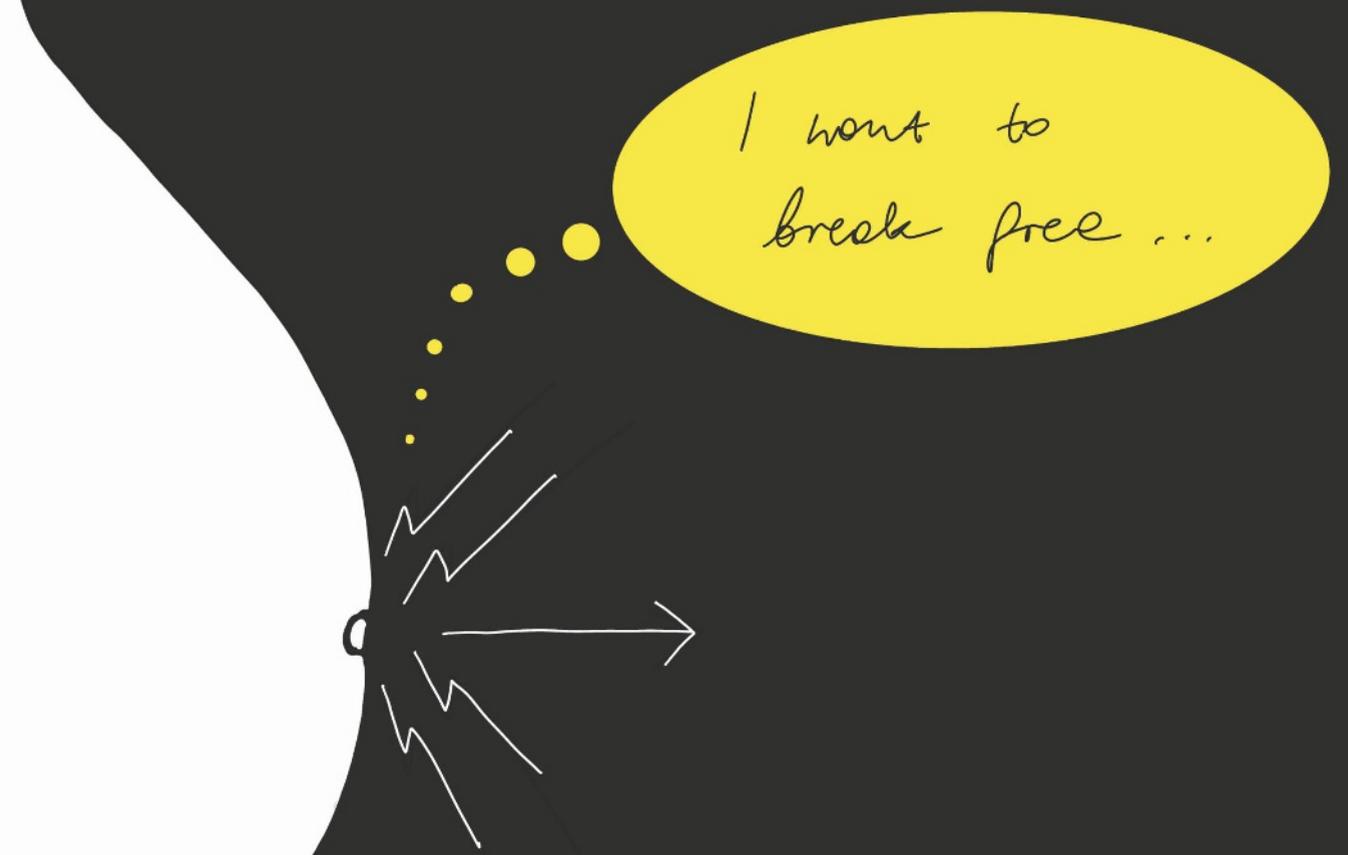


Wie kann ich jetzt schon stolz sein?

5 STERNE HOTEL



DER BAUCHNABELPLOPP



K

Kaum ein Ereignis im Leben einer Frau ist einschneidender als eine Schwangerschaft. Eine Reise, beginnend mit einem zweiten Strich auf einem Plastikstäbchen aus der Drogerie. Ein zweiter Strich, ganz leicht oder dick und fett, der die alles entscheidende Frage klärt, aber tausend weitere aus Hirn und Herz lockt. Ein Strich, der die Welt bedeutet und sie gleichermaßen erschüttert. Ein Strich, aus dem Leben werden soll. Und Liebe. Die ganz große.

Ein Kind! Ein Zellhaufen erst. Klitzeklein und fragil. Hände, die erstaunt über den noch flachen Bauch streichen. Ein Kichern. Ein Lächeln. Das Gefühl von Glück. Und gleichzeitig drängen sich die Sorgen an die Oberfläche. Was kostet eigentlich ein Wickeltisch? Wo soll mein Kind aufwachsen, und wie um alles in der Welt soll ich das denn alles schaffen? Hilfe! Juhuu!

Eine Schwangerschaft wird oft als die Zeit der guten Hoffnung, als die Zeit des großen Glücks beschrieben. Wenig liebt unsere Gesellschaft mehr als runde Babybäuche unter strahlendem Lächeln. Aber wo bleiben denn die vielen anderen Gefühle, die Schwangere durchleben? Kaum ein Zustand im Leben ist mehr von Gefühlen geprägt. Und von deren Ambivalenz. Angst neben Freude. Sorgen neben Erwartungen. Oder manchmal auch nur Übelkeit neben Heißhunger.

Achterbahnfahren macht Spaß, aber wenn die Fahrt vierzig Wochen andauert und



Karolina Zolubak: „Schwanger schafft: ein gezeichnetes Schwangerschaftstagebuch“. Mit über 100 Illustrationen und einem Vorwort von Marlene Hellene. (192 S., 18 Euro, Favoritenpresse)



immer wieder neue Twists und Turns bereithält, dann kann das zuweilen schon sehr anstrengend werden. Auch, wenn es nur die Achterbahn der Gefühle ist. Vor allem, wenn der eigene Körper sich dabei auf eine völlig neue und fremde Art verändert. Wenn die Brüste wachsen und schmerzen. Wenn die hübsche Taille verschwindet und der Bauch nach zu viel Pasta und Tiramisu aussieht, obwohl man seit Wochen nur trockenen Zwieback drinnen behalten kann. Und oh, diese Übelkeit erst. Wenn schon der Geruch des neuen Parfums der Kollegin einen vor Ekel zur Toilette sprinten lässt.

Kaum ist eine Frau schwanger, wird sie zum Allgemeingut. Nie bekommt frau so viele gute Tipps, so viele ungebetene Ratschläge wie während der Schwangerschaft. Ihre eigenen Entscheidungen werden plötzlich von einem öffentlichen Plenum infrage gestellt und ihre Gefühle oft belächelt. Eigene Grenzen? Nein, nicht für die Schwangere! Da wollen alle mitreden, mitmischen und vor allem: unbedingt mal anfassen. Gefragt wird höchstens rhetorisch. Die Erlaubnis wird vorausgesetzt. Schließlich meinen es doch alle nur gut. Oje!

D

Die Zeit schreitet voran, der Bauch wird immer dicker, der Zellhaufen wird immer mehr zu einem richtigen Baby. Voller Ehrfurcht bestaunen wir Ultraschallaufnahmen, zählen Gliedmaßen und lächeln über die klitzekleine Stupsnase. So richtig fassen können wir es kaum. Kann es wirklich sein, dass wir – die wir nicht einmal einen Papierflieger basteln können – in der Lage sind, so ein Wunder zu erschaffen? Nicht zu glauben, und doch machen es die ersten Tritte wahr. Du bist wirklich da. Wie aufregend! Wie schön!

Und dennoch: Eine Schwangerschaft besteht nicht nur aus Glück und Puderzucker. Sie ist mit Angst, mit Schmerz und Unsicher-

MEINE BLASE WIRD VON MEINEM BABY ALS TRAMPOLIN BENUTZT

und lustig ist das nur für's Baby, für mich nicht.

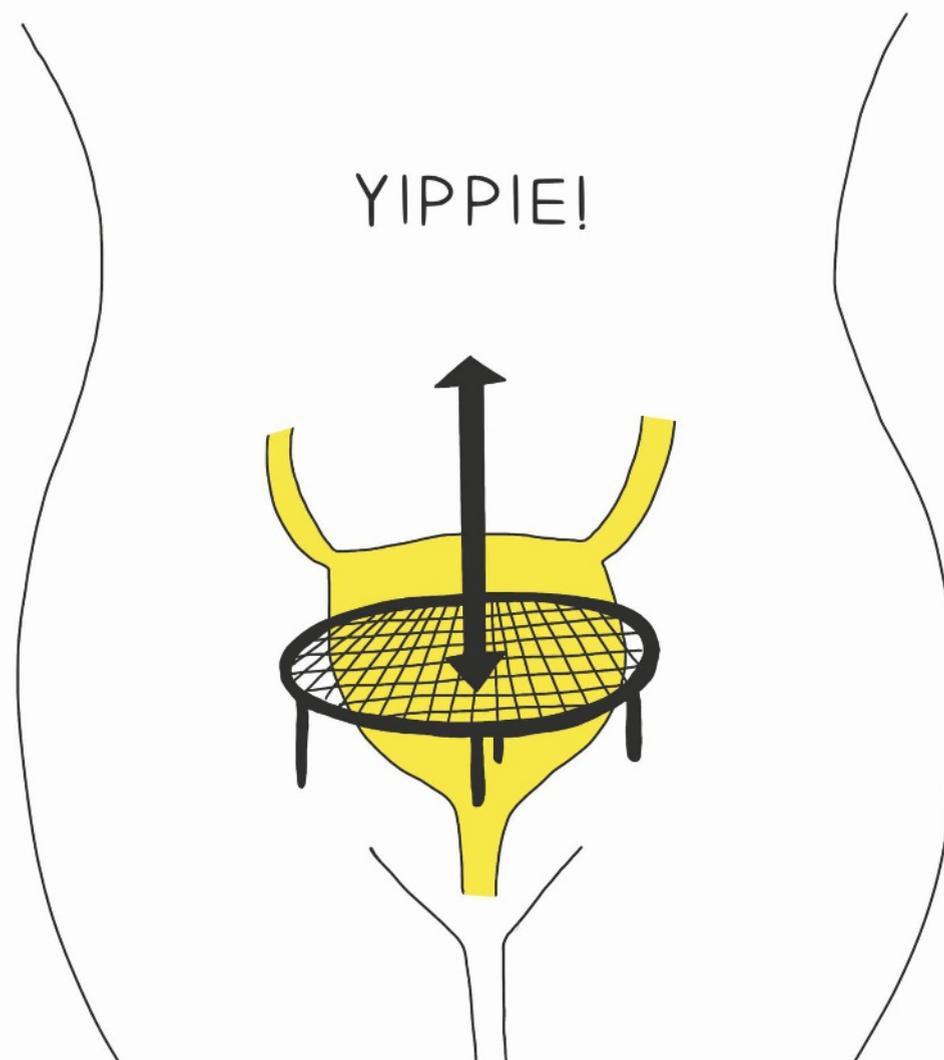
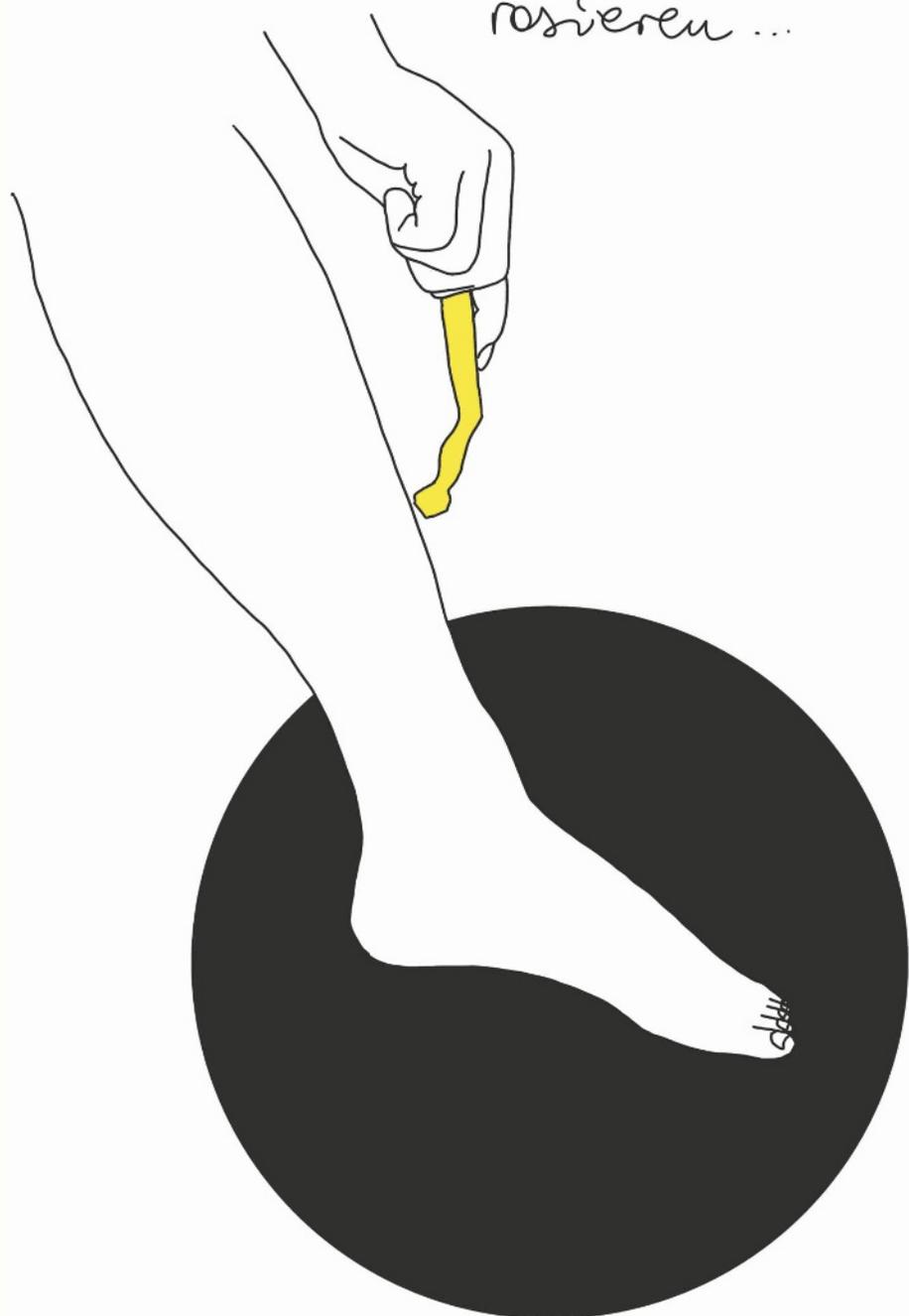


FOTO: PR

IST ES DAS LETZTE MAL...

... dass ich meine Beine rasieren ...



und meine Zehennägel selber

beskieren kann?

heit verbunden. Mit körperlichen Einschränkungen und Veränderungen, die eben nicht ausschließlich toll sind. Mit Nöten und Sorgen. Mit Kinderwagen vom Flohmarkt und gebrauchter Babykleidung. Mit verlassenden Vätern und Zukunftsangst. Mit Inkontinenz und Geburtstraumata. Mit so vielen Facetten. Mit so vielen Lebensmodellen und Entscheidungen. So individuell und einzigartig.

Sobald eine Frau schwanger ist, trifft sie Entscheidungen nicht mehr nur für sich allein. Ab diesem Moment geht es um mehr als das eigene Leben. Wie aufregend und beängstigend gleichermaßen. Ab jetzt will jemand mitgedacht werden. Ob es bei der Frage ist, ob Sushi gegessen werden darf, wie der Kinderwagen eigentlich in den dritten Stock kommen soll, bis hin zu der Frage an sich selbst, ob man eigentlich völlig den Verstand verloren hat, etwas so Kostbares und Verletzliches in diese durchgeknallte Welt zu entlassen.

D

Die Schwangerschaft ist eine ganz besondere, einzigartige Reise. Eine Reise in ein neues Leben. Der eigene Körper beherbergt plötzlich einen weiteren Körper. Die kostbarste Fracht der Welt. Wow, wie unvorstellbar. Ein klitzekleiner Mensch nährt sich an uns, schafft sich Platz. Er isst mit uns, trinkt mit uns, teilt unser Blut. Er wächst in uns, schiebt unsere Organe zu Seite, drückt uns auf den Magen, sitzt auf unserer Blase, boxt in unsere Rippen, tritt in unsere Leber. Er nimmt sich, was er braucht; er holt sich, was er benötigt. Und irgendwann, wenn er fertig ist mit nehmen und wachsen, wenn die mütterlichen Organe keinen Millimeter mehr Platz machen, dann kämpft er sich raus. Raus aus unserem Körper. Gewaltig und kraftvoll. Unter Schmerzen, bisher unbekannt, mit einer Kraft, von der man nicht ahnte, sie zu haben, und mit einer Wucht, die unvergleichbar ist.

Karolina Zolubaks Buch mit diesen Illustrationen hat mich gepackt. Hat mich an der Hand genommen und geflüstert: „Weißt du noch? Genauso war es. So wunderschön. So lustig. So beängstigend. So schlimm. So aufregend.“ Und ich nicke und lächle und sehe alles wieder vor mir, fühle sie wieder, die ganze Palette der Gefühle. Karolina zeigt uns ehrlich, intim, voller Emotionen und mit wunderbaren Bildern, wie eine Schwangerschaft das Leben einer Frau in allen Facetten beeinflusst. Es befreit von unrealistischen Erwartungen und nimmt damit Druck. Um Frauen ihre Schwangerschaft leben zu lassen, sie so zu erleben, wie es sich für sie richtig anfühlt. Selbstbestimmt und frei! •

