

Schwangerschaft und Geburt No. 2

- die relativ detaillierte Erzählung einer intensiven Zeit und eines einmaligen Erlebnisses.

Nach der Spitals-Geburt meines ersten Kindes Lia war für mich klar, dass ich keinesfalls noch einmal gebären wollen würde. Ich fragte mich ernsthaft, wie heldenhaft, wahnsinnig, masochistisch oder vom Pech verfolgt Frauen doch sein müssten, die sich dieser Angelegenheit mehr als einmal in ihrem Leben hingaben und über die Aussage von wegen am nächsten Tag sei alles vergessen, konnte ich mich nur umso mehr wundern ...

Zweieinhalb Jahre später kam alles anders.

Nachdem ich in der Zwischenzeit von etlichen wunderschönen Geburtserlebnissen gehört hatte und sich plötzlich der tiefe Wunsch (durch passende Begleitumstände) in mir regte, nochmals zu gebären, wurde ich erneut schwanger.

Nach den ersten 3 Monaten ging ich in der 13. SSW zum Gynäkologen, der die erfolgreiche Befruchtung zu neuem Leben bestätigte und wir fingen an, die baldige Ankunft eines neuen Erdenbürgers im Familien- und Freundeskreis zu verkünden.

Sofort wurde mir von den Frauen in meinem jetzigen Umfeld die Freude vermittelt, die sie damit verbanden, ein Kind unterm Herzen zu tragen. Dass Frau sich voller Zuversicht entspannen und genießen dürfe, die Weiblichkeit mit den aktivierten Schöpferkräften bewundernd am eigenen Leib erfahren könne und es gut sei.

An diesem Punkt möchte ich erwähnen, dass ich in meiner ersten Schwangerschaft mit Themen wie Karriere und verbauter Zukunft, Abhängigkeit und Verantwortung, das Ende der Jugend, der Veränderung des Körpers ins absolute Gegenteil des von Medien propagierten Schönheitsideals u.v.m. konfrontiert war.

Ich erinnerte mich an die Hilflosigkeit, die ich im Krankenhaus empfand. Die Fremdheit der Räumlichkeiten, der ständige Schichtwechsel der Ärzte und Hebammen, die Unnatürlichkeit der Situation.

So lauschte ich nun umso aufmerksamer den weisen, angenehmen Stimmen der Erfahrenen und begann in mir zu suchen. Die weibliche Urkraft, die jeder Frau inne ist, zu entdecken und Vertrauen zu schöpfen in die eigene Fähigkeit "den Bullen zu reiten". Indem ich mir die Angst vor dem Naturereignis Geburt ein- und zugestand, wurde mir klar, dass ich diesmal die Zügel bewusst in die Hand nehmen und voller Konzentration und Hingabe dabei sein wollte.

Alles beginnt ja mit der Liebe ... und dann nimmt das Wunder seinen Lauf.

Annehmen. Loslassen. Seinlassen.

Sich selbst annehmen.

Sich sein lassen.

Mich sein lassen.

Mich genießen lassen.

So wie ich bin.

Eine Frau ... mit immer größer werdendem Busen und Bauch, der Inbegriff der Fruchtbarkeit.

(Eine Herausforderung in der Zeit des Magerwahns und der zelebrierten Androgynität.)

Na gut. Soweit war mal die Richtung klar, innerlich teilweise noch etwas unsicher, begab ich mich auf die Suche nach einer Hebamme, die eine Hausgeburt begleiten würde und stieß dabei auf Josy Kühberger.

Ich rief sie ziemlich nervös an, schließlich bitte ich nicht alle Tage jemanden Unbekannten bei einem höchst intimen Ereignis einen essentiellen Part zu übernehmen und nach 5-minütigem Stammeln war ich froh, dass sie mich trotzdem noch zu einem persönlichen Gespräch einlud.

Kurz darauf lernte ich sie, schon ein wenig gelassener, in Burgauberg kennen.

Sie erklärte mir die Grundabläufe rund um die Hausgeburt, notierte sich die wissenswerten Daten der ersten Geburt, lächelte wohlwollend und meinte, sie würde sich freuen.

Der Geburtstermin rückte allmählich näher. Immer wieder machte ich mir bewusst, welches Wunder gerade in mir stattfand und dass die Zeit kommen würde, mich zu öffnen.

Von einer lieben Freundin bekam ich inspirierende Begleitung zum Thema. Unter anderem Bücher von Frederick Leboyer über die sanfte Geburt und einen wunderschönen Film mit dem Titel: "The Orgasmic Birth", den ich allen Schwangeren und werdenden Vätern wärmstens empfehlen kann.

Wie schon so oft gelesen und gehört, wurde überall intensiv auf die Bedeutung des Atmens hingewiesen. Wie auch auf die den Tönen innewohnende kraftvolle Qualität, die Frau als tragende Stütze jederzeit zur Verfügung stünde.

Und so nutzte ich jede noch so zarte Vorwehe, um mich aktiv vorzubereiten. Ich atmete tief in den Bauch ein und langsam und konzentriert aus. Teils ließ ich beim Ausatmen Töne mitschwingen, um mir meiner Stimme in vollem Umfang bewusst zu werden (damit ich mich dann nicht vor mir selbst schrecken würde ☺). Ich stellte mir dabei vor, wie mein Becken sich weitete, um dem Kind liebevoll den Weg in diese Welt zu eröffnen.

Dann endlich war es soweit. In der Früh ging Schleim ab und Wehen kamen in regelmäßigen Abständen. Ich rief Josy an und bat sie vorbeizukommen. Sie sagte mir, dass der Muttermund leicht geöffnet sei und dass ich mich jederzeit wieder melden könnte. So gingen wir, der geliebte Mensch an meiner Seite und ich, in Schachendorf spazieren, genossen die Sonne und die Wehen, und freuten uns auf die baldige Ankunft unseres Kindes. Ich bedankte mich bei dem Wesen in mir für die schöne und intensive Periode, die wir als eins verbringen durften und teilte ihm mit, dass es nun an der Zeit wäre uns in dieser Form zu verabschieden und wir es "da draußen" herzlich willkommen hießen.

Bis zum Abend hin hatte ich immer wieder Wehen, die zwischendurch wieder aufhörten und es schien sich nicht wirklich viel zu tun.

Gegen 22.00 intensivierte sich die Vehemenz der Kontraktionen. Schlafen war mir nicht mehr möglich. Allein in der Ruhe und Dunkelheit der Nacht empfand ich die Wehen als sonniges, lichtvolles Geschehen... ich entspannte mich und konzentrierte mich darauf mich zu öffnen, den Weg frei zu geben. Währenddessen half es mir, das Becken leicht zu kreisen und tief ein und aus zu atmen.

Die Wehen wurden immer intensiver und kamen nun (ca. 3 Uhr morgens) in ca. vierminütigen Abständen. Ich war mir nun nicht mehr sicher, wann ich Josy anrufen sollte. Da die Fruchtblase noch nicht geplatzt war und ich von Erzählungen her ableitete, dass es nach diesem Ereignis noch ca. 30 min dauern würde bis das Kind kam, beschloss ich noch eine Weile alleine weiter zu "arbeiten". Um 6 rief ich dann endlich an (mir kam es vor wie eine halbe Ewigkeit, da die ganze Nacht sehr erschöpfend war und ich eigentlich nur noch schlafen wollte - warum habe ich bloß den Vortag nicht genutzt, um mich so richtig auszuruhen????).

Josy kam, tastete und fand einen geöffneten Muttermund vor, der darauf schließen ließ, dass das Baby bald aus mir herauskommen würde. Am liebsten hätte ich von Josy genaue Angaben gehabt zu „wie lange das denn jetzt dauern würde“ und „wann ich endlich schlafen dürfte“...

Sie holte die Hebammentasche herein und ich war erleichtert, da das für mich quasi das Licht vom Ende des Tunnels bedeutete.

Ich war so unendlich dankbar daheim sein zu können. Nirgends hinfahren zu müssen, mich in keinem Krankenhaus-Ambiente erklären zu müssen, sondern mich der Situation mit dem von mir geliebten Mann und einer liebevollen guten Seele hingeben zu dürfen.

Beide waren großartige Begleiter, immer da, wo ich sie brauchte und so angenehm, als wären sie gar nicht da. (Als Gebärende ist frau wirklich sensibel auf jedwelche Schwingungen.)

Der Ofen war beheizt und spendete angenehme Wärme, die unterstützend wirkte.

Ich kniete mich vor unser Bett, da das die für mich angenehmste Position war und erwartete die Wehen. Jede wurde intensiver und war die Vorbotin der nächsten. Es war angenehm die Knie nach außen gedreht, ca. schulterbreit voneinander entfernt, zu positionieren und das Becken in sanften Bewegungen schwingen zu lassen. Das Baby schien laut Herzfrequenz äußerst entspannt und relativ unbeeindruckt zu sein.

Plötzlich ereignete sich der Blasensprung, einer der tollsten Anblicke, die ich in meinem Leben bis jetzt genießen durfte. Da ich gerade den Blick zum Boden gerichtet hatte, konnte ich sehen wie sich ein scheinbarer Ozean aus mir ergoss - sehr beeindruckend!! und wunderschön.

Josy meinte nun, dass es das Beste für das Kind sei, mich in die linke Seitenlage zu begeben, was ich dann tat. Endspurt. Ich spürte den Kopf des Babys in meinem Becken und nach keine Ahnung wie vielen Wehen und des behutsamen Schiebens, war der Kopf des Kindes da und ich hörte zwei kurze „oh´s“. Kein Schreien, nur „oh“.

Mich durchfuhr pure Freude und nach der nächsten Wehe durfte ich unser Neugeborenes endlich im Arm halten - Heureka!!

Ich bin so dankbar diese atemberaubend schöne Geburt erlebt haben zu dürfen, ja, sie mit den anderen Anwesenden gestaltet zu haben... diesmal dachte ich mir am nächsten Tag: "Naja, das würd schon nochmal gehen... ;)"