

Fallbeispiel 2: Ungewollt schwanger! Was tun?

Ende November 2003 stellte ich fest, dass ich trotz Verhütung schwanger war. Mit diesem Ereignis begann meine Krise, obwohl es nicht meine erste Schwangerschaft war.

Ich bin seit vier Jahren verheiratet. Die Ehe ist in Takt, wir haben zwei Kinder. Mit 24 Jahren, vor elf Jahren, war ich das erste Mal schwanger. Die Vorstellung, so jung in die Pflicht genommen zu werden, übertraf meine Vorstellungen. Ich fühlte mich der Situation nicht gewachsen und entschloss mich, die Schwangerschaft abbrechen zu lassen, zumal ich damals keinen Vater für das Kind gehabt hätte. Alles schien in Ordnung, doch nach einiger Zeit setzte sich die Einsicht immer klarer durch, dass ich mit der Mutterschaft, auch alleine, sehr wohl zu Recht gekommen wäre. Obwohl es für Rückkehr oder Reue zu spät war, gewann ich eine solche Klarheit über meine Tat und meine Fähigkeiten, dass ich schwor, niemals wieder einen Schwangerschaftsabbruch vornehmen zu lassen.

Sechs Jahre später bekamen mein jetziger Mann und ich unser erstes Kind, einen Sohn, an dem wir unsere helle Freude hatten. Ich war so stolz, jetzt endlich doch Mutter geworden zu sein. Wir konnten uns nach unserem pflegeleichten Sohn auch noch ein zweites Kind vorstellen, so dass ich nach 11/2 Jahren wieder schwanger wurde. Wir bekamen eine Tochter. Sie war nun leider nicht gerade pflegeleicht, sondern das genaue Gegenteil, ein Schreikind.

Die ersten 11/2 Jahre nach ihrer Geburt haben unsere Kräfte aufgezehrt. Mein Mann und ich waren körperlich und psychisch am Ende. Zwei kleine Kinder, die so dicht hintereinander kommen, sorgen an sich schon für eine Revolutionierung des Lebens, und das leider nicht immer in angenehmer Weise. Mein Mann und ich hatten gar keine Zeit mehr für uns. Die Kinder bestimmten unseren Tagesablauf. Diese Belastung wäre unter normalen Umständen durchaus zu bewältigen gewesen, wenn nicht weitere Probleme hinzugekommen wären.

Während der zweiten Schwangerschaft mussten wir zwei Mal umziehen, zudem wurde mein Mann arbeitslos. Außerdem hatten wir einen belastenden und lang andauernden Streit mit meinen Schwiegereltern. So kam es häufig zum Streit zwischen meinem Mann und mir. Wir verstanden uns bald überhaupt nicht mehr und redeten ständig an einander vorbei. Als unsere Tochter geboren wurde, fühlte sich mein Mann sehr vernachlässigt, denn sie forderte meine gesamte Aufmerksamkeit. Das Schreibaby kam schlecht zur Ruhe und ich musste nachts viermal aufstehen, um sie zu stillen. Nach zehn Monaten war ich völlig erschöpft. Ich sah wie eine wandelnde Leiche aus. Unsere Beziehung war ebenfalls am Ende. Mein Mann begann verstärkt Hasch zu rauchen, um diesen Alltag ertragen zu können.

Durch seine Flucht in die Drogen fühlte ich mich in Stich gelassen und so kam es zu Kränkungen und Verletzungen, die ihren Höhepunkt darin fanden, dass mein Mann sich eines Tages verabschieden wollte - nicht nur von uns, sondern auch vom Leben. Zum Glück blieb es bei dem Suizidversuch, doch danach war das Leben nicht gerade leichter.

Zu den Streitigkeiten, Missverständnissen und Kränkungen kamen jetzt noch Schuldzuweisungen für seinen Suizidversuch hinzu. Er vergaß oder verdrängte die schöne Zeit der ersten Schwangerschaft und des süßen Sohnes und sah jetzt in den Kindern die Hauptursache für die unglückliche Entwicklung unserer Ehe. Nachdem wir ein Jahr später in einer mühsamen Paartherapie wieder alles so einigermaßen in den Griff bekommen hatten und gerade das Gefühl

bekamen, wieder etwas mehr Zeit für uns übrig zu haben, wurde ich trotz Verhütung wieder schwanger.

Wir standen vor dem größten Problem in unserem Leben. Für meinen Mann war es absolut klar, dass das Kind abgetrieben werden muss, und für mich war es absolut klar, dass ich meinen Schwur nicht zu brechen gewillt war. Jeder hatte aus seiner Sicht Recht. Ein weiteres Kind hätte das sich abzeichnende Familiendrama nur beschleunigt. Mein Mann drohte offen damit, die Familie zu verlassen.

Wir suchten Rat bei unserem ehemaligen Paar-Therapeut, aber wir fanden keinen; diesmal gab es kein aneinander Vorbeireden, und es ging auch nicht um Verletzungen, sondern um Standpunkte. Es ging, wenn man so will, um den Kampf zwischen Herz und Kopf. Ich war sogar allein bei einer Therapeutin, um den Rest an Unklarheit bei mir selbst aus dem Weg zu räumen. Doch das Ergebnis blieb unverändert. Mir wurde zunehmend klarer, dass ein Abbruch dieser Schwangerschaft für mich unter keinen Umständen akzeptabel war.

Nach dem Selbstmordversuch meines Mannes hatte ich eine Gelegenheit wahrgenommen, um von buddhistischen Mönchen in die Zen-Meditation eingewiesen zu werden. Das nahm ich dankbar an und meditierte regelmäßig. Es half mir damals sehr, mehr und mehr zu mir Selbst zu finden. Darum meditierte ich in dieser Zeit oft. Einmal wandte ich mich in einem intensiven Moment direkt an das Wesen, das in meinen Körper gekommen war: "Kannst du mir helfen?", sprach ich innig und verzweifelt. "Kannst du mir zuliebe wieder gehen, bevor du in unser Leben kommst?"

Es war, als würde ich diese Worte an ein Seelenwesen sprechen, das höher stand als ich selbst und mich vollkommen verstand. Gleichzeitig hatte ich ein ungutes Gefühl dabei, denn ich wusste, dass dieser Wunsch nicht meiner innersten Überzeugung entsprach, sondern nur aus meiner Verzweiflung und Panik heraus ausgesprochen wurde.

Das trübte meine innere Klarheit. Zum ersten Mal schwankte ich; zum ersten Mal hatte ich einen Ausweg gesucht, um meinen Schwur ohne eigenes Zutun außer Kraft zu setzen. Das erschütterte mich innerlich. Ich ging erneut in die Therapie, um letzte Klarheit zu finden. Und ich fand sie. Die Therapie nahm mir jeden Zweifel. Ich kam gefestigt und heiter nach Hause. Nichts konnte meinen Entschluss umstoßen, nicht einmal der Verlust des Ehemannes.

Mit dieser Haltung ging ich am selben Tag auch zum Arzt. Mit großer Freude teilte ich ihm meinen definitiven Entschluss mit. Doch als er auf den Monitor schaute, zog sich seine Miene merkwürdig zusammen. Immer wieder schaute er besorgt hin. Dann sagte er, das Ei habe sich noch nicht richtig in die Gebärmutter eingenistet. Ich müsse womöglich mit einer Fehlgeburt rechnen. Ich beruhigte ihn und lachte. Er solle unbesorgt sein, es sei alles in bester Ordnung.

Als ich vom Arzt nach Hause kam, fühlte ich mich nach etlichen kummervollen Tagen und schlaflosen Nächten endlich gut. Ich wollte das Baby, und das Baby wollte mich, denn insgeheim hatte ich mir noch ein drittes Kind auch gegen den Willen meines Mannes gewünscht. Alles andere war in den Hintergrund getreten. Und das Ei - es wird sich schon noch einnisten, dachte ich. Alles wird sich von selbst finden, manchmal muss man eben, wie die Zen-Mönche sagen, das Nicht-Tun üben.

Dann kam es, wie es kommen musste. Blutungen setzen ein, und ich verlor mein Baby. Ich kann meine Gefühle unmöglich mit einem Wort zum Ausdruck bringen - eine Mischung aus lautem Geschrei und stiller Trauer, aus Tobsucht und tiefer Depression. Ich nahm noch einmal Kontakt zu diesem Seelenwesen auf, dass dabei war, sich von mir zu verabschieden. Ich

wollte den Grund für sein Gehen wissen, nachdem ich so tapfer auf zwei Fronten für sein Kommen gekämpft hatte.

Es sprach tatsächlich zu mir und sagte mir den Grund: "Ich bin aus Liebe zu dir gekommen und gehe aus Liebe zu dir wieder - sei nicht traurig!" Dann nahm es mich in die Arme; ich spürte seine unendliche Liebe. Auch ich schloss dieses Wesen fest in meine Arme. Unbeschreibliche Ströme von Wärme und Liebe flossen zwischen uns hin und her. Noch nie in meinem Leben habe ich eine solche Liebe empfangen. Noch nie habe ich etwas Schöneres erlebt. In dieser Liebe eingebettet war die Botschaft, dass dies alles zu meinem Besten geschehe.

Mittlerweile beginnt mein Leben, sich durch die Begegnung mit diesem Wesen zu verändern, ich spüre überall um mich herum Liebe und Hingabe. Ich treffe auf Menschen, die es gut mit mir meinen - mein tiefes Misstrauen gegenüber allen Menschen, das leider in meiner schweren Kindheit entstanden ist, löst sich ganz langsam auf - Heilung tritt ein.