



Vom

Leben

ge(kenn)zeichnet

«Wie ein Fotoalbum, nur eben auf meinem Körper». So beschreibt die angehende Lehrerin Josipa Hanan ihren über und über mit Tattoos verzierten Körper. Durch ein traumatisches Erlebnis fand sie ihre Leidenschaft für Tätowierungen und hatte schon mit Ablehnung diesbezüglich zu kämpfen – auch in der Familie. Doch können Tattoos wirklich seelische oder gar physische Wunden heilen?

Ungeschminkt, Strubbelfrisur und gemütlicher Trainerlook – so präsentiert sich Josipa Hanan (Spitzname Josi), als ich mich per Videochat bei ihr melde. Sie ist gerade von einem Spaziergang mit ihren Hunden heimgekehrt. Die 23-Jährige wirkt gelassen, wenn auch ein wenig müde.

In einem solchen Aufzug trifft man sie eher selten draussen an, denn Josi legt Wert auf ein gepflegtes und gutes Aussehen – schminkt und zieht sich gerne schick an. Sie studiert an der pädagogischen Hochschule in Chur, um später einen Lehrberuf ausüben zu können. Ihr aber wohl grösstes Markenzeichen sind ihre mehr als zehn gut ersichtlichen Tattoos, grösstenteils auf ihrem Oberkörper. Diesbezüglich musste sie schon den einen oder anderen fieseren Kommentar einstecken.

Das erste Tattoo hat sich Josi im Alter von sechzehn stechen lassen: Ein Datum mit den Worten «don't forget». Das Datum sollte Josis schlimmster Tag ihres Lebens repräsentieren und ihr gleichzeitig immer vor Augen führen, was sie damals durchgemacht hat. An jenem Tag schlug ihr Vater sie das erste Mal spitalreif – ein prägender Wendepunkt in ihrem Leben. Von da an trat sie mit ihrem Vater nur noch bedingt in Kontakt und fing an, grossen Gefallen an Tattoos zu entwickeln.

Sie liess sich kurz darauf die Hand der Fatima auf den Rücken stechen – eine Widmung an ihre Mutter. Darauf folgten innert kurzer Zeit ein persischer Schriftzug, der übersetzt «Gott sieht alles» bedeutet – Josis Lebensphilosophie, Syrische Symbole und einen Namen auf der Schulter. Des Weiteren zieren verschiedenste Symbole wie Blumen, einen Rosenkranz und die Umrisse ihres Heimatlandes Bosnien ihren kompletten linken Ober- und Unterarm. Aber die Motive sind nicht etwa zufällig auf Josis Haut verewigt. Für sie sollte alles eine persönliche Bedeutung haben.

## SCHMERZMITTEL UND GLÜCKSHORMONE

Doch wieso belassen die meisten Menschen, so wie Josi, es nicht nur bei einer Tätowierung? Wenn man eine schwere Zeit durchlebt und sich psychisch oder auch physisch nicht gut fühlt, mangelt es am Glückshormon Serotonin. Bedeutet, dass bei den betroffenen Personen entsprechende Symptome wie vermindertes Selbstwertgefühl, Minderwertigkeitskomplexe, Antriebsmangel und pessimistische Züge auftreten können. Gründe dafür können wie in Josis Fall etwa traumatische Erlebnisse sein. Oder, wie die Medizin sich dies erklärt, auch simpel durch den ständig wachsenden Leistungsdruck unserer heutigen Gesellschaft entstehen. Was soll aber daran schön sein,

sich unter die Nadel zu legen? Bei dem Prozess des “gestochen werden“ schüttet der Körper nebst den genannten Botenstoff auch Endorphine aus. Diese steuern zur Schmerzlinderung unseres Körpers bei. Durch das Ausschütten von Serotonin und Endorphin können durch bestimmte körperliche Schmerzerfahrungen, wie das subtile Ritzen mit einer Nadel auf der Haut, Glücksempfinden hervorgerufen werden. Ein Schutzschild gegen Stress-, Angst- und Schmerzempfinden wird aufgebaut. Somit kann man sich in etwa das Phänomen erklären, wieso es bei den meisten Menschen nicht nur bei einem Tattoo bleibt. Das fertig gestochene Motiv macht stolz und sorgt für ein positives Erlebnis, das mit einem erhöhten Serotonin-Spiegel und einem entsprechend verbesserten Gemütszustand belohnt wird. Dies macht Lust auf mehr.

Ihr erstes Tattoo liess sich Josi insofern aus seelischem Schmerz heraus stechen. Auch Sie durchlebte den Prozess der Glücksgefühle mit jedem Tattoo immer wieder aufs Neue: «Du weisst, dass es weh tut, aber es ist ein schöner Schmerz», bekräftigt sie. Das altbekannte Sprichwort «wer schön sein will muss leiden» trifft ihrer Meinung nach voll ins Schwarze. Nicht selten dachte Josi sich während dem Stechen, wieso sie sich dies wieder antut, «es tut weh, aber die Freude, wenn ich das fertige Werk betrachte, siegt immer». Josis Tipps für Tattoo-Neulinge ist jedoch eindeutig, «man sollte sich schon gut überlegen was man sich stechen lassen will. Und vor allem an welcher Stelle». Sie habe nie ein Tattoo bereut, auch ihr erstes nicht, welches sie schlussendlich überstechen liess. Aber über die Körperstellen würde sie sich definitiv ein zweites Mal Gedanken machen.

“Du weisst, dass es weh tut. Aber es ist ein schöner Schmerz”

## M EHR SCHÖNHEIT ALS INDIVIDUALITÄT

Tätowierungen werden zunehmend akzeptiert und erfreuen sich an grosser Beliebtheit. Eine deutsche Repräsentativerhebung von 2009 zeigt, dass Tattoos immer mehr an Gefallen gewinnen. Die Befragung aus dem Jahr 2003 wurde mit derjenigen von 2009 verglichen, mit dem Ergebnis, dass sich Männer aber vor allem Frauen immer wie mehr Tätowierungen stechen lassen. Vor allem im jungen Alter von 14 bis 34 ist eine eindeutige Steigung der Tätowierten in Deutschland innerhalb von sieben Jahren ersichtlich. Auch in der Schweiz ist heutzutage jeder fünfte tätowiert, bei Jugendlichen sogar jeder zweite, wie die Aargauer Zeitung berichtet.

Josi erklärt sich dieser “steigende Trend“ so: Vor allem Social Media habe das Thema Tattoos sehr geprägt. Es ist mehrheitlich zum Schönheits- und Statussymbol geworden. Nicht selten liest man in den Profilbeschreibungen Worte wie “inked“ oder “Tattoos“. Man hat ein Tattoo, um es vorzeigen zu können. Dabei legte Josi ein beachtliches Fachwissen über den Ursprung der Tätowierung an den Tag: «Die Menschen wissen nicht mehr, um was es bei Tattoos wirklich geht. Früher haben sich die Naturvölker tätowieren lassen als Zeichen ihres Glaubens und ihrer Stammesangehörigkeit (...) Es hatte eine Bedeutung. Heute ist ein Tattoo nur noch ein Schönheitsideal».

Zugegeben, auch Josi hat sich zu Beginn Tattoos aus optischen Gründen stechen lassen, «aber dann habe ich mir gedacht, mach was draus». Und von da an hat sie sich alles stechen lassen, was für sie eine grosse Bedeutung und einen hohen Erinnerungswert hat, getrieben von dem guten Gefühl und der grossen Freude nach einem fertig gestochenen Werk – und sie ist noch längst nicht damit fertig. Als nächstes wird sie sich ein feines rotes Armband um das Handgelenk

verewigen lassen. «Meine Tattoos sind wie ein Fotoalbum, nur eben auf meinem Körper», sagte sie lächelnd.

## T ATTOO GLEICH KNASTI

Trotz der wachsenden Beliebtheit gibt es dennoch auch Abneigung und Vorurteile gegenüber TattooträgerInnen. Nicht selten werden solche Menschen als eher risikoreudig, hart im Nehmen und gar als aggressiv und kalt betitelt. Wenn man auf die Geschichte von Tattoos zurückblickt, werden verschiedene Bedeutungen präsent. Zum Beispiel assoziierte man in der westlichen Welt Tätowierungen vor allem mit Sträflingen und Gefängnisinsassen. Die sogenannten «Knast-Tränen» sind besonders bekannt. Sie sagen aus, wie viele Morde man verübt hat. Dies muss in der heutigen Zeit nicht mehr zwangsläufig die gleiche Bedeutung haben.

Auch Josi hat mit Vorurteilen zu kämpfen. Sogar in der Familie stösst sie auf Abneigung gegenüber ihren Motiven auf der Haut – obschon diese mehrheitlich ihrer Familienmitglieder gewidmet sind. Sie versuchen Josi von weiteren Tattoos abzuhalten und ihr zu versichern, dass diese in ihrer Religion, dem Islam, verpönt und eine Sünde sind. Später, wenn sie sterben und für die Bestattung zu recht gemacht werden würde, würde sie niemand gerne anfassen wollen. «Nur weil man Tattoos hat verändert dies einen Menschen nicht. Ich bin immer noch ich, ob mit oder ohne Tattoos», erklärt Josi und bringt für die Ansicht ihrer Familie kein Verständnis auf.

Dennoch ist sich Josi eins klar. Sie macht die Tattoos für sich und weil es ihre Entscheidungen sind, die sie über ihren Körper treffen kann, und niemand sonst. «Nach dem roten Faden am Handgelenk ist noch eine Kleopatra auf meinem Oberschenkel geplant», erklärt sie voller Überzeugung und ihre Augen funkeln vor Vorfreude.



Ciao, ich bin Estella, 22 Jahre jung und ziemlich neugierig. Obwohl ich schon mein ganzes Leben im wunderschönen Bern verbringe schlägt mein Herz genauso für mein zweites Heimatland: Bella Italia! In meiner Freizeit liebe ich es zu lesen und mich kreativ zu betätigen.