

Die Tante zu Besuch

Neuer Morgen, nerviges Gedudel

Lider so schwer wie der Stephen King-Roman auf dem Nachttisch

Ein Blick auf den Radiowecker

Scheisse ... mein erster Gedanke am Morgen, als hätte ich keine anderen Sorgen.

Mein Kopf, der pocht und kocht, kocht und hämmert - stehe auf, ganz belämmert.

Fühle mich in Watte gepackt, so gar nicht kompakt und schon gar nicht leicht.

Aber was soll ich machen? Wohl oder übel den Alltag starten.

Lieber will ich liegen bleiben, meine Mutter in den Wahnsinn treiben.

Steh jetzt auf du kommst zu spät! Aus dem Bett, ein Blick im Spiegel - ein schreckliches Portrait.

In meinem Kopf hämmert es noch mehr.

Monatsmitte, pünktlich wie der beschissene Wecker – schlechte Laune pur.

Hast du eine Erkältung? – fragen sie mich.

Nein du Arsch, ich habe meine Tage - denke ich.

Die Watte in meinem Kopf kündigt es an, auch die in der Unterhose.

Der Unterleib zieht und schmerzt, als hätte mir ein Profiboxer eine reingehauen.

Mitten in die Gebärmutter, richtig zwischen die Eierstöcke, bis ich Blut spucke.

Die Körpertemperatur gerät in Wallung, so auch das Blut.

Den vollgesogenen Tampon wechseln? Dafür braucht es Mut.

Von Rosa über Hellrot zu Kirschrot bis Schlamm Braun - halte meine Übelkeit gerade so im Zaum.

Alles fühlt sich schwer an:

Dem Unterricht zu folgen, mich um Freundlichkeit bemühen, meine Augenlider.

Einzig meine kuriosen Gedanken und meine Blutung plätschern einfach dahin.

Ich denke über alles mögliche nach, ganz ohne Hemmungen und ohne Bedacht.

Zum Beispiel die Lust.

Die Lust auf Süßes, die gewinnt immer. Dagegen anzukämpfen ist sinnlos

Im Gegenteil, es macht alles nur noch schlimmer.

Mal süß mal salzig

Mal fein mal malzig

Mal sauer mal bitter

Mal Cheeseburger dann wieder Arme Ritter

Doch am liebsten alles auf einmal.

Was würde ich jetzt für eine Tafel Schokolade geben. Die mit den ganzen Nüssen von Max Havelaar!

Ich betrachte meinen heutigen Gemüsemittagsteller ... kein Kommentar.

Dabei wäre das Grünzeug sicherlich die bessere Wahl, wenn auch eine gefühlte Höllenqual.

Am Nachmittag folgt der Höhepunkt, aber nicht von der schönen Sorte.
Die fünf Sinne aufs fünffache sensibilisiert, zurück in die Pubertät katapultiert.
Ich fühle mich gedämpft, gekränkt und schlapp, mein Energielevel viel zu knapp.
Eine Achterbahn aus Höhen und Tiefen, aus Sonne und Regen,
aus Gedankenscherben zusammenfegen und sie wieder aneinanderkleben.
Haare oben fettig unten trocken. Pickel zieren das Gesicht, da hilft auch keine Make-up
Schicht.
Füsse geschwollen, Finger zu dick für den Lieblingsring, mehr Elefant als Schmetterling.
Lass mich allein aber nimm mich in Arm
Hör mir zu aber kümmere dich um eigenen Kram
Aus Vernunft wird Bauchgefühl
Aus gefasst wird unstabil
Aus charakterstark wird weinerlich
Aus gewissenhaft wird lächerlich
Hin und Her und Her und Hin
Das macht doch alles keinen Sinn!

Jetzt ist Schluss. Ich hau ab.
Die Luft ist raus, die Lider schwer.
Dieses Geschwafel im Unterricht, ich kann einfach nicht mehr!
Ich möchte mich besser fühlen und meine Lebensfreude wieder spüren.
Zuhause angekommen setze ich Wasser auf, packe die soeben gekaufte Schokolade aus.
Strecke mich auf dem Sofa genüsslich aus, als mein Nachrichten-Ton erklingt.
Hey Süsse, alles klar? Wie wäre es mit einem Feierabenddrink?
Ein Blick auf den Fernseher und die Schokolade. Dann schreibe ich zurück: Du sorry.
Heute nicht.
Ich habe schon was vor. Aber dir noch einen schönen Abend, man sieht sich!

So schlimm auch die Schmerzen sind, psychisch wie körperlich
Betrachte es mal aus einer anderen Sicht:
Ein Grund zu entschleunigen, mal halb lang zu machen und die schönen Dinge um dich herum
zu betrachten.
Selfcare und Me-Time nun an erste Stelle stellen und sich alles Gönnen auf das Frau
gerade Lust hat, wie wieder mal bei McDonalds zu bestellen.
Sei in dieser Zeit nicht zu hart zu dir und lobe dich selbst,
Frau macht es auch so viel zu selten.
Frauenpower überwindet jede Mauer,
ausser wenn die Tante zu Besuch ist.
Aber hey, es ist völlig okey denn ...
wir sind Frauen!