

WECHSEL-JAHRE 1

Wieder einer weniger. Tot.

Unaufhaltsam, als wird sie von einer geheimen Kraft geschoben, gegen die sie sich nicht wehren kann, muß Greta weitergehen.

Bis auch sie am Ende ist.

Manchmal ist sie schon jetzt so müde und erschöpft von dem, was sie gelebt hat. Dann wieder packt sie die Angst, daß sie stirbt, bevor sie den Sinn ihres Lebens erkannt hat.

Ist es wichtig, den Sinn zu er-kennen?

Offenbart er sich ihr, wenn sie ihre letzten Atemzüge macht?

Sie weiß es nicht. - Vielleicht ist es gut so. Aber sie fängt an, Bilanz zu ziehen. Sie kann und will nicht mehr den Kreis-Lauf stören. Kreislauf-Störungen 'haben' als Ausdruck ihres Nicht-sehen-wollens, ihres Widerstands gegen die Gesetze des Lebens, auf die sie keinen Einfluß hat.

Sie will lernen, sich dem Kreis-Lauf unterzuordnen;
lernen zu akzeptieren, daß sich ein Wechsel vollzieht.

Ihr Blick wird immer klarer. Sie erschrickt vor dem Neuen, Unbekannten. Reden darüber ist eine Sache, be-troffen sein eine andere.

Zu Beginn ihres 'Frau-Seins' konnte sie fast die Uhr danach stellen: pünktlich alle 28 Tage fing Greta an zu bluten.

Manchmal waren es qualvolle Tage. Äußerlich kündigte ein Menstruations-Pickel das Ereignis an. Greta litt unter Freßsucht, Übelkeit, Krämpfen im Unterleib und der Unsicherheit, daß die Leute sehen oder riechen könnten, daß sie menstruiert, 'unrein' ist. Sie war aus dem Gleichgewicht, gereizt, fand sich selber unausstehlich.

Es hat viele Jahre gedauert, bis sie das Blut als Ausdruck ihrer Lebendigkeit, Fruchtbarkeit und Energie ansehen konnte.

Als sie es dann, nach über 20 Jahren monatlichen Blutens, endlich als Bestandteil ihres Lebens zu akzeptieren gelernt hatte, wurden die Zyklen un-regel-mäßig; wurden kürzer oder länger, wurden un-berechenbar.

Diese Un-berechenbarkeit hat sie wieder aus dem Gleichgewicht gebracht. Die Zeichen, daß sich etwas verändert in ihr, wollte sie nicht sehen.

Aber sie gewöhnte sich an den Zustand.

Und dann plötzlich, nach ein paar Jahren dieser Un-regel-mäßigkeit – nichts! Als hätte der Körper eingesehen, daß es Verschwendung ist, über 30 Jahre lang jeden Monat vergeblich lauter kleine Eizellen zu produzieren, die Greta, wenn sie mit der abgestoßenen

Gebärmutterschleimhaut im Klowasser schwammen, nicht einmal mit bloßem Auge erkennen konnte.

WARTEN ...

Worauf?

Auf ein bißchen Blut, daß ihr das trügerische Gefühl gibt, rückwärts gehen zu können im Leben?

Sie liest in einem Buch: bei den un-regel-mäßigen Zyklen kann es zu sehr langen Pausen kommen, bis dann – unweigerlich – die letzte Menstruation eintritt.

Die Meno-Pause.

Wieso eigentlich Pause?

Pause bedeutet doch, etwas zu unterbrechen; innehalten, bevor es weitergeht.

Greta erkundigt sich bei einer Ärztin und erfährt, daß das Wort aus dem Griechischen kommt. Dort heißt es 'Pauomai' und bedeutet: 'höre auf'.

Diese Richtigstellung gibt Greta Klarheit über den Verlauf und beruhigt sie zuerst. Aber dann fängt sie an zu weinen. Versucht, mit den Tränen ihren Blick zu verschleiern.

Will nicht sehen, daß sie ihre Kindheit, ihre Jugend, hinter sich gelassen hat. Jetzt muß sie end-gültig davon Abschied nehmen, loslassen.

Hat Greta auch so im Bauch ihrer Mutter geweint, weil sie Angst vor dem Un-bekanntem, Neuen hatte, das auf sie zukommen würde, wenn sie geboren ist?

Gretas Tränen versiegen. Jetzt, wo sie ihre Kindheit und ihre Jugend nur noch wie aus weiter Ferne in der Erinnerung wahrnimmt, ahnt sie auf einmal, was vor ihr liegt.

Vieles, was sie noch nicht kennt, das zu erkunden sich aber vielleicht lohnt. Das sie mit den Erfahrungen ihres bisherigen Lebens, den bewältigten Un-Sicherheiten in An-Griff nehmen kann.

Sie ist immer noch be-troffen, aber Hoffnung und Neu-Gier breiten sich in ihr aus.

Sie fängt an, sich auf ihren neuen Lebensabschnitt zu freuen.

WECHSEL-JAHRE 2

Ein paar Tage später spricht Greta mit einer Frau, die das Klimakterium schon überwunden hat, am Telefon über Wechsel-Jahre.

Nach dem Gespräch durchflutet plötzlich eine Hitzewelle ihren Körper, ihr wird schwindlig, sie gerät fast in Panik. Sie ballt ihre Hände zu Fäusten und greint:

„Nein! Nein! Ich will nicht alt sein!“

Verzweifelt stellt Greta fest, daß niemand da ist, der ihr hilft, den seelischen Schmerz auszuhalten.

Gedanken von Siechtum jagen ihr durch den Kopf. Ihr kommen die Tränen, sie fängt an zu schluchzen. Nach einiger Zeit ist es, als hörte sie eine beruhigende Stimme in ihrem Inneren:

„Aber du bist noch nicht alt. Du bist erst im Mittel-Alter.
Vielleicht hast du noch viele Jahre vor dir.
Und denk an die Worte: H o f f n u n g, N e u -G i e r !“

Langsam entkrampft sich Gretas Körper.

Sie atmet bewußt, gleichmäßig.

Sie beschließt, auf einer Liste Dinge aufzuschreiben, die ihr gefallen könnten.

Und dann überkommt sie Freude, daß

S I E bei sich ist! -

Ein paar Minuten später kann Greta nur noch verwundert den Kopf über ihr Verhalten schütteln.

Wieso hat sie gedacht, ein so gravierender Schritt wäre damit bewältigt, daß sie ihre Gefühle aufgeschrieben oder darüber geredet hat?

Wieder einmal hatte sie ihrer Tendenz nachgegeben, möglichen Ereignissen vorzugreifen; will ihnen immer vorausseilen ...

Jetzt ist sie sicher: vielleicht werden diese Ängste sie noch ab und zu überfallen. Doch sie werden mit jedem Male kleiner werden.

Die HOFFNUNG aber wird jedes Mal größer!
