

Abtreibung mit 16 oder kann ich je so tiefe Verletzungen im Herz wieder heilen?

Mein Vater stieg aus dem Zug und als er mich ansah wusste er, dass etwas nicht mit mir stimmte. Meine Gesichtsfarbe war weiß wie eine Wand und ich bog mich wellenförmig vor starken Bauchschmerzen. Wenn ich mir die Zähne putzen wollte, reichte schon das Fühlen der Bürste um mich übergeben zu müssen. Die Ärzte sagten ich hätte zu Weihnachten nur zu viel gegessen aber mein Vater spürte, dass er nicht locker lassen durfte. Nur deshalb blieb ich im Krankenhaus über Nacht und wurde das 1. mal notoperiert. Ich war 10 und ich weiß gar nicht wie lange und wie oft ich als Notfall in den folgenden Wochen auf den OP Tisch kam. Mein Lebenswille war stärker als der Tod. Was blieb waren viele Narben, außen, innen, das Gefühl von Schockstarre und ich wollte nie wieder in ein Krankenhaus.

Ich hörte wie mein Vater zu meiner Mutter sagte „ **Die Ärzte sagen sie wird wohl nie Kinder bekommen können“** Das Kapitel wurde still schweigend abgehakt.

6 Jahre später verliebte ich mich in einen Jungen, groß, dunkelhaarig, sportlich und ich traute mich das erste Mal mit ihm zu schlafen. Es war komisch, vortastend und nicht wirklich schön, aber ich wusste damals ja noch nicht wie das überhaupt geht und so haben wir einfach probiert.

Wenige Wochen später vertraute ich meiner Mutter an, dass irgendetwas nicht stimmt... ich bekam meine Regel nicht. Nachdem ich ja nicht schwanger werden dürfte, habe ich auch daran nicht gedacht. Wir sind gemeinsam zum Frauenarzt, das 1. mal in meinem Leben und dann saßen wir nach der Untersuchung zu dritt in dem Zimmer. Der Arzt lächelte liebevoll in seinem weißen Kittel und sagte, „**Das Ergebnis ist positiv**“. Ich wusste erst gar nicht was er meinte aber seine Art es zu sagen klang sanft und beruhigend. Meine Mutter wurde bleich und sie ging aus dem Zimmer, der Arzt sagte, lass Dir Zeit und überlege in Ruhe.

Ab jetzt weiß ich nicht mehr viel, ich weiß nicht welche Jahreszeit es war, nicht den Tag, nicht den Monat, alles um mich herum wurde zum leeren Raum. Was ich weiß war, dass ich durch die Stadt lief und mir kleine rosa Babyschuhe gekauft habe.



Ich fühlte rein zu dem Baby, fing an ganz zart Kontakt aufzunehmen, erzählte ihm von den Katzen die wir zu Hause haben und mit denen es spielen kann. Ich hieß es ganz langsam **willkommen**. Als ich nach Hause kam versteckte ich die kleinen Schuhe unter meinem Kissen. Meine Mutter rief mich zu sich und bat mich ins Bad zu gehen. Sie möchte jetzt das Kind abtreiben, ein altes Rezept ihrer Großmutter. Mein Vater stand im Hintergrund und ich sah seinen entschlossenen Blick. Sie setzte mich in die Wanne, das Wasser war so heiß, dass meine Haut brannte. Sie brachte mir heißen Rotwein und bat mich ihn zu trinken. **Ich war in einer völligen Schockstarre, konnte nichts sagen, nicht schreien, nicht rausrennen.** Als das Glas leer war brachte sie schon wieder Nachschub und

sorgte dafür, dass das Wasser nicht kühler werden konnte. Die Zeit lief wie ein Film an mir vorbei, irgendwann wusste ich nicht mehr ob ich mich übergeben soll oder einfach eintauchen in das Wasser, einfach weg...nur noch weg. Meine Mutter brauchte mich dann in mein Zimmer, ich konnte kaum mehr laufen, mein Vater saß still im Wohnzimmer.

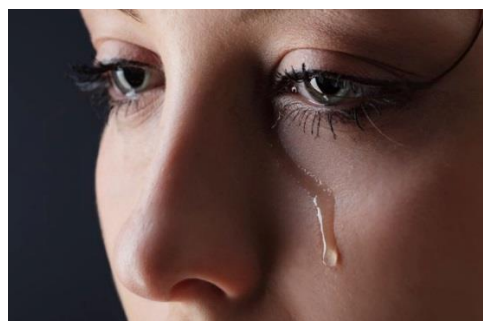
Ich klammerte mich an die rosa Schühchen und weinte mich verzweifelt in den Schlaf.

Am nächsten Tag ging ich zu meinem Freund, wir erzählten seinen Eltern von dem Baby. Ich sah sie zum ersten und letzten Mal. Sie sagten sofort, das Kind wird abgetrieben, wir werden mit Deinen Eltern reden. Ich ging raus, völlig verzweifelt, wie im Strudel des Nichts und ich konnte nicht verstehen was hier passiert, ich konnte auch nicht mehr denken. Den Vater des Babys sollte ich nie wieder sehen.

Das Baby blieb und mein Vater trat aus dem Schatten meiner Mutter. Er hatte schon alles organisiert, er fuhr mich ins Krankenhaus und lieferte mich ein. Es gab keine Frage an mich ob ich das möchte, er sagte nur einen Satz „ **Ich weiß es ist gut für Dich und Deine Zukunft**“. Er hatte sogar schon meine Tasche gepackt, ich rannte noch hoch und holte die rosa Schühchen.

Meine Schockstarre wurde immer größer, im Krankenhaus kam ich auf ein Zimmer mit einem Mädchen in meinem Alter. Sie schrie vor Schmerz, man hatte ihr einen Wehentropf angehängt und sie schrie immer wieder sie will das Baby. Die Schwestern brüllten sie an, sie soll leise sein, dann hätte sie nicht rumficken sollen. Ich kletterte rüber und nahm sie in den Arm, dann wurde sie weggebracht und kam wie eine leere Hülle mit starren Augen zurück ins Zimmer.

Es war ein altes Gebäude, die Wände waren moosgrün und weiß, es war kühl und alles roch nach Desinfektionsmittel, eine legale Mordstation und ich konnte mich nicht bewegen... ich schrie innerlich so sehr aber äußerlich kam kein Ton über meine Lippen. Ich hielt die rosa Schühchen in der Hand und viel zu früh als geplant kam die Schwester mit den Worten „ **Jetzt bist Du dran und Dein Baby**“ und fuhr mich kalt und ohne Mimik aus dem Raum. Der OP war dunkel mit einem gleißenden Licht in der Mitte... Ärzte standen verhüllt da und lachten. Eine Frau nahm mir die Schuhe weg „ Die brauchst Du nicht mehr“. Ich wollte mitsterben, nie mehr aufwachen...einfach mit Gehen, ich schrie innerlich **WARUM? Ich stand in der Mitte der Welt und war völlig alleine.**



Als ich ein paar Stunden später abgeholt wurde, schwieg meine Familie, sie schweigt bis jetzt.

Mit 17 flüchtete ich aus dem Haus, weg, weit weg. Mit 19 habe ich geheiratet um endlich eine heile Familie zu kreieren, Wärme Geborgenheit, Liebe zu fühlen. Doch wie, wenn das Herz gebrochen ist und ich mir meine Schockstarre nicht verzeihen konnte.

Ich habe mir einen Mann gesucht, der selbst über Gefühle nicht reden konnte, ich wollte nie wieder in die Nähe, **nie wieder einem Menschen vertrauen**. Ich hatte meinen Vater so geliebt und wie konnte er dies tun. Unbewusst wollte ich nie wieder so alleine sein und je mehr ich so lebte umso stärker fühlte ich mich alleine. Ich habe niemandem davon erzählt, nicht meinem Mann und auch niemandem sonst, ich war innerlich völlig verschlossen. **Verdrängen** war die Taktik die ich damals lernte, wenn ich nicht daran denke geht es mir gut. Schon mir Anfang 20 wurde mein Kinderwunsch immer größer aber ich wurde nicht mehr schwanger.

Ich habe erst mit Mitte 30 das erste Mal meiner Mutter erzählt, dass dieses Thema für mich stark belastend ist, meine „Nicht hinschauen Strategie“ ging nicht mehr auf. Ich besuchte schon zu lange zu viele psychologische Seminare und konnte nicht mehr verdrängen, alles kam hoch, wie eine Bombe. Zu dieser Zeit hatte ich schon 3 künstliche Befruchtungen hinter mir, war geschieden weil ich diese emotionale Kälte nicht mehr aushielt, plante die nächste Befruchtung, hatte einen weiteren langjährigen Partner verlassen und ich war **voller Scham**. Ich habe niemandem davon erzählt, keiner Freundin, keinem Mann an meiner Seite. Geholfen haben mir die Menschen, die in meinen Seminaren zuhörten, mich fühlten und mich ermunterten hochzuholen was da ist.

Spätestens seit der Abtreibung meines Babys war ich gefangen im **Spiel von Opfer und Täter**. In meinen Beziehungen konnte ich nicht vertrauen und niemals wirklich in die Nähe gehen, das war für mich emotional gefährlich, tödlich. Meine Sehnsucht nach eine ehrlichen und wahrhaftigen Beziehung gleichzeitig riesig. Wenn sich jemand dominant vor mir aufspielte wurde ich zu einer ohnmächtigen Salzsäule, es fühlte sich an wie ein Fluch.

Ich habe damals viel an diesem Thema gearbeitet, Reisen gemacht, mich gewehrt in diesen Reisen, Rituale gemacht, dem Baby einen Namen gegeben, es verabschiedet, mit seiner Seele Kontakt aufgenommen und Stück für Stück mein Herz befreit. Heute fühlt es sich an wie ein Comingout diese Zeilen zu schreiben, endlich frei, **frei von diesem inneren Makel**.

Als ich erkannte, dass dieses Täter-Opferspiel, dass ich dann in den Beziehungen spielte mein Leben beherrscht, fing ich an mich damit zu beschäftigen, wie es denn anders aussehen könnte. Immer wenn ich innerlich jemandem Schuld gab, dass ich mich alleine fühle oder nicht vertrauen könnte, war ich in dem alten Film. Ich wachte auf, denn wenn ich selbst voller Stärke und Liebe in mir bin, mich als Klasse Frau fühlen kann, bin ich niemals alleine... kann ich immer vertrauen, auch wenn jemand ja nur einen „Fehler“ macht aus seinen Prozessen raus und wir gemeinsam lernen. Wenn ich zum Täter wurde, weil mir so sehr Nähe vermisste und nach außen ging und es mir holte, war es nur meine Nähe die ich zu mir vermisste und nicht reinbringen konnte in meine Beziehung.

Als ich erkannte, dass ich nicht abhängig bin sondern mitten im Leben stehe mit großartigen Fähigkeiten und unendlicher Liebe in meinem Herzen, konnte ich dieses Spiel, was ich spielte beobachten und immer wenn ich es entdeckte raustreten.

Mein Drama innerlich habe ich verursacht, weil ich mich nicht öffnete, mein Herz nicht heilen konnte in mir in all den Jahren. Ich nicht offen auf die Menschen zu gegangen bin und die Energie des Nichtvertrauens aufgelöst habe, nicht die Energie des Alleinseins gelöst habe, sondern sie verstärkt habe. Heute habe ich mich innerlich mit meinen Eltern und dem Baby versöhnt, was für mich der schwerste Part war. Heute sehe ich die Stärken die daraus gewachsen sind, mein tiefes Fühlen, was ich dadurch lernte, meine starke Kraft auch Dinge durchzuziehen, mein Mut zu mir zu stehen, den ich dadurch entwickelt habe, heute fühle ich sofort wenn jemand über meine Grenzen geht und stoppe dies sofort. Heute wende ich mich wieder dem Leben zu und lasse den Tod hinter mir als einen Begleiter, der mir sehr vertraut ist. **Er zeigt mir wie kostbar das Leben ist und wie wunderschön, in jeder einzelnen Blüte und in mir.**

Wenn Du diese Zeilen liest und spürst, dass Dein Herzen schmerzt, lass Dein Herz heilen, mach Dich langsam wieder auf und sei mutig ins Leben zu gehen. Wenn Du diese Zeilen liest und kennst jemanden der innerlich sehr verletzt ist, nimm ihn oder sie in den Arm, hilf ihm aus dem Opfer-Täterspiel auszubrechen indem Du selbst aussteigst.



Neben mir liegt dieses kleine schwarz-weiß Bild aus meiner Kindheit...vor all dem was war...ein kleines, lustiges und wildes Mädchen, dass Katzen und die Natur liebt, frech ist und viel lacht... das bin ich heute wieder als Frau. Danke, dass mein Herz heilen darf und durfte und ich heute Menschen begleite ihr Herz zu heilen.

Von Seele zu Seele ist unendliche Liebe... ich sehe Dich voller Liebe Sandra