

Julia Becket (Hrsg.)

# Rubinrote Zeit - Beginn der Menstruation

Erinnerst du dich ...  
Frauen im Alter von 19 bis 90 erzählen

 DIAMETRIC  
VERLAG

Rubinrote Zeit –  
Beginn der Menstruation  
Erinnerst du dich ...  
Frauen im Alter von 19 bis 90 erzählen  
Julia Becket (Hrsg.)  
ISBN 978-3-938580-09-7  
1. Auflage 2007  
Copyright DIAMETRIC Verlag, 2007  
Alle Rechte vorbehalten

DIAMETRIC Verlag  
Jutta A. Wilke e.K., Würzburg  
Titelgestaltung: Eckhard Hundt, München  
Druck: Esser Druck GmbH, Bretten

Im Namen der Herausgeberin danken wir  
Heike Panten und Carolyn Hillyer für ihre Lieder  
und die Abdruckgenehmigung

Besuchen Sie uns im Internet  
Leseproben und ebooks  
[www.diametric-verlag.de](http://www.diametric-verlag.de)

Julia Becket (Hrsg.)

## **Rubinrote Zeit – Beginn der Menstruation**

Erinnerst du dich  
Frauen im Alter von 19 bis 90 erzählen



Für meine Tochter Luisa

gewidmet  
meinen Großmüttern Anna und Christine

Tübingen, Oktober 2005  
Julia Becket

Die Herausgeberin, Julia Becket, Jahrgang 1965, absolvierte nach einem Grund-Studium in der Theologie, Romanistik und Sozialwissenschaften eine Hebammenausbildung und war zunächst als freiberufliche und angestellte Hebamme im Ruhrgebiet tätig. Heute lebt und arbeitet sie gemeinsam mit ihrer Tochter im schwäbischen Raum.

Einstimmung in die Rubinrote Zeit	7
Erinnerst du dich ...	17
EIN TELEFONGESPRÄCH	17
<i>Christine, 96 Jahre</i>	
WIRSTE JETZT ALLE VIER WOCHEN HABEN	18
<i>Frau Dr. T., 88 Jahre</i>	
»MIR IST'S NICHT GUT«	19
<i>Frau R., 70 Jahre</i>	
EIN SCHIFFCHEN AUS STOFF	20
<i>Barbara, 60 Jahre</i>	
WARME HERZLICHE GRÜßE	22
<i>Ellen, 50 Jahre</i>	
EIN KLEINES GEHEIMNIS	23
<i>Franziska, 43 Jahre</i>	
ZWEI WÜNSCHE FÜR ALLE NACHFOLGENDEN JUNGEN FRAUEN	26
<i>Barbara, 43 Jahre</i>	
DIE ZEIT DES BLUTENS IST DIE ZEIT DER KÖRPER-MAGIE	28
<i>Brigitta Maria, 41 Jahre</i>	
MEIN ZYKLUS, MEIN RHYTHMUS	31
<i>Brunhild, 41 Jahre</i>	
HILFE, ICH BLUTE AUS MEINEM BAUCH HERAUS!	33
<i>Barbara, 40 Jahre</i>	
»SPÄTZÜNDERIN«	35
<i>Ulrike, 40 Jahre</i>	
MEINE ÜBERGANGSZEIT	37
<i>Inga, 41 Jahre</i>	
WIE ALLES ZUSAMMENGEHÖRT	40
<i>Ulrike, 39 Jahre</i>	
ES BEGANN IN DEN SOMMERFERIEN	41
<i>Julia, 38 Jahre</i>	
»LEIDENSGENOSSINNEN«	43
<i>Petra, 38 Jahre</i>	

»IHR SÄCHLE«	45
<i>Sarah, 38 Jahre</i>	
ICH ARBEITE DARAN ...	47
<i>Belgin, 38 Jahre</i>	
ICH WÜNSCHE DIR, DASS DU MIT DEINER BEGINNENDEN BLUTUNG ...	48
<i>Christina, 37 Jahre</i>	
NACH DER ENERGIE DES FEUERS SEHNE ICH MICH	49
<i>Katharina, fast 37 Jahre</i>	
DER BLUT-KREISLAUF	53
<i>Silay, 36 Jahre</i>	
MEIN FAST ERSTES MAL	54
<i>Monika, 35 Jahre</i>	
ALLES FLIEßT	56
<i>Geli, 32 Jahre</i>	
ÜBER DEN BEGINN MEINER TAGE UND EIN PAAR BEGEBENHEITEN	58
<i>Elena, 19 Jahre</i>	
ENDLICH!	60
<i>Swantje, 18 Jahre</i>	
ICH HABE MEINE TAGE	62
<i>Lily, 17 Jahre</i>	
DIENSTAGS NOCH VOR DER SCHULE	64
<i>Pia, 15 Jahre</i>	
Das Ritual	67

## EINSTIMMUNG IN DIE RUBINROTE ZEIT

01. April –  
RAUM SCHAFFEN FÜR DAS KOMMENDE

Eine weiße Feder schaut aus meinem Briefkasten heraus: Der erste Beitrag für die Rubinrote Zeit ist da. Ich schaffe Platz, entferne alles, was auf meiner Kommode steht. Hier befindet sich, was mir eine Zeit lang lieb und wichtig ist, woran ich mich erfreue, was mich erinnert an Quellen, die meinem Innersten gut tun und mich lieben lernen.

Jetzt decke ich ein rotes Samttuch aus, belasse lediglich das Räuchergefäß und die kleine silberglänzende Dose mit Deckel, in der sich Hirsemehl befindet. An der Wand ein Lebensbaum-Zweig und ein Schmetterling, den Luisa mal gefaltet hat aus Recyclingpapier mit Fühlern, die in orangefarbene Tropfen münden. Im Eine-Welt-Kalender wechsele ich vom Deckblatt auf den September. Die Farben des grünen Regenwaldes in Vietnam passen wunderbar belebend zum roten Samttuch. Eine Mutter paddelt im Boot, ihr Kind im Tragetuch.

Mutter und Kind gemeinsam im Boot, gemeinsam im Fluss. Sie kennt den Weg, führt und trägt ihr Kind eine Weile, bis die oder der Kleine so weit ist, selbst zu paddeln. In meinem Kontext sehe ich in dem Kind gern eine kleine Tochter und ich freue mich darauf, mit vereinter Frauenkraft und Frauengeschichte über Erinnern und Erzählen ein Stück Frauenkultur zu gestalten. Ich habe mir bekannte Frauen gebeten aufzuschreiben, wie es war, das erste Mal, die erste Blutung, dieser Teil des Frauwerdens, der einen Prozess einleitet, der im Laufe eines Lebens viele Facetten und Farben erfahren wird.

08. April –  
SO UND ANDERS !

Im Bett liegend sehe ich auf das Samttuch und die Konturen eines Drachens heben sich vor dem Buchenholz ab. Der zweite Beitrag ist angekommen, bereits im PC. Gespräche mit meiner Oma, meiner

Mutter und meinen Tanten sind eindeutig: »... das war nichts Schönes, es gehörte halt dazu, ich wollte ja Kinder kriegen, ich war beunruhigt, als mit 15 immer noch nichts passiert war. Dann später wurde meine Gebärmutter entfernt. Da war mit einem Schlag Schluss und da war ich froh drüber ...«

19. April –  
ICH BLUTE

Mein Blut fließt, unbemerkt begonnen, zieht es nun meine ganze Aufmerksamkeit und Wärme in mein Becken, mein Kreuzbein ist wohligh durchblutet, gelegentlich zieht es hin zum Rücken oder in die Oberschenkel oder hin zum Schamhügel. Meine Hände und Füße sind eine ganze Weile sehr kalt und da ich die Gelegenheit habe, nutze ich sie, mich hinzulegen und einen langen Mittagsschlaf zu halten. Gewärmt wache ich wieder auf.

Das Ziehen geht weiter, mal mehr, mal weniger. Manchmal kündigt sie sich an, meine Blutung. Dann bin ich Tage zuvor von großem Bewegungsdrang getrieben. Es gibt Zeiten, da schafft sich eine traurige und trostlose Stimmung Raum und ich weine leichter als sonst. Manchmal habe ich auch einen unbändigen Hunger. Oder ich merke daran, dass meine Hände trocken werden, dass die Zeit meiner Blutung nah ist.

SCHMERZ UND LUST

Ich erinnere mich, dass die ersten Blutungen ganz ohne Schmerzen waren. Erst in dem Alter als ich begann, mit meinem Freund zu schlafen, stellten sich auch Schmerzen ein. Das habe ich dann als schlimm empfunden. Und ich sehnte die Zeit herbei, dass ich mal schwanger wäre und Ruhe hätte von diesen Schmerzen und diesem Leiden. Einmal schlich sich der Verdacht ein, es könnte sein, dass ich all die aufgesparten Schmerzen dann auf einmal bei der Geburt durchstehen müsste und ich wusste nicht mehr, was ich mir wünschen sollte.

Damals hatte ich noch keinen Schimmer davon, dass ich durch allen Schmerz hindurch Geburt als sehr ur-gewaltig und mich als sehr



kraft- und lustvoll erleben würde. Heute noch bin ich dankbar, dieses Wunders und Erdbebens teilhaftig geworden zu sein.

Der Schrecken vor einer möglichen Schwangerschaft und das Bangen, kommt mein Blut oder kommt es nicht, hat vermutlich einen Teil der Schmerzen ausgemacht, die mich in dieser Zeit begleitet haben. Eine andere Ursache mag auch das ambivalente Erleben von Sexualität sein, in einer Zeit geprägt von überholten Rollenklischees und inneren Kämpfen.

Schmerzmittel habe ich nicht ausprobiert. Schlafen, Bewegung, Wärme und frische Luft tun mir gut.

Die größte Lust, Sexualität zu leben, habe ich zur Zeit meines Eisprungs und kurz vor der Periode. Wenn mein Blut dann zu fließen beginnt, ist meine Energie anders gebunden. Ich bin dann oft lieber für mich und empfinde, dass es stimmiger ist und sich besser anfühlt, dass das Blut aus mir rauskommen kann, als dass noch etwas oder jemand in mich hineinkommt. Spüre ich die Weite und Geschmeidigkeit meiner Scheide, die ausgebettet ist von einem warmen samtigen Balsam, kommt auch die Lust wieder.

20. April –  
MITTEL UND WEGE

Es kommen Nachrichten aus den verschiedensten Himmelsrichtungen. »Du, die Idee find ich toll, ich habe auch versucht, mich hinzusetzen, aber im Moment ist es nicht geflossen«. Oder: »Du, es geht doch viel langsamer als ich dachte, macht es was, wenn es später wird?«

Ich bin gespannt.

Über die Jahre hinweg habe ich verschiedene Wege beschritten, mein Blut aufzufangen oder fließen zu lassen. Ganz zu Anfang gab es dicke Binden, die das Gefühl von Freiheit und Bewegungsraum einschränkten. Tampons waren mir da schon sympathischer. Ich experimentierte, zu welcher Zeit meiner Blutung ein Tampon wie lange in mir verweilen konnte, lernte, die Schnelligkeit und die Menge des Flusses zu erahnen und mich darauf einzustellen, um regelmäßig festzustellen, dass ich die Menge doch unterschätzt hatte oder die Geschwindigkeit. Lustig in Anfangszeiten, wenn ich beim Herausziehen eines

Tampons feststellte, den vorherigen nicht gezogen zu haben und zwei kamen mir nun entgegen. Weniger angenehm, wenn die Blutung doch schon so gering war, dass der Tampon ziemlich trocken blieb und eher meine Scheidenwände reizte. Schwämmchen gab es zum Sich-Aufsaugen. Die wurden dann am Waschbecken ausgewaschen und wieder eingeführt. Das war billig, ökologisch, sinnlich, aber auch umständlich, bedeutete es doch, mit der Toilette am besten auch ein Waschbecken zur Verfügung haben zu müssen und das war nicht immer gegeben. Binden nahmen verschiedene Formen an, verschiedene Füllmaterialien, bekamen Flügel und wurden immer dünner. Auch Tampons gibt es jetzt ungebleicht und rückstandsfrei.

Eine Zeit lang in meinem Leben habe ich mein Blut in ein kleines irdenes Becherrchen fließen lassen, das stand mitten auf einem weißen Tuch auf meiner Kommode und wenn der rote Fluss versiegte, ging ich hinaus in den Garten und habe der Erde mein Blut zurückgegeben. Ich habe es immer an derselben Stelle zurückfließen lassen und dieser Fleck wurde ein besonderer für mich.

Es hat mich sehr fasziniert, wenn in Büchern zu lesen war, Menstruationsblut sei konserviert worden. Das ist etwas, das ich gern genauer wüsste. Was ich in den kommenden Jahren, in denen ich noch bluten werde, gerne machen möchte, ist einen Teil meines Blutes mit Milchzucker zu verreiben und somit ein homöopathisches Eigenmittel herzustellen. Ich bin gespannt vor allem auch auf die Reise, auf die mich das Verrühren schicken wird. In meinem Inneren nähere ich mich dieser Erfahrung und es wächst die Vorfriede auf eine intime ursprüngliche Begegnung mit mir selbst.

## 11. Mai – GESPRÄCHE

Die meisten Berichte sind eingetroffen. Junge Frauen haben erzählt, wie es ihnen erging. Ich selbst erinnere mich nicht an Gespräche übers bevorstehende Bluten, aber es hat lange, fast schon ritualisierte Küchengespräche mit meiner Mutter gegeben, in denen sie offen war für alle möglichen intimen und sachlichen Fragen, was Körper und Körperlichkeit anging. Das hab ich sehr genossen, diese Zeit und diesen Raum zu haben.