

**Zeitschrift:** RosaRot : Zeitschrift für feministische Anliegen und Geschlechterfragen  
**Herausgeber:** Redaktionskollektiv RosaRot  
**Band:** - (2021)  
**Heft:** 60

**Artikel:** Die Vielfalt des Mutterseins  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-919697>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 02.05.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Die Vielfalt des Mutterseins

von Utwy

«Ich gebe mein Leben auf, wenn ich mich für dich entscheide!», meine ersten Gedanken als ich den Schwangerschaftstest in der Hand hielt. Kommt dir dieser Gedanke bekannt vor, liebes Mami?

Da war ich im zweiten Monat mit meiner Tochter schwanger. Ich hätte nie gedacht, dass ich in den nächsten drei Jahren so unglaublich vieles erleben würde.

Bevor ich wusste, dass ich schwanger war, wollte ich reisen. Ich wollte mein Heimatland Angola entdecken, nach Südamerika reisen, meine Freunde in Chile und Argentinien besuchen und mich im Dschungel tief mit der Natur verbinden. Ich wollte mich in meiner Stammbeiz besaufen, laut Parolen gegen das Patriarchat rufen, an Demonstrationen an erster Front mitlaufen. Ich hatte Pläne, doch nur für morgen. Hattest du die nicht auch, liebes Mami?

Hier liege ich nun mit euch in unserem Familienbett und begleite euch in den Schlaf. Heute war ein lauter Tag, so laut, dass ich Kopfschmerzen davon bekommen habe. Die Grosse hat ihre Persönlichkeit entwickelt. Sie hat ihren eigenen Kopf und weiss schon genau, was sie will. Der Kleine braucht nicht mehr seine 18 Stunden Schlaf und ist öfters wach, möchte nicht mehr nur herumliegen, sondern fängt an mitzumachen und braucht Unterhaltung.

Ihr schlaft oft gemeinsam friedlich im Bett ein und ich bin froh, wenn ich mich hinaus schleichen kann, in der Hoffnung, dass das Bett dieses Mal nicht knarrt.

In den meisten Fällen beneide ich Mütter nicht, die mir sagen, dass ihr sechs Monate altes Baby schon seit langem in der Nacht durchschläft. Schön für dieses Mami. Aber bitte lasst euch das von mir gesagt sein, reibt es mir nicht unter die Nase!

Ich habe meine Routine mit den Kindern entwickelt. Einen Flow. Je nachdem, wie unser Tag ausgeht.

Es endet vielleicht mit einem gemeinsamen Bad. Musikalische Einlagen mit Gitarre und Gesang. Mühsame Zeiten. Gutenachtgeschichten. Oder er endet mit einer Babymassage.

Egal, wie unser Abendritual beginnt, es endet immer mit der gleichen Routine. Ich lösche das Licht, lege mich zu euch, stille das Baby, wir lassen den Tag Revue passieren. Situationen, die nicht gut verliefen, werden in Ruhe nochmals erklärt und geklärt und ich sage euch beiden ein und denselben Spruch, Abend für Abend: «Du bist mutig, du bist stark, du hast ein grosses Herz und du bist wunderschön. Egal, was du machst und wohin du gehst, du bist gut so wie du bist!» Danach begleite ich euch in den Schlaf.

Ich liege in der Dunkelheit neben euch und schaue euch zu, wie ihr tief ein- und ausatmet. Das ist einer meiner Lieblingsmomente des Tages. Es ist ein unbeschreibliches Gefühl, während ihr so tief entspannt schläft, vermisse ich euch, obwohl ihr gleich neben mir liegt.

In Angola, dort bin ich gewesen, da war ich im dritten Monat schwanger. Ich hatte bis zum letzten Moment damit gekämpft, wie ich es finanziell schaffen sollte, wie ich leben sollte und sah schwarz für die Zukunft meines Kindes. Als wir unsere Familie an einem völlig abgelegenen Ort

trafen, sind meine Sorgen verflogen. Sie hatten sich ihr kleines Reich erschaffen, lebten autark und hatten ihre Permakultur. Sie besaßen die Dinge, die sie für ein bewusstes Leben benötigten und waren glücklich. Ich sah, wie Glück und Liebe über Geld und Erfolg standen und ich wusste, dass ich die richtige Entscheidung getroffen habe.

Heute blühe ich auf. Ich habe mich selbst in meiner Authentizität entdeckt. Ich bin mehr ich, als ich es mir dazumal jemals hätte erträumen lassen.

Die ersten Monate des Mutterseins waren überhaupt nicht so, wie es mir vorgepredigt wurde. Das Stillen klappt perfekt, der Bauch ist nach einer Woche wieder straff und du wirst das Kind vom ersten Augenblick an lieben. Kommen dir diese Sätze bekannt vor, liebes Mami? Nachdem ich mich in den ersten Monaten in meiner Mutterschaft verloren hatte, fühlte ich mich endlich so, als würde ich die Frau sein, die ich immer sein wollte. Ich lasse mich schon lange nicht mehr von dem patriarchalen Muttermythos beeinflussen. «Die Mutter hat gefälligst zu Hause zu bleiben und Care-Arbeit zu leisten!»

Ich gehe mit meiner Tochter alleine auf Reisen, nicht auf die andere Seite der Erdkugel, aber aus dem Dorf. Ich nehme an Demonstrationen teil, nicht an vorderster Front, doch zuhinterst mit anderen gleichgesinnten Müttern und Kindern. Ich gehe auf Konzerte und Festivals, nicht um mich zu besaufen, sondern um meinen Kindern die Vielfalt der Musik und des Tanzes aufzuzeigen. Ich fühle mich der Natur stark verbunden, weil meine Kinder mich tagtäglich daran erinnern, einen Moment inne zu halten, um mich mit der Natur zu befassen.

Ich versuche wieder aus meinem Schlummerzustand aufzuwachen und schaue auf mein Handy. 21.00 Uhr. Nicht schlecht, denke ich mir.

Endlich eingekuschelt auf dem Sofa und die ersten Minuten meiner Netflix Serie schauend, weint eines der Kinder bitterlich. Da ärgere ich mich für einen kurzen Augenblick und wünsche mir, ich hätte Kinder, die seit Geburt an durchschlafen. Und dann kommt dieser Moment, wenn ich mich ganz nah an eines von euch heran kuschle, ihr auf meinem Arm liegt und meine Stirn die eure berührt, der Moment, in dem ihr mich ganz fest braucht und ich euch, mehr als alles andere. Ja, da liebe ich euch am allermeisten. Wenn ihr mir das Gefühl gebt, dass der Andere unersetzlich ist. Das ist der Moment, in dem mir bewusst wird, dass ihr mir zeigt, was ich wirklich in meinem Leben brauche. Vor allem aber, was ich wirklich will. Ihr seid meine Kinder, mein Fleisch und Blut. Dank euch habe ich so vieles gewagt, neue Erkenntnisse gehabt, an mir gearbeitet, bin meinem inneren Kind, meiner Vergangenheit begegnet, in Situationen, die ihr Kinder bei mir getriggert habt und durch euch heile ich. Ich heile mich, weil ich mir wichtig bin. Ich will mich weiterbilden, fortbewegen, mit euch mutig sein, euch auf eure Wege begleiten, mit euch eine bessere Welt erschaffen. Durch euch bin ich geworden. Ich bin mir wichtig. Ich möchte das Leben verstehen. Durch die Verantwortung, die ich durch euch erlangt habe, bin ich zu einer Frau herangewachsen, die voller Liebe, Mitgefühl und Akzeptanz für sich selbst ist. Ich fühle mich mir mehr treu als jemals zuvor und es fühlt sich sehr, sehr gut an.

Ihr Kinder seid mein Sinn und mein Herz. Ich danke Muttererde, dass euer Vater und ich uns getroffen haben, dass ihr euch uns ausgesucht habt. Ihr seid gut so wie ihr seid und das ist perfekt! Mama liebt euch!

usthreewithyuna