

# «Ein dunkel glänzender Fleck war da. Ich wusste sofort, was das ist.»

Eine Auseinandersetzung mit der ersten Menstruation

## Abstract:

Diese Arbeit beschäftigt sich mit der Bedeutung der ersten Menstruation, der Menarche, in unterschiedlichen kulturellen Kontexten. Ich untersuche, inwiefern die Menarche bis heute tabuisiert wird und welche Möglichkeiten es gibt, dieses Tabu zu durchbrechen. Die Arbeit besteht aus zwei Teilen: einer Literaturanalyse und einem Podcast. Diese beiden unterschiedlichen Zugangsweisen ergänzen sich und helfen mir, Theorie, Literatur und Autobiographie miteinander zu verbinden und so meiner komplexen Fragestellung gerecht zu werden.

In der Literaturanalyse setze ich mich mit der literarischen Verarbeitung des Themas in drei Jugendromanen auseinander. Dafür vergleiche ich Isabel Abedis deutschsprachigen Roman *Fünf Sterne für Lola* mit zwei Romanen in der Originalsprache Englisch: *Other Words for Home* von Jasmine Warga und *The Moon Within* von Aida Salazar. Meine Analyse konzentriert sich auf die Beobachtung, dass der deutschsprachige Jugendroman die Menarche als ein negatives Ereignis darstellt, während die beiden englischen Romane der Menarche positive Konnotationen schenken. Im Anschluss vergleiche ich meine Resultate miteinander und bette sie in einen grösseren literarischen Kontext ein.

Der Podcast geht von meiner eigenen Erfahrung mit der ersten Menstruation aus, um daraufhin vier Frauen aus unterschiedlichen Kulturkreisen zu Wort kommen zu lassen. Trotz grosser Unterschiede in den Erfahrungen mit der Menarche kommt in jedem Gespräch ein mehr oder weniger starkes Tabu vor. Das gibt mir den Anlass, mich mit dem Menstruationstabu und seiner langen Geschichte zu beschäftigen. Unter anderem spreche ich mit einer Religionswissenschaftlerin über die fortbestehende Sprachlosigkeit rund um die erste Menstruation in meiner Kultur. Gegen Ende des Podcasts widme ich mich der Möglichkeit, durch Initiationsrituale einen Raum zu kreieren, in dem auf einer emotionalen Basis über die Menarche gesprochen werden kann. Der Podcast schliesst mit einem Vorschlag, wie die erste Menstruation in meinem eigenen kulturellen Umfeld wertgeschätzt werden kann.

## Inhaltsverzeichnis:

1. Einleitung	1
1.1. Literaturanalyse: Überlegungen, Methodik und Fragestellung	3
1.2. Podcast: Überlegungen und Methodik	5
2. Literaturanalyse	10
2.1. Einleitung	10
2.2. Fünf Sterne für Lola	10
2.3. Other Words for Home	13
2.4. The Moon Within	20
2.5. Vergleich und Einbettung in einen grösseren literarischen Kontext	27
2.6. Fazit	31
3. Podcast	33
4. Schlusswort	34
5. Bibliografie	35
6. Anhang	36
6.1. Podcast - Redemanuskript	36

# 1. Einleitung

In meiner Maturitätsarbeit will ich mich der Menstruation widmen. Spezifisch der ersten Menstruation, der Menarche. Ich werde von folgender Fragestellung ausgehen: **Welche Bedeutung wird der Menarche in unterschiedlichen kulturellen Kontexten gegeben, inwiefern wird sie tabuisiert, und welche Möglichkeiten gibt es, ein allfälliges Tabu zu durchbrechen?** Die Idee zu dieser Arbeit entstand im Frühling 2023, als ich den Jugendroman *I am Change* von Suzy Zail las, in dem die erste Menstruation eines Mädchens im Zentrum der Geschichte steht. Dieser Roman regte mich an, darüber nachzudenken, ob es andere Romane zur ersten Menstruation gibt. Ich konnte mich aber beim besten Willen an keinen einzigen erinnern, obwohl ich schon immer viel las. *I am Change* muss der erste Roman gewesen sein, den ich in meinen 18 Lebensjahren gelesen habe, in dem die Menarche eines Mädchens behandelt wird. Diese Lücke in der Kinder- und Jugendliteratur wurde mir umso deutlicher, je länger ich darüber nachdachte. Das konnte doch nicht wahr sein! Ich müsste mich doch daran erinnern, wenn ich irgendwo über die Menarche gelesen hätte, besonders als ich 12 Jahre alt war, das Alter, in dem ich meine erste Menstruation bekam. Daraufhin begann ich über mein 12-jähriges Ich zu reflektieren. Was für eine Rolle spielte die Menstruation in meinem Leben damals? War sie so abwesend, wie in den unzähligen Romanen, die ich verschlang? Ich dachte an den Moment meiner Menarche. Eine Woche vor meinem zwölften Geburtstag. Kurz zusammengefasst: Es war keine schöne Sache. Scham, Verstecken, Tränen, Lügen, Überforderung und Einsamkeit prägten meine Erfahrung.

Es gab zwei Dinge, die mir unter den Nägeln brannten. Ich wollte gezielt zeitgenössische Jugendromane suchen, in denen die Menarche vorkommt. Ich entschied mich für Jugendromane, denn das ist die Literatur, die Mädchen lesen, wenn sie ihre erste Menstruation bekommen. Jugendliteratur ist das, was sie prägt; das, was mich geprägt hat. Die Romane, die ich fand, wollte ich genau analysieren und herausfinden, wie die Autorinnen das Thema darstellen und ob sie Lösungsansätze vorschlagen, wie mit der Menarche umgegangen werden kann. Anschliessend wollte ich erforschen, ob es kulturelle Unterschiede gibt in der Art und Weise, wie die Menstruation in der Jugendliteratur dargelegt wird. Dieser Ansatz wurde nötig, weil die gefundenen Romane in völlig anderen Kulturkreisen spielen und teilweise gegensätzliche Umgangsweisen mit der Menstruation darstellen und vorschlagen.

Die zweite Frage, der ich nachgehen wollte, war, ob ich die Einzige bin, die ihre erste Menstruation so erlebt hat, wie ich sie erlebt habe. Ich wusste gleich, dass mir die Literatur nicht reichen würde, denn in den Jugendromanen ist der Ausgangspunkt für die Geschichte oft eine idealisierte Vorstellung der Autorin, wie mit der ersten Menstruation umgegangen werden soll. Das ist typisch für Jugendliteratur, denn die Autor:innen wollen den Jugendlichen etwas vermitteln. Ich wollte mit «echten» Frauen sprechen und mich mit ihren Erfahrungen auseinandersetzen. Des Weiteren wollte ich wissen, wieso

so viele Frauen mit einem Tabu zu kämpfen haben und wieso andere angeblich kein Tabu mehr wahrnehmen. Und am wichtigsten war für mich: Wie können wir Mädchen, die ihre Menarche bekommen, unterstützen?

So hatte ich also sehr bald zwei Herangehensweisen zu meiner Fragestellung gefunden, die sich wunderbar ergänzen würden:

Einmal ein literaturanalytischer Ansatz mit einem Fokus auf den Leitmotiven und literarischen Mitteln, mit denen die erste Menstruation von den Autorinnen dargestellt wird und wie diese mit Kulturräumen zusammenhängen. Dieser Teil ist eine auf die Details fokussierte und sorgfältige analytische Arbeit, durch die ich der Frage nach der kulturspezifischen Bedeutung der Menarche nachgehe. Meist scheinen die Werke einen «Lösungsvorschlag» oder eine Anregung zu geben, wie Mädchen mit ihrer ersten Menstruation umgehen können.

Der zweite Teil meiner Arbeit umfasst Gespräche mit Frauen über ihre persönlichen Erfahrungen, verknüpft mit meiner eigenen Erfahrung, und die Suche nach Antworten, Ursprünge und Lösungsansätze. Ich gehe so der Bedeutung nach, die der ersten Menstruation in den Biografien von Frauen mit verschiedenen kulturellen Hintergründen gegeben wird. Im Anschluss daran finde ich in einem theoretischen Teil den Ursprung des Menstruationstabus, wie er aus historischer und sozialanthropologischer Forschung hervorgeht. Schliesslich setze ich mich mit heute existierenden Versuchen auseinander, das Tabu zu durchbrechen und der Menstruation eine neue Bedeutung zu geben. Es ist eine emotionale und persönliche, aber auch theoretische und praktische Arbeit.

## 1.1. Literaturanalyse: Überlegungen, Methodik und Fragestellung

Meine Suche nach zeitgenössischen Jugendromanen begann im Internet. Mein Ziel war es, einen Roman in der Originalsprache Deutsch und zwei aus anderen Kulturkreisen miteinander in Beziehung zu setzen. Der deutsche Roman sollte der Vergleichspunkt sein, da er «meinen» Kulturkreis widerspiegelt. Ich stiess schnell auf verschiedene Webseiten, die die besten Jugendromane, in denen die Menstruation vorkommt, anpriesen. Jedoch waren alle Romane auf Englisch, also fokussierte ich mich erst einmal auf diese. Ich entschied mich für vier, die ich lesen wollte, um zu entscheiden, welche zwei ich analysieren würde. Diese vier englischen Romane waren:

- *I am Change*, Suzy Zail, 2020
- *The Moon Within*, Aida Salazar, 2019
- *Other Words for Home*, Jasmine Warga, 2021
- *The Year the Maps Changed*, Danielle Binks, 2020

Die darauffolgende Entscheidung war einfach. *I am Change* thematisiert unter anderem die weibliche Beschneidung nach der ersten Menstruation, was ein sehr wichtiges Thema ist, aber keines, das ich in meiner Maturitätsarbeit ansprechen wollte. In *The Year the Maps Changed* kommt die Menstruation nur flüchtig vor, nicht genug, um darauf eine Literaturanalyse zu basieren. Beide Werke, *The Moon Within* und *Other Words for Home*, legen einen starken Fokus auf die erste Menstruation der jeweiligen Protagonistin und haben einen literarischen Wert, sodass sie tiefgründig analysiert werden können.

Als nächstes begann die frustrierende Suche nach deutschen Jugendromanen, die die Menarche thematisieren. Ich war so lange erfolglos, dass ich kurz davor war aufzugeben. Immer wieder stiess ich auf einen deutschen Titel und war hoffnungsvoll. Ein Roman stellte sich jedoch als italienisch heraus, ein anderer war eine Autobiographie auf Französisch und auch das Tagebuch der Anne Frank ist bekanntlich nicht auf Deutsch verfasst. Irgendwann stiess ich endlich auf einen deutschen Roman von Wolfgang Herrndorf, der einen interessanten Ansatz in Bezug auf die Menstruation hat, sie aber nicht als Schwerpunkt behandelt. Zudem ist es nicht die Menarche, der er sich widmet. Was ich allerdings problemlos fand, waren deutschsprachige Ratgeber<sup>1</sup> zum Thema Menstruation. Zwei davon bestellte ich und lernte beim Lesen das Eine oder Andere. Es brachte mich in meiner Arbeit aber nicht vorwärts.

Schliesslich hatte ich eine Eingebung. Ich erinnerte mich an die Romanserie *Lola* von Isabel Abedi, aus der ich als Kind einige Bände gelesen hatte. Es war eine Reihe, die moderner war als andere und

---

<sup>1</sup> Zum Beispiel: Stynes, Yumi und Dr. Kang, Melissa: *Gute Tage* (2019), übersetzt von Pfeiffer, Fabienne. Hamburg, Deutschland: CARLSEN Verlag GmbH, 2021. Zambolo, Lucia: *Rot ist doch schön* (2019). 4. Auflage, Münster, Deutschland: Bohem Press GmbH, 2022.

Themen wie Rassismus und Sexismus behandelte, sodass ich mir dachte: Darin muss doch auch die Menstruation vorkommen. Nach mühsamem Durchblättern aller neun Bände wurde ich endlich fündig! Im achten Roman, *Fünf Sterne für Lola*, bekommt eine Klassenkameradin der Protagonistin ihre erste Menstruation.

Ich hatte also meine drei Romane und so begann ich mit der Literaturanalyse. Zuerst formulierte ich eine Fragestellung: **Mit welchen literarischen Mitteln wird die erste Menstruation eines Mädchens in Isabel Abedis deutschsprachigem Jugendroman *Fünf Sterne für Lola* im Vergleich mit nicht-deutschsprachiger zeitgenössischer Jugendliteratur dargestellt und gedeutet?**

Um diese Frage zu beantworten, versuchte ich, so nahe an den Texten wie möglich zu bleiben. Ich kann und will im interkulturellen Bereich keine eigenen Thesen oder Argumente aufstellen, da ich nicht das nötige Kontextwissen besitze. Ich habe in den Romanen Motiven gesucht, die im Zentrum stehen und habe konsequent mit diesen gearbeitet. Im letzten Teil habe ich auf einer genauso textnahen Ebene *Fünf Sterne für Lola* mit den beiden englischen Jugendromanen verglichen. Daraufhin ordnete ich meine Erkenntnisse in einen grösseren kulturellen Raum ein und zog dafür die Jugendromane heran, die ich nicht für eine tiefgründige Analyse verwendet hatte. Mein Ziel war nicht, einen Überblick über die Jugendliteratur zum Thema Menarche zu geben. Ich blieb bei sechs ausgewählten Werken.

Für die ausführliche Literaturanalyse:

- *The Moon Within*, Aida Salazar, 2019
- *Other Words for Home*, Jasmine Warga, 2021
- *Fünf Sterne für Lola*, Isabel Abedi, 2012

Für eine grobe kulturelle Einordnung:

- *Bilder deiner grossen Liebe*, Wolfgang Herrndorf, 2014
- *The Year the Maps Changed*, Danielle Binks, 2020
- *Alles ganz normal*, Roberta Marasco, 2021
- *I am Change*, Suzy Zail, 2020

## 1.2. Podcast: Überlegungen und Methodik

Die wichtigste Frage war: Mit wem kann ich sprechen? Welche Frauen sind offen genug, mit mir über ihre erste Menstruation ein Gespräch zu führen? An der Geburtstagsfeier meiner Grossmutter sprach ich mit der Cousine meines Vaters. Sie erzählte mir, wie sie in der Schule lernte, nicht das Wort «Menstruation» zu brauchen. Sie sollte sagen: «Tante Rosa ist zu Besuch». Auch sonst begannen jedes Mal gleich angeregte Konversationen, wenn ich erzählte, worüber ich meine Maturitätsarbeit schreibe. Der Gedanke war also naheliegend, eine generationenübergreifende, kulturspezifische Analyse zu machen. Wie ging es der Generation meiner Grossmutter, wie der meiner Mutter, wie geht es meiner Generation? Demgegenüber stand mein grosses Interesse an interkultureller Arbeit. In meinen achtzehn Lebensjahren habe ich immer wieder gemerkt, wie gut es mir tut, mich mit Menschen aus anderen Teilen der Welt auszutauschen, wie das den Blick auf das eigene Leben in ganz neue Perspektiven stellen kann. Durch die Geschichten von Frauen, die nicht in der Schweiz oder in Deutschland ihre Menarche erlebten, entstünde eine viel farbenfrohere Palette. Das, was mir hier und dort erzählt wurde, war zwar alles auf seine eigene Weise einzigartig, aber die Grundtendenzen waren ähnlich. Die interkulturelle Herangehensweise passte auch eher zu meinem Ansatz in der Literaturanalyse. Das war also entschieden. Ich nahm mir vor, mit etwa drei Frauen zu sprechen, nicht zu viele, nicht zu wenige. Die nächste Frage war: Von wo bekomme ich den theoretischen Hintergrund, um das, was mir erzählt wird, einzuordnen und danach einen Schritt weiterzugehen und zu überlegen, wie wir handeln können, damit Mädchen sich mit ihrer Menstruation wohl fühlen? In der Zentralbibliothek Zürich lieh ich mehrere sozialanthropologische Studien zum Thema Menstruation, Menarche und deren interkulturelle Aspekte <sup>2</sup>[OBJ]. Ich kontaktierte eine Professorin für Kinder- und Jugendliteratur und -medien, die mir leider nie antwortete. Die meisten Kontakte kamen eher spontan zu Stande, was bei meinem eher heiklen Thema kein Wunder ist. Sehr bald hatte ich die Idee, dass ich aus den Gesprächen einen Podcast zusammenschneiden könnte. Ich hatte in der letzten Zeit viele Podcasts vor allem von ARTE-Radio gehört, die ich wunderbar gemacht fand. Sie waren informativ, berührend und liebevoll gestaltet. Ich wusste schnell, dass ich so am besten Menschen erreichen und meine Botschaft rüberbringen könnte. Nur so würde ich den Frauen gerecht werden. Nur indem ihre Stimmen gehört werden, können Emotionen geweckt werden. Und das wollte ich. Ich wollte meine Zuhörenden gleichzeitig berühren und informieren. Der Podcast war das perfekte Medium.

---

<sup>2</sup> Ein Werk, das mir sehr geholfen hat: Dammary, Sally: *First Blood: A Cultural Study of Menarche*. Victoria, Australia: Monash University Publishing, 2016.

Als erstes konnte ich mit Moni Egger sprechen. Sie ist eine Kollegin meiner Mutter, die ich auch recht gut kenne. Sie ist Theologin und Märchenerzählerin. Was mich aber am meisten interessierte, war ein Artikel, den sie in der feministisch-theologischen Zeitschrift FAMA geschrieben hatte.<sup>3</sup> Sie beschreibt darin, welche bekannten Märchen im Grunde Initiationsmärchen sind und erzählte von einem Initiationsritual für Mädchen, die um das Alter der ersten Menstruation herum waren. Als Vorbereitung habe ich mich dazu informiert, inwiefern Märchen wie Frau Holle, Dornröschen und Rotkäppchen als Initiationsmärchen gelesen werden können und wie sie mit der Menarche zusammenhängen. Aus den wenigen Informationen, die ich hatte, habe ich mir auch Fragen zum Mädchentag, dem Initiationsritual, bei dem Moni dabei war, notiert. Zudem las ich einen Artikel, ebenfalls von der FAMA, aus dem Jahr 1996, der auf einer ganz anderen Ebene Initiationsrituale thematisiert und vor allem kritisiert, was Moni kaum macht.<sup>4</sup> Das Gespräch ging sehr gut, war spannend und aufschlussreich. Ich hatte Mut gefasst.

Die nächsten Gespräche waren mit den Frauen, die mir ihre persönlichen Erfahrungen erzählten. Ich überlegte mir, welche Fragen ich stellen wollte und konnte, um den Frauen so viel Freiheit wie nötig zu geben. Zudem gab es ein paar Anmerkungen, die ich den Frauen vor dem Gespräch jeweils mitteilen wollte, sodass sie sich wohlfühlen.

Vor dem Start der Aufnahme:

- Vielen Dank
- Rahmen: Maturitätsarbeit (ich rede mit 2-3 anderen)
- Ob es ok ist, wenn ich das Gespräch aufnehme
- Ich kann alles, was sie nicht im Podcast haben will, rausschneiden
- Sprache kann immer gewechselt werden
- Wenn sie will, schicke ich ihr den Podcast, wenn ich fertig bin

Fragen:

- Stell dich kurz vor, soweit du dich wohl fühlst: Wer bist du? Wo kommst du her? Wie alt bist du?
- Wissen vor der ersten Menstruation? Gefühle dazu? Aufklärung? Wer hat es erklärt? Schwestern/Freundinnen/Mutter/Schule?
- Hattest du Angst davor? Hast du dich gefreut?

---

<sup>3</sup> Egger, Moni: *Mädchen am Übergang, Spinnen und Initiation im Märchen* in FAMA 4/11, *Spinnerinnen*, feministisch-theologische Zeitschrift, 27. Jahrgang, Henau, Schweiz, November 2011, S.10-13.

<sup>4</sup> Hungerbühler, Monika und Dietrich, Dorothee: *Mondblutfeste feiern* in FAMA 4/96, *Neue Mütter? Neue Töchter?*, feministisch-theologische Zeitschrift, 12. Jahrgang, Basel, Schweiz, Dezember 1996, S. 6-8.

- Gibt es Kultur um die Menstruation? Lieder, Gedichte oder Erzählungen zum Thema? (siehe Märchen im westlichen Kontext)
- Mit welchem Alter kam deine erste Menstruation? Wo?
- Wie hast du dich in dem Moment gefühlt? Wusstest du, was passiert?
- Hast du dich wohl gefühlt, zu jemandem zu gehen und um Hilfe zu fragen? Gingst du zu deiner Mutter? Wie offen konntest du in deiner Familie darüber reden?
- Wie hat die erste Ansprechperson reagiert? Wie hast du diese Reaktion eingeordnet? Wie hast du dich dazu gefühlt?
- Was passierte dann? Gab es Rituale? Welchen Namen hast du der Menstruation gegeben?
- Rituale: Wie hast du dich dabei gefühlt? Haben sie dir geholfen? Warst du stolz auf deine Weiblichkeit oder noch sehr ein Kind?
- Gab es jetzt neue Erwartungen an dich? Hattest du neue Erwartungen an dich?
- Hat sich fundamental etwas in deinem Leben verändert?
- Weisst du etwas darüber, wie es der Generation vor dir ging? Hat sie darüber geredet?
- Wie willst du die Menarche handhaben, wenn du mal eine eigene Tochter hast? Wie hast du es mit deiner eigenen Tochter/kleinen Schwester gemacht?
- Gibt es sonst noch etwas, das zu erzählen willst?

Diese Fragen waren für mich aber bloss eine Art grober Leitfaden, von dem ich meist abweichen musste, weil jedes Gespräch seinen eigenen Verlauf nahm. Meine Grundeinstellung war: erzählen lassen und so wenig wie möglich dazwischenfunken. Ich benutze absichtlich nicht das Wort «Interview», denn mein Ziel war nicht, Schlagzeilen zu machen, spezifische Informationen zu bekommen, einen realistischen Bericht zu schreiben oder jedes Detail herauszukitzeln. Ich wollte einen offenen Raum schaffen, in den alles passt, in dem nichts falsch ist, in dem nicht geurteilt wird und in dem ein Dialog möglich ist. Ich wollte, dass sich meine Gesprächspartnerin wohl fühlt. Um das zu bewerkstelligen, musste ich spontan sein. Ich fing immer ähnlich an, mit den gleichen Fragen, und habe vor allem zugehört und nachgefragt.

Die erste Frau, sie wollte gerne Fee genannt werden, kenne ich über das Solinetz Zürich. Sie kommt ursprünglich aus Afghanistan. Nachdem sie meine Anfrage hörte, zögerte sie zuerst und war unsicher, hat sich aber zu meiner Freude schliesslich darauf eingelassen. Beim Gespräch war ich sehr überrascht über ihre Offenheit und Motivation, mir alles ohne Scham zu erzählen. Ich musste nur wenig nachhaken, sie wollte mir ihre Geschichte erzählen. Dieses Gefühl hatte ich bei fast allen Frauen. Es war jedes Mal, als hätte ich einen neuen Kanal geöffnet, durch den, zuerst langsam und dann immer schneller, Wasser strömt, als hätte es die ganze Zeit nur darauf gewartet. Bei Brigitte, einer weiteren Kollegin meiner Mutter, die aus Madagaskar kommt, musste ich gar nicht meine erste Frage stellen, sie

begann gleich zu erzählen. Ich habe ab und zu kleine Fragen gestellt oder ein Stichwort gegeben, worauf die jeweilige Frau wieder ausholend erzählen konnte. Meine grossen, offenen Anfangsfragen, wenn ich sie gestellt habe, schnitt ich später heraus, um den Fokus ganz auf der Frau zu lassen, die spezifischen Fragen musste ich drinnen lassen, damit der Kontext der Antwort klar ist.

Nach diesen ersten drei Gesprächen hatte ich noch zwei Anfragen offen, es schien aber so, als würde daraus nichts mehr werden. Ich war also bereit, ein Konzept für den Podcast zu erstellen. Fee und Brigittes Erzählungen würden im Vordergrund stehen, Theorie aus den Studien würde ich einfließen lassen und zum Abschluss käme mein Gespräch mit Moni Egger über das Initiationsritual und die Märchen. Da meldete sich Nafissa bei mir, die meinen Aufruf bei Capacity Zürich gesehen hatte. Auch Jessica, die ich über die Johanneskirche kenne, war wieder in Zürich. Ich dachte lange darüber nach, ob ich ihnen absagen soll. Das tat ich nicht. Ich wusste, ich würde es bereuen. Also traf ich mich doch mit beiden, mit dem Hintergedanken, dass ich das Audiomaterial nicht unbedingt verwenden muss, ich tat es für meine persönliche Entwicklung. Beide Gespräche waren dann aber nochmal so einzigartig und besonders, dass ich wusste, ich muss sie in den Podcast aufnehmen. Jessica war die Einzige, die fast nur positive Gefühle mit der ersten Menstruation verbindet und Nafissa hatte ihre Tage so lange nicht, dass sie schliesslich zum Arzt gehen musste, der sie mit einem geschlossenen Jungfernhütchen diagnostizierte. Sie ist daraufhin Gynäkologin geworden.

Ich hatte also schon viel zu viel Audiomaterial, als eine weitere Kollegin meiner Mutter, die Professorin Cara Rock-Singer aus den USA, mir sagte, ich könne sie gerne interviewen, sie habe einen meiner Romane, *The Moon Within*, im Unterricht verwendet. Zudem forsche sie zur Menstruation und deren Verbindung mit dem jüdischen Ritual der Mikwe. Da konnte ich nicht nein sagen. Ich musste unser Gespräch mehrere Male anhören, um alles zu verstehen. Cara spricht ein schnelles, kompliziertes, komplexes und akademisches Englisch, aber schliesslich hatte ich alles verstanden. Was sie mir sagte, waren genau die Überlegungen, die mir noch gefehlt hatten.

Die nächste Herausforderung stand mir bevor: Einen Roten Faden finden mit den 6 Gesprächen, meiner eigenen Geschichte und der Theorie. Nach langen Herumpuzzeln hatte ich ihn schliesslich gefunden:

1. Der erste Teil meiner Geschichte
2. Gespräche (mit Fee, Nafissa, Brigitte und Jessica)
3. Der zweite Teil meiner Geschichte
4. Theorie und Geschichte zur Menstruation und deren Tabu (Studie von Caroline Ausserer, Überlegungen von Cara Rock-Singer und meine eigenen Schlüsse)
5. Initiationsrituale als Lösung? (Cara Rock-Singer zur Mikwe als Initiationsritual, Gespräch mit Moni Egger, Probleme von Initiationsritualen im Gespräch mit Cara Rock-Singer)
6. Schluss meiner Geschichte

Nach viel Kürzen und Schneiden mit *WavePad Audio Editor* hatte ich eine erste Fassung. Sie war eine Stunde und 40 Minuten lang. Es ging also erneut ans Kürzen. Der Prozess war traurig, schmerzhaft und befreiend zugleich. Die Märchen mussten gehen, nur Frau Holle blieb zurück, Nafissa musste ich viel kürzen und in meiner Stimme zusammenfassen, denn sie spricht sehr undeutlich. Genau das gleiche musste ich bei Cara machen, weil sie zu schnell und kompliziert spricht. Den Theorieteil habe ich so kurz und prägnant wie möglich gehalten. Viele wunderschöne Nuancen der Gespräche mit den vier Frauen musste ich herauschneiden, denn so schön sie auch waren, sie hatten weniger mit der ersten Menstruation zu tun.<sup>5</sup>

Ich habe lange überlegt, wie ich mich damit fühle, meine eigene Erfahrung zu teilen. Sie sind sehr persönlich. Es war mir aber schnell klar, dass es sie braucht. Zum einen damit Zuhörende alles, was ich denke und sage, einordnen können. Es muss klar sein, aus welcher Perspektive ich spreche. Zum anderen bin ich es den Frauen, die mir ihre Erfahrungen erzählt haben, schuldig. Es geht mir um Austausch, Offenheit, Gegenseitigkeit und einen Dialog. Drittens kann nur so etwas bewegt werden. Die eigenen Erfahrungen müssen geteilt werden, um andere zu motivieren, das Gleiche zu tun. Nur so kann ein gesellschaftlicher Diskurs zu Tabuthemen angeregt werden. Nur so kann etwas verändert werden, sodass es der nächsten Generation besser ergeht.

Es gibt einige Themenbereiche, die ich aus Platzgründen nicht anspreche, die aber erwähnt werden müssen. Ein Bereich, über den ich viel höre und über den mir auch Kolleginnen ihre Erfahrungen erzählt haben, ist PMS (Prämenstruelles Syndrom). Ich bin sehr froh, dass ich nicht damit kämpfen muss. Ich weiss, dass es viele Frauen gibt, die die Zeit ihrer Menstruation deswegen fürchten, und ich möchte diesen Frauen auf keinen Fall ein schlechtes Gefühl geben, wenn ich darüber spreche, dass die Menstruation etwas Schönes sein sollte. Weil ich nicht über etwas schreiben will und kann, womit ich keinerlei Erfahrung habe, entschied ich mich, PMS nicht gezielt zu thematisieren und in diesem Kontext müssen meine Aussagen gesehen werden. Weiter lasse ich die sozialanthropologische Theorie zu Initiationsritualen aus. Sie ist zwar wichtig und spannend aber nicht der Schwerpunkt meiner Arbeit. Für Interessierte empfehle ich aber, die Studie *Menstruation und weibliche Initiationsriten* von Caroline Ausserer<sup>6</sup> zu lesen, auch für eine umfassendere Geschichte der Menstruation und des Menstruationstabus. Abschliessend habe ich nicht den Anspruch, eine universelle «Lösung des Problems» zu geben. Ich beschäftige mich mit Ansätzen, Versuchen, Theorien und meiner persönlichen Erfahrung.

---

<sup>5</sup> Das Redemanuskript findet sich im Anhang.

<sup>6</sup> Ausserer, Caroline: *Menstruation und weibliche Initiationsriten*. Frankfurt am Main, Deutschland: Europäischer Verlag der Wissenschaften, 2003.

## 2. Literaturanalyse

### 2.1. Einleitung

In diesem Teil meiner Arbeit werde ich die literarische Verarbeitung der ersten Menstruation in zeitgenössischer Jugendliteratur analysieren. Ich gehe von folgender Fragestellung aus: **Mit welchen literarischen Mitteln wird die erste Menstruation eines Mädchens in Isabel Abedis deutschsprachigem Jugendroman *Fünf Sterne für Lola* im Vergleich mit nicht-deutschsprachiger zeitgenössischer Jugendliteratur dargestellt und gedeutet?** Neben Abedis Roman fokussiere ich mich auf zwei weitere Werke: *The Moon Within* von Aida Salazar und *Other Words for Home* von Jasmine Warga. Ich konzentriere mich auf die literarischen Mittel, mit denen die drei Autorinnen die Menarche darstellen und ihr Bedeutung geben. Ich beginne mit dem Roman *Fünf Sterne für Lola*. Daraufhin nehme ich die Romane *The Moon Within* und *Other Words for Home* unter die Lupe. Im letzten Teil dieser Arbeit vergleiche ich die erzählerischen Mittel des deutschen Romans mit denen der beiden englischen Romane. Der Vergleich hilft mir, die kulturspezifischen Eigenheiten des deutschsprachigen Jugendromans besser einzuordnen und zu verstehen. Um diesen Teil meiner Arbeit abzurunden, bitte ich die erlangten Erkenntnisse in einen grösseren literarischen Kontext rund um die Menarche ein.

### 2.2. Fünf Sterne für Lola

Isabel Abedi ist eine renommierte deutsch-iranische Kinder- und Jugendbuchautorin. Anfangs der 2010er Jahre kam ihre neunbändige Romanserie *Lola* heraus, aus der ich den achten Roman, *Fünf Sterne für Lola*, analysieren werde. Zu der Zeit waren diese deutschsprachigen Jugendromane etwas Neues und Innovatives, da sie als eine der ersten von Diversität lebten. Im Vordergrund steht alltäglicher Rassismus, aber auch Themen wie die erste Menstruation werden behandelt. Bis heute bleibt *Lola* bedeutungsvoll, denn es gibt höchstens eine Handvoll weiterer deutscher Jugendromane, die die Menarche thematisieren.

Der Roman *Fünf Sterne für Lola* behandelt im Präteritum und mit einer Ich-Erzählerin einen Wettbewerb, der in Lolas Klasse in Gruppen stattfindet. Jeder und jede einer Gruppe kocht allein ein Abendessen bei sich zuhause, das dann von den anderen bewertet wird. Im Verlauf des letzten Essens bekommt Annalisa, eine Klassenkameradin von Lola, ihre Menarche. Annalisa spielt ab dem ersten Band der Reihe eine grosse Rolle. Sie wird als eingebildet beschrieben und verhält sich Lola gegenüber herablassend. Über die nächsten 6 Bände ist sie eine Art «Antagonistin», die immer wieder mit Lola streitet. Das ändert sich in *Fünf Sterne für Lola*. Hier beschreibt Lola, wie sie langsam mehr und mehr

Mitleid für Annalisa entwickelt. Sie sieht, wie Annalisa oft bleich, traurig und still ist. Annalisas Unglück und Niedergeschlagenheit, die Lola bemerkt, steigern sich, bis Annalisa an einem Abendessen mit einer Gruppe Kindern aus der Klasse plötzlich ihre Tage bekommt. Als ob das noch nicht schlimm genug wäre, wird auch noch eine Videoaufnahme davon verbreitet, worüber die ganze Schule lacht. Lola beobachtet, wie der Moment von Annalisas Menarche der absolute Tiefpunkt für Annalisa ist und sie spürt eine immer stärkere Wut auf alle, die Annalisa auslachen und das Video verbreiten. Sie ist fast die Einzige, die merkt, wie falsch das Mobbing ist. Sie beobachtet aber nicht nur, sondern handelt auch. Sie spricht mit einem Lehrer, wonach die gesamte Schule an einem Mobbingworkshop teilnehmen muss. In dessen Verlauf können sich Lola und Annalisa aussprechen und fangen nach jahrelanger Feindschaft an, sich zu befreunden. Am Ende des Romans kocht die ganze Gruppe gemeinsam ein Abendessen. Nach dem Mobbingworkshop spricht niemand mehr über Annalisas Menstruation.

Im Folgenden werde ich aufzeigen, wie Abedi die Menarche eines Mädchens als Klimax negativer sozialer Entwicklungen konstruiert. Innerhalb des sozialen Gefüges einer deutschen Schulklasse beobachtet die Protagonistin, wie es einer Klassenkameradin immer schlechter geht. Der absolute Tiefpunkt ist der Moment, in dem die Klassenkameradin ihre erste Menstruation bekommt, umringt von Schülerinnen und Schülern. Dieser Augenblick ist aber auch ein Wendepunkt, der Lola dazu bringt, die Klassenkameradin vor dem nun einsetzenden Mobbing zu schützen.

Bereits am Anfang des Romans merkt Lola, dass es Annalisa vor allem in der Freundschaft mit Dalila, Annalisas bester Freundin, nicht gut geht. Annalisa wird von Dalila zunehmend ignoriert, ausgelacht oder gehänselt. Annalisa ist jedoch nach solchen Momenten Lola gegenüber meist unverschämt, was Lola wütend macht und ihr Mitleid verschwindet. Es häufen sich aber auch Momente, in denen Annalisa ihre Verletztheit nicht mehr zu überspielen versucht, was Lola auch auffällt, zum Beispiel als Annalisa zu spät zu einem der Abendessen kommt: «Sie [Annalisa] kam um 18:45 und sah aus, als hätte sie gerade geheult. 'Ist alles okay?', fragte ich. 'Danke', piepste sie und schob sich an mir vorbei in die Küche.»<sup>7</sup> Des Weiteren geht Annalisa nicht einmal mehr auf Dalila ein, als diese mit ihr über Lola lästern will. Als Lola das mitbekommt, macht sie sich Sorgen über Annalisas Niedergeschlagenheit, anstatt sich über Dalilas Bemerkung zu ärgern: «Sie [Dalila] stieß Annalisa in die Seite, aber die lächelte nur gequält. Sie war überhaupt sehr still an diesem Abend und ich fragte mich, was sie bedrückte.»<sup>8</sup> Lola ist also immer beunruhigter über Annalisas steigende Bedrücktheit, handelt aber nicht, was mit der vorherigen Unfreundlichkeit Annalisas zu tun hat.

Das ändert sich an dem Abend, an dem Annalisa das Essen für die Gruppe vorbereiten muss. Schon als Annalisa Lola die Tür öffnet, wird deutlich, dass sie an einem Tiefpunkt angelangt ist: «[A]ls sie mir am

---

<sup>7</sup> Abedi, Isabel: *Fünf Sterne für Lola* (2012). Bindlach, Deutschland: Loewe Verlag GmbH, 2012.

<sup>8</sup> Abedi, 2012, S. 237.

Freitag, dem 20. Mai, die Tür öffnete, sah sie aus, als wäre heute der Termin ihrer Hinrichtung.»<sup>9</sup> Während des Abendessens bekommt sie ihre erste Menstruation und alle der Gruppe sehen es: «Annalisa [...] ging durch das weisse Wohnzimmer zur weissen Tür. Aber ihr weisses Kleid hatte jetzt hinten einen Fleck. Er war ziemlich gross, ziemlich nass und leuchtend rot. [...] Annalisas Gesicht war totenbleich.»<sup>10</sup>

Abedi unterstreicht die schockierende Wirkung dieses Moments durch den Kontrast des roten Bluts im weissen Raum, auf dem weissen Kleid und mit Annalisas bleichem Gesicht. Dieser Kontrast wird wiederum durch die Anapher von «weiss» hervorgehoben. Der Eindruck, den das Blut auf Lola macht, wird durch ein Syndeton betont. Lola merkt, wie schlimm dieser Moment für Annalisa ist und fühlt mit ihr mit: «[D]urch meine schockgefrorenen Adern strömte jetzt so etwas wie glühend heisse Lava».<sup>11</sup> Bis jetzt sagte Lola immer nur, dass Annalisa aussieht, als habe sie geweint oder wie still und bleich sie ist, aber hier kann Annalisa ihre Tränen nicht zurückhalten. Annalisa geht in den Flur und Lola hört «wie Annalisa in ein heftiges Schluchzen ausbrach»<sup>12</sup>. Für Lolas Gefühle bezüglich Annalisa ist es ein Wendepunkt, denn nach der ersten Starre kumuliert ihr Mitleid und wird zur Wut. Diese Wut ist das, was sie dazu bringt zu handeln. Sie setzt sich für Annalisa ein und dafür, dass niemand erfährt, was geschehen ist und niemand darüber spricht. Als Dalila höhnisch einem der Jungen versucht zu erklären, was Annalisa passiert ist, fällt Lola ihr ins Wort: «HALT DIE FRESSE!»<sup>13</sup>. Hier wird Lolas plötzliche Wut durch die Verwendung von Grossbuchstaben von Abedi dramatisiert. Abedi scheint klarzumachen, dass wenn ein Mädchen auf eine solche Art und Weise ihre erste Menstruation bekommt, Lolas Reaktion die Richtige ist.

Trotz Lolas vehementem Einsatz, den Vorfall geheim zu halten, wird ein Video von Annalisa, die mit einem roten Fleck auf ihrem Kleid im weissen Zimmer steht und stumm schreit, verbreitet. Die nächsten Tage über sehen alle das Video und mobben Annalisa deswegen, die daraufhin tagelang nicht zur Schule kommt. Lolas Wut wird immer grösser: «Wer hatte diesen widerlichen Film gedreht? Und ihn anschliessend auf YOUTUBE GEPOSTED???»<sup>14</sup> Die Wucht ihrer Wut wird erneut durch Grossbuchstaben und auch durch die drei Fragezeichen hervorgehoben. Lola lässt nicht locker, bis sie herausgefunden hat, dass es Dalila war, die den Film aufgenommen und weitergeschickt hat. Nachdem sie es einem Lehrer erzählt hat und Dalila bestraft wurde, ist ein erneuter Wendepunkt erreicht. Das veranschaulicht Abedi an den ersten Anzeichen von Freundschaft zwischen Annalisa und Lola: «Ich griff

---

<sup>9</sup> Abedi, 2012, S. 247.

<sup>10</sup> Abedi, 2012, S. 253.

<sup>11</sup> Abedi, 2012, S. 253.

<sup>12</sup> Abedi, 2012, S. 253.

<sup>13</sup> Abedi, 2012, S. 254.

<sup>14</sup> Abedi, 2012, S. 259.

nach Annalissas Hand und diesmal wies sie mich nicht ab.»<sup>15</sup> Auch auf anderen Ebenen merken die Lesenden, wie der Tiefpunkt in der Geschichte ein Wendepunkt ist. Vorher kochen alle aus der Gruppe allein bei sich zuhause und es wird von den anderen bewertet. Nach dem Drama, als sich alle bei Annalisa entschuldigt haben, kocht die Gruppe gemeinsam ein grosses Abendessen für ihre Familien und Lehrpersonen. Bei diesem Essen wird Annalisa zum ersten Mal wieder glücklich beschrieben: «[A]ls sich Annalissas Mutter eine zweite Portion bestellte, strahlte Annalisa über das ganze Gesicht.»<sup>16</sup> Es sind alle guter Laune und haben sich versöhnt. Es wird jedoch kein einziges Mal über Annalissas Menarche gesprochen, nicht einmal auf positive Weise. Abedi scheint zu zeigen, dass man nach einer solchen Erfahrung der Menarche am besten Stillschweigen bewahrt und so tut, als wäre nichts passiert.

Alles in allem wird deutlich, dass Abedi den Augenblick von Annalissas erster Menstruation erzählerisch so aufbaut, dass Lola immer mehr Mitleid mit dem wachsenden Unglück der Klassenkameradin bekommt. Die Klimax von Annalissas Unglück ist erreicht, als sie ihre Tage kriegt. Dass dieser Moment als Tiefpunkt konstruiert ist, zeigt, wie verbreitet eine negative Auffassung der Menstruation ist. In diesem Moment wird Lola wütend und beginnt Annalisa zu verteidigen. Abedi hat sich entschieden, dass Annalisa zu menstruieren beginnt und nicht Lola, ihre Protagonistin, was naheliegender wäre. So sehen die Lesenden die Entwicklung von Lolas Gefühlen, ihrem Mitleid, ihrer Sorge, ihrer Wut und ihre darauf basierenden Handlungen in Schlüsselmomenten. Durch Lolas Eingreifen geht es Annalisa viel besser, die Gruppe hält stärker zusammen und der Beginn einer Freundschaft zwischen Annalisa und Lola wird gezeigt. Die ideale Art und Weise, um mit der Menarche umzugehen, scheint also, sie zu verschweigen.

### 2.3. Other Words for Home

Die Autorin Jasmine Warga wurde 2013 bei einem Abendessen mit Freunden, die aus Syrien in die USA geflohen waren, angeregt, den Jugendroman *Other Words for Home* zu schreiben. Als 2016 überall in den Medien Berichterstattungen über die Folgen des Kriegs in Syrien erschienen, fragte sich Warga, warum US-Amerikaner:innen nur wenig Empathie mit den geflüchteten Menschen zeigten. Warga begann, über das Problem der Islamophobie nachzudenken. Mit den daraus folgenden Überlegungen und Beobachtungen im Kopf begann sie diesen Roman zu schreiben.<sup>17</sup>

*Other Words for Home* handelt von Jude, die mit ihrer schwangeren Mutter aus Syrien in die USA flieht. Die beiden müssen Judes Vater und Bruder zurücklassen. In den USA finden sie Zuflucht beim Bruder

---

<sup>15</sup> Abedi, 2012, S. 270.

<sup>16</sup> Abedi, 2012, S. 285.

<sup>17</sup> Vgl. Warga, Jasmine: *Other Words for Home* (2019). New York, U.S.A: Harper Collins Publishers, 2021.

der Mutter, «Unkel Mazin», dessen Frau, «Aunt Michelle», und deren gemeinsamer Tochter. Jude geht dort in die Schule, findet Freund:innen und baut sich ein neues Leben auf. Trotzdem fühlt sie sich immer noch fest mit ihrer Heimat verbunden und so versucht sie, die syrische Kultur mit der neuen, US-amerikanischen Kultur zu vereinen. Da diese zwei Kulturen in vielen Aspekten sogar gegensätzlich sind, ist das, was Jude zu erreichen versucht, sehr schwer. Diesen Konflikt spürt sie verstärkt, als sie zum ersten Mal menstruiert, woraufhin sie gemäss der syrischen Tradition ein Kopftuch zu tragen beginnt. Der Roman ist in sechs Teile geteilt, von denen jeder ein Titelwort hat, der die verschiedenen Etappen von Judes Flucht und ihrem Einleben in den USA beschreibt: «Changing», «Arriving», «Staying», «Hoping», «Growing», «Living». Der Roman ist in Versform und aus der Perspektive der Ich-Erzählerin verfasst, wodurch Warga ihre inhaltliche Botschaft verstärkt.

Nun werde ich zeigen, wie Warga anhand von vier Gegenüberstellungen Judes Erfahrung mit ihrer Menarche erzählt. Dadurch zeigt die Autorin, was es für ein Mädchen, das sich zwischen zwei Kulturen wiederfindet, bedeuten kann, zum ersten Mal zu menstruieren.

Die erste Gegenüberstellung findet sich in einer Textstelle, die Judes Leben vor ihrer Flucht beschreibt. Aus Judes Sicht wird geschildert, wie stark sich ein Mädchen verändert, nachdem sie das erste Mal menstruiert hat. Dies beobachtet Jude an ihrer besten Freundin Fatima, die inzwischen ein Kopftuch trägt, da sie bereits menstruiert:

«Her dark curls aren't on display anymore,  
Tumbling to her shoulders  
In unruly waves that remind me of laughter.  
Her head is wrapped in silk scarves  
That are bright and colored like jewels.»<sup>18</sup>

«Ihre dunklen Locken sind nicht mehr zu sehen,  
Die ihr auf die Schultern fielen  
In widerspenstigen Wellen, die mich an Lachen  
erinnern.  
Ihr Kopf ist in Seidenschals gehüllt  
die hell und bunt sind wie Juwelen.»<sup>19</sup>

Das Kopftuchtragen folgt in der syrischen Kultur, wie sie in diesem Roman beschrieben wird, nach der ersten Menstruation und ist ein Zeichen des Erwachsenseins. Das ist die sichtbare Veränderung, die Fatima durchgemacht hat. Durch poetische Sprache beschreibt Jude, wie die widerspenstigen Haare jetzt unter juwelfarbenen Tüchern versteckt sind. Das ist auch metaphorisch zu verstehen: Aus dem wilden, ausgelassenen Kind wurde die strahlende Frau, die Fatima nun ist. Jude steckt jedoch noch auf der anderen Seite des Erwachsenwerdens, von wo aus das Überschreiten der Grenze unerreichbar fern scheint. Sie ist noch das wilde Kind. Im Gegensatz dazu ist Fatima durch die Tücher, die sie nun trägt,

---

<sup>18</sup> Warga, 2021, S. 8.

<sup>19</sup> Übersetzung: Philine Oldenhage.

geschmückt und würdevoll. Diese positive Konnotation sieht man im Gebrauch des Wortes «jewels» aber auch darin, wie Jude ihre Sehnsucht beschreibt. Sie will auch Bedeutung haben, damit sie umhüllt und geschützt werden muss:

“I am still waiting

To bleed.

To feel like I have something worth  
covering.»<sup>20</sup>

«Ich warte immer noch darauf

Zu bluten.

Zu fühlen, dass ich etwas habe, das es wert ist zu  
umhüllen.»<sup>21</sup>

Die zwei nächsten Gegenüberstellungen, mit denen Warga arbeitet, beziehen sich auf Judes eigene erste Menstruation. Die eine ähnelt derjenigen, die ich oben anhand von Judes Beobachtungen und Gefühlen zu Fatima analysiert habe. Die andere Gegenüberstellung gibt Einblick in Judes Gefühlsleben.

Nachdem Jude zum ersten Mal menstruiert hat, legt sie sich ein Kopftuch über, dessen Farbe sie ebenso lebhaft beschreibt wie die Kopftücher Fatimas.<sup>22</sup> Daraufhin schildert sie, wie sie sich nun sieht:

«My face looks older.

Different.

[...]

I feel like I look wiser,  
like someone I would ask for advice,  
not someone asking for it.

[...]

A stranger who I will  
get to know.

A stranger who I am  
excited to meet.

We call Baba [Jude's Father] on Skype  
so that he can see me.

The new me.»<sup>23</sup>

«Mein Gesicht sieht älter aus.

Anders.

[...]

Ich habe das Gefühl, ich sehe weiser aus,  
wie eine Person, die ich um Rat fragen würde,  
und nicht eine, die darum bittet.

[...]

Eine Fremde, die ich  
kennenlernen werde.

Eine Fremde, die ich  
sehr gerne treffen möchte.

Wir rufen Baba [Jude's Vater] über Skype an  
damit er mich sehen kann.

Das neue Ich.»<sup>24</sup>

---

<sup>20</sup> Warga, 2021, S. 8.

<sup>21</sup> Übersetzung: Philine Oldenhage.

<sup>22</sup> Vgl. Warga, 2021, S. 226.

<sup>23</sup> Warga, 2021, S. 226 - S. 231.

<sup>24</sup> Übersetzung: Philine Oldenhage.

Jude beschreibt sich als ein neues Selbst, ein erwachsenes Selbst, das sie noch nicht kennt aber bald kennen wird. Und darauf freut sie sich. Sie hat nun dieselbe Schwelle übertreten, die Fatima am Anfang des Romans bereits übertreten hatte. Dadurch, dass sie nun ebenfalls zum ersten Mal menstruiert hat und damit in ihrer Kultur bereit ist, eine Frau zu sein, hat sie jetzt auch Bedeutung, die sie mit einem Kopftuch würdigen und schützen darf.

Doch diese Glücksgefühle werden einem Gefühl der Angst gegenübergestellt. Jude hat keine Angst vor dem eigentlichen Blut, aber die neue Verantwortung, die damit einher geht, schüchtert sie ein. Ihre Angst wird durch die Anapher in den zwei mittleren Sätzen hervorgehoben:

«I bit my lip,  
afraid of what this meant,  
afraid of what it meant was  
coming.»<sup>25</sup>

«Ich biss mir auf die Lippe  
aus Angst vor dem, was das bedeutete  
aus Angst vor dem, was es mit sich  
bringen wird.»<sup>26</sup>

Judes Gefühlswelt ist also von zwei sich kontrastierenden Emotionen geprägt: Zum einen ist sie erfüllt von Freude und Stolz, zum anderen macht ihr die Ungewissheit über die Folgen der Menstruation für ihr Leben Sorge.

Die letzte Gegenüberstellung, die ich erläutern werde, liegt in den Reaktionen auf Judes Kopftuch und was es bedeutet.

Das Kopftuch zu tragen ist für Jude ein Zeichen für ihre Heimat, Syrien. Als sie ihre Sachen packt, um in die USA zu fliehen und die Kopftücher noch nicht im Koffer liegen, konfrontiert sie Fatima deswegen. Dass die Tücher noch nicht gepackt sind, ist für Fatima ein Zeichen dafür, dass Jude Syrien und sie zurücklassen und ein neues US-amerikanisches Leben anfangen wird.

«*Are you going to bring these* [the two scarves  
that she is holding]?  
What she wants to ask is,  
*Are you going to wear these in America?*  
*Are you going to grow up without me?*

«*Bringst du diese* [die beiden Schals, die sie in  
der Hand hält] *mit?*  
Was sie fragen will, ist,  
*Wirst du sie in Amerika tragen?*  
*Wirst du ohne mich aufwachsen?*

I take the scarves from her,  
one

Ich nehme ihr die Schals ab,  
einen

---

<sup>25</sup> Warga, 2021, S. 225.

<sup>26</sup> Übersetzung: Philine Oldenhage.

by one  
and neatly place them in the  
one bag  
Mama has given me to pack up my  
whole  
life.»<sup>27</sup>

nach dem anderen  
und lege sie fein säuberlich in die  
eine Tasche  
die Mama mir gegeben hat, um mein  
ganzes  
Leben einzupacken.»<sup>28</sup>

Als Antwort auf Fatimas bedeutungsschwangere Frage nimmt Jude die Kopftücher und legt sie in ihre Reisetasche. Die Signifikanz dieser Geste wird durch die visuelle Wortverteilung verdeutlicht. Die Autorin teilt den Satz so auf, dass einzelne Wörter einen eigenen Vers bekommen, um so deren Wichtigkeit hervorzuheben. Sie nimmt zum Beispiel die Redewendung «one by one» auseinander. Dadurch wird den beiden Kopftüchern, um die es hier geht, Gewicht gegeben. Genauso hervorgehoben wird Judes einzige Reisetasche («one bag») und das, was in diese Tasche passen muss: ihr ganzes Leben («whole/life»). Jude muss entscheiden, was ihr Leben in Syrien ausmacht und somit, was sie mitnehmen möchte. Dass Jude sich entscheidet, die Kopftücher mitzunehmen trotz des beschränkten Platzes, den sie hat, macht ihre non-verbale Antwort genauso bedeutungsschwanger wie Fatimas Frage. Sie will ihre beste Freundin nicht vergessen. Sie will ihre Heimat nicht vergessen.

Das gelingt ihr auch, denn wie oben beschrieben, legt sie sich die Kopftücher über, als die das erste Mal menstruiert.

Passend zu diesem starken, positiv konnotierten Brauch reagiert Judes arabisches Umfeld. Zuallererst reagiert die Mutter, mit der Jude im gleichen Bett schläft, auf das Blut, das über Nacht auf dem Laken erschienen ist:

«*Your body is growing up,*  
Mama tells me  
in a soft voice»<sup>29</sup>.

«Dein Körper wird erwachsen,  
sagt mir Mama  
mit sanfter Stimme»<sup>30</sup>.

Das Menstruationsblut ist ein Zeichen für das Älterwerden, für das Frau-werden, das in Judes Kultur mit dem Kopftuchtragen Hand in Hand geht. Als Jude von allein die Tücher herausholt, ist die Mutter zutiefst berührt. Für sie ist ihre Tochter jetzt eine Frau und das löst in ihr Ehrfurcht und Bewunderung aus.

---

<sup>27</sup> Warga, 2021, S. 53.

<sup>28</sup> Übersetzung: Philine Oldenhage.

<sup>29</sup> Warga, 2021, S. 226.

<sup>30</sup> Übersetzung: Philine Oldenhage.

«Mama does not ask about it,  
but when I unpack  
those scarves I buried in my suitcase  
she smiles,  
tears in her eyes.  
[...]  
*You are a woman, Jude, Mama says,*  
her voice equal parts  
awe and admiration.»<sup>31</sup>

«Mama fragt nicht danach,  
aber als ich  
die Schals auspacke, die ich in meinem Koffer  
vergraben habe  
lächelt sie,  
mit Tränen in den Augen.  
[...]  
Du bist eine Frau, Jude, sagt Mama,  
ihre Stimme ist zu gleichen Teilen  
Ehrfurcht und Bewunderung.»<sup>32</sup>

Ebenso stolz reagiert Judes Vater über Skype, als er seine Tochter nun mit einem Kopftuch sieht:

«*Look at you, Jude, habibti,*  
*so grown-up, he says.*  
I'm proud and your brother would be too.»<sup>33</sup>

«*Schau dich an, Jude, habibti,*  
*so erwachsen, sagt er.*  
Ich bin stolz und dein Bruder wäre es auch.»<sup>34</sup>

Auch die Mutter von Layla, einer neuen Freundin von Jude, die Teil der arabischen Community ist, reagiert positiv auf das Kopftuch.

Das Kopftuchtragen ist also stark mit der arabischen Kultur verbunden. Der Moment, in dem ein Mädchen anfängt, es zu tragen, wird gefeiert. Jetzt, da sie in den USA ist, spürt Jude jedoch auch viele Reaktionen, die gegenteilig zu denen sind, die sie von Menschen aus ihrem Kulturkreis bekommt. Jude spürt plötzlich viel Hass und Ablehnung aufgrund dieser heimatverbundenen Handlung, da in den USA teilweise eine starke Abneigung und ein grosses Misstrauen gegenüber allem Arabischen herrscht.

«[...] there are the people on the street  
who never used to notice me before [...]  
But now stop and turn their heads,  
their eyes watching me like  
I am a ticking time bomb.»<sup>35</sup>

«[...] da sind die Leute auf der Strasse  
die mich früher nie beachtet haben [...]  
Aber jetzt bleiben sie stehen und drehen ihre Köpfe,  
ihre Augen beobachten mich, als ob ich eine tickende  
Zeitbombe bin.»<sup>36</sup>

---

<sup>31</sup> Warga, 2021, S. 226 – S. 227.

<sup>32</sup> Übersetzung: Philine Oldenhage.

<sup>33</sup> Warga, 2021, S. 232.

<sup>34</sup> Übersetzung: Philine Oldenhage.

<sup>35</sup> Warga, 2021, S. 233.

<sup>36</sup> Übersetzung: Philine Oldenhage.

Nicht nur Fremde reagieren skeptisch, auch «Aunt Michelle» will sicher gehen, dass alles mit rechten Dingen zugeht und Jude nicht forciert wird, ihre Haare zu bedecken. Dieses Sichergehen allein ist noch nicht als Angriff auf Judes Heimat zu verstehen. Als aber «Aunt Michelle» skeptisch bleibt, auch nachdem Jude ihr versichert, dass sie das Kopftuch freiwillig trägt, empfindet Jude dies als einen solchen Angriff und ärgert sich darüber:

«No matter how many times I explain to her that of course it is my choice and this is something I have been waiting for, she [Aunt Michelle] still casts a look at Mama, like she is a detective [...] when really there is nothing to solve only something to be happy about, something that back home, would've been greeted like Layla's mother greeted me, like a celebration, a blessing.» <sup>37</sup>	«Egal wie oft ich ihr erkläre dass es natürlich meine Entscheidung ist und dass das etwas ist, worauf ich gewartet habe, wirft sie [Tante Michelle] immer noch einen Blick auf Mama, als sei sie eine Detektivin [...] obwohl es in Wirklichkeit nichts zu lösen gibt nur etwas, worüber man sich freuen kann, etwas, das zu Hause so begrüsst worden wäre, wie Laylas Mutter mich begrüsst hat, wie ein Fest, ein Segen.» <sup>38</sup>
---	---

Diese Diskrepanz zwischen der Art und Weise, wie die zwei Menschengruppen in Judes Leben reagieren, betont, welche positiv konnotierte Bedeutung die Menstruation und das darauffolgende Kopftuchtragen in Judes Heimat haben.

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass Warga vier Gegenüberstellungen aufbaut, um die Bedeutung der ersten Menstruation für ein syrisches Mädchen, das in die USA flüchtet, zu beschreiben. Die erste Gegenüberstellung bezieht sich auf Judes Freundin Fatima vor und nach ihrer ersten Menstruation. Fatima menstruiert, ist nun eine Frau mit Kopftuch, und tritt so zu ihrem kindlichen Selbst in starken Kontrast. Aber so steht Fatima auch Jude gegenüber: Sie ist auf der anderen Seite des Grösserwerdens. Doch später im Roman überschreitet auch Jude diese Schwelle. Sie menstruiert zum ersten Mal und legt sich ein Kopftuch über. Nun spürt sie, wie ihr neues, erwachsenes Selbst gegenüber

---

<sup>37</sup> Warga, 2021, S. 234.

<sup>38</sup> Übersetzung: Philine Oldenhage.

ihrem alten, kindlichen Selbst steht. Das zeigt, wie viel Kraft das Menstruationsblut und das Kopftuch haben und was für eine Stellung sie in der syrischen Kultur einnehmen. Durch das Bluten bekommt ein Mädchen Wichtigkeit und Bedeutung, die durch das Tuchtragen geschützt und gleichzeitig geehrt wird. Anfangs hat Jude zwiespältige Gefühle zu dieser neuen Verantwortung. Sie hat Angst, aber ist trotzdem mächtig stolz.

Diese mit Judes Heimat verbundene Handlung bekommt durch eine weitere Gegenüberstellung eine noch stärkere Bedeutung. Das für sie mit Syrien verbundene Kopftuchtragen trifft auf eine andere Kultur. Denn während Menschen aus Judes arabischem Umfeld stolz und feierlich auf das Kopftuch reagieren, schauen viele US-Amerikaner:innen eher misstrauisch und abschätzig auf das Tuch, das nun Judes Haare bedeckt. Dadurch, dass sich Jude für das Tuch entscheidet, gibt sie eine klare Stellungnahme ab: Sie ist stolz darauf, was die erste Menstruation in Syrien bedeutet.

## 2.4. The Moon Within

Aida Salazar hat den Roman *The Moon Within* mit dem Ziel geschrieben, das Wissen um die Naturverbundenheit indigener Völker in Nord- und Südamerika, das mit der Kolonisation verloren ging, wieder aufzugreifen und in einen modernen Kontext zu setzen. Dies macht sie, um gegen die westliche Tendenz, die Menstruation als etwas Dreckiges oder Unwichtiges zu sehen, einen Kontrapunkt zu setzen. So will sie jungen Frauen mit mexikanischen Ursprüngen, wie sie selbst eine ist, zeigen, dass es alte, schöne Traditionen gibt, um die erste Blutung eines Mädchens zu feiern. Die Protagonistin in diesem Roman, Celi, hat einen kulturell diversen Hintergrund mit einem Vater aus der Karibik und einer Mutter mit Wurzeln in der indigenen mexikanischen Kultur. Um das Initiationsritual in diesem Roman zu gestalten, verbindet Salazar Elemente von Initiationsritualen aus diesen zwei Kulturkreisen.<sup>39</sup>

In Salazars Roman geht es um die bald zwölfjährige Celi, die in einer mexikanischen Community an der Westküste der USA lebt und eine begeisterte Bomba Tänzerin ist. Der Roman ist ihre Coming-of-Age Geschichte, in der Celi sich mit ihrem sich verändernden Körper, der ersten Liebe und der besten Freundin, die sich als genderfluid outet, auseinandersetzen muss. Zu alledem besteht ihre Mutter darauf, beim Eintreten von Celis erster Menstruation eine «moon ceremony» durchzuführen. Celis Mutter und ihre Freundinnen haben diese Zeremonie aus Elementen ihrer eigenen indigenen Kulturen zusammengesetzt. Doch Celi freut sich ganz und gar nicht auf ihre erste Blutung. Der Roman ist wie auch «Other Words for Home» in Versform und aus der Perspektive der Ich-Erzählerin geschrieben. Er

---

<sup>39</sup> Vgl. Salazar, Aida: *The Moon Within* (2019). New York, U.S.A.: Scholastic Inc., 2020.

ist in 4 Teile aufgeteilt, die nach den Mondphasen benannt sind: «New Moon», «First Quarter Moon», «Full Moon» und «Last Quarter Moon». Diese vier Teile folgen Celis Entwicklung.

Ich werde analysieren, wie Salazar den Mond als sich stets veränderndes, formbares Sinnbild benutzt. So wie sich die Bedeutung des Mondes im Roman verändert, so verändert sich auch Celis Beziehung zu ihrer Menstruation.

Celi personifiziert den Mond bereits am Anfang des Romans. Sie nennt ihn «Luna», das Wort für den Mond in ihrer Muttersprache, Spanisch. Dadurch verdeutlicht Salazar, dass Celi noch in einer anderen Kultur als der US-amerikanischen lebt. Da «Luna» ein feminines Wort ist, kann sich Celi dem Mond näher fühlen, ihn als weiblich personifizieren und sich deswegen besser mit ihm identifizieren.

Die Personifizierung wird im zweiten Kapitel ersichtlich, in dem Salazar zeigt, wie Celi Luna beobachtet:

«A beam of moonlight squeezes through my window's curtain. [...] I watch her [Luna] light up a sliver of dust in my room.» <sup>40</sup>	«Ein Strahl des Mondlichts quetscht sich durch den Vorhang meines Fensters. [...] Ich beobachte, wie sie [Luna] ein Stückchen Staub in meinem Zimmer aufleuchten lässt.» <sup>41</sup>
---	---

Bereits durch das erste Verb «squeeze», das Salazar verwendet, wird Luna personifiziert. Nur ein Lebewesen kann sich aktiv irgendwo hindurch quetschen. Zudem wird für den Mond das Personalpronomen «her» verwendet, was im Englischen ausschliesslich für weibliche Personen oder personifizierte Tiere, an die man emotional gebunden ist, verwendet wird. Der Mond wird also von Celi vermenschlicht, weil sie sich mit ihm verbunden fühlt.

Des Weiteren zeigt das obige Zitat, dass sich Celi durch das Tanzen eng mit Luna verbunden fühlt. Celi identifiziert sich sogar mit ihr. Jeden Abend beobachtet sie, wie durch Lunas Licht die Staubkörner in ihrem Zimmer beleuchtet werden und so scheinen, als würden sie tanzen. Celi vergleicht sich mit ihnen und fühlt sich so mit Luna verbunden. Dieses Tanzen wird im folgenden Zitat durch die räumliche Verteilung der Wörter verdeutlicht:

«Like a performance small specks dance twirl,	«Wie eine Aufführung tanzen kleine Flecken wirbeln,
---	---

---

<sup>40</sup> Salazar, 2020, S. 6.

<sup>41</sup> Übersetzung: Philine Oldenhage.

bounce,		hüpfen,
	float,	schweben,
glide,		gleiten,
somersault.		schlagen Purzelbäume.

They dance like I do.»<sup>42</sup>

Sie tanzen, wie ich es tue.»<sup>43</sup>

Celi fühlt sich aber nicht nur durch das Tanzen mit Luna verbunden. Sie sieht ihr ganzes Selbst in ihr:

«A big glowing circle in the sky	«Ein grosser glühender Kreis am Himmel
beautiful	wunderschön
alone	allein
sometimes a tiny sliver	manchmal ein winziger Splitter
sometimes strong	manchmal stark
filled with pockmarks	gefüllt mit Pockennarben
imperfect like me.» <sup>44</sup>	unvollkommen wie ich.» <sup>45</sup>

Obwohl das Tanzen der grösste verbindende Faktor ist, sieht Celi auch andere Aspekte ihrer Persönlichkeit im Erscheinungsbild Lunas reflektiert. Sie fühlt sich selbst ebenfalls manchmal wie ein kleiner Splitter und manchmal gross und stark. Sie hat auch «Pickel», unschöne Seiten, die sie unvollkommen machen. Dass Luna so ist wie sie, gibt Celi Kraft.

Celi fürchtet sich vor ihrer ersten Menstruation. Sie fürchtet sich aber nicht vor dem Blut oder den Problemen, die sie im Alltag haben wird. Nein. Sie hat panische Angst vor der «moon ceremony», die ihre Mutter für sie halten will. Sie hat Angst davor, wie peinlich es sein wird, wenn sie die Geheimnisse ihres Körpers offen teilen muss. Celi sagt ihrer Mutter oft, dass sie diese Zeremonie nicht haben will, doch diese nimmt ihre Tochter nicht ernst und bleibt hartnäckig. Celis Mutter erklärt ihr immer wieder, wieso diese Zeremonie für sie so wichtig ist. Zum einen will sie nicht, dass ihre Tochter die gleiche Scham hat, die sie hatte, als sie völlig unvorbereitet ihre erste Menstruation bekommen hat. Zum anderen will sie ihrer Tochter auch etwas von den Ritualen und dem Gedankengut ihrer indigenen Vorfahren mitgeben, die lange vernachlässigt wurden. Der fundamentale Glaube von Celis Mutter,

---

<sup>42</sup> Salazar, 2020, S. 7.

<sup>43</sup> Übersetzung: Philine Oldenhage.

<sup>44</sup> Salazar, 2020, S. 170.

<sup>45</sup> Übersetzung: Philine Oldenhage.

wenn es um die Menstruation geht, ist: «The moon belongs to all women»<sup>46</sup>. Jede menstruierende Frau habe eine innige Verbindung zum Mond, die geehrt werden soll.

Zuerst wundert man sich, wieso Celi sich so vor dieser Zeremonie stäubt, da sie selbst mit dem Mond sehr verbunden ist, sich sogar mit «ihr» identifiziert. Doch genau das ist der Haken. Celi überträgt ihre Emotionen auf Luna. Für Celi ist das Tanzen das Wichtigste, nicht ihre Menstruation. So scheint sie zu folgern, dass es Luna gleich gehen muss.

Im dritten Kapitel erzählt Celi das erste Mal von einer Auseinandersetzung mit ihrer Mutter über die «moon ceremony», in der beide erklären, was der Mond für sie bedeutet. Für Celis Mutter steht der Mond ausschliesslich für die Menstruation. Das wird daran gezeigt, wie sie «my moon» als Synonym für ihre Menstruation verwendet:

«Mima [Celi's Mother] says judging by my body  
that soon my moon will come  
and with it  
my moon ceremony.»<sup>47</sup>

«Mima [Celis Mutter] sagt, nach meinem Körper  
zu urteilen,  
dass bald mein Mond kommen wird  
und mit ihm  
meine 'moon ceremony'.»<sup>48</sup>

Doch Celi weigert sich, Luna für dieses Blut zuständig zu sehen:

«It's a period, Mima, I tell her, not a moon.  
[...]  
She doesn't know that the moon  
is a dancer to me, not a period.»<sup>49</sup>

«Es ist eine Periode, Mima, sage ich ihr, nicht der Mond.  
[...]  
Sie weiss nicht, dass der Mond  
für mich eine Tänzerin ist, nicht eine Periode.»<sup>50</sup>

Im nächsten Zitat wird Celis Meinung noch klarer und direkter ausgedrückt. Die Abschwächung «to me» lässt sie weg. Es ist ein Aussagesatz, der keinen Platz für Zweifel lässt:

«Luna cares more about dancing  
than menstruation.»<sup>51</sup>

«Luna interessiert sich mehr für das Tanzen  
als die Menstruation.»<sup>52</sup>

---

<sup>46</sup> Salazar, 2020, S. 87.

<sup>47</sup> Salazar, 2020, S. 9.

<sup>48</sup> Übersetzung: Philine Oldenhage.

<sup>49</sup> Salazar, 2020, S. 9.

<sup>50</sup> Übersetzung: Philine Oldenhage.

<sup>51</sup> Salazar, 2020, S. 50.

<sup>52</sup> Übersetzung: Philine Oldenhage.

Celi sträubt sich vehement gegen die Ideen der Mutter, und dies hat existenzielle Gründe. Sie identifiziert sich mit Luna, und deswegen hat sie grosse Angst vor der Umdeutung von Luna. Wenn sie der Menstruation Platz machen würde, stünde ein grosser Teil Lunas für Celis Frau-werden und nicht mehr für das Tanzen. So würde das Tanzen auch in Celis Leben weniger wichtig werden. Doch sie will sich nicht ändern, um Platz für Menstruation und Weiblichkeit zu machen, wo vorher nur das Tanzen war.

Ein weiterer Grund, weshalb der Widerwille Celis so stark ist, mag auch an der Sturheit der Mutter liegen. Für die Mutter steht fest, dass ihre Deutung des Mondes die einzig richtige ist. Sie hat eine genaue Vorstellung davon, wie die Zeremonie durchgeführt werden soll, Celi wird nicht in den Entscheidungsprozess miteinbezogen. Durch diese Zeremonie muss Celi akzeptieren, dass Luna, die für sie eine ganz andere, wichtige Bedeutung hat, plötzlich für das Menstruationsblut steht. Wie Salazar die Handlungen der fast schon übergriffigen Mutter bewertet, bleibt unklar.

Es gibt eine Stelle, in der Celi leichte Zweifel an ihrem Widerstand zur Zeremonie zeigt und sich für kurze Zeit auf eine grössere Auslegung von Lunas Macht einlässt. Diese Textstelle ist jedoch als eine Frage formuliert, auf die Celi keine Antwort gibt:

«Is it Luna that	«Ist es Luna,
pulls me	die mich dazu bringt,
to	Geheimnisse
keep secrets	zu haben
to	Ivan [Celis Schwarm]
heart Ivan [Celi's crush]	zu lieben
to	Aurora [eine Klassenkameradin]
scowl at Aurora [a classmate]	finster anzuschauen
to	und mit Magda [Celis beste Freundin,
groove with Magda [Celi's best	die sich noch nicht als genderfluid geoutet hat]
friend who is not yet outed as genderfluid]	zu
to	tanzen?» <sup>54</sup>
dance?» <sup>53</sup>	

---

<sup>53</sup> Salazar, 2020, S. 92.

<sup>54</sup> Übersetzung: Philine Oldenhage.

Celi fragt sich, ob das Tanzen, das sie hier als letzten, als krönenden Punkt, erwähnt, lediglich ein kleiner Teil ist von dem, was Luna in Celis Leben bewegt. Jedoch wird die Menstruation in diesem Zusammenhang nicht erwähnt.

Im dritten Teil des Romans «Full Moon» menstruiert Celi schliesslich zum ersten Mal. Es passiert, während sie in einer Pause im Tanzunterricht mit den anderen Kindern «freeze tag» spielt. Zuallererst ist sie überfordert mit dem Blut auf ihrer weissen Hose. Im nächsten Kapitel aber denkt sie an die Bedeutung, die dieses Blut hat.

«Am I a woman now?

I want to play freeze tag.

I want unstained pants.

I'm not ready.»<sup>55</sup>

«Bin ich jetzt eine Frau?

Ich will 'freeze tag' spielen.

Ich will unbefleckte Hosen.

Ich bin noch nicht so weit.»<sup>56</sup>

Das Blut und dessen Bedeutung werfen Celi dermassen aus dem Konzept, dass sie die «moon ceremony» vergisst. Trotzdem haben die Titel der beiden ersten Kapitel, in denen Celi anfängt zu menstruierten, das Wort «moon» darin: «moonshadow» und «moon has come». Ebenso beinhaltet der Titel *The Moon Within* dieses Wort. Damit will Salazar zeigen, dass die Mutter mit ihren Ansichten recht hat. Luna scheint durch die von Salazar gewählten Überschriften über Celis Menarche zu wachen, auch wenn Celi es hier noch nicht merkt. Celis Mutter erinnert Celi jedoch schnell wieder an die Zeremonie, nachdem Celi vergeblich versucht hat, das Blut vor ihrer Mutter zu verstecken. Darauf folgt die heftige letzte Auseinandersetzung zwischen den beiden, in der die Mutter Celi nicht ernst nimmt. Celi fühlt sich nicht verstanden und begreift nicht, warum sie an einer von ihrer Mutter zusammengestricken Zeremonie mitmachen soll, in deren spirituelle Grundlage sie wie in kaltes Wasser geworfen werden würde. Die Mutter gewinnt den Streit mit den harten Worten: «*It WILL happen whether you like it or not!*».<sup>57</sup>

Danach besänftigt die Mutter die Tochter und nimmt sie in den Arm. Celi beginnt zu weinen, entschuldigt sich und willigt mit einem kleinen Nicken ein, die Zeremonie durchzuführen. Daraufhin tanzt sie und ihr Tanzen beschreibt sie so, wie sie es noch nie beschrieben hat:

«[The dancing is] the closest I have ever  
come to clarity

«[Durch das Tanzen] bin ich so nah an Klarheit  
wie ich je gekommen bin

---

<sup>55</sup> Salazar, 2020, S. 176.

<sup>56</sup> Übersetzung: Philine Oldenhage.

<sup>57</sup> Salazar, 2020, S. 182.

lighter and  
as unstuck  
as I could ever be.»<sup>58</sup>

leichter und  
so losgelöst  
wie ich jemals sein könnte.»<sup>59</sup>

Durch ihr Einwilligen hat Celi zugelassen, dass ihre Menstruation mit Luna verbunden wird. Somit hat auch sie selbst dieses Blut und was es bedeutet akzeptiert. Salazar zeigt in diesem Abschnitt, dass dieses Vergrössern von Lunas Macht und Stärke so auch Celis Macht und Stärke vergrössert hat. Jetzt, da Celi mit Luna verbunden ist, beschreibt Salazar Celis Tanzen so frei wie noch nie.

Daraufhin wird die «moon ceremony» in Gang gesetzt. Im Garten, von Mondlicht durchflutet, versammeln sich die Anwesenden. Celis Angst verschwindet, als Lunas Licht auch sie selbst durchflutet. Dieses Gefühl wird durch die Worte ihrer Mutter unterstützt, die hier dem Mond noch mehr Bedeutung geben als vorher. Sie erklärt, wie Celi jetzt selbst zum Mond wird:

«We are here to hold you as you  
leave your childhood behind  
and become a new moon, a woman.»<sup>60</sup>

«Wir sind hier, um dich zu halten, während du  
deine Kindheit hinter dir lässt  
und ein neuer Mond, eine Frau wirst.»<sup>61</sup>

Am deutlichsten zeigt Salazar diese Verschmelzung von Celi und dem Mond auf der letzten Seite ihres Romans. Abends in ihrem Bett beobachtet Celi nicht mehr die tanzende Luna oder die Staubkörner, die sie zum Tanzen anregen. Sie tanzt zusammen mit Luna. Salazar suggeriert, dass das möglich war, weil Celi sich auf eine weitere Auslegung von Lunas Macht eingelassen hat, obwohl sie zu diesem Glück gezwungen wurde:

«In the middle of the room  
we flutter together  
my arms outstretched  
longer now and winged.

«In der Mitte des Raumes  
flattern wir zusammen  
meine Arme ausgestreckt  
jetzt länger und geflügelt.

I look into the beautiful dark  
and sway with Luna's moonbeams  
and we dance into the night.»<sup>62</sup>

Ich schaue in die schöne Dunkelheit  
und wiege mich mit Lunas Mondstrahlen  
und wir tanzen in die Nacht hinein.»<sup>63</sup>

---

<sup>58</sup> Salazar, 2020, S. 187.

<sup>59</sup> Übersetzung: Philine Oldenhage.

<sup>60</sup> Salazar, 2020, S. 218.

<sup>61</sup> Übersetzung: Philine Oldenhage.

<sup>62</sup> Salazar, 2020, S. 222.

<sup>63</sup> Übersetzung: Philine Oldenhage.

Zum Schluss lässt sich sagen, dass Salazar die Verbindung, die Celi mit dem Mond hat, als tragendes Sinnbild verwendet, das Celis erste Menstruation begleitet. Anfangs beobachtet Celi den Mond, personifiziert ihn und identifiziert sich mit ihm. Celi meint, für Luna sei das Tanzen genauso das einzig Wichtige wie für sie. Weil in Celis Leben das Tanzen so zentral ist, will sie nicht die «moon ceremony», die ihre Mutter plant, durchführen, da so Luna auch ein Zeichen für Celis Menstruation und ihre Weiblichkeit wird und das Tanzen in den Hintergrund rücken könnte. Ein weiteres Erzählelement ist, dass Celi nicht in den Entstehungsprozess dieser Zeremonie mit eingebunden wurde und anfangs die Idee, ihre Menstruation mit dem Mond zu verbinden, vollkommen fremd findet. Als schliesslich das Blut kommt, macht Salazar jedoch klar, dass die Mutter recht hatte. Die Autorin scheint gutzuheissen, dass Celi so lange von ihrer Mutter zur «moon ceremony» gedrängt wird, bis sie nicht anders kann, als zuzustimmen. Es folgen zwei Textstellen, in denen Salazar demonstriert, wie Celis Verbindung zu Luna viel grösser geworden ist, indem Luna Celis Tanzen stärkt. So hat Celis letztendliche Aufgeschlossenheit, die Bedeutung der Menstruation und deren Verbindung zu Luna doch zu akzeptieren, zu einem Gefühl der Freiheit geführt, das sich im Tanzen zeigt.

## 2.5. Vergleich und Einbettung in einen grösseren literarischen Kontext

In diesem Abschnitt werde ich die zwei englischen Werke mit *Fünf Sterne für Lola*, dem deutschen Werk, vergleichen. Während *Other Words for Home* sich auf den Wechsel vom Kind zur Frau fokussiert, wird in *The Moon Within* das Reclaiming von mexikanischen Initiationsritualen beschrieben. *Fünf Sterne für Lola* wiederum behandelt den Umgang mit der Menarche im Kontext der sozialen Beziehungen von Jugendlichen in einer Hamburger Schule. Ich werde die markantesten Unterschiede anhand von mehreren Vergleichspunkten analysieren. Zuerst gehe ich auf die Erzählformen und die Makrostruktur der Romane ein. Anschliessend schaue ich die spezifischen Umstände an, in denen die jeweilige Autorin ihre Figur ihre Menstruation bekommen lässt. Daraufhin vergleiche ich die Reaktionen der Protagonistinnen auf die Menstruation, und als nächstes schaue ich die Bedeutung an, die der ersten Menstruation gegeben wird. Aus alledem werde ich auf die Grundeinstellung des Romans bezüglich der Menarche schliessen.

Zuerst ein Vergleich der Erzählformen. Der deutsche Roman *Fünf Sterne für Lola* ist Prosa, aus der Perspektive der Ich-Erzählerin und im Präteritum verfasst. Lola ist die Protagonistin; Annalisa, das Mädchen, das zu menstruieren beginnt, ist ein Nebencharakter. Die beiden englischen Romane sind im lyrischen Stil verfasst, aus der Perspektive der Ich-Erzählerin und hauptsächlich im Präsens geschrieben. Es ist jeweils die Protagonistin, die ihre Menarche bekommt. Lyrik ist eine literarische Gattung, die

Geschehnisse auf eine viel gefühlvollere Art übermitteln kann. Sie schmückt aus und umhüllt den Inhalt mit einem bedeutungsschwangeren Mantel. Dagegen ist die Prosa Isabel Abedis eher pragmatisch. Präteritum ist die herkömmliche Erzählzeit, Präsens lässt die Geschichte zeitlos erscheinen. So wird schon allein durch die Erzählform eine andere Umgangsart mit der ersten Menstruation klar. Während Lola in pragmatischer, direkter Sprache verfasst ist, haben die englischen Werke eine Form, die den Inhalt zauberhaft und bedeutungsvoll erscheinen lässt. Dazu kommt, dass Annalisa und nicht Lola, die Protagonistin, ihre erste Menstruation bekommt. Das macht die Perspektive anderer wichtiger als die Gefühle des menstruierenden Mädchens selbst.

Nun zum Moment, in dem das Mädchen im Roman ihre ersten Tage bekommt. In *Fünf Sterne für Lola* bekommt Annalisa ihre Menarche in einem Moment des sozialen Stresses. Sie muss ein Abendessen kochen, das von einer Gruppe Klassenkamerad:innen bewertet wird. Alle Augen sind auf ihr, es muss alles perfekt sein. Dazu kommt, dass dieser Moment auch im Kontext des gesamten Romans von der Autorin als Tiefpunkt konstruiert ist. Es ist die Klimax von Annalisas Unglück. Würde Lola sich nicht für Annalisa einsetzen, gäbe es keinen positiven Aspekt, der mit der Menarche verbunden wird. Im Roman *Other Words for Home* bekommt Jude ihre Tage bei sich zuhause, nur ihre Mutter ist dabei. Es ist ein friedlicher Moment an einem sicheren Ort. Es ist weder der Tiefpunkt noch der Höhepunkt des Romans. Salazar lässt in *The Moon Within* Celi ihre Menarche beim Fangenspielen bekommen. Sie spürt keinen sozialen Druck oder Peinlichkeit, niemand ausser ihrem besten Freund kriegt mit, was passiert. Die Tanzfläche, auf der sie spielt, ist ein Ort, an dem sie sich wohl fühlt. Der deutsche Roman stellt also die Menarche mit sozialem Stress und negativen Gefühlen verbunden dar, während die Autorinnen der englischsprachigen Romane den Moment des ersten Blutes in ein Setting setzen, in dem sich das Mädchen wohl fühlt.

Die erste Reaktion und die darauffolgende Handlungsweise der Protagonistinnen werden ebenfalls sehr unterschiedlich erzählt. In *Fünf Sterne für Lola* ist Lola der Meinung, das Beste sei, alles stillzuschweigen, sodass niemand etwas von Annalisas Menarche mitbekommt. Das Erste, was Jude in *Other Words for Home* macht, ist ihren Vater anrufen und ihm glücklich erzählen, dass sie ihre erste Menstruation hatte. Celi will zuerst, dass niemand erfährt, dass sie ihre erste Menstruation hatte; ein ähnlicher erster Instinkt wie bei Lola. Als sie dann aber ihre Menarche gefeiert hat, ist Celi dankbar dafür und es wird klar, dass die Verheimlichung der ersten Menstruation nicht die Lösung ist. So stimmen wiederum die englischen Werke überein, indem sie für einen offenen und positiven Dialog plädieren, denn in beiden Fällen ist es das, was das menstruierende Mädchen schlussendlich glücklich macht. Im deutschen Roman scheint jedoch Diskretion und Geheimhaltung angebracht zu sein.

In den englischen Werken ist die Menarche der Schwerpunkt der jeweiligen Romane. In *Other Words for Home* wird die erste Menstruation durch vier Gegenüberstellungen gedeutet. Diese zeigen die

Wichtigkeit der ersten Menstruation für ein Mädchen, das aus der syrischen Kultur in die US-amerikanische geflohen ist. *The Moon Within* nimmt den Mond als tragendes Sinnbild für das sich verändernde Verhältnis Celis mit der Menstruation. Beide Romane zeigen, wie eine mit Bedeutung aufgeladene erste Menstruation das Mädchen glücklicher, stolzer und zufriedener machen kann.

Im Roman *Fünf Sterne für Lola* sind kaum Anzeichen dafür auffindbar, dass die erste Menstruation Annalissas etwas ist, das Annalisa froh oder stolz machen kann. Sie ist der Klimax des Unglücks und soll bestenfalls stillgeschwiegen werden. Das hervorstechende Bild ist der rote Fleck auf Annalissas weissem Kleid. Das nimmt Bezug auf die im christlich geprägten Raum verbreitete und traditionelle Vorstellung, die Menarche beflecke die Reinheit und Unschuld eines Mädchens. Diese klar negative Befleckung soll so gut es geht versteckt werden, da sonst Konsequenzen wie Mobbing unabdingbar sind.

So fällt sofort auf, dass die englischen Romane, wenn auch auf unterschiedliche Weise, eine Grundeinstellung gegenüber der Menarche haben, die sich fundamental von der des deutschen Romans unterscheidet. Sowohl *The Moon Within* als auch *Other Words for Home* geben der ersten Menstruation eine zentrale und weitreichende Bedeutung als ein besonderes und stark positiv konnotiertes Ereignis, das im Leben eines Mädchens wesentlich ist. Diese Sinngebung ist bereits in der Erzählform ersichtlich: Lyrik im Präsens. Beide Romane suggerieren, dass der richtige Umgang mit der ersten Menstruation ist, sich darüber zu freuen und sie zu feiern. Ganz im Gegensatz dazu steht *Fünf Sterne für Lola*. Der Moment der Menarche ist der Tiefpunkt und die Klimax des Unglücks für das Mädchen, das ihre Tage bekommt. Dem Blut wird keine metaphorische und begehrenswerte Bedeutung zugeschrieben. Durch die Protagonistin wird klar gemacht, dass der richtige Umgang ist, nicht über die Menstruation zu sprechen. Es wird nicht klar, ob durch Geheimhaltung die Scham, die Annalisa hier erfährt, nachhaltig und erfolgreich bekämpft werden kann, sodass Mädchen wie Lola, die in Zukunft ihre Tage bekommen, eine andere Erfahrung machen können.

Nun stellen sich zwei Fragen: Sieht man die Tendenz, die Menstruation auf so negative Weise zu deuten, auch in den wenigen anderen deutschen Romanen, in denen das Thema vorkommt? Und wenn ja, welche Lösungsvorschläge geben sie?

Das zu beantworten ist schwierig, da *Fünf Sterne für Lola* im deutschsprachigen Raum einer der wenigen Jugendromane ist, der überhaupt die Menarche eines Mädchens thematisiert. Dass dieser Roman eine scheinbare Konvention des Schweigens bricht, spricht eigentlich gegen die Quintessenz des Romans *Fünf Sterne für Lola*, das Thema zu vertuschen. Von daher kann geschlossen werden, dass der Roman nicht die Aussage macht, dass es so, wie es die Geschichte zeigt, am besten ist, sondern sich mit der aktuellen Situation kritisch auseinandersetzt. Möglicherweise versucht er zu zeigen, wie Jugendliche der behandelten Gesellschaft, die mit der ersten Menstruation konfrontiert sind, damit umgehen: Die Betroffene mobben und sich darüber lustig machen. Daraufhin scheint das Werk einen

Lösungsvorschlag zu geben, der in die entgegengesetzte Richtung geht, wie die beiden englischen Romane, die für Offenheit plädieren. Sich zusammensetzen und die Menstruation so gut wie möglich zu verstecken, sodass kein Mobbing geschieht, das scheint hier die Lösung zu sein.

Nun aber zu weiteren original deutschen Texten zu dem Thema. Es gibt viele Ratgeber, die versuchen, offener über die Menarche zu sprechen und aufzuklären. Belletristik gibt es jedoch kaum. Ich habe nur zwei weitere Jugendromane gefunden, auf die ich hier kurz eingehen möchte. *Bilder deiner grossen Liebe* von Wolfgang Herrndorf, der einzige in dieser Arbeit behandelte Roman, der von einem Mann geschrieben wurde, widmet ein Kapitel der Menstruation eines Mädchens, das aus einer Psychiatrie weggelaufen ist, nun allein in der Landschaft herumzieht und fast keinen Kontakt zu anderen Menschen hat. Sie wundert sich über dieses Blut, das in letzter Zeit immer wieder gekommen ist. Es wird klar, dass sie keinerlei Aufklärung diesbezüglich bekommen hat. Das Blut stört sie ein bisschen, aber nachdem sie sich gewaschen hat, wird die Menstruation nicht mehr erwähnt. Die Menstruation wird hier so dargestellt, als käme sie bloss für wenige Stunden und wäre dann wieder weg. Es ist ein interessanter Versuch Herrndorfs, die Menstruation quasi «ausserkulturell» darzustellen, wie sich eine Frau dazu verhält, wenn sie keine Deutungstraditionen übermittelt bekommen hat. Schade ist, dass die Menstruation nicht realistisch wiedergegeben ist und so der Einblick in die Gedankenwelt des Mädchens nicht viel Aufschluss gibt.

Der zweite für diese Literaturanalyse relevante Jugendroman ist *Alles ganz normal* von Roberta Marasco. Er ist zwar nicht auf Deutsch geschrieben, sondern auf Italienisch und stammt somit, wie auch *Fünf Sterne für Lola*, immerhin aus dem europäischen Raum. In ihm geht es auch um Mobbing auf Grund der Menstruation. Ein Mädchen aus der Schule findet ein Video, in dem Camilla, eine der zwei Protagonistinnen, über ihre erste Menstruation spricht und schickt es weiter. Es geht viral und alle lachen Camilla aus. Der Roman schliesst damit, dass sich die Mädchen zusammensetzen und rote Halstücher tragen, wenn sie gerade ihre Tage haben, als Zeichen der Solidarität. Obwohl die Ausgangslage der in *Fünf Sterne für Lola* stark ähnelt, ist der Lösungsvorschlag der Autorin ein anderer. In *Fünf Sterne für Lola* verbünden sich die Schulkolleg:innen, um die Menarche zu verstecken und so kommt der Roman zu einem glücklichen Ende. In *Alles ganz normal* stehen die Mädchen dazu, dass sie menstruieren und zeigen durch die Halstücher ihren Stolz darüber. So versöhnen sich alle. Darin findet man Elemente von *Other Words for Home* wieder: Durch das Tragen von einem Tuch können die Mädchen stolz auf ihre Menstruation sein, anstatt sich dafür zu schämen.

Viel mehr Jugendliteratur aus Europa, geschweige denn aus dem deutschsprachigen Raum, gibt es nicht. Englischsprachige Literatur ist viel reicher an Jugendromanen, die die Menarche auf unterschiedliche Arten thematisieren. Das liegt aber daran, dass Englisch von vielen Autorinnen und Autoren gebraucht wird, auch wenn es nicht ihre Muttersprache oder die Sprache der Kultur ist, über

die sie schreiben. So ist es nicht möglich, Aussagen über die «englischsprachige Kultur» zu machen anhand von den Romanen, die auf Englisch geschrieben sind. *I am Change* von Suzy Zail beispielsweise ist ebenfalls auf Englisch verfasst, spielt jedoch in Uganda und behandelt die Rituale, Riten und Traditionen, die Mädchen dort erwarten, wenn sie ihre erste Menstruation bekommen. Andererseits spielt der Roman *The Year the Maps Changed* von Danielle Binks in Australien. Die Menarche der Protagonistin wird über zwei Seiten erzählt, wird danach nur noch einmal in einem Nebensatz erwähnt. Auf diesen zwei Seiten sehen die Leserinnen und Leser, dass das Mädchen verzweifelt und überfordert ist. Sie weint und meint zu ihrer Stiefmutter, wie unfair es ist, dass nur Mädchen menstruieren. Die Protagonistin ist von der Menstruation überwältigt und doch kommt das Thema im Rest des Romans nicht mehr vor.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass es in Anbetracht der Masse an Literatur, die diese Welt hervorgebracht hat, nur sehr wenige Jugendromane gibt, die die Menarche überhaupt behandeln.

## 2.6. Fazit

Abschliessend komme ich zurück auf meine Fragestellung: **Mit welchen literarischen Mitteln wird die erste Menstruation eines Mädchens in Isabel Abedis deutschsprachigem Jugendroman *Fünf Sterne für Lola* im Vergleich mit nicht-deutschsprachiger zeitgenössischer Jugendliteratur dargestellt und gedeutet?**

Alles in allem kann gesagt werden, dass die englischsprachige Literatur ein sehr positiv geprägtes Bild der Menarche verbreitet, während die deutschsprachige Literatur eher deren negative Konnotation zeigt. In *Other Words for Home* und *The Moon Within* zeigen die Autorinnen durch das jeweilige dominierende literarische Mittel wie der Menarche Bedeutung gegeben werden kann, sodass ein Mädchen glücklich und stolz darauf ist. Im ersten Roman liegt ein Schwerpunkt auf der Gegenüberstellung des Selbst des Mädchens vor der Menarche und danach. Im zweiten Roman wird durch eine metaphorische Verknüpfung mit dem Mond die Menarche bedeutungsvoll. In beiden Fällen, wie auch in weiteren Romanen aus dem Englischen, wird offen über die Menarche gesprochen und sie wird gefeiert. Das mag an der grossen kulturellen Spannweite liegen, die die englische Literatur umfasst. Der hier analysierte deutsche Roman, *Fünf Sterne für Lola*, steht dazu im Gegensatz. Die Menarche ist der Klimax negativer sozialer Entwicklungen, ein Tiefpunkt im Leben des Mädchens und ein Wendepunkt zum Besseren, wonach niemand mehr über die Menarche des Mädchens spricht. Es darf jedoch nicht vergessen werden, dass Abedi eine der wenigen deutschen Autorinnen und Autoren ist, die die Menstruation überhaupt ansprechen, was darauf hindeutet, dass sie einen Dialog öffnen möchte. Abedi scheint zu kritisieren, wie in Schulen in Hamburg aktuell mit der Menarche umgegangen

wird und präsentiert durch Lola einen Lösungsvorschlag. Durch ein weiteres Werk aus dem europäischen Raum, das eine sehr ähnliche Grundstruktur wie *Fünf Sterne für Lola* hat, wird klar, dass das Problem des Mobbing, das Abedi behandelt, weit verbreitet ist, es aber andere Umgangsweisen gibt, als zu schweigen. Wünschenswert wäre, dass durch ein Brechen des Schweigens weitere deutschsprachige Jugendromane zu dem Thema erscheinen, die sich mit neuen literarischen Mitteln, Sinnbildern oder Deutungsweisen mit der Menarche auseinandersetzen. Sie könnten sich an der Diversität der verwendeten literarischen Mittel und der Offenheit des Diskurses im englischsprachigen Raum orientieren.

3. Podcast



## 4. Schlusswort

Zuletzt möchte ich meine Arbeit mit einem kurzen Schlusswort abrunden. Eine Zusammenfassung ist schlichtweg unmöglich. Meine Fragestellung hat so viele Folgefragen und Gedankenstränge ausgelöst, dass ich keine einheitliche, harmonische Antwort geben kann. Zu viele Dinge schwirren mir immer noch durch den Kopf. Problematiken, die ich selbst noch nicht gelöst habe. Erinnerungsfetzen, von denen mehr und mehr an die Oberfläche kommen. Neue Verknüpfungen von der sozialanthropologischen Theorie und meiner persönlichen Erfahrung. Situationen in Bezug auf die Menstruation, die ich nun ganz anders erlebe. Scheinbar belanglose Kommentare von Freundinnen, in denen ich nun so viel Bedeutung, Tabu, Geschichte und Tradition sehe. Bei jeder Frau, der ich begegne, frage ich mich, wie sie wohl ihre Menarche erlebt hat, wie sie diese Erfahrung geprägt hat. In jedem Roman, in jedem Film, in dem ein Mädchen von zehn bis vierzehn Jahren vorkommt, warte ich gespannt, ob die Menstruation erwähnt wird, und sei es auch nur flüchtig. In meiner Theater AG frage ich, wie wir in unserem Stück die Menstruation behandeln, während wir Szenen schreiben. Ich arbeite daran, mich nicht über meine eigenen Tage zu ärgern, sondern sie zu genießen. Alles in allem sehe ich die Welt ein kleines bisschen anders, und ich lebe ein kleines bisschen anders als vor einem halben Jahr. Und das ist gut so.

Ich möchte den Bogen schlagen zu meiner Einleitung. Zum klaffenden Loch in der Jugendliteratur. Ich habe als Mädchen so viel gelesen und all diese Literatur hat meinen Horizont nachhaltig erweitert. Ich las zu Themen wie Rassismus, Homophobie, Gender, Kolonialismus, Ableismus, mentale Krankheiten, Krebs und Armut. Dass kein einziger Roman die Menstruation ansprach, muss etwas mit mir gemacht haben. Es muss ein unbewusstes Signal gesendet haben. Die Abwesenheit in der Literatur ist nicht als Nebensächlichkeit abzutun. Sie hat mir fundamental die Unwichtigkeit der Menstruation und vor allem der Menarche eingeprägt. Als Konsequenz hatte ich keine Sprache für das, was dieses Blut emotional mit mir gemacht hat. Ich weiss nicht, ob es mir geholfen hätte, wenn ich die Romane, die ich für diese Arbeit analysiert habe, damals gelesen hätte. Ich denke, dass sie auf jeden Fall eine Tür geöffnet hätten. Aber der einzige Roman, mit dem ich konkret etwas hätte anfangen können, da er in *meinem* Kulturkreis spielt, wäre *Fünf Sterne für Lola* gewesen. In diesem Buch ist die Hauptbotschaft, dass die Menstruation besser verschwiegen werden soll, um Mobbing zu verhindern. Dass diese Botschaft mir geholfen hätte, ist mehr als fragwürdig. Ich lebte also mit einem, ja man mag es fast Trauma nennen, das mich lange begleitete. Mit meiner zweiten ersten Menstruation hatte ich die Möglichkeit eines Neuanfangs. Aber nur dadurch, dass ich als Siebzehnjährige endlich über einen Roman stolperte, der die Menarche thematisierte und deswegen diese Arbeit schrieb, konnte ich meine Erfahrung einordnen und verarbeiten. Ich habe es geschafft, die Sprachlosigkeit rund um dieses schwindende Tabu zu überwinden. Ich hoffe, dass ich auch anderen dabei helfen kann.

## 5. Bibliografie

### Primärliteratur:

- Abedi, Isabel: *Fünf Sterne für Lola* (2012). Bindlach, Deutschland: Loewe Verlag GmbH, 2012.
- Binks, Danielle: *The Year the Maps Changed* (2020). Sydney, Australia: Hachette Australia Pty Limited, 2020.
- Frank, Anne: *Anne Frank Tagebuch* (1988), übersetzt von Mirjam Pressler (Version d, in Überarbeitung der Fassung von Otto H. Frank). 30. Auflage, Frankfurt am Main, Deutschland: FISCHER Taschenbuch, 2022.
- Gappah, Petina: *Im Herzen des goldenen Dreiecks: Das Hausmädchen aus Lalapanzi* (2009), übersetzt von Klobusiczky, Patricia. Zürich, Schweiz: Arche Verlag, 2020.
- Hosner, Josianne (Hg.): *UN-HEIMLICH: Der Einzug der Menstruation in die Literatur* (Anthologie zum Kurzgeschichten-Wettbewerb «Menstruation» von rouge-welt.ch). 2. Auflage, Lotzwil, Schweiz: Quittenduft-Verlag, 2023.
- Le Huche, Magali: *Nowhere Girl* (2021), übersetzt von Bannenberg, Silv. Berlin, Deutschland: Reprodukt, 2022.
- Marasco, Roberta: *Alles ganz normal* (2020), übersetzt von Schimming, Ulrike. Hamburg, Deutschland: Carlsen Verlag GmbH, 2021.
- Salazar, Aida: *The Moon Within* (2019). New York, U.S.A.: Scholastic Inc., 2020.
- Warga, Jasmine: *Other Words for Home* (2019). New York, U.S.A: Harper Collins Publishers, 2021.
- Zail, Suzy: *I am Change* (2019). London, Great Britain: Walker Books Ltd, 2020.

### Sekundärliteratur:

- Ausserer, Caroline: *Menstruation und weibliche Initiationsriten*. Frankfurt am Main, Deutschland: Europäischer Verlag der Wissenschaften, 2003.
- Dammery, Sally: *First Blood: A Cultural Study of Menarche*. Victoria, Australia: Monash University Publishing, 2016.
- Egger, Moni: *Mädchen am Übergang, Spinnen und Initiation im Märchen* in FAMA 4/11, *Spinnerinnen*, feministisch-theologische Zeitschrift, 27. Jahrgang, Henau, Schweiz, November 2011, S.10-13.
- Hungerbühler, Monika und Dietrich, Dorothee: *Mondblutfeste feiern* in FAMA 4/96, *Neue Mütter? Neue Töchter?*, feministisch-theologische Zeitschrift, 12. Jahrgang, Basel, Schweiz, Dezember 1996, S. 6-8.
- Stynes, Yumi und Dr. Kang, Melissa: *Gute Tage* (2019), übersetzt von Pfeiffer, Fabienne. Hamburg, Deutschland: CARLSEN Verlag GmbH, 2021.
- Zambolo, Lucia: *Rot ist doch schön* (2019). 4. Auflage, Münster, Deutschland: Bohem Press GmbH, 2022.

### Gespräche/Interviews:

- Moni Egger, 14.08.2023, Thalwil.
- Fee, 19.08.2023, Zürich.
- Brigitte, 23.08.2023, Zürich.
- Nafissa, 09.09.2023, Zürich.
- Cara Rock-Singer, 22.09.2023, Zürich, über Zoom.
- Jessica, 26.09.2023, Zürich.

## 6. Anhang

### 6.1. Podcast – Redemanuskript

#### Erster Teil meiner Geschichte:

*Ich erinnere mich an drei Momente, in denen ich mit der Menstruation in Berührung kam, noch bevor ich selbst anfang zu bluten. Zum einen las mir meine Mutter einmal im Zug zu meiner Grossmutter eine Passage aus einem Erwachsenenbuch vor, in dem ein Mädchen ihre Tage bekam, und sie sagte zu mir, ich solle gleich zu ihr kommen, wenn mir das passiert und das sei gar nicht schlimm. Das zweite Mal war im Sexualunterricht in der Primarschule, Mädchen und Jungs gemischt, wir mussten Grafiken von den Genitalbereichen anschreiben und unsere Lehrerin hat von der Menstruation geredet. Es war peinlich. Ich hörte nicht wirklich zu. Ich dachte, ich weiss schon alles, es passiert ja in mir drin. Der dritte Moment war, als ich einmal zuhause auf die Toilette gehen wollte aber im Wasser in der Kloschüssel Blut war, wahrscheinlich das meiner Mutter. Ich kam mir ganz erwachsen vor, als ich sofort wusste, was das ist, und einfach spülte, ohne etwas zu sagen.*

*Dann aber passierte es plötzlich. Wir kamen vom Essengehen nach Hause, es war früher Abend. Ich ging aufs Klo. Ich zog meine Hose runter und setzte mich hin. Ich hatte eine dunkelblaue Unterhose an mit der kleinen, pinken H&M Kids Etikette, die an fast allen meinen Kleidern war. Ein dunkel glänzender Fleck war da. Ich wusste sofort, was das ist. Wollte es nicht wahrhaben. Ich denke, ich hab' nicht viel gedacht. Ich hab' gedacht, das sei es gewesen. Jeden Monat einmal ein bisschen Blut. Ich dachte, es muss ja nur das kleine Ding da rauskommen. Das Wort «Ei» hätte ich nicht einmal denken können. Ich hab' gedacht ich sag' es meiner Mutter das nächste Mal in einem Monat. Ich war geschockt. Ich hab' gezittert. Ich weiss nicht warum. Ich ging in meinem Zimmer eine neue Unterhose holen. Hellpink und weiss, das Muster weiss ich nicht mehr. Ich zog sie an auf dem Klo und warf die blaue in den Wäschekorb. Erstmal geschafft.*

*Als ich dann aber meine Mutter die Treppe hochkommen sah und sie mich fragte, ob alles ok sei, lief ich zu ihr, sagte leise, dass es mein Vater nicht hört, da war Blut in der Unterhose, und fing an zu weinen. Ich erinnere mich noch gut an den Moment, in dem sich bei meiner Mutter ein Schalter umlegte, in dem sie begriff, was gerade passiert war. Sie setzte mich auf das grosse Bett in ihrem Zimmer, in dem ich auch ab und zu schlief, weil in mein Zimmer oft Lärm drang. Und sagte, ich solle kurz warten. Sie strahlte. Ich fühlte mich, als wäre alles Leben aus mir herausgesogen worden. Ich fühlte nichts. Ich dachte nichts. Meine Mutter kam wieder mit einer grossen braunen Tasche. Sie habe nichts da im Moment, nur noch die alten Binden von meiner Geburt. Die waren 11 Jahre und 52 Wochen alt. Sie zeigte mir, wie man sie in die Unterhose klebt. Dafür musste ich meine wieder herunterziehen. Ich war geschockt, als da schon wieder Blut war, nur dieses Mal hellrot und satt eingezogen in den Stoff. Da begriff ich: Das ist nicht etwas Kurzes, was passiert, aber man schnell wieder vergisst. Die Binde war dick und weich, aber als ich die Unterhose wieder hochzog, fühlte sie sich an wie ein Steinblock, der da rumschwingt und mich runterzieht. Ich setzte mich wieder auf das Bett, auf den Steinblock. Ich weiss nicht mehr, wie viel ich bis dahin gesagt hatte, nicht viel, nehme ich an. Nichts wahrscheinlich. Aber jetzt sagte ich wieder etwas: Kannst du es ihm sagen? Was ich meinte, war: Kannst du es meinem Vater sagen, dann wenn ich nicht da bin, und er soll es nicht ansprechen und ich will, dass er es weiss, aber ich will es vergessen. Meine Mutter nickte und nahm mich in den Arm, ich weinte noch ein bisschen. Ich weiss nicht mehr, warum ich so reagiert habe. Ich wusste ja noch gar nicht, was die Menstruation für meinen Alltag bedeuten würde. Ich war noch sehr ein Kind, mehr als andere. Ich glaube ich hatte Angst. Ich weiss nicht wovor... Auf alle Fälle wollte ich es verstecken, kaschieren, weg retuschieren, auch vor mir selbst. Vor allem vor mir selbst.*

## Einleitung:

*Das war meine erste Menstruation. Und über die erste Menstruation möchte ich in diesem Podcast sprechen. Ich möchte wissen, wie es anderen Frauen aus anderen Kulturen mit anderen Lebensgeschichten ergeht und ergangen ist. Vielleicht um meine eigene Geschichte besser zu verstehen, besser einordnen zu können, denn hier ist sie noch nicht fertig. Ich habe erst einmal Jugendromane gelesen, die die erste Menstruation eines Mädchens behandeln. Welche mit Originalsprache Englisch gibt es vielleicht ein Dutzend. Aus dem deutschsprachigen Raum habe ich nicht einmal eine Handvoll gefunden, die ein gewisses literarisches Niveau haben und keine Ratgeber sind. Ratgeber gibt es nämlich viele (Rot ist doch schön, Gute Tage, Mut zum Blut, In der Regel wunderbar, Vom Mädchen zur Frau und so weiter). Ich habe mich also auf die Suche gemacht nach echten Frauen, die bereit waren, mit mir über ihre persönliche Erfahrung zu sprechen. Alle diese Frauen, ausser einer, leben heute in Zürich, sind aber in Afghanistan, im Iran, oder in Korea aufgewachsen. Die vierte lebte für eine Zeit in Lausanne, jetzt in Kenia, ist in Madagaskar aufgewachsen und spricht deswegen kein Deutsch. Ich will aber mit der Geschichte von Fee anfangen. Ich werde für sie den Namen Fee benutzen. Sie wollte gerne anonym bleiben und hat für sich diesen Namen gewählt. Von allen Frauen, mit denen ich gesprochen habe, ist mir Fee mit ihrem Alter am nächsten. Ich lasse sie sich jetzt aber selbst vorstellen.*

## Interviews:

### **Audiodatei: Fee**

*Zum Schluss erzählt sie mir noch, wie ihre Freundinnen in der Schule sie beruhigen konnten, dass das doch alles normal sei. Ich frage mich, wie das sein kann, trotz alledem, was Fee mir über Scham und Verstecken und schwarzes Plastik erzählt hat. Kann es vielleicht sein, dass eben genau wegen des ganz klaren kulturellen Tabus sich Frauen, Freundinnen verbunden fühlen? Dass, weil es eine klare Vorschrift gibt, mit wem man nicht sprechen darf, was man nicht sagen darf, dass in den Räumen, in denen es möglich ist, umso mehr gesprochen wird?*

*Vielleicht gibt Nafissa, meine nächste Gesprächspartnerin, Aufschluss. Als sie mit zusagte, wusste ich zuerst nicht, ob das Sinn macht. Sie kommt ja auch aus Afghanistan. Bis mir aufgefallen ist, wie bescheuert dieser Gedanke ist. Als ob alle Frauen aus Afghanistan die gleiche Erfahrung mit Menstruation machen würden... Nafissas Geschichte war eine ganz besondere. Meine vorbereiteten Fragen musste ich aus dem Fenster werfen. Nafissa bekam ihre Tage sehr lange nicht, und so ist sie irgendwann zum Arzt gegangen, der feststellte, dass sie ein geschlossenes Jungfernhütchen hatte.*

### **Audiodatei: Nafissa 1**

*Dann erzählte sie mir, wie Fee auch, dass Frauen, die während des Ramadans menstruieren, nicht fasten dürfen. Nafissa hat also wie ihre Mutter gegessen, musste es aber vor ihrem Vater verstecken, er durfte nicht sehen, dass sie isst. Interessanterweise konnte sie nicht mit ihren Freundinnen sprechen. Nafissa sagt aber, dass eigentlich die Frauen sich darüber austauschten, nur sie aus irgendeinem Grund nicht. Zum Schluss überraschte mich Nafissa noch einmal und warf mich fast vom Hocker. Sie erzählte mir, dass sie auf Grund ihrer Erfahrung mit der Menstruation Medizin studierte und Gynäkologin wurde und sogar eine Patientin behandelte, die genau das gleiche Problem hatte, wie sie damals: Ein geschlossenes Jungfernhütchen.*

### **Audiodatei: Nafissa 2**

*Nach diesen zwei schon so unterschiedlichen Erfahrungen mit Fee und Nafissa war ich umso gespannter auf das, was Brigitte mir erzählen würde. Ich erfuhr zufällig, dass sie in Zürich war und nur noch an dem gleichen Nachmittag Zeit hatte. Also liess ich alles stehen und liegen, plante meinen ganzen Tag um und traf mich mit ihr.*

### **Audiodatei: Brigitte**

*Auch Brigitte fand trotz des Tabus Orte, wo sie über ihre Menstruation sprechen konnte. Mit ihrem Vater oder ihren Freundinnen. Was mich am meisten erstaunte, war, wie sicher sie sich war, dass sie das Frauwerden so sehr gefreut und stolz gemacht hat.*

*Mit Jessica, der letzten im Bunde, klappte es lange nicht. Sie war auf Reisen und dann hatte ich keine Zeit. Als wir beide schliesslich Zeit gehabt hätten, war ich schon bereits so weit in meiner Arbeit und hatte schon über zwei Stunden Audiomaterial, dass ich kurz davor war, ihr abzusagen. Habe ich aber offensichtlich nicht gemacht und darüber bin ich total glücklich!*

### **Audiodatei: Jessica**

*Das ganze Gespräch über habe ich versucht, drastische Tabu Geschichten aus Jessica herauszuholen aber die meiste Zeit ohne Erfolg. Im Gegensatz zu den anderen Frauen hat Jessica ja sogar mehrmals betont, dass es nicht ein Tabu war, ausser eben am Ende, als sie sich doch an eine gewisse Scham erinnert hat. Das schwarze Plastik in Verbindung mit den Binden, von dem mir Fee schon erzählt hat, hatte also wieder einen Auftritt. Woher diese Scham in ihrer Kultur kam, hatte Jessica aber keine Ahnung. Wir haben noch lange darüber diskutiert. Trotzdem war es schön zu hören, dass Jessica nicht so stark damit zu kämpfen hatte wie die anderen. Sie hat sich ja auch gefreut auf den Schritt des Frauwerdens, den die Menstruation für sie symbolisierte. Als ich sie gefragt habe, ob sie froh war, die Menstruation zu kriegen, ob sie froh war über den Schritt des Frauwerdens, oder ob sie die Implikationen im Alltag mehr beschäftigt haben, hört man an ihrer Stimme, wie völlig überrascht sie über diese Frage war, dass es ganz klar war, dass es das Frauwerden war, das sie so gefreut hat. Vielleicht hat das etwas damit zu tun, dass sie schon älter war, als sie ihre erste Menstruation bekommen hat?*

*Fee, Nafissa, Brigitte und Jessica heissen also die vier Frauen, die mir ihre Erfahrungen erzählt haben. Jede Story ist einzigartig und hat wunderbare Nuancen. Es gibt aber auch Elemente, die die Erfahrungen gemeinsam haben, auch mit meiner. Die Scham und ein mehr oder weniger starkes Tabu zieht sich durch alle Geschichten hindurch. Darauf werde ich später noch eingehen. Schön ist aber, dass drei von den vier Frauen offen und frei mit ihren Freundinnen über ihre Menarche, die erste Menstruation, reden konnten. Das ist etwas, was mir gefehlt hat.*

### **Zweiter Teil meiner Geschichte:**

*Ich habe mit niemandem darüber gesprochen, ausser mit meiner Mutter. Jedes Mal in den ersten Jahren, wenn «es» wieder kam, ging ich zu ihr und sagte leise: Da war Blut in der Unterhose. Ich konnte «es» nicht beim Namen nennen. Das ist mir aber irgendwann selbst aufgefallen und ich fand es kindisch. Beim nächsten Mal also bin ich mit allem Mut zu meiner Mutter: Ich hab' meine Tage. Damals habe ich gedacht, dass es ihr nicht aufgefallen ist und darüber war ich auch froh. Trotzdem war ich mächtig stolz auf mich selbst. Meine Mutter hat mir aber neulich erzählt, dass es ihr sehr wohl aufgefallen ist und dass sie genauso stolz war auf mich wie ich auf mich selbst.*

*Später irgendwann war ich mit einer Freundin am Bodensee. Ich hatte meine Tage. Sie auch. Das hab' ich im Mülleimer vom Hotelzimmer, das wir uns teilten, gesehen, bevor ich beschlossen habe, meinen Abfall in den Windel-Mülleimer zu werfen, der in einer Schublade versteckt war. Wir waren also einmal im Strandbad. Ich hatte einen Tampon in mir, sie, nehme ich an, auch. Sie hat mich gefragt, ob ich schon meine Tage hätte. Nach kurzem Zögern habe ich gesagt nein, und du? Nein, hat sie geantwortet.*

*An den Alltag mit der Periode in der Primarschule mag ich mich nicht mehr erinnern. Im Gymnasium, das weiss ich noch, war für mich das Allerwichtigste, dass es niemand hört. Ich habe alles versucht, teils habe ich die Binde zuhause schon in eine neue Unterhose geklebt, damit ich sie nicht in der Schultoilette*

*aus der Packung reissen muss. Ich habe Minuten verbracht, die Packung so leise wie möglich zu öffnen, habe gespült, damit man es nicht hört. Ich wünschte, wir hätten damals darüber gesprochen, es hätte mir so gutgetan. Aber genau das war wahrscheinlich der Grund für meine Scham: Man sprach nicht darüber und es war etwas Geheimes, was niemand wissen durfte. Diese Einstellung verinnerlichte ich.*

*Das alles fasst die Beziehung, die ich und meine Tage hatten, ziemlich gut zusammen. So ging es etwa drei Jahre lang. Bis ich anfing viel Sport zu machen, und aufhörte, genug zu essen. Mein Körper hatte nicht genug Energie, auch noch fruchtbar zu sein, so hörte ich auf zu bluten. Die biologisch komplizierten Hintergründe habe ich damals alle recherchiert. Ich redete mit niemandem ausser meinen Eltern darüber. In der Schule tat ich so, als wäre ich normal. Lachte, wenn über Missgeschicke erzählt wurde, nickte verständnisvoll, wenn jemand über die Schmerzen klagte und erzählte meine Storys von vorher, als wären sie jetzt passiert, dass ja niemandem auffällt, dass ich nie etwas erzähle. Ich erzählte sogar meiner besten Freundin bestürzt, dass ich irgendwo gehört hatte, dass manche Models ihre Tage nicht bekommen, weil sie nicht genug essen. Die Armen, meinten wir beide, das muss schlimm sein. Anfangs machte ich mir wenig Sorgen, ich hatte anderes im Kopf. Ich war eigentlich ganz dankbar um die Erleichterung im Alltag in diesem Winter, den ich eiskalt in Erinnerung habe. Nach einer Zeit aber, als ich wieder anfing zu essen aber meine Tage immer noch nicht wiederkehrten, verschrieb mir eine Ärztin Premens, ein pflanzliches Arzneimittel, was eigentlich dafür da ist, starke menstruationsbedingte Schmerzen zu bekämpfen. Auf einer Schulreise sah eine Freundin, wie ich morgens im Bus, nach einer 14-stündigen Fahrt und wenig Schlaf, so eine Tablette nahm. Sie schaute mich mitleidig an und sagte, sie nehme sie auch. Sie sagte, dass ihre Schmerzen manchmal wirklich schlimm sind. Ich blickte mitleidig zurück, so in der der Art: Wir sind alle im selben Boot und sind nicht alleine mit dem Frau-sein. Es war einfacher so. Und für einen kleinen Moment konnte ich mir einbilden, dass ich genauso wie sie diesen Mönchspfeffer, aus dem die Tabletten sind, aus einem normalen Grund nehme. Premens brachte aber meine Tage nicht zurück. Als ich über ein Jahr nicht mehr geblutet hatte, kamen sie, die Sorgen...*

*Ja. So war das. Scham und Tabu bis zum Geht-nicht-mehr, auch bei mir. Sogar dann, als das Tabuisierte wegblieb, wurde auch das tabuisiert. Von mir selbst.*

## Theorie und Geschichte zur Menstruation und deren Tabu:

*Woher kommt aber genau dieses Tabu? Diese Scham über das einzige Blut, das nicht mit Verletzungen, Tod oder Krankheit, sondern mit Gesundheit assoziiert wird? Wie bereits erwähnt, habe ich mit Jessica versucht, dem auf die Schliche zu kommen. Nachdem sie mir ihre Erfahrung erzählt hatte, sassen wir sicherlich noch dreissig Minuten im Büro meiner Mutter und hypothetisierten.*

*Ist es wie ein Pickel im Gesicht, den man verstecken will? Aber dann würde man sich für seine Weiblichkeit schämen, nicht? Ist es einfach dieser Bereich am Körper, wenn man sich in die Hose macht, schämt man sich ja auch? Aber man kann nicht lernen, das Blut zurückzuhalten, man hat nicht versagt, wenn es plötzlich kommt, wie wenn ein Neunjähriger noch nicht aufs Klo geht. Ist es, weil man auf die Toilette geht und dieser Ort einer ist, über den man nicht gerne spricht? Für jede Theorie haben wir Gegenargumente gefunden. Also habe ich mich schlau gemacht. In einer Studie von Caroline Ausserer, Menstruation und weibliche Initiationsriten, wird die Geschichte unterschiedlicher Ansichtsweisen beschreiben, sowie das Menstruationstabu behandelt. Ich fasse kurz das Wichtigste zusammen:*

*Schon seit der Antike wird die Menstruation durchgehend als negativ beschrieben. Männer wie Pythagoras, Hippokrates und Aristoteles sahen Frauen auf Grund des «autotoxischen» Menstruationsblutes als therapiebedürftig. Zudem seien Frauen misslungene Männer, da Menschen allein aus Sperma entstünden. Im Mittelalter herrschte die Vorstellung vor, die Menstruation sei eine Bestrafung für Evas Sündenfall. In der Frühen Neuzeit, mit dem Aufkommen von Naturwissenschaften*

wurde das Menstruationsblut nicht etwa rationalisiert. Vielmehr wurde die Wissenschaft benutzt, um die bestehenden Wertvorstellungen zu rechtfertigen. Zum Beispiel behauptete Béla Schick 1929, er habe die Existenz vom Menstruationsgift «Menotoxin» bewiesen. Menotoxin wurde von vielen Ärzten als Ursache von Syphilis, Lepra oder der Pest gesehen. Im 18. und 19. Jahrhundert galt die Menstruation als versäumte Schwangerschaft. Wissenschaftler meinten, dass die Frau nie aus dem Zustand der Schwangerschaft, Geburt und Nachgeburtszeit heraustreten solle. Um die Jahrhundertwende erreichte die Misogynie ihren Höhepunkt, als Richard von Krafft-Ebing die Menstruation als «periodisches Irresein» beschrieb. Dafür wurden Frauen auch freigesprochen, wenn sie Verbrechen in dieser Zeit durchführten. Wenigstens etwas... Auch heute, da durch Symptome wie PMS (Prämenstruales Syndrom) viele Frauen in der Zeit ihrer Menstruation teilweise weniger leistungsfähig sind, wird die Menstruation als «Produktionsausfall» gesehen.

Die Geschichte der Menstruation bis heute hängt also eng mit deren Unreinheit und dem damit verbundenen Unwert zusammen, was das Tabu leicht verstehbar macht. Man spricht ja nicht freiwillig über die eigenen Mängel, das, was einen unvollkommen macht. Es gibt etliche ethnologische Untersuchungen, die sich mit dem Tabu in anderen Kulturen auf der Welt beschäftigen. Es scheint fast überall ein Menstruationstabu zu geben, wovon viele auf der angeblichen Unreinheit des Menstruationsblutes basieren. Jedoch sind diese Untersuchungen leider alle aus einer männlichen Perspektive durchgeführt und so gehen viele Aspekte verloren.

Nun möchte ich auf einen Bereich eingehen, der bei Caroline Ausserer nur kurz vorkam, aber in den Gesprächen immer wieder angesprochen wurde: Die Religion. Sowohl der Islam, das Judentum wie auch das Christentum haben grundsätzlich strenge Vorschriften, was die Menstruation betrifft. Zuerst möchte ich die Bibelstelle vorlesen, die in meiner Kultur, der christlichen und auch in der jüdischen das Tabu mitgeformt hat, neben all den anderen Philosophen und «Wissenschaftlern» und deren Theorien. Wie gross deren Einfluss war, kann man sich selbst denken, wenn man die Stelle hört:

#### **Audiodatei: Vorlesen der Bibelstelle.**

Also gut, jetzt wissen wir also, von wo das Tabu kommt. Aber ist das Tabu überhaupt noch da? Ausgehend von den fünf Erfahrungen, meiner und der der vier Frauen, mit denen ich gesprochen habe, würde man denken: ja, auf jeden Fall. Aber viele Frauen aus meinem näheren Umfeld haben mir gesagt, dass sie eigentlich gar kein Tabu mehr wahrnehmen. Sie waren überrascht, dass ich mich in meiner Maturarbeit auch darauf fokussiere. Und das stimmt. Unter Freundinnen sprechen wir inzwischen offen darüber, es gibt Produkte in den Schultolietten, wir schämen uns nicht mehr, wenn wir unausgestattet irgendwo unsere Tage kriegen. Aber da fehlt doch etwas. Ich habe es bereits angesprochen. Es geht jetzt, da wir älter sind, immer nur darum, wie nervig es ist, dass wir einen Fleck haben, wie nervig die Schmerzen sind. Es wäre doch viel toller, wie ein Mann die Tage nicht zu kriegen, wie unfair das doch ist, wie es auch Fee gemeint hat. Dabei kann die Menstruation doch auch etwas Schönes sein. Oder ist das das Schicksal aufgeklärter, moderner, säkularisierter, produktiver Gesellschaften? Ein schwindendes Tabu, dafür nur negative Gefühle? Ich habe Cara Rock-Singer gefragt. Sie ist Professorin der Religionswissenschaften an der Universität Wisconsin-Madison in den USA mit einem Schwerpunkt in Wissenschaft und Technologie, Gender und Religion, mit einem Fokus auf dem Judentum im amerikanischen Kontext.

#### **Audiodatei: Cara Tabu.**

Wir sprachen über Zoom an einem Freitagabend, bei Cara schien die Sonne ins Zimmer. Ich verstand höchstens die Hälfte der Masse an Informationen, die sie mir gab. Am nächsten Tag habe ich mir unser langes Gespräch nochmal angehört und mir ist ein Licht aufgegangen.

*Das Wort Tabu kommt aus dem Polynesischen und bedeutet ursprünglich so viel wie unverletzlich, heilig, unberührbar. Das Heilige und das Unberührbare sind also eng miteinander verbunden. So wird es auch in den Religionswissenschaften verstanden. Das, was mit einem Tabu behaftet ist, war oft ursprünglich etwas Heiliges. Daraus konnte auch Kraft geschöpft werden. Wir leben jetzt aber in einer Welt, in der die Religion einen immer kleineren Einfluss hat. So verringert sich das Tabu rund um die Menstruation. Sie ist nicht mehr heilig, nicht mehr unberührbar. Gleichzeitig geht damit aber auch die Kraft, die mit der Menstruation verbunden werden kann und somit die Möglichkeit weibliche Stärke im weiblichen Körper zu verankern, verloren.*

*Wie lässt sich das mit der Sprachlosigkeit, die ich gespürt habe, verbinden? Warum konnte ich trotz einem schwindenden Tabu meiner Freundin dort im See nicht die Wahrheit sagen? Wir hätten ja ganz sachlich sprechen können. Oder uns gemeinsam darüber nerven. Ich denke, ich kann langsam den Finger darauflegen. In Fees Kultur beispielsweise wird durch das Tabu die Menstruation als unberührbar und somit als wichtig gesehen. Sie ist ein bedeutendes Ereignis im Leben eines Mädchens. Und deswegen reden Frauen darüber untereinander. Sie haben einen Raum, in dem über Gefühle gesprochen werden kann. Und es kann gefeiert werden, wie es Jessica erzählt. Man kann Freude daran haben, wie es Brigitte erzählt. Niemand zweifelt an der persönlichen und emotionalen Bedeutung der Menarche, und zwar genau deswegen, weil es mit einem Tabu verbunden ist. Wir haben, ich habe ein solches Tabu nicht, auf Grund der «Entheiligung», die in meiner Kultur stattgefunden hat. Die Menstruation ist ein unglückliches biologisches Ereignis, mit dem frau eben klarkommen muss. Dadurch wird es für Mädchen schwierig, sich emotional und positiv über ihre Menarche auszutauschen. Dabei ist die Menarche ein einschneidender Moment. Dieses Blut zu sehen, hat mich bewegt. Dadurch dass über die Menstruation nur informationsbasiert gesprochen wurde, gab es für mich keinen Raum, um mich auszutauschen, um zu feiern. Es gab keine Sprache für eines der bedeutendsten Ereignisse in meinem Leben. Ist das ein neues Tabu, das oberflächlich nicht auf gesellschaftliche oder kulturelle Normen oder Traditionen zurückzuführen ist? Oder ist es ein völlig anderes Phänomen? Ich weiss es nicht.*

*Was machen wir jetzt also? Wie können wir gegen das Tabu kämpfen, dort, wo es noch ganz klar existiert? Und weiter: Wie können wir in der Kultur, in der ich aufgewachsen bin, die Offenheit, die wir unter Frauen in den späteren Teenagejahren erlangen, behalten und auf junge Mädchen, die das erste Mal ihre Tage bekommen, ausweiten, ohne dass nur negative Gefühle übrigbleiben? Wie schaffen wir einen Raum, in dem auf emotionaler Ebene über die Menstruation und vor allem die Menarche gesprochen werden kann? Wie können wir die Menarche als etwas Schönes feiern und die Menstruation nicht einfach als eine Störung, mit der frau halt klarkommen muss, sehen?*

## **Initiationsrituale als Lösung?**

*Brigitte erzählte mir von Initiationsritualen, die in manchen Teilen Afrikas für Mädchen gehalten werden. Sie sagt, sie hätte es «embraced», es hätte ihr geholfen. Ein Initiationsritual ist eine feierliche Zeremonie, in der das Übertreten eines Kindes in das Erwachsen-sein gefeiert wird. Bei Mädchen kann der Auslöser dafür die erste Menstruation sein.*

*Auch mit Cara habe ich über solche Initiationsrituale gesprochen. Sie hat zum Reclaiming von der Mikwe geforscht. Die Mikwe ist ein Tauchbad aus der jüdischen Tradition, mit deren Hilfe Frauen sich von der Unreinheit der Menstruation reinigen.*

### **Audiodatei: Cara Mikwe**

*Diese Tradition ist auf eine Stelle in der Tora zurückzuführen, wie Cara meint. Es ist die gleiche, die im Alten Testament der Bibel steht. Das sind die Verse, die ich vorgelesen habe. Durch die Mikwe werden Frauen von eben jener Unreinheit, die dort beschrieben wird, gereinigt. Diese Tradition sei auch mit vielen frauenfeindlichen Elementen verbunden. So ist es umso kraftvoller, dass es ein Reclaiming dieser*

*Tradition gibt, also eine Bewegung, in der Mädchen ihre erste Menstruation durch dieses alte Ritual, die Mikwe, feiern in einem völlig neuen, jüdisch-feministischen Rahmen.*

*Ich habe mich dann gefragt, ob es solche Ansätze in meinem Umfeld, in nicht religiösen Kontexten gibt. Ein Ritual, das ich als 12-jährige hätte machen können. Und das gibt es! Zum Beispiel im Wald, wie es mir Moni Egger erzählt hat. Moni ist eine Kollegin meiner Mutter, die Märchenerzählerin ist aber eben bei diesen Initiationsritualen dabei war.*

#### **Audiodatei: Moni Egger Mädchentag**

*Mein 12-jähriges Ich hätte sich ganz sicher nicht auf so einen Waldtag eingelassen. Ich war kein Wald-Kind. Aber ich glaube, überhaupt wäre mir alles zu peinlich gewesen, egal was, egal mit wem, egal wie. Man hätte von Anfang an viel offener sein müssen, dass so etwas mit mir möglich gewesen wäre. Auch mit Cara habe ich über Gefahren und problematische Aspekte gesprochen, von denen Initiationsrituale nicht frei sind.*

*Der wichtigste Faktor scheint zu sein, dass so ein Ritual nicht alleine stehen kann, um wirklich wirksam zu sein. Wie wird allgemein mit dem Menstruationsblut umgegangen? Was für unterstützende Rituale gibt es? Wird dem Mädchen einfach eine Handvoll Binden in die Hand gedrückt und dann im Wald Frau Holle vorgelesen? Für die einen mag das vielleicht genug sein, um ihren Bezug zur Menstruation zu finden. Aber viel wirkungsvoller wäre, wenn durch das Leben des Mädchens hindurch immer wieder zur Menstruation Bezug genommen wird, dass sie immer wieder Neues lernt, man ihr liebevoll beibringt, wie sie mit dem Blut umgehen kann.*

#### **Audiodatei: «Ritual extends way beyond the actual ceremony.»**

*Ein Ritual ist viel mehr als die eigentliche Zeremonie. Es muss in ein breites System von Verhaltensweisen eingebettet sein. Sonst sei ein Initiationsritual einfach eine Inszenierung, die die individuelle Einstellung eines Mädchens zu ihrem Körper höchst wahrscheinlich nicht stark beeinflusst.*

*Ich habe Cara dann etwas grundlegender dazu gefragt, ob sie denkt, dass es überhaupt Sinn macht, die Menstruation als Eintrittspunkt in das Frau-Sein zu feiern. Mit dem Hintergedanken, dass, wenn ein Mädchen mit acht ihre erste Menstruation hat, es etwas ganz anderes heisst als mit 14 in Bezug auf ihr Frau-werden/Frau-sein.*

#### **Audiodatei: Cara Initiationsritual**

*Diese Art die Menarche zu sehen sei, als ob man ganz plötzlich eine grossartige ontologische Transformation durchgemacht habe. Dabei ist der Körper seit Jahren in einem Wandel, wobei die erste Menstruation nur ein kleiner Schritt ist und bei weitem nicht das Ende. Auch emotional ist die Entwicklung in das Erwachsen-sein keineswegs abgeschlossen. So sei die Idee hinter Initiationsritualen auf Grund der Menarche, also einen spezifischen Moment zu markieren, kontraproduktiv und fetischisiere es sogar auf eine Art.*

*Ein Initiationsritual scheint also nicht nur eine einfache, tolle Lösung zu sein, die wir jetzt sofort überall einführen müssen. Aber so weiterzumachen wie bisher, scheint auch nicht ideal. Gibt es einen Weg, die Menarche wertzuschätzen, ohne sie übermässig mit Bedeutung aufzuladen, alles von Sexualität bis Erwachsenwerden, noch sie als eine Behinderung im Alltag zu sehen, die so gut wie möglich mit Tampons und Binden versteckt werden muss? Wie wäre es also so, wie es Jessicas Familie getan hat? Kein grosses Tamtam, einfach ein feierliches Abendessen?*

*Eben genauso hat es meine Familie auch mit mir gemacht. Bei meiner zweiten ersten Menstruation.*

#### **Letzter Teil meiner Geschichte:**

*Meine Tage kamen nach zwei Jahren wieder, nachdem ich zu einer Gynäkologin gegangen war und sie mir Tabletten gab, die helfen sollten. Zum ersten Mal wieder dieses langvermisste Blut zu sehen war weniger emotional für mich, als ich gedacht hätte. Es war einfach wieder da. Meine zweite erste*

*Menstruation. Als wäre sie nie weg gewesen, kam sie mit voller Wucht. Es erfüllte mich mit einer Zufriedenheit. Ich war nicht überglücklich, es war nicht etwas ausserordentlich Wunderbares, was mir da widerfahren war. Ich fühlte mich vollständig. An dem Abend sassen ich und meine Eltern in der Pizzeria und haben auf diese zweite erste Menstruation angestossen, so wie wir es damals hätten machen sollen. Ich versuche jetzt, jedes Mal, wenn meine Tage kommen, es wertzuschätzen und mich so wenig wie möglich daran zu nerven. Es ist schwer, aber diese Maturarbeit hat immens geholfen. Ich sage jetzt meinem Vater, dass ich ins grosse Badezimmer muss, weil im Kleinen keine Tampons sind. Ich habe mit meinen besten Freundinnen über das gesprochen, was mir passiert ist. Ich öffne die Binden im Schul-WC so laut wie möglich. Ich bin eine Frau. Eine Frau, die menstruiert und ihre erste, ersehnte Menstruation, gefeiert und in ihr Leben aufgenommen hat.*