



GOLDMANN
Lesen erleben

Buch

Ob während der Schwangerschaft oder nach der Geburt, ein Kind verändert alles, ob man will oder nicht. Zuerst die Morgenübelkeit, explodierende Brüste und dann das Desaster, wenn die sexy Jeans und High Heels schließlich doch den freudlosen Schwangerschaftshosen und Turnschuhen weichen müssen. Hinzu kommen ungewollter Körperkontakt mit unverschämten Bauchbetatschern und noch ungewolltere Tipps zu Geburt und Kindererziehung. Wenn das Kind dann da ist, geht es erst richtig rund: Der erste Businessstrip nach der Geburt beginnt mit einem Milchfiasco in der Flugzeugtoilette, das romantische Rendezvous mit dem Ehemann endet mit einem vom Kind vollgekotzten Seidennegligé. Mit viel Witz und Humor berichtet Lucie Marshall davon, wie ihr kleiner Sohn Sam ihr glamouröses Hauptstadtleben umkrepelt und sie der Spagat zwischen Kind, Beruf und Beziehung mitunter an den Rand der Verzweiflung treibt. Dabei nimmt sie kein Blatt vor den Mund und spricht aus, was andere Mütter kaum zu denken wagen ...

Autorin

Tanya Neufeldt, geboren 1972, ist Schauspielerin und bekam mit 37 Jahren ihr erstes Kind. Seitdem schreibt sie als Lucie Marshall einen erfolgreichen Blog über die alltäglichen Herausforderungen und Erlebnisse als Mutter. Seit Mai 2014 erscheint außerdem ihre Kolumne in der *Freundin*. Tanya Neufeldt lebt mit ihrer Familie in Berlin-Mitte.

Lucie Marshall

Auf High Heels in
den Kreißsaal

GOLDMANN

 Dieses Buch ist auch als E-Book erhältlich.



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967
Das für dieses Buch verwendete FSC®-zertifizierte Papier *Classic 95*
liefert Stora Enso, Finnland.

1. Auflage

Originalausgabe Oktober 2014

Wilhelm Goldmann Verlag, München,

in der Verlagsgruppe Random House GmbH

© 2014 Wilhelm Goldmann Verlag, München,

in der Verlagsgruppe Random House GmbH

Umschlaggestaltung: Uno Werbeagentur, München

Umschlagfoto: Vorderseite und Klappe © Die Hoffotografen GmbH

Redaktion: Angelica Bahlke

Satz: Buch-Werkstatt GmbH, Bad Aibling

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

AB · Herstellung: IH

Printed in Germany

ISBN 978-3-442-17462-1

www.goldmann-verlag.de

Besuchen Sie den Goldmann Verlag im Netz



*Für Ruth und Ellen,
meine Schutzpatroninnen*

Inhalt

Teil 1

Miese Turmfrisuren in Bad Neuenahr 14

50 Wochen und sechs Tage später ...

Ein Streifen, zwei Streifen, machen Streifen nicht dick?	20
Kotzen an der Tram	24
Ausgeliefert oder Kinder machen, was sie wollen	28
Party mit ohne Michael Jackson	33
Gleichgewichtsübungen	38
Kinderzimmerterror	41
DU hattest Sex!	47
Bitte keine Tipps! oder FUCK OFF	50
Zu Hause	54

Teil 2

Schlafmangel? Nö, wo ist das Problem?	58
Ein Boomerang – <i>especially for Lucie</i>	61
Wo ist nur meine Freundin Hilly?	65
Impfen – wollen Sie Ihr Kind umbringen?	71
Stillhütchen unter Männersohlen	77
Liebeskummer	84
Pekipgruppen	89
Das erste Mal	95
Sagen Sie mir nicht, was ich will!	102
Der Postbote klingelt hier schon lange nicht mehr	107
»Machst du Kinderwagen klar?«	112
Stillen – mehr als nur eine Frage der Ehre	116
Aschenputtels Schwester	122
Das Leben ein bisschen schubsen	127
Gestatten, Lucie Zapf	131
Besuch des alten Ich	137
Gesaugt wird immer	142
Aber für Afrika spenden	147
Schwestern im Geiste	153
Ich habe den Längeren	157
Luftmatratzenzweisamkeit	164
Wenn das Hamsterrad stillsteht	168
Schnauze voll	170
Therapeutischer Kaffee	173

Lucie Zapf – Klappe, die zweite	176
Happy Birthday & Goodbye München	180

Teil 3

<i>Home, sweet home</i>	184
Kindercafés – ein notwendiges Übel	187
Perspektivenwechsel	193
Valentinstag – zu dritt und in Farbe	195
Logistikzentrum Marshall-Mom	201
<i>Pimp my</i> Lebenslauf	205
Babysitter-CASTING	210
Kita-Dschungel	215
Putzen für die Putzfrau	222
Die Überforderung eines Lottogewinners	227
Eingewöhnung Ü38	230
<i>Please fasten your seatbelts</i> –	
Eine normale Arbeitswoche mit Familie	234
<i>On a mission</i> – von Männern und Frauen	238
Doch ein klitzekleines bisschen fördern?	243
Ist noch Platz in der Schublade?	253
Och, was für ein süßer Papi!	258
In Kita sleeften	263
Und das ist erst der Anfang	268
 Danke	 279

Liebe Lucie,

ich lese deinen Blog wahnsinnig gerne und freue mich immer auf die neuesten Geschichten von dir und deiner Familie.

Allerdings heißt dein Blog doch »How my boobs became food«, und ich frage mich seit einiger Zeit:

Wie sind denn deine boobs eigentlich zu food geworden? Dein Blog fängt doch erst an, als Sam zweieinhalb ist und da hast du ihn ja zum Glück nicht mehr gestillt.

Also, ich würde mich freuen, wenn du mir vom Anfang erzählst. Ich werde nämlich selbst bald Mutter und würde gerne vorbereitet sein.

Deine Ella

Liebe Ella,

oh, mein Gott! Habe ich dich richtig verstanden?
Du willst Ratschläge von wir?? Bist du sicher, dass
du meinen Blog meinst? Ich habe mir deine E-Mail
sofort ausgedruckt und an den Badezimmerspiegel
geklebt. DANKE!

Ich habe aus der untersten Tischschublade meine alten
Notizen aus der Anfangszeit mit Sam herausgekratzt.
Naja, eigentlich sind es keine Notizen. Eher ein
Projektskizzenplan oder vielleicht noch treffender
ein »Gewitterbuch«. Meine Großmutter hatte schon
so ein Buch, in das sie immer alles reinschrieb, was
sie beschäftigte, Gedanken, Anekdoten usw.
Mein Gewitterbuch habe ich noch ganz old school
mit der Hand geschrieben. Und tadaa! Hier ist es.
Ich habe dir alle »wichtigen« Einträge rausgesucht.
Ich wage zu bezweifeln, dass sie dir wirklich bei der Vorbe-
reitung helfen ... aber egal.
Viel Spaß beim Lesen und toi toi toi!

Liebste Grüße

deine Lucie

Teil 1

*»Somewhere between love and
madness lies motherhood.«*

Unbekannt



Miese Turmfrisuren in Bad Neuenahr

Auf dem Handy steht 06:54 Uhr. Ich liege in Bad Neuenahr im Hotelbett. Ich habe brüllende Kopfschmerzen und diesen miesen, verbrannten Geschmack von zu vielen Zigaretten auf der Zunge. Ich habe noch meine Bluse von gestern an, inklusive BH und der hautfarbenen Strumpfhose. Als ich mich ins Bad schlepe, brennen meine Füße von den High Heels, die ich gestern Abend getragen habe. Ein Blick in den Spiegel bestätigt, dass ich genauso zerstört aussehe, wie ich mich fühle: verschmierter Mascara und Vogelnester in den Haaren.

»Lucie, wir müssen reden«, sage ich laut zu meinem Spiegelbild, »so geht das nicht weiter. Du bist fast 36. Wenn nicht jetzt, wann dann?«

Ich nicke meinem Spiegelbild zu: »Ja, du hast recht!« Ich richte mich auf und versuche, die Nacht von mir abzuschütteln. »Ich nehme jetzt ein Bad und dann ... dann geht's los!«

Während ich in der Wanne liege, lasse ich den Abend Revue passieren: Es ist ein Abend wie viele andere zuvor, ein Job wie viele andere zuvor: Ich moderiere eine Modenschau im Casino Bad Neuenahr unter dem Motto »Eine russische Nacht«. Ehrlich gesagt ein No-brainer, ein Gig, gut bezahlt und tschüss.

Ich sitze in der Maske, der Maskenbildner Herbert baut mir gerade eine Turmfrisur aus fünf Haarteilen und 300 Haarspangen (was sich Maskenbildner aus Bad Neuenahr halt so unter »russisch« vorstellen). Mein goldenes Kleid kratzt wahnsinnig. Um ehrlich zu sein, ich sehe aus wie ein Ferrero Rocher. Mein Agent Roman kommt überraschend vorbei. Er lässt sich bei so etwas Unglamourösem normalerweise nicht blicken. »Luciiiiie, kleine Überraschung, du hast heute eine Co-Moderatorin.«

Hä?

»Ich weiß, das ist sehr kurzfristig, aber ihr beide gebt einfach ein super Paar ab. Und du bist doch immer für Spontanes zu haben. Britta ist ganz neu im Geschäft und ich habe sie unter meine Fittiche genommen. Und ich dachte, na, von wem kann sie mehr lernen als von dir altem Zirkuspferd?!«

ALTES Zirkuspferd??? Zirkuspferd meinetwegen, aber ALT? Der Maskenbildner steckt seinen Kopf ganz tief in die Haarspangenschachtel, meine Augen speien Feuer und Roman bemerkt seinen Fauxpas: »Oh Gooooott, Lucie, das hast du jetzt total in den falschen Hals bekommen. Ich meinte, ihr ergänzt euch einfach super, sie ist jung und blond und ... und ... und ... äh.« Er spürt, dass er aus der Nummer nicht mehr raus-

kommt: »Ich hole sie einfach mal schnell her, dann könnt ihr euch kennenlernen. Du wirst sie LIEBEN! Wie deine eigene Tochter! Äh, kleine Schwester ... äh, ich hole sie jetzt mal.«

Und schon schwebt Britta elfengleich in den Raum: Sie hat ein hellblaues Empire-Seidenkleid an, ihre weichen, blonden Haare fallen in sanften Wellen über ihre Schultern. Ich habe sogar das Gefühl, dass ein Lichtkegel sie umgibt, aber vielleicht bilde ich mir das auch nur ein.

Sie setzt sich neben mich und Roman verzieht sich (»Ich will euch Ladys mal nicht stören.«). Britta quasselt sofort drauflos: »Das ist sooo toll, ich bin so aufgeregt ...«.

Ihr Wortschwall verwandelt sich zu einem großen Rauschen in meinem Ohr und ich denke: »Reiß dich zusammen, Lucie, mach jetzt nicht auf Joan Collins.«

Britta kichert und quasselt weiter, ich kann ihr kaum folgen. Dann beugt sie sich vor und flüstert mir verschwörerisch zu: »Ich hoffe, man sieht nix.«

Wovon redet sie? Ich hatte schon bei »ich bin so aufgeregt« abgeschaltet.

Sie redet einfach weiter: »Ich bin im dritten Monat schwanger.«

»Aber du bist doch noch ein Kind!«, platzt es aus mir heraus.

Der Maskenbildner steigt jetzt mit ins Gespräch ein: »Wie toll ist das denn, Britta? Ich gratuliere!! So wie du strahlst, habe ich mir das doch gleich gedacht. Meine Frau hat bei ihrer ersten Schwangerschaft auch so von innen geleuchtet.«

Ich schaue den Maskenbildner an: »Wie ... deine Frau? Bist du nicht schwul? Du bist doch Maskenbildner!«

Das war's. Jetzt habe ich beide gegen mich aufgebracht. Und beide reden auf mich ein. Britta erklärt mir empört, dass sie überhaupt kein Kind sei und ihre Mutter hätte auch so früh Kinder bekommen: »AufTorschlusspanik Mitte 30 habe ich keine Lust.«

Und Herbert erklärt mir pikiert, dass ich mal dringend über meine Vorurteile nachdenken sollte: »Man kann auch hetero sein und trotzdem Schminke und Haare lieben.«

Ich bringe den Abend über die Bühne. Ich bin ja ein Zirkuspferd. Ich lasse aber keine Möglichkeit aus, dem kleinen Elfenfohlen ein Bein zu stellen. Es ist billig, aber es tut gut. Geh doch noch mal ein bisschen auf die Koppel, meine Liebe.

Im Hotelzimmer angekommen, leere ich den Gin und Tonic aus der Minibar, bemitleide mich selbst, um dann mit einem angemessenen Pegel meinen Mann Marc anzurufen.

»Ich will ein Kind«, blöke ich ins Telefon.

»Jetzt gleich?«, fragt er, leider nüchtern. »Das wird nicht ganz leicht. Weil du in diesem Kaff bist und ich in Berlin.«

Völlig falsche Antwort. Ich zicke weiter: »Wir sind jetzt schon seit fünf Jahren verheiratet und ich bin immer noch nicht schwanger. Ich meine, irgendwie sind alle schwanger. Sogar Raffaella, die immer gesagt hat, sie verstünde gar nicht, warum sich alle mit dem Kinderkriegen so beeilen.«

»Wenn ich mich recht entsinne, wolltest du bisher unter keinen Umständen, ich zitiere: »so entsetzlich früh Kinder krie-

gen.« Ich kann ihn am anderen Ende der Leitung förmlich grinsen hören.

»Was ist denn los, Lucie?«

Es bricht aus mir heraus. Ich schluchze und schimpfe über den desaströsen Abend mit diesem jungen Ding, über meinen Agenten, den nichtschwulen Maskenbildner, während ich rauchend am Fenster meines Nichtraucherzimmers sitze:

»Ich hätte nie gedacht, dass ich mit knapp 36 mal in einem miesen Hotelzimmer in Bad Neuenahr sitze, billigen Gin trinke und mir von einer schlecht blondierten Zwanzigjährigen sagen lassen muss, dass man lieber früher als später Kinder kriegen sollte. Ich dachte immer, ich habe mein Leben im Griff.«

Ich erinnere mich nicht mehr genau, wie das Telefonat endete. Ich glaube, ich habe danach sogar noch versucht, meine Freundinnen Hilly und Raffaella anzurufen. Aber die Verräterinnen hatten ihr Handy während meines Notfalls einfach ausgestellt.

Während ich am nächsten Morgen in der Badewanne aufweiche und den Abend abwasche, murmle ich vor mich hin: »Okay. Ich nehme jetzt die Zügel wieder in die Hand. Die Branche habe ich nicht im Griff, aber jetzt widme ich mich meinem nächsten Auftrag, bei dem nur ich Regie führe. Und die Hauptrolle bekommt: meine Tochter.«

50 Wochen
und sechs Tage
später...



*Ein Streifen, zwei Streifen,
machen Streifen nicht dick?*

Seit Monaten belauere ich meinen Zyklus – wie eine Katze die Maus. Ich führe penibel Kalender, trinke an fruchtbaren Tagen keinen Alkohol und rauche nicht. Außerdem esse ich vorsichtshalber kein rotes Fleisch und verzichte auf Rohmilchkäse. Aber bei jedem negativen Test lasse ich es zehn Tage lang noch mal so richtig krachen: Einen letzten Gin Tonic, eine letzte Zigarette und dazu ein Steak, schön blutig bitte. Irgendeinen Vorteil muss es doch haben, dass ich noch nicht schwanger bin. Mein Zyklus gleicht einer Schweizer Uhr. Was ist nur los? Vielleicht muss ich mehr Yoga machen oder einfach mehr Sex haben?

»Entspann dich einfach mal«, rät mir meine Freundin Raffaella, die im letzten Oktober ihre Tochter Greta bekommen hat: »Zu viel Sex ist auch nicht gut. Dann kommt da nicht mehr genug raus. Ist ja eigentlich auch total logisch. Das Zeug muss ja erst nachproduziert werden.«

Oh Gott, das kann auch passieren? Daran hatte ich noch gar nicht gedacht.

»Hast du es eigentlich sofort gemerkt, als du schwanger wurdest?«, frage ich sie. »Also, bevor deine Regel ausblieb?«

»Ich habe sogar genau gemerkt, in welcher Nacht ich schwanger wurde«, erzählt sie mir verträumt.

Das ist doch zum Kotzen. Ich fühle nix, weder beim Sex noch jetzt. Und morgen ist eigentlich der Tag, an dem ich meine Tage bekommen müsste. Oder eben auch nicht.

Ich stelle mir abends den Wecker. Ich will allein sein, wenn ich den Test mache.

Marc ist mittlerweile schon etwas genervt: »Lucie, atmen, es wird schon. Aber nicht, wenn du es mit Argusaugen bewachst. Du machst mich wahnsinnig.«

Beim Stellen des Weckers komme ich ins Grübeln: Ab wann ist Pipi eigentlich »Morgenurin«? Auf wie viel Uhr stelle ich den denn jetzt? Ich entscheide mich für vier Uhr morgens.

Pünktlich um vier reißt mich der Alarm des Weckers aus dem Schlaf, ich bin sofort hellwach und schleiche aufs Klo. Marc schläft tief und fest. Ich muss wahnsinnig dringend. Ich hätte gestern Abend doch nicht so viel Tee trinken sollen.

Mit voller Blase versuche ich, den letzten Schwangerschaftstest aus der 5er-Packung zu zerren. So, jetzt bloß nichts falsch machen, das hier ist der letzte. Ich will zur Sicherheit noch mal schnell den Waschzettel lesen. Meine Blase drückt furchtbar. Ich tanze auf Zehenspitzen mit zusammengekniffenen Beinen