

„Ich bin ich und das ist gut so, das möchte ich mitgeben“

Gesichter
aus dem
Mostviertel

WAIDHOFEN/YBBS. Antonia Pichler ist Freigeist, Texterin und Mutter einer sechsjährigen Tochter. Diese Leidenschaften hat die 38-Jährige im Kinderbuch „Ich und meine Yoni“, das ab sofort im Buchhandel erhältlich ist, gebündelt. Und tut damit, was ein Stück weit auch ihre Bestimmung ist: Sie bricht damit ein Tabu – und spricht kindgerecht und wertschätzend über das weibliche Geschlecht. Wir haben die Neo-Buchautorin zum Gespräch gebeten und eine reflektierte, naturverbundene, ihren persönlichen Weg gehende, starke Frau kennengelernt.

von KARIN NOVAK

Tips: Wie ist die Idee zu „Ich und meine Yoni“ entstanden?

Pichler: Da gab es zwei große Inspiratoren: Zum einen meine Tochter, die schon mit viereinhalb Jahren begann, recht detailreiche Fragen zu stellen. Ich fand aber kein Kinderbuch, kein Sachbuch, einfach nichts, wo etwa die Vulva ein Thema war. Meine Tochter meinte dann ganz flockig: Dann schreibst halt du ein Buch, Texten ist doch dein Beruf. Zum anderen hatte ich mit meinem Mann eine großartige Doku auf 3Sat gesehen. Die hieß „Vulva und Vagina – neue Einblicke in die weibliche Lust“. Und wir saßen da am Sofa und stellten fest, wir wissen so vieles überhaupt nicht. Ich hatte zum Beispiel keine Ahnung, dass die Klitoris ein fast zehn Zentimeter großes Organ ist. Und noch viele andere Dinge mehr. Aber all dieses Wissen ist wesentlich für den Selbstwert, das Selbstbewusstsein von Frauen und somit für die weibliche Gesundheit. Ich bin ich und das ist gut so – das möchte

ich den Mädchen mit auf den Weg geben. In der Hoffnung, dass sie einen freieren Umgang mit ihrer Weiblichkeit, ein besseres Körpergefühl und ein stärkeres Selbstbewusstsein entwickeln. Darum spielt auch das Thema Selbstliebe in meinem Buch eine wesentliche Rolle – weil es untrennbar mit dem Thema verbunden ist.

Tips: Warum ist Scham generell ein so großes Thema unserer Gesellschaft?

Pichler: Scham ist wahrscheinlich eine der größten Blockaden überhaupt in unserer Gesellschaft und das seit mehreren tausend Jahren. Warum werden Frauen heute noch in vielen Ländern misshandelt, weil sie nicht den Konventionen entsprechen? Wobei die Scham ja per se keine Emotion ist, sondern vielmehr ein Affekt, den wir vor allem körperlich spüren. Wir werden rot, beginnen zu schwitzen, können keine klaren Gedanken fassen. Konkret ist die Vulva wahrscheinlich jener Teil unseres Körpers, der am intensivsten von diesem Thema behaftet ist. Sie ist superprominent in der Schmutzdecke, aber man spricht bitte nicht öffentlich darüber. Zum Glück ändert sich da gerade sehr viel. Der großartige Erfolg von Projekten wie Vulva-iversity lässt hoffen. Wenn wir die Yoni in einem größeren Kontext betrachten, dann ist die Gebärmutter der Sitz der weiblichen Urkraft, der Ursprung unseres Lebens.

Tips: Ist der Begriff „Yoni“ deine

ne Erfindung?

Pichler: Nein, der Begriff stammt aus dem Tantrischen, dem Sanskrit. Mir gefällt der Begriff, weil er das gesamte weibliche Geschlecht umfasst, also Vulva, Vagina und Uterus.

Tips: Eine für viele niederschmetternde Diagnose vor über einem Jahr hat dich in die Auseinandersetzung mit dir selbst gebracht. Du wirkst nach deiner Brustkrankung stärker denn je. Woher nimmst du diese Kraft?

Pichler: Durch die Diagnose war ich gezwungen, mich mit Weiblichkeit intensiv auseinanderzusetzen. Ich fühlte mich als Teenager nie schön und schlank genug. Es war ein langer Weg und ist immer noch ein Prozess, den eigenen Körper so zu lieben und anzunehmen, wie er ist, egal was Medien, Gesellschaft, andere Menschen sagen. Ich bin ich und das ist gut so – das möchte ich den Mädchen mit auf den Weg geben.



Foto: Birgit Wagner

Antonia Pichler ist studierte Publizistin, Kommunikations- und Musikwissenschaftlerin.

In der Hoffnung, dass sie einen freieren Umgang mit ihrer Weiblichkeit, ein besseres Körpergefühl und ein stärkeres Selbstbewusstsein entwickeln, als ich es hatte. „Nicht deine Laborwerte bestimmen deine Gesundheit, sondern deine Gefühle und Gedanken“, war der erste Satz, den mir meine Coachin mit auf den Weg gegeben hat. Du selbst hast es in der Hand, ob du von Arztpraxis zu Arztpraxis pilgerst oder deine Gesundheit, dein Leben von der Basis an selbstverantwortlich zu nähren beginnst. Wenn ich meinen Körper ablehne, wird er nicht unbedingt vor Gesundheit strotzen. So einfach ist das. Und gleichzeitig so schwierig und jeden Tag aufs Neue eine Herausforderung.

Glück ist, meiner Tochter zuzuhören, wenn sie mit Begeisterung und leuchtenden Augen von ihrem Schultag erzählt.

Was mich nervt: Bürokratie

Worauf ich nie verzichten möchte: Zeit mit meiner Tochter und Zeit für mich, meine Freiheit

Mit wem ich gerne einen Abend verbringen möchte: Veit Lindau

Mit wem auf keinen Fall: Donald Trump

Wenn ich mich für einen Tag wo hinbeamen könnte, wäre das: Costa Rica

Liebe ist alles und alles ist Liebe. Warm, weich, weit, verbindend, tragend, erhebend.

Mein Lebensmotto: Träume groß, hab ein Ziel vor Augen, geh los, folge deinem Herzen und sieh die Zeichen auf dem Weg – sie sind überall.

Tips: *Noch mal zurück zum Buch: Gedruckt wird Cradle to Cradle. Was darf man sich darunter vorstellen?*

Pichler: Cradle to Cradle heißt, dass das Buch nachhaltig, rückstandsfrei und klimapositiv produziert wurde. Es enthält nur gesunde Substanzen, die weder Mensch noch Tier, noch anderen Lebewesen schaden. Das heißt, wenn dein Kind ins Buch beißt, brauchst du dir keine Gedanken machen, die Farben, Klebstoffe etc. sind unbedenklich. Die Druckerei gugler kompensiert auch sämtliche Emissionen, die beim Druck des Buches entstanden sind. Die sind da echte Vorreiter auf dem Gebiet und tolle Partner für ein Kinderbuch. Das kostet zwar ein bisschen mehr, ist es mir aber wert.

Tips: *Nachhaltigkeit war dir schon wichtig, bevor sie zum globalen Schlagwort wurde.*

Was wünschst du dir für die Generation deiner Tochter?

Pichler: Ich wünsche mir, dass ich ihr in drei, vier, fünf Jahren sagen kann: Ich verstehe, dass du dir Sorgen um Mutter Erde machst, aber ich weiß, dass die Politik und die Menschen alles dafür tun, dass

es ihr wieder besser geht. Im Moment hab ich da echt Bauchweh. Ich merke, dass Kinder richtig darunter leiden, was da global passiert. Ich wünsche mir, dass meine Tochter auch mit ihren eigenen Kindern noch Jahreszeiten erleben kann. Weil das für mich so faszinierend ist, wie aufregend das für

Kinder ist. Es gibt immer etwas, auf das sie sich freuen: Pflücken, Blätter rauschen, der erste Schnee, Eislaufen, die ersten Blumen, in den See hüpfen... Von dieser Begeisterung für die kleinen Dinge können wir uns übrigens alle etwas abschauen. (lächelt)

Tips: *Du selbst schreibst nicht nur, sondern liest auch gerne. Welches Buch liegt aktuell auf deinem Nachttisch?*

Pichler: Gerade lese ich „Der große Sommer“ von Ewald Arenz. Die Sprache ist großartig und es holt mich ein Stück weit in den Sommer zurück. Für Kinder ist aber im Moment „Rigo und Rosa“ mein Lieblingsbuch. Lorenz Pauli erzählt Geschichten von einem weisen Leopard und einer kleinen Maus, die Freundschaft schließen. Das ist einfach bezaubernd. Mein Mann und ich ritzen uns sogar, wer unserer Tochter am Abend weiter vorlesen darf (lacht). ■



In der Natur und am Wasser findet Antonia die Erdung, die sie braucht.