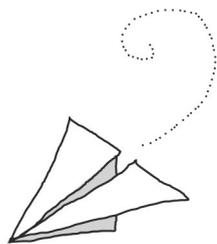


Auch die beste  
**Mama**  
braucht mal Pause



Stille Zeit im  
Alltagstrubel

Aus dem amerikanischen  
Englisch übersetzt von  
Doris C. Leisering

KERRI POMAROLLI

**SCM**  
Hänsler

# Inhalt

Vorwort .....	11
Für eine Geburt gibt es keine Stopptaste .....	15
Bei Disney-Prinzessinnen kommen mir die Tränen .....	21
Die Handtasche behalte ich! .....	25
Nutella-Anfall .....	29
Zehn Dinge, die Sie als Eltern nie wieder tun werden .....	33
McDonald's-Cheeseburger sind ein Gottesgeschenk .....	35
Mein virtuelles Leben .....	39
Der Glaube eines Kindes .....	45
Zehn Dinge, die Sie nie zu Ihrer Frau sagen sollten, wenn sie im Kreißsaal liegt .....	49
Kostbare Edelsteine .....	51
Spieglein, Spieglein in meinem Auto .....	55
Schöne Glatze ... ..	61
Zehn Dinge, die man beim Stillen tun kann .....	67
Stille Zeit für Mütter .....	69
Lügen, die mir meine Tochter aufgetischt hat .....	75
Mamis Superkräfte .....	79
Zehn Zeichen, dass Sie als Mutter einen freien Abend brauchen .....	85
Frauenfilme und Happy Ends .....	87
Armes zweites Kind .....	93
Ich bin nicht dick, ich hab's mit der Schilddrüse .....	99

Vierzig! .....	105
Ein Sonntag daheim .....	109
Was Steptanzschuhe alles bewirken .....	115
Die zehn schlimmsten SMS, die Sie Ihrer Frau an ihrem freien Abend schicken können .....	121
Trainingslager und warmes Nest .....	123
Ich versuche, eine gute Ehefrau zu sein .....	129
Das große Hühnchen-Duell .....	133
Fünf Vorsätze, die eine Mutter auf jeden Fall einhalten sollte .....	137
Mein Ehebett ist hinüber .....	139
Auf zum Kuchenessen! (Aber Steak darf's auch sein ...) ....	145
Prinzessinnenmentalität .....	149
Fünf Dinge, die ein Ehemann über seine schwangere Frau wissen muss .....	155
Kummer und Kämpfe .....	161
Ich bin nicht dick, ich bin schwanger .....	167
Wo werden wir stehen? .....	173
Langsamer Tanz .....	177
Diät-Rebellin .....	181
Schmutzig .....	185
Beißverein .....	189
Basteln, Kochen, Dekorieren .....	193
Kinder und Parks .....	199
Ein Interview mit einer Sechsjährigen: Wie man eine Supermama wird .....	203
Mamas freies Kapitel .....	205
Loslassen .....	211

Geben Sie nie Ihre Träume auf .....	217
Singlefrauen und Mütter .....	221
Die beste Shabbatfeier seit Langem .....	225
Unordnung, Unordnung überall .....	229
Das ist das Ende (bis zu meinem nächsten Buch) .....	233
Dank .....	237

# McDonald's-Cheeseburger sind ein Gottesgeschenk

Schmecke und sieh, dass der Herr gut ist. Freuen darf  
sich, wer auf ihn vertraut! – Psalm 34,9

Gestern Abend beschloss ich, tapfer zu sein und mit Ruby, Lucy und Lucys Freundin in einer Kirche hier im Ort zu einem Krippenspiel zu gehen. Ganz mutig sagte ich zu meinem Ehemann, er könne den Abend freihaben.

Das Chaos beginnt damit, dass ich im Verkehr feststecke und die Tortur über mich ergehen lassen muss, mir das gesamte *Alvin und die Chipmunks*-Weihnachtsalbum 345-mal anzuhören. Ich meine, wen interessiert es schon, dass das Backenhörnchen Theodore nichts weiter will als seine beiden Schneidezähne? (Ach richtig – meine Kinder!) Ich habe ein paar Snacks in meiner Handtasche mitgeschmuggelt und eine Flasche Wasser, also versuche ich, ruhig zu bleiben. Wir kommen eine Viertelstunde zu spät. Nachdem ich mich mit jedem in der letzten Reihe angelegt habe, steht Ruby auf meinen Beinen und versucht, die tanzenden Pinguine zu sehen, die *Stille Nacht* singen. Nach ungefähr zwei Minuten fallen die Kinder über mein Popcorn her und fangen an, laut zu knuspern. Mitten in der Lesung der

Weihnachtsgeschichte ruft Ruby: »Mama, Wasser!« Dann ruft Lucy: »Mama, ich muss maaaaal!« Ich bugsiere alle zu einer Toilettenpause nach draußen und wieder hinein und die ganze Prozedur beginnt von vorn. Kaum ist es vorbei, stürzen die Kinder nach draußen zu den Plätzchen, während ich versuche, mich von mehreren Freunden zu verabschieden. Irgendwann mitten in diesem ganzen Chaos verliere ich die Kinder aus den Augen, nur um sie *auf der Bühne* wiederzuentdecken, wo sie ihre ganz eigene Version von *Lasst uns froh und munter sein* singen und einen ziemlichen Aufruhr verursachen. Das große Finale besteht darin, dass ich sie von der Bühne jage und ins Auto schubse wie eine Kidnapperin. Sie sind so überdreht, dass ich das Gefühl habe, mir fällt gleich der Kopf ab.

Ich tue, was jede andere anständige Mutter auch tun würde, und sage: »Wenn ihr jetzt ruhig seid, gehe ich mit euch zu McDonald's.« Und seien wir mal ehrlich, in diesen Cheeseburgern ist irgendwas, das alle glücklich macht. Wenn Sie mich fragen, sind es irgendwelche heimlichen Suchstoffe. Fünf Minuten später herrscht völliger Friede in meinem Auto, während die Kinder Pommes und Burger verdrücken. Sogar ich habe mir einen bestellt. Und als ich in das industriell verarbeitete Fleisch beiße, das sich »Hamburger« schimpft, gleite ich selbst in ein Kohlenhydrat-Koma ab. Ganze acht Minuten lang bin ich im Himmel, bis ich plötzlich auf dem Rücksitz nichts anderes mehr höre als: »Sie hat mir das Spielzeug aus meinem *Happy Meal* geklaut! Mamaaaaa!!!«

Ich tue einfach so, als gäbe es das Gezeter nicht, schlürfe weiter meine Cola und singe *Freue dich, Welt*. Ich glaube wirklich,

Gott hat Cheeseburger für Momente wie diesen erschaffen. Ich weiß, es wäre schön, wenn meine Kinder nur bio essen und wir unsere eigene Butter herstellen würden. Doch seien wir mal ehrlich: Die einzigen Leute, die das machen, sind Pseudo-Intellektuelle ohne Kinder. In Krisenzeiten ist nichts Falsches daran, die Hilfe eines *Happy Meals* als Gottesgeschenk in Anspruch zu nehmen.

Aber Spaß beiseite: Meine Kinder haben an dem Abend mehr bekommen als nur Cheeseburger. Durch das Krippenspiel haben sie Gottes Wort in sich aufgenommen, und auf der Heimfahrt sangen wir *Freue dich, Welt, dein König naht*. Am Ende wurde mir klar, dass Dinge wie ein *Happy Meal* als Notlösung ganz nett sind, und ich weiß, dass es anstrengender sein kann, einen Bibeltext zu verdauen als einen saftigen Cheeseburger. Aber die Auswirkungen von Gottes Wort sind nachhaltiger und kalorienfrei. Ich glaube, eine Mischung aus beidem ist keine schlechte Idee.

Zum Nachdenken ...



1. Geben Sie Ihren Kindern auch Gottes Wort als Nahrung?
2. Was kann auf den ersten Blick in Ihrem Leben appetitlicher aussehen als Gottes Wort?

Lieber Gott, gib mir die Sehnsucht, mich mehr von deinem Wort zu ernähren als vom Fast Food dieser Welt. Gib mir Appetit darauf, dich besser kennenzulernen; und gib allen Dingen, die nicht gut für mich sind, einen bitteren Geschmack. Danke, dass du mir in chaotischen Zeiten Gnade schenkst ... und danke auch, dass mir das große goldene »M« von McDonald's manchmal das Leben leichter macht. Amen.