

Ein Artikel von AB Discovery

Gehüllt in Weichheit

MICHAEL BENT

Gehüllt in Weichheit: Argumente für Windeln rund um die Uhr

Über Kontinenz, Identität und den stillen Mut, ehrlich zu leben

In der Community der Erwachsenen, die sich wie Babys verhalten, wird viel geflüstert, aber selten laut gesprochen. Es geht um etwas, das Außenstehende kaum verstehen können und was viele innerhalb der Community sich selbst nur schwer eingestehen wollen: die Frage, ob man Windeln nicht nur zum Komfort, nicht nur zu Hause, nicht nur nachts, sondern ständig tragen sollte. Rund um die Uhr. Jeden Tag.

Und nicht nur tragen, sondern benutzen. Sie wirklich benutzen. Dem Körper erlauben, das zu tun, was ein Babykörper tut – natürlich und mühelos.

Dieser Artikel richtet sich an genau diese Menschen. Er ist wertfrei geschrieben, ohne die vorsichtigen Ausflüchte, die den Wunsch als etwas Rechtfertigungsbedürftiges behandeln, und ohne die reflexartige Alarmbereitschaft, die so oft jede ehrliche Diskussion darüber begleitet, was erwachsene Babys eigentlich wollen und warum.

Die Angst unter der Windel

Die meisten Erwachsenen, die sich rund um die Uhr wie Babys fühlen und ein Babybaby tragen möchten, tragen neben diesem Wunsch auch eine Angst in sich. Sie liegt unterschwellig da, eine leise, anhaltende Unruhe, die fragt: *Gehe ich zu weit? Überschreite ich eine Grenze? Kann ich wieder zurück?*

Diese Angst verdient es, benannt zu werden, denn sie ist real. Doch es lohnt sich, sie genauer zu betrachten, denn vieles davon hat gar nichts mit der Windel zu tun. Es geht um Sichtbarkeit. Es geht darum, was andere denken. Es geht um die kulturelle

Eingehüllt in Weichheit

Vorstellung, dass Blasenkontrolle das grundlegendste Merkmal von Würde im Erwachsenenalter ist und dass der freiwillige Verzicht darauf bedeutet, das Recht auf Ernsthaftigkeit aufzugeben.

Diese Geschichte stimmt nicht. Sie ist ein soziales Konstrukt, wie die meisten Dinge, die sich wie Naturgesetze anfühlen. Und für erwachsene Babys ist es ein Konstrukt, das im direkten Widerspruch zu ihrem wahren Wesen steht .

Die Validierung von 24/7

Wenn ein erwachsenes Baby anfängt, rund um die Uhr Windeln zu tragen, verändert sich oft etwas, womit es nicht gerechnet hat.

Der ständige, unterschwellige Aufwand , *die Blasenfunktion zu kontrollieren* , die Signale der Blase zu überwachen, alles zu unterbrechen, um zur Toilette zu gehen und die Kontinenz aufrechtzuerhalten, hört einfach auf. Und an ihre Stelle tritt etwas, das viele weniger als Rückschritt, sondern vielmehr als Erleichterung beschreiben. Als Kohärenz. Als das Gefühl, sich in einem stimmigen Selbst wiederzufinden.

Das ist nicht trivial. Für viele ABs ist die Diskrepanz zwischen ihrer inneren Identität und ihrem äußeren Erscheinungsbild eine anhaltende, unterschwellige Belastung. Der Körper eines Erwachsenen verhält sich erwachsen, während etwas im Inneren, im Grunde genommen, kindlich bleibt. Das Tragen von 24/7-Kleidung schließt diese Lücke teilweise. Es bringt Inneres und Äußeres in Einklang. Es ist im tiefsten Sinne des Wortes bestätigend, das heißt, es bestätigt etwas Wahres über das eigene Wesen.

Viele, die diesen Wandel vollzogen haben, berichten von einer verbesserten Emotionsregulation. Sie fühlen sich ruhiger, gelassener und geerdeter. Das unterschwellige innere Konfliktrauschen lässt nach. Das sind keine Kleinigkeiten. Das sind die Voraussetzungen für ein gutes Leben.

Die Frage der Enthaltsamkeit

Dies ist der Teil des Gesprächs, der am häufigsten vermieden wird, und das sollte er nicht.

Viele Erwachsene, die sich wie Babys verhalten, wollen nicht einfach nur Windeln *tragen*. Sie wollen sie *benutzen*. Nicht bewusst, nicht als Show, sondern ganz natürlich, so wie ein Baby. Sie wollen, dass die Signale ihrer Blase in den Hintergrund treten. Sie wollen einnässen, ohne darüber nachzudenken, ohne es bewusst zu entscheiden, ohne die Peinlichkeit eines bewussten Harnverlusts. Kurz gesagt: Sie wollen, dass ihr Körper ihre Identität widerspiegelt.

Der Fachbegriff für das Phänomen, dass jemand aufhört, seine Blase bewusst zu kontrollieren, wenn die erlernte Kontinenzgewohnheit nachlässt, ist *Inkontinenz*. Dieser Begriff ist jedoch klinisch geprägt und beschreibt die Erfahrung für uns nicht korrekt. Für einen Erwachsenen, der bewusst auf Kontinenz hinarbeitet, handelt es sich nicht um eine Krankheit, die ihn betrifft. Es ist ein Zustand, den er aktiv, bewusst und willentlich anstrebt.

Was passiert physiologisch, wenn jemand ganztägig Windeln trägt und aufhört, bewusst auf Kontinenz zu achten? Die konditionierte Reaktion lässt mit der Zeit nach. Der Körper, der nicht mehr das Signal zum *Einhalten erhält* und darauf reagiert, hört auf, automatisch einzuhalten. Dieser Prozess verläuft individuell sehr unterschiedlich. Bei manchen vollzieht er sich allmählich über Wochen oder Monate, bei anderen dauert es länger, und eine gewisse willentliche Kontrolle bleibt dabei dauerhaft erhalten. Der Körper ist keine Maschine mit einem einzigen Schalter. Doch für viele ist dieser Prozess real und bedeutsam: weniger Harndrang, weniger bewusste Anstrengung und schließlich ein natürlicheres, reflexartiges Verhältnis zur Windel, das sich körperlich und gefühlt wie ein echtes Baby anfühlt.

Genau das erhoffen sich viele erwachsene Babys, wenn sie sich dazu entschließen, rund um die Uhr in die Rolle des Babys zu

Eingehüllt in Weichheit

schlüpfen. Nicht nur das Kleidungsstück selbst. Sondern die gesamte Erfahrung. Die vollständige körperliche Übereinstimmung zwischen dem Körper, den sie bewohnen, und dem Baby, das sie im Innersten sind.

Ehrlich leben

Darin liegt eine Art von Mut, die man leicht übersehen kann.

Die Erwachsenenwelt basiert auf der Annahme, dass jeder seine Blase bewusst kontrolliert. Öffentliche Toiletten, Arbeitszeiten, gesellschaftliche Erwartungen – all das setzt ein bestimmtes Verhältnis zwischen Körper und Willen voraus. Ein erwachsenes Kind, das sich für ein anderes Leben entscheidet, stellt diese Annahme infrage und muss sich daher im praktischen und sozialen Umfeld mit Vorsicht, Diskretion und beachtlicher Selbstbeherrschung bewegen.

Diejenigen, die es tun, berichten, dass sie danach weder Demütigung noch Scham erleben, sondern etwas, das eher Frieden bedeutet. Die Windel wird einfach zu einem Teil ihres Lebens – unaufdringlich, bequem und auf eine stille, zutiefst richtige Weise.

Dieser innere Frieden ist wichtig. In einer Kultur, die erwachsenen Menschen, die sich wie Babys verhalten, kaum Raum für ein authentisches Leben lässt, ist jede Lebensform, die echten Selbstausdruck ermöglicht, kostbar. Für viele ist das Tragen von Kleidung rund um die Uhr das, was dem Leben ihrer wahren Persönlichkeit am nächsten kommt .

Ein Hinweis zu praktischen Aspekten

Es wäre unehrlich, nicht anzuerkennen, dass ein Leben rund um die Uhr praktisches Denken erfordert. Die Wahl der richtigen Windeln ist wichtig, sowohl für den Komfort als auch für die Diskretion. Hautpflege wird unerlässlich. Die Haut mit geeigneten Cremes und Schutzbarrieren gesund zu halten, ist keine Option. Ausreichende Flüssigkeitszufuhr ist wichtig. Der Instinkt, weniger

Eingehüllt in Weichheit

zu trinken, um das Einnässen zu reduzieren, ist kontraproduktiv und belastet den Körper.

Soziale Mobilität erfordert Planung. Mit den richtigen Produkten ist die 24/7-Betreuung praktischer zu bewältigen, als viele annehmen, und für diejenigen, die eine Pflegekraft oder einen Partner haben, wird die Organisation deutlich einfacher. Viele, die dies hauptberuflich tun, berichten, dass es nach einer Eingewöhnungsphase einfach zum Alltag gehört, unauffällig und komfortabel ist und nicht mehr im Vordergrund ihrer Aufmerksamkeit steht.

Fazit: Der Wert

Viele Erwachsene, die sich im Grunde wie Babys fühlen, fragen sich jahrelang still, ob ihr Wunsch nach Windeln rund um die Uhr das Risiko wert ist. Ob es die damit verbundene Verletzlichkeit wert ist. Ob es die praktischen Schwierigkeiten wert ist. Ob es die Umstellung wert ist.

Die ehrliche Antwort, basierend auf den Erfahrungen derjenigen, die diese Entscheidung getroffen haben, lautet fast immer ja.

Nicht, weil es alle Spannungen im AB-Erlebnis auflöst. Nicht, weil es die Welt plötzlich vereinfacht. Sondern weil es von tiefgreifender Bedeutung ist, im Einklang mit dem eigenen Wesen zu leben, einen Körper und einen Alltag zu erleben, die die eigene innere Wahrheit widerspiegeln, selbst wenn auch nur teilweise und unvollkommen.

Die Windel ist kein Symbol für Versagen oder Rückschritt im abwertenden Sinne. Sie ist nichts, was man tolerieren oder hinter Euphemismen verstecken sollte. Für ein erwachsenes Kind ist sie im besten Fall ein ehrlicher Ausdruck der eigenen Persönlichkeit. Sie ständig zu tragen, ist für viele die vollkommenste Form dieser Ehrlichkeit.

Eingehüllt in Weichheit

Und Ehrlichkeit, selbst die stille, häusliche Art, die man unter der Kleidung trägt, ist immer etwas wert.

Geschrieben für die Adult-Baby-Community, mit Respekt und Herzlichkeit.