

Eine Liebeserklärung

Als ich dich beobachte, überlege ich mir, was du mir alles gibst. Als Erstes kommt mir der Augenblick in den Sinn. Du schenkst mir nicht nur viele besondere Momente, sondern auch eine permanente Art von Augenblicklichkeit, auf die ich mich nur einzulassen brauche. Du lebst nur im Moment, machst dir keine Gedanken oder Sorgen und kontrollierst dich nicht. Wie ein Schwamm saugst du alles in dich auf und zeigst unmittelbar, was gerade in dir abgeht. Es ist nicht so, dass ich nicht auch andere Tätigkeiten sehr bewusst und intensiv erleben könnte, aber mit dir ist es anders. Du konzentrierst dich nicht auf irgendetwas, sondern machst einfach, wonach dir gerade ist. Du bist einfach du selbst und kannst gar nicht anders als authentisch sein. Weil dir dein Leben zudem eher geschieht, als dass du es irgendwie steuern würdest, können sich jederzeit magische Momente ergeben, die plötzlich und unerwartet auftreten. Ich muss nichts tun, außer abzuwarten, bis du mir wieder einen schenkst.

Diese kleinen Highlights sind aber nur die Sahnehäubchen auf dem Grundgefühl, das ich mit dir erleben kann. Sobald ich mich voll auf dich einlasse, übernehme ich deine Zeit und deine Augenblicklichkeit. In Erinnerung bleiben vor allem die Glücksmomente, für die es so wenig braucht. Es

reicht schon, wenn du den Mond siehst oder Fangen spielen darfst. Wenn ich will, kann ich das Glück sogar bewusst auslösen, indem ich dich beispielsweise an beiden Händen halte und mich schnell um meine eigene Achse drehe, sodass du in der Luft schwebst und dich wie in einem Karussell drehst. Das Gefühl, das du auslöst, wenn du mich dann voller Glück anschaust, ist unbezahlbar und unvergleichlich. Schon vor einiger Zeit habe ich begonnen, die intensivsten Momente mit dir zu sammeln. Du bietest mir diese ungewollt ständig an, ich muss sie nur erhaschen und aufnehmen. Ein solcher Moment und der Tag ist ein guter Tag für mich. Er ist zwar im Nu vorbei, bleibt aber für immer in Erinnerung.

Ausserdem gibst du mir Entschleunigung. Noch bist du meistens langsam. Du hast keine Eile, du musst nicht in einer bestimmten Zeit ein Ziel oder irgendeinen Ort erreicht haben. Noch ist für dich alles aufregend, selbst das, was du schon dutzende Male gemacht oder gesehen hast. Auf dem immer gleichen Spaziergang pflegst du deine Gewohnheiten, einzelne Dinge, die du immer genau gleichmachst. Oder du variiert Kleinigkeiten, indem du etwa auf dem Mäuerchen gehst statt auf dem Weg, oder herausfinden willst, ob sich darauf auch ein Kinderwagen schieben lässt. Dazwischen willst du Neues entdecken, wobei es scheint, als wä-

ren die Routinen das Basislager für deine Entdeckungstouren. Auch ich habe dann Zeit, treibe dich nicht an, sondern lasse mich von dir treiben, indem ich dir folge und mich deiner Geschwindigkeit anpasse. Wenn ich das tue, lasse ich sofort allen Stress, die Hektik und die To-do-Listen hinter mir, so als wären sie gar nicht da. Zu Beginn war dein Tempo extrem langsam, weil noch alles neu für dich war und es buchstäblich an jeder Ecke etwas zu entdecken gab. Jetzt wirst du zwar immer schneller und zielstrebig, aber das Gefühl der Entschleunigung hat sich bis jetzt erhalten. Dazu, dass ich mich deinem Tempo anpassen und nicht dir meines aufzwingen möchte, habe ich mich schon nach einigen Monaten entschieden. Das wollte ich so, ohne dass mir damals bewusst war, welcher Reichtum sich dadurch für mich erschliessen würde. Denn auf der Überholspur lassen sich keine Blumen am Wegesrand pflücken, sofern man sie überhaupt sieht. Diesen Gewinn mitzunehmen, geht nur langsam. Und alles, was ich tun muss, ist, meine Augen zu öffnen und zu versuchen, deinen Blick auf die Welt zu übernehmen. Wenn ich auf diese Weise mit dir unterwegs bin, kann mich nichts ablenken.

Und dank dir habe ich sogar im Alltag gelernt, die Zeit besser zu nutzen, Minuten zu einer gefühlten halben Stunde zu dehnen. Beispielsweise, indem ich in kurzen Mittagspausen

ein paar Minuten Langsamkeit zelebriere. Es reicht schon, auf diese Weise an der Sonne einen Cappuccino zu genießen, um mich in kürzester Zeit zu erholen. Ich glaube, das habe ich dir zu verdanken. Ebenso die Achtsamkeit. Die kleinen Dinge wieder mehr oder intensiver zu sehen. Wenn ich versuche, die Perspektive zu wechseln und die Welt durch deine Kinderaugen zu sehen, wird sie viel reicher. All die Sachen, die dich interessieren und anregen, schärfen auch meinen Blick. Gerne nehme ich mir Zeit für die Dinge, die ich selbst wohl übersehen hätte. Manchmal hat das Zusammensein mit dir sogar etwas Meditatives, vor allem dann, wenn ich dich beobachte, wie du völlig in deinem Spiel versunken bist, zum Beispiel wenn du eine Stunde lang nur Wasser von einem Eimer in einen anderen umschüttest oder im Sandkasten deine Förmchen füllst. Wenn ich dich dann genau beobachte und meinen Fokus völlig auf dich richte, ist das Entspannung pur.

Aber was ist das Schönste, das du mir gibst? Ist es diese bedingungslose Liebe, wie man sie wohl nur für die eigenen Kinder empfinden kann? Dieses mit nichts zu vergleichende Gefühl ist vielleicht dein grösstes Geschenk. Diese Liebe, die ich empfinde, wenn ich dir zusehe, wenn ich dich beobachte, wenn du dich an mich kuschelst, wenn du mir einen Kuss gibst, wenn dir ein kleiner Unfall passiert, wenn dir dicke

Tränen über die Wangen kullern, oder auch nur, wenn ich dir zusehe, wie du mit deinen kleinen Beinchen rennst. Ich kann es nicht beschreiben, dieses so warme und tiefe Gefühl – es ist, als würde man für ein paar Sekunden in einen Ozean von Liebe und Glück eintauchen. Es fühlt sich an, als würde man eine Farbe, die man zuvor allenfalls mit anderen vermischt gekannt hat, völlig pur erfahren. Wenn du mich glücklich oder liebevoll anschaust, geht mir jedes Mal das Herz auf. Dies muss der Grund sein, weshalb ich stets das sichere Gefühl habe, dass du mir mehr Kraft gibst als du mir nimmst, selbst wenn du mich um den Schlaf bringst oder mir den letzten Nerv raubst. Das eine vergeht sofort, während das andere bleibt. Einige Sekunden genügen, um meinen Energietank wieder aufzufüllen.

Zudem fühlt sich auch die im Grunde riesige Verantwortung für dich nie wie eine Last an, obwohl ich nicht selten unsicher bin, wie ich mich gerade verhalten soll. Soll ich dir helfen, wenn du zum ersten Mal das Seilgerüst hochklettest? Soll ich loslassen und vertrauen oder dich aufhalten, wenn du mit deinem Laufrad Tempo aufnimmst? Es gibt sie nicht, die Gewissheit, und kein richtig oder falsch, nur Graubereiche, zumal du dich ja auch laufend entwickelst. Ich habe mich entschlossen, mich vor allem auf mein Gefühl statt auf irgendwelche Erziehungsratgeber zu verlassen.

Klar ist, dass du ohne uns, deine Eltern, immer noch völlig aufgeschmissen wärst, nicht fähig, für dich selbst zu sorgen. Du brauchst uns, und das ist auch eine riesige Verpflichtung. Diese fühlt sich allerdings fast nie als Belastung an, sie ist einfach nur da, und wenn es sein müsste, würde ich mich für dich ohne zu überlegen vor einen fahrenden Zug werfen.

Und da ist noch etwas, etwas, woran ich bisher noch nie gedacht habe, das aber mit dieser Verantwortung zusammenhängt: Du gibst meinem Leben mehr Bedeutung als alles andere, was ich besitze oder tue. Nicht Sinn, in dem Sinne, dass mein Leben ohne dich keinen Zweck hätte, nein, das ist es nicht. Wir könnten auch ohne Kinder ein erfülltes Leben führen, und auch mein Beruf ist alles andere als bedeutungslos, sondern sinnvoll und wichtig. Aber weil die Verantwortung für dich so unendlich viel wichtiger ist als irgendein Projekt oder ein Gutachten, bringst du mehr Bedeutung in mein Leben. Es geht nicht um Sinn, sondern um Bedeutsamkeit. Und mehr als das. Du hast mich jetzt schon so viel reicher gemacht, reich an Glücksmomenten. Und diese sind die Währung, in der ich meinen Reichtum ermesse. Diese magischen Momente sind es, für die ich lebe. Auch das hast du mir vor Augen geführt. Du schenkst mir nicht nur besonders viele dieser Glücksmünzen, sondern hast mich auch gelehrt,

dass es auf diese besonders ankommt. Denn es ist etwas anderes, wenn ich etwas kaufe oder konsumiere, das ich mir gewünscht habe. Auch dann stellt sich zwar ein Glücksgefühl ein, es ist allerdings flüchtig und für immer verschwunden, sobald der erste Moment vorüber ist. Wie bei einer Droge müsste ich bei diesen Dingen ständig nachlegen, um das Gefühl wieder zu spüren, während ich auf die magischen Momente immer und immer wieder zurückgreifen kann. Als das wirklich Bleibende verblasen sie nicht in der Erinnerung. Niemals. Danke dafür!

In Liebe, dein Papi