



Zur Person

Dott. Sergio di Fusco

Sergio di Fusco, Jahrgang 1960, studierte Geschichte und Literatur in Italien, lebt seit 1988 in Deutschland und arbeitet seit 1994 als Freier Journalist für Hörfunk und Presse. Der Vater von zwei Kindern trainiert seit über zwei Jahren im Kieser Training-Betrieb Lübeck.

www.difusco.de

Kinder, Kegel, Kieser

«Ein schlapper Papi ist nichts. Kraft braucht man nicht bloß, um übermutige Töchterchen in letzter Sekunde vor dem Unheil zu bewahren, sondern auch, um die banalen Aufgaben des Elternseins zu meistern.»

«Schau mal Papi, ich bin ein Affe», trällerte meine Tochter. Sie sprang hin und her, machte Geräusche mit dem Mund und begann, die Seitenteile des Hochbettes hoch zu klettern. Wie ein echter Schimpanse hangelte sie von einer Strebe zum nächsten Pfosten, während ich ihr Ungestüm mit einer Mischung aus Stolz und Neid betrachtete. Behände hatte sie geschafft, sich durch alle möglichen Öffnungen des Bettgerüsts hinein und wieder hinaus zu schlängeln.

Inzwischen war sie ganz oben angekommen. Sie richtete sich auf der Matratze auf, spreizte die Arme, blickte auf die pausbackigen Gipsengelchen, die uns von der Decke beobachteten, und jauchzte begeistert: «Und jetzt bin ich ein Vogel, ich kann fliegen!» Dabei sprang sie vertrauensvoll in die leere Luft.

Hochbetten sind eine teuflische Erfindung. Insbesondere für Väter, die ihre

nicht ganz flugfähigen Küken vorm sicheren Absturz retten wollen. Denn was in meinen Armen landete, war kein zarter Spatz, sondern ein massiger Wackerstein, den ich nur mit Mühe halten konnte. «Noch mal!», forderte sie. «Nee, ein anderes Mal», stöhnte ich leise. Der wunderbare Flug meiner Tochter hatte mich eine schlimme Zerrung des Nackenmuskels gekostet. Zwei Wochen lang musste ich eine lästige Halskrause tragen. «Ein bisschen schwach der Rücken, nicht wahr?», diagnostizierte der Orthopäde.

Auf diese Weise lernte ich es: Ein schlapper Papi ist nichts. Kraft braucht man nicht bloß, um übermutige Töchterchen in letzter Sekunde vor dem Unheil zu bewahren, sondern auch, um die banalen Aufgaben des Elternseins zu meistern. Wie viel wiegt ein Baby auf dem Arm, wenn es um drei Uhr nachts wegen Bauchschmerzen schreit und sich nicht

beruhigen lässt? Fünf Kilo? Fünf Zentner sind es! Wie viel Kraft benötigt man, um Kind, Kinderwagen und noch den Einkauf bis in den dritten Stock einer Altbauwohnung zu hieven? Oder um alle die sich wundersam vermehrenden Stofftiere vom Boden wegzuräumen?

Stark und flink war ich schon mal gewesen. Aber meine Familienplanung folgte dem heute normalen Trend zur verspäteten Elternschaft: Die Kinder und die ersten Symptome der gängigen Zivilisationskrankheiten kamen gleichzeitig. Mit 35 hatte ich eine Tochter und ein knackendes Knie; mit 40 einen Sohn und einen steifen Rücken.

An manchen Tagen fiel es mir sogar schwer, die Socken anzuziehen. Den Kleinen auf den Wickeltisch zu heben war dann schon eine harte Übung. Mit den Kindern raufen und toben? Das war so gut wie unmöglich. Es war keine angenehme Erfahrung, wenn Tochter und Sohn am frühen Sonntagmorgen auf das Ehebett sprangen und ich vor Rückenschmerzen erstarrte. Sie waren enttäuscht, dass sie nicht mit mir spielen konnten. Und ich war es auch, dass ich nicht mit ihnen spielen konnte. Kinder haben ist schön. Man muss sie aber auch verkraften.

Irgendwann hatte das Christkind wohl Mitleid mit diesem schlappen Papi und legte einen gelben Gutschein unter den Tannenbaum: Ein Probeabonnement für das Kieser Training. Die Ergebnisse waren verblüffend und die ersten, die sie bemerkten, waren die Kinder. Sie merkten, dass ich nicht mehr jammerte, wenn sie sich auf mich stürzten. Ich stöhnte

nicht mehr so viel, wenn ich Bobbycar und Fahrräder schleppen musste. Ich lächelte sogar, wenn ich sie abends ins Hochbett hob. Und sie klatschten und jubelten vor Begeisterung, als ich meine Frau auf dem Rücken durch den Garten trug. «Du kannst eine ganze Frau hoch heben!», staunten sie.

Neulich zog die kleine Rotznase den Ärmel hoch, stützte seine milchweißen Ärmchen mit dem Ellbogen auf den Tisch, ballte die Faust und forderte mich heraus: «Ich wette, ich bin stärker, Papi!» Beim Armdrücken in der Küche hatte dann jeder seinen Heidenspaß. Die Kinder schummelten, zerrten zu zweit, kicherten und schrien und setzten alles daran, den nicht mehr so schlappen Vater zu besiegen. Sie fanden es toll, ihre Kräfte zu messen und ich fand es toll, ihr «Sparring Partner» zu sein.

Diese Erfahrung der Kraft gehört zum gesunden, auch zum psychischen Wachstum unabdingbar dazu. Kinder brauchen dafür allerdings halbwegs starke, halbwegs strapazierfähige Eltern. Das regelmäßige Schwitzen an den Maschinen im Kieser-Betrieb hat mir und meiner Familie etwas Wertvolles gebracht: einen robusteren Vater, der das turbulente Leben mit Kindern leichter schultert und genießt. Und der gelegentlich von einem dritten Kind fantasiert. Die Kraft dafür wäre da.