

Michael Frey Dodillet

Leeres
Nest,
volle
Panik

Michael Frey Dodillet

Leeres
Nest,
volle
Panik

Wie wir als Eltern den Auszug
unserer Kinder überleben

Mit Illustrationen von Nathalie Brink

HEYNE <

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten,
so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung,
da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich
auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.



Verlagsgruppe Random House FSC® Noo1967

Copyright © 2020 by Wilhelm Heyne Verlag, München,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH,
Neumarkter Straße 28, 81673 München
Redaktion: Judith Schwaab
Umschlaggestaltung: Nele Schütz Design, München,
unter Verwendung einer Illustration von Nathalie Brink
Innenillustrationen: Nathalie Brink
Herstellung: Helga Schörnig
Satz: Leingärtner, Nabburg
Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck
Printed in Germany
ISBN: 978-3-453-20278-8

www.heyne.de

*Für Max, Lotta und Marie.
Die Besten. Aus Gründen.*



Kaum sind sie da,
schon sind sie weg

Sommer 1999

Oberhalb von Grasse schnurrt ein dunkelgrüner, feriengepäcküberladener Renault Espace durch die Serpentinaen der Provence. Vor lauter Begeisterung, wieder einmal in heimatlichen Gefilden zu sein, genehmigt sich der Sechszylinder fünfzehn Liter. Die Abendsonne wirft ein warmes Licht auf die beiden Dachkoffer und die karg bewachsenen Hügel der auslaufenden Alpes Maritimes. Ein tiefviolettes Lavendelfeld der Gattung *Lavandula angustifolia* gibt alles, um die Bewunderung der fünf Fahrgäste auf sich zu ziehen. Es gelingt ihm nicht. Stella hat den Kopf in den Tiefen einer Strandtasche vergraben und wühlt nach einem Waschlappen für Max' eisverschmierte Pfoten. Max ist fünf Jahre alt und braucht im Sommer unendlich viel Zeit, um schnell schmelzende Erfrischungen zu verzehren, weil ihn beim Essen grundsätzlich alles interessiert, nur nicht das Essen.

»Gott, mir wird schlecht, wenn ich die Straße nicht sehe«, klingt es dumpf aus dem Reiseutensil.

»Die Polster sind abwaschbar, Schatz«, sage ich. »Außerdem sind da hinten alle klebrig. Da wird ein Lappen nicht reichen.«

»Irgendwo muss man anfangen.«

Mütter denken pragmatisch.

Lotta späht hinten aus dem Fenster und verdreht den Kopf mit der Ungeduld, die allen Dreijährigen innewohnt, nach links, rechts, oben und unten. Sie will noch einmal das Meer sehen, an dem wir den Tag verbracht haben. Das liegt fünfzig Kilometer hinter uns im Dunst. Fünfzig Zentimeter hinter mir sitzt Marie und hat eine rote Birne. Wenn Anderthalbjährige aus heiterem Himmel farbig anlaufen, kann man sich mental schon mal auf einen Windelwechsel vorbereiten.

Der Einzige, der nicht rotiert, klebt oder drückt, ist der Hund. Der liegt im Mittelgang und macht *Wuup-Wuhuup*.

»Das heißt Wuup-Wuhuup«, übersetzt Max. Er spricht fließend Hund. »Gleich sagt er *Wooaarrgghh!*«

Wie auf Bestellung reihert der Hund einen Liter schaumiges Meerwasser mit undefinierbaren Stückchen ins Auto.

»Kinder, das kommt davon, wenn man beim Schwimmen den Mund nicht zumacht«, versucht Stella pädagogisches Kapital aus der verfahrenen Situation zu schlagen. Leider hört die Zielgruppe nicht zu. Max ist aus Solidarität mit dem Hund jetzt ebenfalls schlecht. Marie quengelt nach Körperpflege. Lotta will ein belegtes Brot. Ohne Tomate!

Ich fahre rechts ran.

Wir reißen die Türen auf und lassen Luft ins Fahrzeug. Der Hund prescht hinaus, jagt ein Eichhörnchen auf den Baum und verschwindet auf den Spuren der Kaninchenkötel im kniehohen Bewuchs des Maquis. Das ist nicht schön. Er wird vielleicht eine Hausziege bedrohen und erlegen. Max fällt der Saftbecher in den Dreck. Lotta kaut selig. Der frisch gewickelte Kackfisch möchte auch ein Brot, aber keine Katulle. Katulle heißt Klappstulle, und Klappstullen schmecken nicht, weil sie zu viel Brot und zu wenig Draufzeugs enthalten. Irgendwer kriegt einen mittelschweren



An dieser Stelle einen ganz herzlichen Gruß
an den Erfinder der Einmalwindel.

Schreikrampf. Es ist nicht meine Frau. Die Sonne, obschon tief stehend, brennt mit knapp dreiunddreißig Grad in das Idyll. Es riecht nach Abendstuhl, Leberwurst und Sonnenmilch. Ein Kind – ich habe vergessen welches, auf jeden Fall eines, das halbwegs artikuliert sprechen kann – möchte ins Retorang. Matt winke ich ab.

»Mit diesem Trio infernal gehe ich nirgendwo auswärts essen«, ächze ich.

»Ich auch nicht«, sagt Stella. »Ich habe heute nicht mehr die Nerven, um die Igitts von der Pizza zu kratzen.«

Als der Hund nach einer Dreiviertelstunde zurückkehrt, offensichtlich ohne nennenswerten Schaden angerichtet zu haben, fahren wir zurück auf den Campingplatz. Dort servieren wir ungesunde Schokokekse, bringen drei glückliche Kinder ins Luftmatratzenbett und freuen uns auf einen Restabend voller Zweisamkeit.

Ungefähr drei Minuten nach dem Korkenziehen schlafen wir ein.

Sommer 2019

Oberhalb von Grasse dieselt ein weißer, entspannt halb voll gepackter Bulli durch die Serpentinien der Provence. Die Abendsonne wirft ein warmes Licht auf zwei Fahrräder am Heck und die karg bewachsenen Hügel der auslaufenden Alpes Maritimes. Ein tiefviolettes Lavendelfeld gibt alles, um ...

»Jetzt schau dir bloß diesen prachtvollen Lavendel an!«, schwärmt Stella und nimmt die Sonnenbrille ab.

»War der schon immer da?«, frage ich. »Das Feld habe ich noch nie gesehen.«

»Keine Ahnung, ich auch nicht.« Sie fischt eine Papiertüte vom Grasser Wochenmarkt aus der Provianttasche. »Öbsterchen?«

Ich greife nach dem Apfelschnitz und blicke aus schierer Gewohnheit in den Rückspiegel, um vertraute Gesichter ausfindig zu machen, die gleich »Ich auch! Ich auch!« rufen werden. Keines da. Nur Hund zwei reckt sich auf der Rückbank. Der passionierte Fleischfresser hebt bei »Öbsterchen« noch nicht mal die Augenbraue.

Ich fahre rechts ran.

Wir parken unter schattigen Bäumen und holen die Liegestühle heraus. Hund zwei wechselt von der Rückbank unter einen Baum, ohne den Schlafmodus zu verlassen. Hausziegenumbringen gehört nicht zu seinen Kernkompetenzen. Im Gegensatz zum Vorgänger kann man sich mit ihm gesellschaftlich überall blicken lassen.

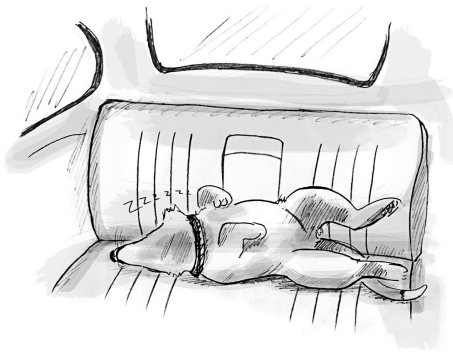
»Wo wollen wir heute Abend essen gehen?«, murmele ich, bevor ich einnicke.

»*La Bastide* in Moustier«, höre ich meine Frau aus weiter Ferne schwärmen. »Da will ich schon seit zwanzig Jahren hin. Keine Pizza. Keine Nudeln. Keine Pommes. Stattdessen ein Saint-Pierre mit Birne und Meerrettich und von Aperitif bis Digestif geschlagene vier Stunden Zeit zum Essen.«

»Klingt verlockend.«

»Und kein Hund, der den Tisch über die Terrasse zerrt, weil plötzlich eine Katze über den Kies rennt.«

Zwei Smartphones brummen gleichzeitig. In der WhatsApp-Gruppe »Eltern im Traumurlaub« ist eine Nachricht eingegangen. Vermutlich möchte einer von drei Schätzen wissen, wo wir gerade sind. Wir können nicht antworten, weil wir beide selig dösen. Nachdem wir eine Zwischenmahlzeit einnehmen konnten, ohne hinterher das ganze Auto aussaugen zu müssen! Nachdem wir den



Gassi auf Provenzalisch. Es reicht völlig,
dass im Traum die Eichhörnchen rennen.

wunderbaren Ausblick genossen haben, ohne dass jemand »Boah ey, endlich weiter, Mann« wollte! Und bevor wir ein exquisites Retorang aufsuchen und ein Fischgericht mit unaussprechlichem Namen bestellen werden, ohne dass einer volle Pulle BAAAAHHHH durch den Saal krähen wird!

Neun Dingsbumse und eine Preisfrage

So viel zum Reisen im Familienverband. Jetzt kommt die Preisfrage: Für welche Lebenssituation, glaubt ihr, braucht es alle Kraft, Kreativität und Energie, die euch zur Verfügung stehen? Welche Szene geht euch, wenn ihr länger darüber nachdenkt, wirklich an die Nieren?

Einen herzlichen Glückwunsch an alle, die gerade »Die zweite natürlich!« geseufzt haben. Ihr liegt goldrichtig. Das Chaos der ersten Szene kriegt ihr immer in den Griff. Eltern sind Improvisationskünstler. Die zweite ist das wirkliche Problem. Die Kinder sind nämlich nicht mehr da. Alle Schlecker- und Kleckermäuler, alle Boah-Ey-Weiter-Woller und BAAAAHHHH-Kräher sind weg. Erwachsen und weg. Max kocht in einem Sternerestaurant in Stuttgart, Lotta studiert in Sydney und will anschließend nach Weißgottwohin, Marie lässt sich in München zur Marketingkauffrau ausbilden.

Zurück bleibt das Pärchen von damals, das gemeinsam drei Kinder großgezogen und sich jahrelang nicht mehr um sich selbst gekümmert hat. Zurückgeworfen auf eine Zweisamkeit, die es gar nicht mehr gewohnt ist. Irgendwas war doch immer, oder? Spontan organisierte Candlelight-Romantik scheiterte an klingelnden Telefonen mit erbosten Lehrern am anderen Ende der Leitung. Längst fällige Gespräche bei einem Kaffee im Garten wurden von

Sommerknien unterbrochen, die dringend verarztet werden mussten. Türen flogen in den ungünstigsten Momenten auf.

Jetzt sitzen sich die beiden auf einmal gegenüber und reiben sich verwundert die Augen. So, so, sagen sie, in dich habe ich mich also verliebt vor fünfundzwanzig Jahren. Sie sehen ziemlich mitgenommen aus, leicht ergraut und etwas krähenfüßig und bei Weitem nicht mehr so knackig wie früher. Keiner von ihnen weiß genau, wie die nun kommende Phase ihres Lebens aussehen wird. Aber ihnen ist klar, dass alles entscheidend davon abhängen wird, wie viel von jenem glücklichen Liebespärenchen aus den Neunzigern noch übrig geblieben ist. Womöglich haben sie sich selbst zu sehr vergessen und nur noch aufs Elternsein reduziert. Oder sie haben sich – was für ein Albtraum! – zwanzig Jahre lang nicht beim Namen genannt, sondern nur noch mit *Mami* und *Papi* angeredet.

Was die beiden jetzt brauchen, um ihr neues, kinderloses Leben auf die Reihe zu kriegen, ohne völlig bekloppt zu werden, sind zwei Handvoll Eigenschaften. Oder besser Errungenschaften? Dinge? Dingsbumse? Mir fällt das passende Wort nicht ein. Die Engländer würden Skills sagen. Qualifikation oder Kompetenz trifft es aber auch nicht hundertprozentig, und ich bin gerade zu faul, um den Duden durchzustöbern, bis es klick macht.

Die gute Nachricht ist jedenfalls: Alle neun Dingsbumse sind schon da. Die Kinder haben sie uns gelehrt. In den letzten zwanzig Jahren sind sie in uns gereift und gewachsen. Wenn wir imstande sind, sie auf die eigene Partnerschaft anzuwenden, überstehen wir die restliche Zeit unseres Lebens nicht mit Ach und Krach, sondern können sicher sein, dass sie richtig gut werden wird.

Humor zum Beispiel ist so eine wichtige Eigenschaft. Humor hilft immer. Am besten einer der verwegenen Sorte:

»Sag mal Klettergerüst.«

»Klettergerüst.«

»Du hast 'ne nackte Frau geküsst!«

Zu Kindergartenzeiten war das auch nach der hundertzwölften Wiederholung noch der absolute Brüller.

Oder Vertrauen. Das ist etwas ganz Wunderbares! Vor allem, wenn es unerschütterlich ist. Ihr erinnert euch nicht, wer euch das vorgelebt hat? Überlegt mal scharf! Könnte es damals gewesen sein, als ihr euch beim Kaninchenstallbauen den Daumen blau gehauen habt und eure Kinder euch strahlend angesehen und verkündet haben: »Du kannst das. Du bist ein Papa.«

Mut gehört ebenfalls dazu. Ihr müsst euch auf das Unbekannte einlassen können. Wenn ihr verzagt, denkt einfach an das »Höher! Höher!«-Jauchzen eurer Kinder auf der Spielplatzschaukel. Nicht zu vergessen Neugier (»Regenwurm schmeckt nicht.«), Aufrichtigkeit (»Die Marie war's nicht. Ich war's.«), Toleranz, Gelassenheit und Liebe.

Waren das neun? Nein, eins fehlt noch. Der Eigennutz. Der ist wirklich wichtig. Dieser gesunde Egoismus, der euch noch aus den Sandkastenzeiten eurer Kinder in Erinnerung geblieben ist: »DAS IST MEIIIIIIIN BAGGER!« Viele Erwachsene haben vor lauter Vorbildsein und Familienorganisieren sich selbst vergessen und sollten dringend wieder lernen, ein bisschen mit dem Fuß aufzustampfen.

Diese neun Eigenschaften braucht ihr. Und darum wird es in diesem Buch gehen. Es ist ein Buch über ehemalige Liebespaare, die Eltern wurden, gemeinsam die Kinder gestemmt haben und sich, nachdem der letzte Vogel das Nest verlassen hat, verdattert fragen, wo um Himmels willen die Verliebten von damals geblieben sind.

Kein Ratgeber, sondern ein Mutmachbuch.

Was einem sehr, sehr fehlt.

- ▶ Der Duft von sonnenwarmem Babyhaar.
- ▶ Tiefenphilosophische Betrachtungen wie »Der Papa ist ein Bömbelschaf. Wir sind alle Bömbelschafe.«
- ▶ Durchschwatzte Abendessen am voll besetzten Küchentisch.

Was einem nicht so fehlt.

- ▶ Das wurksende Geräusch am Ohr, gefolgt von dem warmen Gefühl, wenn Milchkotze langsam die Halsbeuge hinunterläuft.
- ▶ Das latente Übergewicht, weil man »aus Respekt vor den Bauern« immer das Übriggebliebene auf den Tellern wegfuttert.
- ▶ Pudelnass unter der Dusche feststellen, dass wieder mal alle Handtücher weg sind.

Was einem überhaupt gar nicht fehlt.

- ▶ Hungrige Sirenen, die alle zwei Stunden gestillt werden wollen.
- ▶ Barfuß auf ein Bauklötzchen treten, wenn man nachts um drei ins quengelnde Kinderzimmer muss.
- ▶ Ambitionierte Elternabende, die mit dem Satz »Wie Sie alle wissen, geht es heute um die Causa Dodillet« beginnen.

Für alle, die es bis hierher geschafft haben.

Also ihr und wir!

Wenn ich »ihr« sage, meine ich euch, die ihr das Buch gerade lest. Wenn ich »wir« sage, meine ich die Dodilletts, von denen das Buch handelt. Und wenn ich »du« sage, meine ich meine Frau Stella.

Inhaltsverzeichnis

oder:

Was ihr braucht, um nicht völlig bekloppt
zu werden, wenn eure Kinder ausziehen

1 *Vertrauen*

oder: Es tut immer noch so gut,
deine Hand zu spüren 23

2 *Toleranz*

oder: Deine Macken sind auch nicht mehr das,
was sie mal waren 43



3 *Mut*

oder: Einfach mal
wieder ein bisschen
höher schaukeln 65

4 *Humor*

oder: Kommt eine
schwangere Frau
in die Bäckerei 85

5 *Liebe*

oder: Erotische Vergnügung
mit drei Buchstaben 107



6 *Neugier*

oder: Tantra-Yoga im Leberwurstanzug
ist auch ein schönes Hobby 127

7 *Eigennutz*

oder: Moment mal, das ist *mein* Bagger 147

8 *Aufrichtigkeit*

oder: Nicht alle Schwindler haben kurze Beine 171

9 *Gelassenheit*

oder: Ruhig mal fünfundfünfzig gerade sein lassen 193

»Ich bringe ihr seit 48 Jahren jeden Sonntag
einen Milchkaffee ans Bett.« – »Mittlerweile
vertrage ich Kaffee gar nicht mehr.« – »Ich
bringe ihn trotzdem.«

(Hilda und Bernd, 73 und 75, Kinder schon
lange aus dem Haus)

