



Ein ganz besonderer Tag!

Manchmal, ... wenn du gar nicht damit rechnest, ... kann ein wunderschöner, sonnengelber Briefumschlag mit einem hübschen Alpakagesicht darauf deinen Tag verändern. Na, viel kannst du dir vermutlich jetzt nicht darunter vorstellen!?

Wenn Mama oder Papa so krank sind, können Trauerbegleiter eine wichtige Stütze sein. Vieles erleben wir dann zusammen. Sehr traurige Momente ebenso, wie total lustige. Und manchmal gehört eben auch Daniels kleine Farm dazu. So vielfältig und bunt wie die Natur an diesem ganz besonderen Ort sind auch die Alpakas, die dort leben. Sowohl ihre Fellfarben, als auch ihre Wesen könnten unterschiedlicher nicht sein: Ganz so, wie bei uns Zweibeinern. Auf Daniels kleiner Farm triffst du sehr

zurückhaltende Alpakas, die sich gerne hinten anstellen, die den Trubel meiden. Du lernst auch ziemlich ruhige, entspannte Alpakas kennen, die sich nicht schnell beeindrucken lassen, sondern eher selbst beeindrucken. Es gibt Vorgeher, mutige Anführer, die in sich selbst ruhen und nicht aus der Ruhe zu bringen sind. Auch da erkennen und finden wir - du und ich, wir Zweibeiner - :) uns wieder. Es sind genau diese Alpakas, die mit ihren Superkräften oder Fähigkeiten (wie wir Erwachsene es nennen) deine und meine Herzenstür öff-

nen (und all' der Zweibeiner, die ihnen begegnen). Alpakas benötigen wie alle Tiere (und auch wir Menschen) eine artgerechte Haltung: Dazu zählen natürlich auch die großen Weideflächen, wie du sie hier bei den Wagenbruch-Alpakas im Langeloh vorfindest.

Und jetzt wird's spannend und klingt ganz nach Zungenbrechern ...

White, Dark Fawn, Chocolate, Dark Champagne, Brown, Silver Grey, Dark Brown, Light Fawn - was sich liest wie ein Fantasybuch oder eine Muffinbackanleitung (so

hört es sich jedenfalls für meine Kollegin an), jedoch die Fellfarben der Neuweltkameliden beschreibt, kommt dem Zauber, den du und alle anderen Menschen beim Anschauen dieser tollen Tiere empfinden, sehr nahe. Immer wieder sehe und spüre ich, über wie viele Kraftquellen ihr Kinder verfügt: Über so ein gutes Bauchgefühl!

können die Erwachsenen doch NICHTS vormachen und das müssen sie auch gar nicht. Wenn Erwachsene gut informiert und begleitet werden - ungefähr so, wie du dich auf eine schwierige Klassenarbeit vorbereitest - dann wissen sie, dass deine Gefühle (und die aller Kinder) sehr nahe beieinander liegen (dass du in einem Moment tieftraurig sein kannst und kurze Zeit später wieder vor Lachen von der Couch fallen könntest). Diese Erwachsenen wissen dann, dass du über die

tolle Fähigkeit verfügst, immer wieder in's Gleichgewicht zu kommen und dass dein Herz dir hilft, jede Situation zu meistern. So wie deine Eltern mit schwierigen Situationen umgehen und es dir vorleben, so lernst du durch Miterleben und Zuschauen. Dieses sichere, gute Gefühl - dass du dich immer auf deine Familie verlassen kannst - ermöglicht es, dass du dich geliebt und ernst genommen fühlst. All' das ist wesentlich, um ein Selbstwertgefühl zu entwickeln (und das ist wichtig, damit du -

wenn du erwachsen sein wirst - mutig und gestärkt dein Leben lebst - mit all' den guten, schönen, traurigen, und lustigen Erlebnissen, die das Leben für jeden von uns bereit hält). DU wirst damit umgehen können. Mit einem offenen Herzen und

offenen Augen wirst du durch die Welt gehen. Ich finde, es ist ein sehr schöner Gedanke - auch für uns Erwachsene - was wir dir und den anderen Kindern zutrauen können und sollten! Jeder von uns hat Superkräfte. Du auch! Erwachsene nutzen dafür das Wort „Resilienz“, was soviel bedeutet wie „zurückspringen“ oder „abprallen“ und sich auf deine Kraft bezieht, ganz schwierige Lebenssituationen zu bewältigen.

Zwischen 2010 und 2016 geboren, also noch jung, sind Daniels Alpakas zurückhaltende, aber dennoch freundlich-neugierige Wesen. Alpakas sind Fluchttiere und daher bewahren sie uns Menschen gegenüber Distanz. Ihre so sanftmütigen, dunklen Augen und das sehr, sehr weiche Fell ("Noch viel weicher als mein Hase", sagte mir die siebenjährige Daria während unseres Besuches), ihre ruhigen, langsamen Bewegungen und Körperhaltungen ermöglichen uns während unserer Besuche zu beobachten, nachzumachen, zu erkennen. Du kannst hier den Lärm und das Chaos des Alltags hinter dir lassen, eintauchen in diese ruhige Welt. Fast immer, wenn die Außenwelt (unsere Umgebung) leiser wird, "hört" ihr Kinder eure Gefühle "lauter" und fühlt diese irgendwie besser. Genauso ist es auch bei uns Erwachsenen.

Hier, in dieser Ruhe bei „unseren“ Alpaka-Jungs beginnen oft spannende Gespräche. Auf den Weiden könnt ihr hüpfen, springen, rennen, klettern, ausruhen, euch auf das Gras legen und Wolkenbilder ausdenken. Hast du schon mal geschaut, was sich so alles am Himmel tummelt?

Da entdeckst du vielleicht Fußballspieler, Riesenhaie, Herzen, ... und vielleicht sogar Alpakas :-). Hier malen, weinen und lachen Kinder. Manchmal werden Briefe geschrieben und einige wurden sogar vorgelesen. Daria sagte mir mal: „Ich muss dir den Brief laut vorlesen, denn ich weiß ja nicht, was da drin steht.“ Als ich etwas verwundert bemerkte: „Aber du hast den Brief doch gerade geschrieben!?", antwortete Daria: „Na klar, aber alle Wörter kamen direkt aus meinem Herzen. Darüber habe ich gar nicht nachgedacht. Der Brief war einfach irgendwann fertig. Ich bin selbst gespannt, was da drin steht.“ So ist das nämlich!

Hier schaukeln, toben und entspannen sich die Kinder. Die Alpaka-Jungs werden gestreichelt, versorgt und eventuell werden sogar Wanderungen mit ihnen gemacht. Trekking nennen wir das. Kraftorte werden entdeckt und Freundschaften geschlossen. Es tut gut solche Orte zu kennen. Die Bewegung und die schönen Erlebnisse sorgen dafür, dass wir alle uns nach den Besuchen besser fühlen - irgendwie stabiler. Wie ein starker Baum, dessen tiefe Wurzeln ihm Halt geben. Der sich, wenn es stürmt und Wind und Regen um ihn herum pfeifen, leicht mitbewegt und deshalb auch nicht umknickt. Wir alle lernen hier, dass unser Körper und unsere Gefühle in Wechselwirkung zueinander

stehen. Hier entdeckst und lernst du, wie und dass du durch deine Körperhaltung dein Gefühl beeinflussen kannst: Wenn du dich z.B. eine Zeit lang mit herunterhängendem Kopf und Schultern ganz ruhig auf einen Stuhl setzt, wirst du dich bestimmt nach dieser Zeit kurz eher traurig als fröhlich fühlen. Die Kinder, mit denen ich die elf „Jungs“ besucht habe, sind aktiv und fühlen sich kraftvoller. Sie entdecken auf Daniels kleiner Farm ihre Möglichkeiten aktiv zu sein und damit etwas zum Positiven hin zu verändern. Mit Zuversicht und Hoffnung und einem gut gefüllten „Rucksack an Ideen“ und Möglichkeiten können wir mit "gutem Gepäck" jeden Besuch ausklingen lassen, um in den Alltag zurückzukehren. Fortsetzung folgt....



Was in diesem Ideenrucksack alles drin sein kann und was auf so einer spannenden Alpaka-Wanderung alles passieren kann, erfahrt Ihr in der nächsten Ausgabe des COLUMBina Magazins. Und was hat es eigentlich mit diesem gelben Briefumschlag auf sich?

Bestimmt spürst du ganz schnell, was sich gut oder schlecht anfühlt. Schnell merkst du, falls dir etwas verheimlicht werden soll (meistens aus Angst der Erwachsenen und um dich vor schlechten Nachrichten zu beschützen). Ganz ehrlich: DIR

Den Blick zum Himmel und unsere Liebsten - geliebt und unvergessen - immer im Herzen. Dem Himmel so nah ... überdauert ein Wimpernschlag die Zeit, wird der Augenblick zur Ewigkeit. (Sternleins Reise)

Alles Liebe, Eure *Martina*

