

Cuprins

O să fiu tată? O să fiu tată!	
O, Doamne, o să fiu tată!!!	17
15 lucruri pe care mi-ar fi plăcut să le știu înainte să am un copil	21
Nouă luni pe repede înainte	23
Cel mai lung drum	25
Ziua cea mare	29
Alfabetul chestiilor care-ți dispar când ți se naște copilul	33
Părintele, această creatură ciudată și (ușor) debilă	34
Imaculata concepție	40
26 de chestii pe care le afli abia după ce devii părinte	42
Prima zi acasă	45
Primul lucru pe care trebuie să-l pierzi când devii părinte	48
<i>Parenting modern vs Parenting old school</i>	51
Amintirile primelor șase luni	54
Lucruri pe care nu le mai faci în prima lună de viață a primului tău copil	58
18 metode de antrenament pentru un viitor părinte	60
Nașul nostru	63
Protecția părinților poate dăuna grav copiilor	67
Înainte și după	72
Decalogul căsniciei mele	75
Voi când faceți un copil?	78
Cea mai enervantă chestie la mașina mea	82
Paradoxuri părintești	85
Avantajele dormitului copilului în patul matrimonial ...	87
Frici de tată	90
Cel Mai Bun Sex	92
O să înțelegi când vei fi părinte!	95

Urlătorul	99
Amprenta noastră de carbon	103
Cred în miracole	106
Îmbrăcatul copilului în 44 de pași simpli	108
Nu-mi place la școală!	113
De ce sunt părinții niște supereroi?	118
Frânturi (uitate) de viață	120
Cum să faceți sex când copilul doarme după-amiaza – câteva sfaturi	123
Trezitul devreme în weekend	125
Tatăl (aproape) ca o mamă	127
Cea mai frumoasă definiție a credinței	130
Regulile jocului de fotbal în casă	133
Noi și Dragii	136
29 de lucruri pe care le-am (re)învățat în primii trei ani de viață ai copilului meu	140
Băiatul meu și-a luat cea mai roz trotinetă	143
Scrisoare către posesorii de câini, care nu mai strâng rahatul atunci când ninge	147
Trei vise	151
Alfabetul expresiilor părintești mult prea des folosite. Din păcate.	155
Top 24 de minciuni pe care le spun tații mamelor	157
Mame vs Tați. Ce ne stresează când ajungem seara, acasă?	159
Scrisoare de la un tată de copil de trei ani către toți părinții care vin în parc cu copiii lor mici, dar fără nicio jucărie	162
Deleție de braț scurt de cromozom Y	165
Pierdut liniște. O declar un mit.	169
Căminul de bătrâni	173
La locul de joacă	177
Discuție despre moarte	181
17 motive să faci un copil	185
Panică părintească	287

Prima febră	190
Părinte de copil criminal	193
Gunoierul intră-n casă întotdeauna de două ori	196
Magia primelor cuvinte ale dimineții	199
Am un copil agitat	200
Spălatul copilului în 47 de pași simpli	204
De ce iubesc să fiu tată?	208
Burta	211
De ce să-i fie copilului meu frică de mine?	216
Pluralul nostru sunt eu	219
Plâns de copil	222
O poveste scurtă, dar reală despre sex	225
Prima căzătură	226
Ce ar spune obiectele din casa noastră, dacă ar putea vorbi	229
Orientarea sexuală a copilului meu	231
Meciul meciurilor — Tata vs Mama	233
15 lucruri indispensabile din casa oricărui bărbat	237
Superpetrecere de Revelion	240
Nimeni nu poate sta în calea leoaicei care-și apără puiul. Nici măcar leul.	243
Plecatul în vacanță la mare în 51 de pași simpli	247
N-are cum să nu fie al meu!	251
Povestea celor trei defecte	254
Copiii spun lucruri trăsnite, dar adevărate	258
Acea discuție tată–fiu	261
Sacul de box	265
Puterea lui „Nu”.	268
Cele mai frecvente greșeli pe care le fac ca părinte	272
Scrisoare către viitoarea noră	276
Nu-mi doresc să am un copil cuminte	280
Culcatul copilului în 59 de pași simpli	284
Constanța din viața unui părinte	389
Știi că ești tată atunci când... ..	292
20 de lucruri care îți spun că băiatul tău a crescut	294

Cu toții avem un Toni. Puțini o realizăm.	296
Cel mai enervant tată	299
14 răzbunări la care orice bărbat visează pentru când îi crește copilul	302
Lucruri care nu-mi plac la noi	305
Copiii, fel de fel	308
Actul sexual, când copilul e plecat în parc, în 54 de pași simpli	314
Independența copilului tău. Sau cum cred că te simți când te izbește trenul.	319
Nu te grăbi să crești!	324
Scrisoare către Mark, adult	327
În loc de încheiere sau ce-am învățat în ultimii cinci ani	330
Mulțumiri	334

*Lui Mark, datorită căruia am
învățat ce înseamnă iubirea necondiționată.*

Cuvânt-înainte

Să fiu tată este, de departe, cel mai frumos lucru din viață, în aceeași măsură în care este și cel mai greu.

Nimeni nu ar fi putut să mă pregătească pentru lucrurile pe care le-am simțit și trăit în ultimii cinci ani și jumătate, de când s-a născut Mark. Iubirea necondiționată nu poate fi teoretizată, nu poate fi explicată într-un manual sau la un pahar de bere. Ea poate fi doar trăită.

Nu, n-am avut nicio revelație în momentul în care l-am văzut prima oară. Ba, mai mult, m-am speriat un pic. Rectific, m-a speriat un pic. Dar, am știut că este al meu și că, din acel moment, aș face ORICE ca lui să-i fie bine.

Partea mai frumoasă este că iubirea mea pentru el a crescut. OK, poate nu în fiecare zi și nu în fiecare moment, că au fost și niște momente... dar dragostea mea a fost ca un grafic pe care ne-ar plăcea să-l vedem și când vorbim despre creșterea economică – o linie care merge constant în sus. Uneori am senzația că am ajuns la punctul final, că n-aș putea să-l iubesc sau să iubesc pe cineva mai mult, pentru ca mai apoi el să facă ceva și să-mi dau seama cât m-am înșelat, din nou.

N-am știut cât de tare aş putea să-l iubesc, așa cum nu am știut cât de greu va fi. Orice definiție a ceea ce înseamnă greu, oboseală, nervi, stres, durere, agonie, griji mi-a fost dată peste cap de experiențele de părinte. Dacă și tu ești părinte, deja zâmbești, poate amar, citind această ultimă frază. Dacă ești pe cale să devii părinte, probabil că nu mai am vreun motiv să continui să-ți scriu pentru că ai închis cartea, speriat că poate ce povestesc eu aici se ia, așa că de ce să riști? Dacă nu ești părinte, deja îți dai ochii peste cap, gândindu-te că exagerez, că n-are cum să fie foarte complicat, că e doar o chestie mică și, OK, urlătoare, dar atât. Te înțeleg perfect. Pe bune, chiar te înțeleg. Pentru tine această carte este ficțiune pură și ai toate motivele să o tratezi ca atare.

De ce *Cel Mai Bun Tată*? Pentru că, deși n-o spunem cu voce tare, asta ne dorim în secret, toți părinții. Să fim cei mai cei, să devenim niște modele pe care alții să le urmeze, să fim motive de laudă nu doar pentru copiii noștri, ci și pentru părinții noștri, frații, surorile, verii îndepărtați pe care nu i-am văzut de 15 ani, vecinii de bloc, doamna de la alimentară, prietenii din viața reală (dacă îi avem) și cei de pe Facebook (pe care sigur îi avem) etc. Asta mi-am dorit și eu. O, cât de tare mi-am dorit-o!

Mă visam deja pe scena de premiere a Primului Congres Internațional al SuperPărinților, câștigător al Marelui Premiu sau, în cel mai rău caz, al Premiului Special al Juriului acordat Celui Mai Admirat Tată din Lume.

Nu mi-a luat mult să-mi revin. Mai exact, vreo 68 de minute. Primele 68 de minute petrecute singuri, acasă,

cu Mark. Mi-am jurat atunci că, dacă voi supraviețui, și da, voi fi cinstit, am fost convins că n-avem cum să scăpăm întregi amândoi, așa că am sperat să scap eu, singurul meu obiectiv va fi să încerc să fiu cel mai bun tată pentru Mark.

Nu, nu vă imaginați că asta am înțeles-o atunci, în prima zi. Voi nu pricepeți că atunci eram pe *panic mode*? Singura mea preocupare era să o întreb și pe Iulia dacă îl ducem înapoi la spital sau dacă să-l iau pur și simplu și să-l duc atunci când merge ea la baie.

Chestia asta cu cel mai bun tată am înțeles-o după vreo trei ani când l-am auzit pe Ric Elias povestind-o. Ric este un antreprenor american faimos, fiind unul dintre supraviețuitorii zborului care, în 2009, a aterizat pe râul Hudson. Da, acum toți încercați să vă amintiți cum îl chema pe ăla de l-a jucat Tom Hanks, nu-i așa? Găsiți voi mai târziu pe Google.

Acest Ric Elias a povestit că unul dintre lucrurile pe care le-a realizat după ce căpitanul „Sully” a zis „*brace for impact!*” este că singurul lucru care conta pentru el, singurul lucru care îl interesa și pe care și-ar fi dorit mai mult decât orice să aibă șansa să-l facă, fiind convins că va muri, era să încerce să fie cel mai bun tată pentru copiii lui.

După ce mi-am forțat nodul din gât să-și facă drum înapoi spre stomac și mi-am șters cele patru lacrimi din colțurile ochilor, apărute acolo din cauza curențului, m-am gândit că ăsta este un obiectiv extrem de corect și la îndemână. Deloc simplu, dar asta am descoperit pe parcurs.

Să încerci să fii cel mai bun părinte pentru copilul tău. Asta cred că ar trebui să ne propunem cu toții. Deși s-ar putea să nu aflăm niciodată dacă am avut succes, deși probabil că ne vor rămâne în amintire mai degrabă momentele în care am eșuat lamentabil, deși, deși, deși. Toate acestea n-ar trebui să ne oprească, pentru că fiecare copil din această lume merită să aibă cei mai buni părinți. Și cei mai buni părinți la care poate spera sunt cei pe care-i are, indiferent că sunt biologici, adoptivi, vitregi sau mai știu eu cum.

Așa că, atunci când reușești să treci peste nesomnul care la un moment dat te-a făcut să te duci la vreo ședință în costum și cu papucii cu blăniță ai nevestei, când plângi de bucurie că după atâtea lovituri care te fac să scapi niște picături de pipi pe tine ai rămas (aproape) cu toate degetele de la picioare sau când nu vrea nimeni nimic de la tine pentru zece minute legate, gândește-te că ai cea mai mișto meserie din lume: să ajuți un copil să crească Mare. Ce poate fi mai frumos de-atât?

A, da, și dacă ești pe cale să devii părinte și totuși n-ai închis cartea mai devreme, acum, când sigur ai ochii măriți și buza de jos îți tremură, dă-mi voie să fac ceva care să te ajute. Mnu, nu-mi vine nicio idee. Baftă!

Alex Zamfir - Cel Mai Bun Tată al lui Mark

**O să fiu tată? O să fiu tată! O, Doamne,
o să fiu tată!!!**

În dimineața acelei zile de duminică eram oricum foarte stresați. Urma să zburăm spre Istanbul și, din lipsă de un cuvânt mai bun, hai să spunem că Iuliei îi este frică să zboare. De ce vă este vouă cel mai frică? De șerpi, de arme chimice, de faptul că într-o zi Instagram-ul ar putea să nu meargă vreo patru ore? Ei bine, luați frica voastră, oricare ar fi ea, înmulțiți-o cu o mie și nu sunteți nici măcar prin apropierea fricii Iuliei de zbor. Voi înțelegeți că atunci când avionul rulează pe pistă, la decolare, eu pot să-i simt, la propriu, frica? Avionul prinde o viteză din ce în ce mai mare, Iulia începe să urle din ce în ce mai tare, a treia persoană care stă lângă noi începe să se enerveze din ce în ce mai mult că a nimerit acolo, iar eu simt cum frica ei e atât de mare, încât îi iese din corp și mi se așază mie pe piept. O simt acolo pentru că, oricum, mâna pe care mi-o strânge Iulia n-o mai simt de zece minute.

Bun, deci stresul era deja cât casa. Și o aud pe Iulia:

— Măi, aş face un test de sarcină, că parcă simt eu ceva...

Cum să vă explic... noi, în ultimele luni, făcuserăm mai multe teste de sarcină decât sex. Şi să nu mă înţelegeţi greşit, chiar făcuserăm mult sex, încercând să concepem. Aşa că nu mi s-a părut nimic ieşit din comun. Doar că, de data aceasta, testul a ieşit pozitiv. Nu ştiu cum o fi fost la alţii, dar la mine, după prima senzaţie de bucurie imensă, s-a instalat panica, aşa cum se poate vedea şi din acest dialog:

Eu: O să avem un copil!

Iulia: O să avem un copil!

Eu: O să avem un copil!

Iulia: Ce facem? Mai plecăm, nu mai plecăm?

Eu: O să avem un copil!

Iulia: Iubitu', hai să ne concentrăm un pic...

Eu: OK. O, Doamne, o să avem un copil!

Ne-a dus măcar capul să mergem la o prietenă doctor, care a vorbit cu prietenul ei, ginecolog, care i-a recomandat Iuliei să ia nişte pastile în săptămâna cât suntem plecaţi şi să-i facem o vizită la întoarcere.

Ne-am urcat în avion, am simţit atât frica, cât şi disperarea Iuliei, dar şi a persoanei de lângă noi şi, după vreo oră am aterizat cu bine pe aeroportul Atatürk. Ne-am cazat la un hotel aflat, cum altfel, în cea mai aglomerată şi zgomotoasă zonă din Istanbul. Un loc în care chiar dacă n-ai probleme cu somnul, tot nu reuşeşti să dormi decât eventual între 3:37 şi 4:58 dimineaţa.

A doua zi ne-am dus la un concert pe stadionul Atatürk. Apropo, eu cred că în curând toate obiectivele

importante din Turcia își vor schimba denumirea în Erdogan. Pe la jumătatea concertului, Iulia a zis că nu se simte bine, așa că am luat un taxi înapoi spre infern. Sau hotel, cum îi ziceau oamenii ăia.

A fost prima experiență cu taxiul în Istanbul, din numeroasele pe care le-am avut în acea săptămână. Eu nu știu cum oamenii ăia, în Fiat-urile alea nasoale, nu mor toți, zilnic, la cum conduc? La un moment dat strângeam atât de tare din buci de frică și de iminența unei coliziuni încât după, a trebuit să fac un efort conștient pentru a mi le despărți.

Ne-am petrecut restul săptămânii fie în sala de baschet, urmărind meciurile Campionatului Mondial, fie în taxiurile groazei, ori pe stradă sau la hotel cu Iulia clamând de cel puțin zece ori pe zi că simte cum a pierdut sarcina. Deci n-a fost o săptămână prea rea, zic eu.

În ultima zi, Iulia a zis că nu se simte bine deloc și că nu vrea să meargă la meci, și din felul în care a spus-o, am și crezut-o pentru prima oară. Era Finala Campionatului Mondial de Baschet, sportul pe care îl iubesc, iar eu aveam bilete, alături de vreo 15 prieteni. Le-am zis că noi nu mergem. Din superstiție, nu am anunțat că vom deveni părinți decât după vreo trei luni, parcă. Prietenii mei au fost convinși că am luat-o razna, unii s-au și supărat de-adevăratelea, considerând că era doar o toană de-a Iuliei, care oricum fusese cu fundu-n sus toată săptămâna și mă convinsese să renunț la acest vis.

Pentru mine, însă, a fost o decizie ușoară. Am făcut un pact cu... nu știu cu cine, știu doar că m-am uitat în sus

și-am zis în sinea mea: OK, fii atent... atentă, facem în felul următor, eu renunț la finală, ceea ce îmi este foarte, foarte greu, nu cred că înțelegi cât de greu îmi este. Deci, eu renunț la finală, dar tu faci în așa fel încât copilul să fie bine! Nu doar acum, ci să fie bine până la final! *Deal? Deal!*

Eu mi-am ținut partea de învoială. Și el/ea la fel.

A doua zi după întoarcerea de la Istanbul ne-am prezentat la prietenul prietenei noastre, ginecologul. A invitat-o pe Iulia în cabinet și a întrebat-o:

— Așa, doamnă, spuneți-mi despre ce este vorba.

— Ce să vă spun!? Urcați-mă pe masa aceea, să vedem dacă avem despre ce să discutăm.

— !?!?!?!?

— Exact!

A urcat-o și a verificat că Mark era OK și creștea în parametri normali. Apoi domnul doctor Albu, cel care l-a adus pe lume pe Mark și cu care Iulia a ajuns să aibă o relație extraordinară, i-a spus:

— Doamna Zamfir, copilul este bine și, dacă doriți, pot să vă ajut să duceți sarcina la capăt.

Și el și-a ținut partea lui de învoială. Și uite-așa a-nceput aventura noastră în trei.