

Sarah Turner

MAMI
cea
nemămăoasă

Suișurile nostime
și căderile emoționale ale maternității

Traducere din limba engleză
de Dana Dobre

 ACT și Politon

2020

Lui Debbie Sheppard,
cea mai bună mamă
(1954-2002)

Cuprins

Despre cartea lui mami: scrisoare către băieții mei	11
Introducere: Cea nemămoasă	17

1. La ce ne-au trebuit copiii? **23**

Doar noi doi 25 Încă nu strălucesc? 31 Chiar împing! 39 Nu se poate să-i fie iar foame! 49 Cel bun, cel rău și cel cu noduli: alăptarea cu momentele ei bune și rele 57 Rahat, am nevoie de niște prietene-mămici 65 Aparențele pot fi înșelătoare și în cazul mămicilor 73 Incompetența mea în sistemele de purtare a bebelușilor 79

2. Viața, dar nu așa cum o știam noi **85**

Ziua ta versus ziua lui: de ce nu iese nimeni învingător 87 Să vorbim despre sex, iubiture 95 Planșeu pelvian slăbit și sâni lăsați 103 Ieșirile în oraș: primii ani de viață 111 Insuportabilele locuri de joacă gonflabile 117 Ce dezordine (dau vina pe jucării) 123 Lucruri pe care am jurat că nu le voi face ca părinte (dar le fac) 131 E normal să depeni amintiri despre cum era înainte 139

3. Dacă tot ne-am apucat... **145**

Mai facem unul 147 De la unu la doi: care-i treaba? 153 Fată sau băiat? (Ce nu ai voie să îți dorești...) 161 Soluții rapide pentru al doilea copil 171

4. Rutina zilnică **179**

Mămici casnice, jos pălăria 181 Legile lui Murphy pentru părinți 189 Ieși, papucule, de sub pat 197 Frustrarea cu copiii mici 203 Furia de mamă 213 Poleiala din rețelele de socializare 217 Când ai copii: aspectele pozitive și cele negative 225

5. Fii mai îngăduitoare cu tine **237**

Scrisoare deschisă către mămica cu haina roșie 239 Una din zilele acelea 243 Mai du-te-n mă-ta, Supermămico 249 Sentimentul de vinovăție 257 Nu trebuie să dai nimănui explicații 263 E în regulă să te apuce pandaliile 269 Cum să jonglezi cu farfuriile 275 Pentru tine, mamă 285

6. N-aș schimba asta pentru nimic în lume **291**

Nici nu îți dai seama... 293 Când devii părinte și se schimbă personalitatea? 301 „Nici nu știi cât ești de norocoasă” 307 Caruselul rolului de părinți 315

Cincizeci de lucruri pe care le-am învățat
(până acum) de când am devenit mamă 319

Mulțumiri 333

Faceți cunoștință cu familia Turner



MAMA

Sarah

alias mami cea nemămoasă

Scriitoare/blogger/una sau alta. Are o diplomă de licență în filosofie, obținută cu calificativul foarte bine (nu, nu a „folosit-o” niciodată). Beă cantități considerabile de ceai. Este, de asemenea, mare amatoare de „suc de struguri pentru adulți” și gin tonic la cutie. Are o obsesie nesănătoasă pentru adaptarea BBC a romanului *La răscruce de vânturi* (Tom Hardy în rolul lui Heathcliff este dovada vie că visurile pot deveni realitate). Pierde mult timp pe Facebook.

PRIMUL NĂSCUT

Henry

alias Henry Ursuleț, Henners,

Bomba H

Îi adoră pe Darth Vader, Scooby-Doo și pe Prietenul Imaginar Monstrul (pe care îl cheamă „Prietenul Imaginar Monstrul”). Are asigurată întotdeauna o felicitare de Sf. Valentin pentru că este ziua lui de naștere. Îi place să discute despre pârțuri și poponețe.

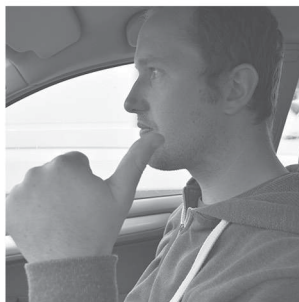


TATĂL

James

alias Soțiorul

Funcționar public extraordinar. Se uită în maraton la emisiuni cu mașini, mănâncă biscuiți în maraton, a alergat o dată la maraton (Londra, 2011) și a detestat fiecare secundă. Îi place să hoinărească prin parc. Urăște să fie întrebat „lucruri interesante” despre el. Schimbă cartonașele cu nume la nunți pentru ca soția lui să stea lângă oameni pe care nu i-a mai întâlnit niciodată. Ar face orice pentru familia lui. Un bărbat de ispravă în toate privințele.



AL DOILEA NĂSCUT

Jude

alias Jude Formidabilul, Biscuit cu ghimbir, Judy Bombonel

Dacă este necomestibil, îl va mânca. Dacă este comestibil, îl va arunca. Vede livingul ca pe un traseu cu obstacole. A refuzat să aleagă din gama de „ursuleți speciali” prezentată, preferând-o pe Purcelușa Peppa. Un mic roșcovan într-o familie de blonzi.





Despre cartea lui mami: scrisoare către băieții mei

Dragii mei Henry și Jude,

Minunații mei băieți, Henry Ursuleț și Judy Bombonel.

Dacă citiți asta, probabil că urmează să parcurgeți și restul cărții. Nu sunt sigură de ceea ce simt despre faptul că veți pătrunde în cele mai profunde gânduri ale mamei voastre din vremurile de demult, dar era inevitabil, probabil, așa că, iată-ne aici.

În primul și în primul rând: sper că citiți aceste rânduri la vârsta adolescenței (nu înainte), pentru că veți observa că folosesc din când în când cuvinte pe care eu vă descurajez să le folosiți. Am fost mereu de părere că faptul de a scrie cuvintele pe care le am în minte, exact așa cum îmi vin, oferă o anumită autenticitate scrierii mele, și din păcate, primul cuvânt care îmi vine în minte câteodată este „dobitoc”. Sau „imbecil”. Nu sunt nici acum cuvinte adecvate pe care să vi le spuneți acasă – nu sunteți nici odată prea mari pentru scăunelul de pedeapsă.

Pe vremea când eram adolescentă, am ținut mai multe jurnale. Cu *pix și hârtie*. Sunt conștientă că asta mă face să par bătrână și cred că, pentru voi, chiar sunt bătrână. M-am născut în alt

mileniu decât voi. Am crescut în anii 1990 cu Spice Girls, Tamagotchi, rimel pentru păr și înregistrând pe casetă Topul 40 de la radio (amintiți-mi să vă arăt ce sunt casetele). Nu am să vă povestesc ce era în jurnalele acelea pentru că, în anii de după școală, am scris în detaliu flirturile din cluburile de noapte cu tatăl vostru (nu e cazul să vă rușinați; le-am ars).

Am renunțat să mai țin un jurnal la scurt timp după ce l-am cunoscut pe tatăl vostru și nu m-am mai simțit inspirată să încep să îmi notez gândurile până când nu am devenit mamă. Numai că, de data asta, în loc să le scriu cu pix cu gel parfumat, în carnețele alese cu grijă de la WHSmith (pe care le ascundeam sub pernă), am început să le scriu pe un blog online, și, înainte să mă gândesc serios la implicațiile lansării acestor gânduri în lume, îmi scăpaseră deja de sub control. Internetul poate fi înspăimântător.

Așa că aș vrea să lămuresc câteva lucruri. Chiar aici, pe loc. Nu pentru că trebuie, ci pentru că vreau ca voi să înțelegeți de ce am scris într-un mod atât de deschis despre cum este să vă fiu mamă. Vreau să înțelegeți ce era în mintea mea în perioada aceea, pentru că voi doi, scumpișorii mei, ați fost mereu în centrul preocupărilor mele.

Este foarte greu să fii mamă.

Indiferent ce vârstă veți avea când veți citi aceste rânduri, nu am nicio îndoială că și atunci mi se va părea greu să fii părinte, dar anii de început au fost altă poveste. În cele mai negre zile, în care eram nedormită – când unul dintre voi urla, eu eram nervoasă și casa arăta ca un câmp de luptă – aș fi vrut să afl și despre altcineva care avea o zi neagră. Cineva care să mă liniștească și să îmi spună că nu înnebuneam de tot. Cineva care să îmi spună că nu era nevoie să-mi smulg părul din cap de disperare, pentru că totul va fi bine (dar că, până atunci, era normal să

nu mă simt bine). Asta aveam nevoie să aud. Dar, în loc de asta, dădeam în mare parte peste sfaturi practice pentru programul de somn sau care îmi spuneau că ar trebui să prețuiesc fiecare clipă cu voi. Toate propozițiile se sfârșeau cu un afurisit de semn de exclamare: *Copilul tău are acum patru luni! Sunt atâtea lucruri pe care să le aștepți cu nerăbdare luna asta! Poate că ar fi bine să începi să te gândești la înțârcare!* (Eu nu voiam să mă gândesc la înțârcare, voiam o ceașcă de ceai și niște somn și să mă simt din nou a om.)

Erau bloguri unde creșterea copiilor părea ceva *nemaipomenit* și fascinant – exact așa cum sperasem eu că va fi. Unde toată lumea purta pulovere de Crăciun, nimeni nu făcea caca în pijamale și toată lumea zâmbea tot timpul. Nu m-au ajutat.

Am luat brusc decizia să încep să scriu și eu ceva, și așa s-a născut blogul. Am scris ca nebuna, articol după articol, despre statul acasă cu Henry când era mic, despre sarcina cu Jude, despre grupurile de mămici cu bebeluși, despre excursiile cu voi și despre tot ce se mai întâmpla între ele. Nu a fost foarte fascinant și, din când în când, suna probabil ca o tiradă, dar perorațiile acelea lipsite de strălucire reprezentau realitatea mea la acea vreme. Cred că blogul devenise jurnalul meu modern.

Nu m-am gândit niciodată că este pentru cineva, dar oamenii au început să îl citească. Doar o mână de oameni la început, apoi aceștia au devenit sute, iar sutele au devenit mii, până când milioane de oameni îmi citiseră articolele în care băteam câmpii și mi-am dat seama că era foarte popular.

Conștientizarea aceasta a fost urmată de o mare nesiguranță și am început să mă întreb dacă fac bine să-mi dezgolesc sufletul. Îmi doream foarte mult să îmi împărtășesc gândurile – pe cele adevărate. Cu toate acestea, pe măsură ce tot mai mulți oameni au început să citească aceste gânduri, a început să mă

frământate grija legată de cum vor arăta, negru pe alb, gravate pentru totdeauna pe internet. Cu toții avem din când în când gânduri pe care am prefera să le uităm. Uneori aceste gânduri ne sperie, uneori ne este rușine că le-am avut, iar alteori sunt jenante și ardem jurnalul în care le-am notat. Adesea aceste gânduri sunt private și ultimul lucru pe care îl vrem este să le immortalizăm pe afurisitul de internet. Ce am făcut?

Dar, după aceea, am început să trec în revistă toate mesajele, toate tweet-urile și toate e-mailurile și mi-am dat seama – măi-culiță! – blogul *avea efect*.

„Mulțumesc că m-ai făcut să mă simt normală,” spuneau mesajele.

„Că m-ai făcut să râd.”

„Că mi-ai ridicat moralul într-o săptămână deosebit de proastă.”

„Că mi-ai dat curajul să recunosc că săptămâna asta a fost de rahat și că nu, nu mă bucur de fiecare clipă.”

Unele mesaje de la mămică (și de la câțiva tătici, destui la număr) m-au făcut să plâng. Am ajuns să le cunosc bine viața, luptele cu depresia post-natală, sentimentele permanente de vinovăție și eșec și resemnarea în fața faptului că sunt singuri. „Am crezut că doar eu sunt așa”, mi-au spus ei.

Voiam să îi strâng pe toți la un loc și să strig printr-o portavoce: „Nu doar voi vă simțiți așa!”, și dorința aceea m-a împins să continui să îmi spun cu foc părerea sinceră despre creșterea copiilor zi de zi – o părere care, în mod uimitor, a căpătat avânt (și o copertă) și mi-a permis să scriu prima mea carte.

Fără îndoială că mă voi uita înapoi la blog și la cartea aceasta în anii ce vor urma și îmi voi spune: „Iisuse, tot timpul te văitai, femeie”. Fără îndoială că mă voi uita înapoi și îmi voi spune: „Dar anii aceia au trecut într-o clipită”. Fără îndoială că mă voi uita

înapoi și voi descoperi că am scris lucruri pe care mi-aș fi dorit să nu le fi scris deloc, lucruri care erau foarte reale la vremea aceea, dar cărora le-aș da foc, dacă aș putea.

S-ar putea să vă fi aruncat apelative ușor jignitoare, cum ar fi „nemernici” (scuze!), o dată sau de două ori (îmi pare sincer rău pentru asta, deși sunt sigură că veți înțelege atunci când îi veți avea și voi pe micii voștri „nemernici”); s-ar putea să mă fi gândit cu dor la zilele petrecute lucrând opt ore la birou; s-ar putea să mă fi întrebat cu voce tare de ce nu era totul drăguț și frumos, de ce mă plictiseam de plimbările în parc și de grupurile pentru bebeluși și de ce nu puteam să prețuiesc fiecare afurisită de clipă.

Dar vreau să știți că au fost foarte multe momente pe care *le-am prețuit*. Momente pe care le-am prețuit cu toții, în familie. Îmbrățișările, poveștile pe care le-am citit, oamenii pe care i-am întâlnit, locurile în care am fost și faptul că voi doi și tatăl vostru m-ați făcut în fiecare zi să râd. Mi-aș dori foarte mult să vă pot oferi o variantă editată într-o lumină favorabilă a primilor voștri ani, o variantă din care să nu fiți nevoiți să aflați că mama voastră înjura destul de mult și plângea câteodată. Am vrut să fiu o mamă strălucită, în pulover de Crăciun, chiar am vrut. Îmi pare rău dacă v-am dezamăgit în vreun fel.

Este adevărat că nu am simțit dintotdeauna că sunt făcută pentru a fi mamă, dar am știut mereu că nimeni nu ar putea să vă iubească mai mult. Sunteți frumoși, și amuzanți, și smintiți de-a binelea, și sunt foarte mândră să fac parte dintr-o familie atât de minunată. Sunt mândră să fiu mama voastră. Orice altceva voi realiza în viață, voi doi sunteți capodoperele mele și nu voi avea niciodată ceva mai important.

În sănătatea noastră, dragii mei.

Vă iubesc până la cer și înapoi.

Mami



Introducere: Cea nemămoasă

Atunci când mă gândeam cum va fi viața mea cu copii, cred că îmi imaginam viața pe care o aveam atunci, fără copii, dar cu doi omuleți adăugați în Photoshop: doi omuleți fermecători, cu cârlionți și obraji bucălați, mânjiți cu gem. Nu că aș fi fost surprinzător de ignorantă – știam că vor fi schimbări (mai puțin somn, mai multe scutece, mai puține cocteiluri Jägerbomb, mai multe plimbări cu căruciorul). Dar, în afară de concediul de maternitate, de contactul inevitabil cu mucii/voma/rahatul altei ființe omenеști și de necesitatea aparent obligatorie de a cumpăra un premergător VTech Baby Walker cu tot cu telefon de plastic, pur și simplu nu am anticipat faptul că viața mea se va schimba atât de mult.

Nu am anticipat uraganul.

Dar nici Michael Fish* nu l-a anticipat în 1987 și uite ce s-a întâmplat atunci.

Nu mai e nevoie să spun că, atunci când a lovit uraganul bebe în iarna lui 2012, nu eram pregătită. Din punct de vedere

* Michael Fish (n.1944), meteorolog britanic. (n.red.)

fizic și material, eram destul de bine echipată. Din punct de vedere mental și emoțional, nu. Aveam tot ce îmi trebuia, dar nu știam ce să fac cu ce aveam. Așa eram eu.

Am fost întrebată de mai multe ori care a fost cel mai greu lucru la primul uragan bebe (și, apoi, care este cel mai greu lucru acum, când sunt mândra deținătoare a doi omuleți, dintre care numai unul cârlionțat). Pot să descriu pe larg lipsa de somn, crizele de personalitate de la Debenhams*, frustrarea și plictiseala simțite uitându-mă la *Escape to the Country*** în timp ce îi dădeam să mănânce copilului hămesit, când eu nu îmi doream decât să fac un duș.

Da, aceste provocări au fost o încercare în sine, dar pe lângă ele, cea mai mare încercare a fost permanenta îndoială de sine.

De ce nu îmi place fiecare clipă?

Cum se face că tuturor celorlalte mame le place fiecare clipă?

Este posibil ca mama natură să mă fi programat greșit cumva, să nu fiu făcută pentru asta?

Nu e deloc așa cum am crezut.

Când am scris pe Google „îmi vreau viața înapoi”, în timpul unei reprize agitate de alăptat de la 3 dimineața, mi-am șters imediat istoricul căutărilor din telefon. Mi-a fost rușine îndeosebi pentru că nu îmi voiam deloc înapoi viața de dinainte. Eram îndrăgostită lulea de bebelușul meu chel și cuminte și foarte recunoscătoare că îmi întemeiasem o

* Magazin cu haine pentru femei. (n.red.)

** Evadarea la țară (n.red.)

familie. Dar au fost momente (ca atunci când mă trezisem deja de patru ori și cel mic arunca cu vomă până în coșul împletit) în care nu puteam să nu mă întreb: „La ce ne-a trebuit copil?”. Momente în care nu puteam să nu strig: „Nu mai vreau să fac asta. *Este de tot rahatul!*” la soțul meu, al cărui chip îmi spunea că aventura cu cel mic nu se desfășura nici pentru el așa cum își imaginase.

Câteva ani mai târziu, în ciuda momentelor magice care încă mai sunt întrerupte de momente de rahat, s-a întâmplat ceva incredibil. Chiar dacă încă am accese de îndoială de sine, nu mai cred că sunt singura care are aceste sentimente. De ce? Pentru că este imposibil să ignor răspunsul coplesitor la consemnările mele online despre aceste momente bune și rele din viața de părinte.

Cele câteva comentarii de la început au devenit sute; sutele au deveni mii; iar acum, în fiecare zi, inbox-ul îmi este invadat cu mesaje de la părinți ale căror experiențe nu sunt prea deosebite de ale mele. Părinți care se învinuiesc pentru că nu se bucură de fiecare clipă – ceva ce sunt siguri că ar putea face dacă nu ar fi atât de greu. Odată am izbucnit în râs când am auzit că „cea mai grea slujbă din lume” este să fii părinte, dar asta a fost înainte să o simt pe pielea mea, înainte să îmi scurtez concediul de maternitate pentru a mă întoarce la muncă cu jumătate de normă pentru că, sincer, nu mai suportam să stau acasă cu copilul toată ziua.

Numele blogului meu este adesea greșit interpretat. Pentru mine nu a fost niciodată un concept negativ să fii „mămoasă”. „Mămoasă” suna extraordinar de natural, o persoană fericită și relaxată în rolul de părinte: exact așa cum voiam să fiu și eu. Așa că am numit blogul „The *Unmumsy Mum*” („Mami cea *nemămoasă*”) pentru că așa mă simțeam

eu la vremea aceea: oarecum o prefăcută, ca și când nu făceam parte din clubul mămicilor. A fost ceva incredibil să scriu ce aveam în minte și să primesc comentarii de la ceilalți părinți care spuneau: „Și eu la fel!” și asta m-a inspirat să continui (atât cu scrisul, cât și ca mamă, deoarece am mai făcut un copil de atunci).

Cartea aceasta este pentru toți acei părinți care mi-au trimis mesaje și pentru mulți alții pe lângă ei. Este pentru părinții de pretutindeni. Mămici, tătici*, mămici vitrege, tătici vitregi, mămici adoptive, tătici adoptivi, bunici și pentru toată lumea care se ocupă de creșterea unui omuleț.

Simt că este necesar să atrag atenția că acesta nu este nici pe departe un manual pentru părinți. Dacă sperați să găsiți sfaturi despre cum să faceți copilul să adoarmă până să înceapă serialul *Judge Rinder* sau sfaturi practice pentru înțârcare, ar fi de dorit să schimbați cartea de față cu unul dintre titlurile acelea de genul: „Cum să crești un copil care să nu iasă cu totul bătut în cap”.

Cartea aceasta nu îți va spune cum să fii părinte, ce să cumperi sau cum ar trebui să te simți. Dar sper să ți se pară totuși utilă. Mai mult decât orice, sper să îți spună că, indiferent ce ai simți, poți să pui pariu că a mai trecut cineva prin asta și că se simte la fel.

Iat-o, deci. Povestea necenzurată despre cum am trecut de la zero la doi copii în decurs de trei ani. Așteptări versus realitate. Momentele de euforie emoțională și momentele proaste, de genul „tocmai am scos cu mâna un caca din

* Tăticii sunt și ei mai mult decât bineveniți aici, deși simt că ar trebui probabil să vă avertizez că vorbesc despre canale galactofore înfundate și păsărici. (n.aut.)

cadă”. Povestea sinceră și fără rezerve peste care aş fi vrut să dau atunci când parcurgeam disperată forumurile despre copii la ora 3 dimineața. Încerc din răspuțeri să nu folosesc cuvântul „călătorie” aici, pentru că nu îmi place deloc când oamenii tot vorbesc despre afurisita lor de călătorie. Dar, într-un sens care nu seamănă cu un montaj de la *X Factor*, cred că aceasta este *călătoria* mea.

Așadar, să pornim la drum.

„Când mă gândesc la imaginea pe care o aveam despre mine ca mamă și gospodină, *înainte* să am efectiv copii (în stilul anilor 1950, cu șorțuleț, cu copiii cu obraji rozalii care se joacă frumos, în timp ce eu beau liniștită o cafea cu o prietenă care gustă din brișele mele abia scoase din cuptor), râd și îmi șterg muci întinși pe colanți.”

Lara, Chorley



Partea întâi

La ce
ne-au trebuit
copii?

„Să dai de mâncare în timpul
noptii e ceva special.
Prin «special» vreau să spun
că e un pic de rahat.”



Doar noi doi

Dați-mi voie să vă înfățișez situația de dinainte de copii. Este anul 2009.

Vă duc în 2009 pentru că anul acela îmi pare a fi o bună reprezentare a cuplului nostru înainte de copii. A fost anul în care ne-am cumpărat prima casă și amândoi aveam slujbe serioase, de adulți. James ocupa unul dintre numeroasele posturi de funcționar public pe care le-a încercat de-a lungul anilor, iar eu tocmai fusesem promovată în funcția de manager responsabil cu relațiile cu clienții într-o companie care se ocupa cu finanțarea activelor, ceea ce, în termeni practici, însemna că petreceam mult timp mergând cu mașina pe la fermele din Devon pentru a finanța achiziția de utilaje, și îmi plăcea *foarte tare*.

Munceam mult și petreceam *cam* mult. Uneori ajungeam acasă beți la 2 dimineața, mirosind a vodcă și strângând în mână câte un șiș kebab, dar, privind în urmă, probabil că ar fi trebuit să petrecem și mai mult. (Deplâng și acum faptul că nu am fost la un rave în Ibiza; nu că am avut vreodată dorința să intru în transă la o petrecere cu spumă în clubul Amnesia, dar *aș fi putut* să o fac dacă *aș fi vrut*.) Nu am apreciat cât de liberi eram.

După o săptămână de muncă intensă, weekendul se învârtea în jurul livrărilor de la Pizza Hut, a sticlelor de vin și bere, a câte unei plimbări pe plajă sau a unei deplasări la o casă din Patrimoniul Național (în principal pentru ceaiul de după-amiază) și ore îndelungate de stat pe canapea, în care beam ceai și mâncam biscuiți Jammie Dodger ascultând în surdină știrile de pe Sky Sports. „Corvezile” însemnau să dăm cu aspiratorul în mașină (ceea ce puteam face în liniște sau ascultând radioul), să facem cumpărături (cumpăram ce aveam chef, atunci când aveam chef) și „cărățenia în casă”, care dura cu totul 30 de minute și consta în aranjarea grămezilor de haine pentru serviciu și deretizarea unui spațiu de locuit deja ordonat.

Viața era frumoasă și noi eram fericiți. Eram *la casa noastră*.

În anul următor, ne-am căsătorit și am început să ne ocupăm cu periculosul hobby, cum îmi place mie să îi spun, și anume să navigăm pe site-ul de imobiliare Rightmove. Sunt sigură că toate discuțiile despre dormitoare în plus, garaje și cartiere liniștite au fost cele care ne-au făcut să începem pentru prima oară Conversația. Nu mai aveam decât o singură discuție de purtat în această etapă, deoarece pe cea despre animalele de companie o parcurseserăm deja și îl adoptaserăm pe Floyd Motanul, pe care îl tratam ca pe copilul nostru.

Ne aștepta următorul nivel în viața noastră de adulți.

Nu pot să indic cu precizie sau să îmi amintesc exact conversația în care ne-am întrebat: „Deci, să facem un copil?”, dar îmi aduc aminte că am picat de acord ca eu să renunț la pilulă și apoi „mai vedem ce se întâmplă”. Dar nu e nimic

întâmplător în asta. Din momentul în care *nu* te mai protejezi pentru a nu avea un copil, înseamnă că încerci să faci unul.

Nu prea știu care era graba. Din punct de vedere biologic nu era cu siguranță nicio grabă, deoarece eu nu aveam decât 23 de ani. Aveam tot timpul din lume să începem să procreăm, dar ceva instinctiv ne-a spus că era momentul potrivit. E adevărat că nu eram căsătoriți decât de câteva luni, în această fază, dar relația noastră avea șapte ani împliniți. Eu aveam doar *șaisprezece* ani când ne-am cunoscut (la un club de noapte de pe un domeniu industrial: poveste de dragoste ca în basme, știu).

Dintr-odată, am devenit extrem de conștientă de copiii în cărucioare și de femeile cu burtică din autobuz. În ciuda faptului că munca îmi plăcea în continuare, la fel și vinul și mâncarea la pachet comandată în fiecare vineri seara, îmi doream mai mult decât orice să fiu mamă.

Am crezut că o să se întâmple imediat.

Nu s-a întâmplat imediat.

De fapt, după zece luni de dialoguri în genul: „Cred că sunt la ovulație. Poți să pui pauză la *Top Gear* și să vii sus, te rog?”, fără rezultat, ajunseserăm ușor descurajați de maratoanele cu partide de sex de două ori pe zi și de ținut picioarele în aer (eu, nu James, care nu a stat niciodată cu picioarele în aer timp de zece minute pentru a anula gravitația).

Apoi, dintr-odată, am avut alte lucruri pe care să ne concentrăm atenția, pentru că tocmai încheiaserăm vânzarea casei și făcuserăm rost de alta, cu un dormitor în plus și garaj. Ura! A fost o perioadă haotică, deoarece nu am avut

decât vreo două săptămâni libere de la muncă pentru a împacheta, pentru a ne muta și pentru a ne pregăti pentru vacanța de o săptămână în Kos; o vacanță pe care o rezervaserăm înainte să știu că ne vom muta în acea lună. Așa că, într-o stare de dezordine, în care despachetaserăm aproape tot, dar casa nu era chiar organizată, ne-am trezit pregătindu-ne să plecăm spre aeroportul Cardiff. M-am pregătit să fac o baie (ca să mă epilez, operațiune obligatorie pentru vacanță) și, în timp ce mă fâțâiam prin dormitor așteptând să se umple cada, am avut *senzația* că îmi vine ciclul: mă dureau picioarele și aveam o ușoară agitație în burtă. Probabil că nu e nevoie să știți cum funcționează ciclul meu menstrual (fără îndoială veți ști și așa prea multe despre mine atunci când veți termina de citit această carte), dar eu nu am avut niciodată un ciclu regulat, lucru despre care ni se spusese că va îngreuna conceperea unui copil și care ar fi necesitat să pun în bagaje tampoane, ca o precauție pentru o săptămână petrecută în costum de baie.

Nu știu dacă senzația a fost cumva diferită de obișnuita bătaie de cap premenstruală sau dacă nu voiam decât să fiu liberă să beau o cantitate cât greutatea mea de ouzo grecesc de proastă calitate, dar ceva m-a făcut să iau un test de sarcină din sertarul cu chiloți și să fac pipi pe el. Am strigat la James: „Cred că îmi vine ciclul, dar am făcut un test pentru orice eventualitate, ca să pot bea vin.”

James s-a întors sus. Eram goală pușcă în acest moment (mă pregăteam să fac o baie, după cum spuneam), aplecată deasupra mai sus-amintitului bețișor al destinului. „Ei bine, ce zice?” m-a întrebat el.

„Sunt două linii. E un plus. Zice că sunt însărcinată. La naiba.”

„La naiba,” a repetat el. „Ești sigură? Mai fă unul!”

„Nu pot! Nu mai îmi vine să fac pipi.”

M-am așezat după aceea pe cadă, încercând să diger posibila veste că vom fi părinți, în timp ce James s-a dus să îmi aducă o cană cu apă ca să mai pot urina. Am mai făcut două teste.

Un test putea să fie o întâmplare.

Două teste: tot cu semnul întrebării.

Trei teste: ei bine, trei teste dovedeau incontestabil că eram *însărcinată*.

Maică, măicuțiță sfântă a lui Dumnezeu, aveam un copil în mine.

Și ne pregăteam să îl ducem în Kos, pentru o ședere într-un hotel care s-a dovedit cel mai de rahat hotel în care am stat vreodată, cu o „plajă” de rahat și mâncare de rahat. Mai puneți la socoteală și sentimentul general neplăcut provocat nu numai de faptul că refuzaserăm o vilă în Toscana, dar *nu* ne bucuram nici de ultima noastră vacanță în doi.

Partea bună a acelei vacanțe care a fost un pic de rahat (v-am spus cât de rahat a fost? Simt nevoia să reiau această idee, deoarece James a fost cel care refuzat Toscana din motive de reducere a cheltuielilor) a fost aceea că purtam cu noi secretul sarcinii. Urma să fim părinți și aveam un zâmbet fericit care ni se întindea pe toată fața.

Potrivit aplicației pentru sarcină BabyCenter pe care o descărcasem în drum spre aeroport, eram însărcinată deja în șapte săptămâni. Absența ciclului nu mă alarmase pentru că, în sine, nu era ceva neobișnuit. Nu avusesem alte semne și, prin urmare, băusem Pinot Grigio și nu luasem

acid folic în primele șapte săptămâni ale existenței fătului, ceva ce plănuiam să remediez imediat ce ne întorceam în Blighty și puteam să dau buzna la Boots după produse pentru viitoarele mămici.

Așa că iată-ne în hotelul nostru ca dintr-un ghetou, luminat de soare, discutând despre nume și camera copilului și spunându-ne că nu ar trebui să ne lăsăm duși de val până când nu ni se confirmă că totul este în regulă, dar în același timp lăsându-ne cu totul duși de val gândindu-ne la cartofiorul nostru. A fost ceva extraordinar să aflu că sunt însărcinată pentru prima oară. A fost și înspăimântător și dificil, dar a fost, mai ales, minunat.

Voi ține minte mereu imaginea din mașină a chipurilor noastre bronzate și pline de entuziasm, întorcându-ne de la aeroportul Cardiff, înfulecând sandvișuri M&S și jeleuri Percy Pigs (și Prietenii) de la benzinărie. Mândri de cartofiorul nostru secret. Știam că suntem pe punctul de a trăi ceva ce ne va schimba viața.

Bineînțeles că, în realitate, în timp ce îi mestecam buccuroși pe Percy și prietenii lui, nu știam de fapt nimic.



Încă nu strălucesc?

După cum știți, scriu acum din postura de mândră deținătoare (deși ușor copleșită) a doi copii. Am petrecut, prin urmare, optsprezece luni din viața mea ca incubator pentru omuleți. (Totalul pentru ambele sarcini, vreau să spun; nici nu mă apropii de perioada de gestație de 640 de zile a elefantului african pentru că, dacă m-aș fi apropiat, sincer, nu aș fi făcut față. Vă puteți imagina presiunea pelviană și pofta de gin după 640 de zile?) Cu toate acestea, optsprezece luni sunt egale cu aproximativ 5% din viața mea (de până acum) petrecute „însărcinată” și, când oamenii mă întreabă cum mi s-a părut aventura gravidității, le ofer același răspuns simplu: „A fost cam de rahat.”

Am *încercat* din greu să îmi placă. Cred că în mare parte m-am simțit obligată să prețuiesc experiența pentru că eram foarte conștientă că sarcina este o binecuvântare, conștientă că sunt atât de multe alte cupluri care nu pot să conceapă un copil ori au pierdut unul. Am știut mereu că faptul că am rămas însărcinată și am dus la termen doi copii sănătoși ne face să fim o familie extrem de norocoasă.

Au fost și părți de care m-am bucurat, cum ar fi entuziasmul efervescent din preajma noului membru al familiei, magia atunci când am simțit primele mișcări în burtă și am

auzit bătaile inimii la programările la moașă; atunci când am discutat despre nume (lucru care a devenit mai puțin distractiv după ce am făcut greșeala să ne împărtășim preferințele prietenilor și familiei, care au fost surprinzător de sinceri în privința listei noastre scurte); când l-am târât pe James la cursurile pentru părinți (unde am încercat să ne purtăm ca niște adulți și nu am reușit în timpul demonstrației cu păpușa care trece prin canalul de naștere); când am cumpărat haine de bebeluș; când am zugrăvit camera copilului și am înrămat citatul meu preferat din *The Twits* (*Neghiobii*) pentru a pune pe pereți un pic din înțelepciunea lui Roald Dahl.

M-am minunat de capacitatea corpului meu de a dezvolta un omuleț, de două ori.

Dar să prețuiesc *fiecare* clipă, nu am putut.

M-am săturat repede să îmi bag capul în toaletă ca să vărs după masa de seară. M-am săturat până peste cap să fac pipi pe mine efectiv ori de câte ori urcam scările sau mă întorceam pe partea cealaltă în pat, pentru că vezica urinară mi se redusese la dimensiunile celei a unui personaj din *Omuleții de sub casă*. Am petrecut ultimele șase săptămâni din a doua sarcină dormind (sau mai degrabă nedormind), rezemată în fund pe canapea, fără să mă pot simți nicicum confortabil, uitându-mă la reluări din *Dosarele X*. Și pe lângă incontinență și ușoara greață, eram sătulă să aud mereu aceleași vechi rahaturi, aceleași mituri și superstiții:

„Toate grețurile astea sugerează că e cu siguranță fată!”
Clar.

„Primul copil nu vine niciodată la timp!” A venit la timp.

„Pentru că primul a venit la timp, al doilea o să vină mai devreme!” A întârziat șapte zile.

„Îmi dau seama după burta ta că ai un copil mare!” Henry a avut 3 kg.

Mai presus de toate, am fost un pic enervată și dezamăgită de legenda conform căreia în timpul sarcinii strălucești.

Nu străluceam.

Dar avea să urmeze, nu? Pentru că eu una credeam legenda și eram entuziasmată pentru iminenta mea strălucire. Trebuia doar să depășesc etapa primului semestru („rahatmestrul”), plină de grețuri și ciudată, la modul „durdulie dar nu chiar cu burta la gură” și aveam să mă aflu pe drumul către pământul făgăduit al părului strălucitor, al pielii radioase și al unei burtici drăguțe și frumoșele, afișate cu mândrie sub rochii atrăgătoare de gravidă. Aproape că devenise o glumă: „Încă nu strălucesc?”

Fir-ar să fie, eu nu am strălucit deloc.

În loc de asta, îmi venea mereu să vomit, transpiram și eram permanent obosită. Aveam pielea cenușie și cu o ușoară tendință acneică – o strălucire nu chiar ca cea a unuitrandafir englezesc, ci mai mult a unei adolescente mahmure, aflată la pubertate. „Burtica” pe care abia așteptam să o expun într-o rochie cu decolteu de la Topshop s-a transformat mai mult într-o roată de grăsime depusă în jurul taliei, întinzându-se încet către zone la care nu m-aș fi așteptat, cum ar fi pe brațe. Și pe bărbie. Din multe puncte de vedere, mi-a plăcut corpul meu de gravidă – am pus pe mine peste 19 kg la fiecare sarcină și e o mare ușurare să-ți poți spune: „Îmi bag picioarele, ce mai contează încă o felie de prăjitură cu morcov?”

Dar de strălucit, nu străluceam. Deși ar trebui să menționez că am întâlnit câteva viitoare mămici radioase, în rochii cu decolteu de la Topshop, așa că nu pot nega că se poate întâmpla. Doar că nu s-a întâmplat în cele 5 procente din viața mea pe care le-am petrecut însărcinată. (Nu sunt *deloc* supărată.)

Au fost însă două lucruri pe care le-am auzit despre sarcină – două bizareri, dacă vrei (lucruri pe care în general nu le-am luat în seamă, considerându-le „niște tâmpenii”) – pe care pot să le confirm ca fiind adevărate, deoarece le-am trăit pe propria piele.

Primul a fost pregătirea cuibului.

„Pregătirea cuibului”, ca expresie, induce oarecum în eroare, cred, pentru că evocă imagini în care dereticăm, decorăm și ne asigurăm că lucrurile sunt așa cum trebuie. Pregătirea cuibului în care m-am cufundat eu a fost legată mai puțin de dereticare și mai mult de dezinfectare. Să îndepărtăm din casă tot praful, mizeria și mirosurile și să las în urmă parfumul delicat de Cif Cremă (Original) și Windowlone.

Nu mă mai săturam de produsele de curățenie. Miroseau atât de bine. Reclama la Cillit Bang în care „Barry Scott” șterge orice urmă de depuneri de calcar de la duș înainte să declare: „Bang! Și murdăria dispare!” aproape că mă ațâța la un moment dat.

În punctul culminant al obsesiei mele pentru curățenie (care a fost mult mai gravă la Jude), ștergeam blatul din bucătărie de cel puțin trei ori pe zi – și asta era cea mai obișnuită activitate de curățenie. Ștergeam plintele cu clor, dezinfectam dulapurile, trăgeam frigiderul ca să curăț în spatele lui,

spălam uşile, curăţam pereţii – odată am spălat pereţii *exteriori* şi ferestrele de la parter cu Flash Power Spray, înainte să îl rog pe socrul meu să facă la fel cu ferestrele de la etaj când era sus pe scară ca să cureţe jgheabul de pe acoperiş. De asemenea, l-am rugat pe James să tragă comoda TV de două ori în aceeaşi săptămână pentru că nu reuşisem să curăţ bine tot praful de prima oară şi nu puteam să mă relaxez până când nu curăţam *tot afurisitul de praf*.

Nimeni nu mă contrazicea când eram însărcinată în opt luni pentru că îmi sesizaseră privirea de nebună şi se teamau că mă voi urca pe scară sau că voi încerca să mut singură un televizor cu diagonală de 106cm. Aveau dreptate să se teamă un pic. Erau şi momente de comedie, dar traiul cu mine devenise un coşmar. Odată am pus pauză la filmul de vineri seara ca să scot feţele pernelor de pe canapea şi să le pun la spălat. Pentru că nu poţi să aduci o viaţă nouă într-o casă cu feţe de pernă nespălate. Altă dată, James a pus ce-a mai rămas dintr-o lasagna – care curgea un pic din farfurie – în frigiderul pe care tocmai îl dezinfectasem. I-am pus numele de „Scandalul lasagna” acelei crize, pentru că am plâns o jumătate de oră înainte să scot iar detergentul pentru suprafeţe. Săracul James.

Evident, *acum* îmi dau seama că a fost extrem de iraţional să vărs lacrimi din cauza lasagnei rămase – eram ridicolă. Dar la momentul acela mi se părea foarte raţional. De fapt, a fost una dintre cele mai instinctive şi mai compulsive senzaţii pe care le-am avut vreodată – *trebuia* să curăţ cuibul.

Abia după două luni de la naştere am putut să trec pe culoarul cu produse de curăţenie la Tesco fără să încerc să adulmec mirosul proaspăt de lămâie al produselor. (Barry nu mă mai atrage din punct de vedere sexual, să fie clar.)

Poftele au fost a doua bizarerie legată de sarcină care m-a lovit. Mai puțin la prima – dacă nu punem la socoteală sandvișurile McChicken, la care am poftit în cea mai mare parte a celor 29 de ani ai mei. Dar cu siguranță, în ultima parte a celei de-a doua sarcini, am manifestat o poftă absolută de gheață. Nu de băuturi reci sau de înghețată pe băț, ci de *cuburi de gheață*. Mi le băgam în gură direct din tăvița din congelator și le ronțaiam de parcă erau bomboane M&M's cu arahide. La fiecare tăviță dată gata, mai puneam una la înghețat, ca să nu rămân niciodată fără. Pentru că ar fi fost o catastrofă pentru echilibrul meu emoțional să rămân fără gheață. Se pare că ronțăitul cuburilor de gheață poate fi un simptom al lipsei de fier, care este ceva foarte obișnuit în perioada de sarcină. Nu știu ce m-a făcut pe mine să ronțăi până la cincizeci de cuburi de gheață pe zi, dar a fost al naibii de ciudat. Doar gândul la asta mă face să am dureri de dinți.

Așa că aventura mea de gravidă numai neinteresantă nu a fost.

(Și o binecuvântare.)

(Și doar un pic de rahat.)

„Când eram însărcinată, am vizitat pentru prima oară magazinul Toys R Us. Aceasta este discuția pe care am auzit-o la o familie care ieșea, în timp ce eu intram:

— Vreau un Minion!

— Nu îți iau un Minion.

— Dar *vreau* un Minion! Oaaaa!

— Nici măcar nu știai ce e ăla un Minion înainte să intri aici!

N-am să uit asta niciodată.”

Marie, Exeter



Chiar împing!

Nașterea mă fascinează. În ciuda faptului că am rămas ușor traumatizată acum șaisprezece ani când am văzut-o pe Sarah-Lou născând în *Corrie*, mai recent am devenit mare fan al emisiunii *One Born Every Minute* (*Un nou-născut la fiecare minut*) și abia așteptam să am de spus propria poveste despre cum am adus un copil pe lume. De asemenea, abia așteptam să îmi iau rămas bun de la dezinfectarea suprafețelor, vomitat și ronțăitul gheții.

Travaliul este un rit potrivit de trecere la rolul de mamă, nu-i așa? Indiferent de cum ar veni pe lume copilul (prin acoperișul decapotabil sau pe toboganul din grădina doamnei), este un moment în care obții accesul în Club. Abia așteptam să îmi câștig insigna pe care scrie „Am născut” și aveam de gând să o port cu mândrie în grupurile pentru proaspete mămici, unde puteam să schimb aprobări din cap pline de înțeles cu alte femei care născuseră omuleți micuți (și, uneori, nu chiar așa de micuți) din corpul lor.

Acum am *două* povești de spus și, atunci când oamenii mă întreabă: „Cum a fost nașterea?” sau „Chiar a fost îngrozitor?” le spun părerea mea sinceră, care este aceasta: depinde în totalitate de nașterea despre care mă întrebați,

pentru că sunt aproape sigură că cei doi copii ai mei nu au fost născuți de aceeași femeie.

Dacă aș fi scris acest capitol imediat după nașterea lui Henry, ar fi fost unul destul de pozitiv. Dacă l-aș fi scris imediat după nașterea lui Jude, ar fi fost unul foarte scurt (probabil doar „Măiculiță!”). Acest lucru mă lasă cu o dilemă interesantă. Ce ar trebui să vă împărtășesc în acest capitol? Cum să le prezint când nici măcar acum nu sunt sigură că mi-am înțeles sentimentele?

Așa că m-am hotărât să vă împărtășesc pur și simplu cele două nașteri, așa cum mi le amintesc și să reflectez sincer la câteva gânduri pe care le-am avut de atunci. Iată-le, deci:

Nașterea lui Henry

După o alarmă falsă în ziua în care trebuia să vină (13 februarie), am intrat în travaliu normal de Sf. Valentin. Totul a început destul de calm, James monitorizându-mi ritmul contracțiilor folosind aplicația pentru cronometrarea contracțiilor de pe iPhone-ul lui, în timp ce eu săltam pe mingea de gimnastică și mă uitam la *Lorraine*. (Îmi place foarte tare de Lorraine; mi-a fost alături în multe momente importante din viață și se cuvenea să fie prezentă la începutul primului meu travaliu.) Am avut discuții nesfârșite dacă am împachetat tot în geanta pentru spital (eu și James, adică, nu eu și Lorraine). Desfăcusem și refăcusem geanta de cel puțin zece ori pentru că citisem pe undeva pe internet că am nevoie de două pachete de absorbante postnatale, și cu siguranță nu avea cum să fie așa, nu? Apoi am pierdut dopul

gelatinos care, în ciuda faptului că sună distractiv* (și mă făcea să vreau să flutur din mâini) a fost, în realitate, scârbos. Doar ca să fiu sigură că începea, într-adevăr, „spectacolul”, am ajuns să i-l arăt lui James, care a fost, lesne de înțeles, dezgustat. În aceeași oră (cred că începuse deja *Jeremy Kyle*), mi s-a rupt apa. Totul era ca la carte.

Nu a rămas însă ca la carte și am început să vomit destul de rău. Iată-l deci pe James mutându-mi capul pentru ca mai sus menționata vomă să nu ajungă pe canapeaua cea nouă și eu, ca răspuns, aruncându-i priviri ucigătoare pentru că își făcea griji din cauza canapelei când eu mă pregăteam să scot prin vagin un copil de trei kilograme. Pentru ca distracția să fie și mai mare, puteam să îmi dau seama uitându-mă la culoarea a ceea ce ieșea din mine că ceva nu era în regulă.

„Cred că copilul s-a răhățit în lichidul amniotic – au menționat ceva de genul ăsta la cursuri!”

Prin urmare, nu am fost deloc surprinsă atunci când, după ce am intrat mergând ca o rață în clinica pentru nașteri asistate de moașe (cea pe care o aleseserăm pentru o naștere cât mai naturală și mai puțin medicală în afara casei noastre), am fost trimiși direct la spital.

Pe lângă manifestarea murdară a copilului *in utero*, tensiunea arterială îmi urca vertiginos și, când m-au consultat la spitalul Royal Devon & Exeter, situația era confirmată: aveam preeclampsie.

Rahat.

Preeclampsia e o treabă serioasă, ceea ce explică motivul pentru care erau o mulțime de oameni importanți în

* „The show” (spectacolul) în limba engleză. (n.red.)

încăpere, cu frunțile mereu încruntate. Cu excepția contracțiilor, care se intensificaseră atât de tare încât nu mai puteam vorbi în tihnă cu James despre ce gustări alesese să pună în geanta *lui* pentru spital (ha!), mă simțeam *bine*. Mi se părea mai suportabil decât mă așteptasem și, după vreo două ore minunate fără durere (mulțumită unei anestezii epidurale) și după ce m-am înșelat crezând că o să fac caca pe mine, bebe Henry a venit pe lume natural, fără prea mult tam-tam. Dacă aș fi fost filmată pentru un episod din *One Born Every Minute*, aș fi fost foarte mândră.

„Te-ai descurcat foarte bine, iubito!” mi-a spus James. Chiar m-am descurcat. Nu am făcut pe mine (nici la propriu, nici la figurat) și, prin urmare, le-am spus prietenilor curioși: „Nu a fost deloc rău!...”

Nașterea lui Jude

Doi ani și șapte luni mai târziu, am intrat în travaliu pentru a doua oară și m-am transformat într-un adevărat monstru. Dacă prima dată mi s-ar fi acordat o medalie pentru stăpânire de sine, a doua oară mi-ar fi fost luată. Am devenit femeia *aceea* din *One Born Every Minute*. Cea la care te uiți stând cu o ceașcă de ceai și cinci biscuiți Custard Cream și îți vine să spui: „Pentru numele lui Dumnezeu, vino-ți în fire, femeie!”

Mi-am pierdut cumpătul.

Nu pot să identific cu precizie momentul în care totul a luat-o razna, pentru că, în teorie, spre deosebire de prima naștere, am fost *bine*. Am avut tensiunea normală și niciun risc să fac o criză și toată lumea de la spital părea foarte calmă. Adică toată lumea în afară de mine.

Nu mă pregătisem pentru eventualitatea unei nașteri mai dificile, dând crezare cu toată inima legendei conform căreia a doua naștere este mai ușoară. Nu aveam nicio îndoială că o să trec prin ea bine mersi, ceea ce, privind în urmă, a fost o greșală prostească. Realitatea a fost că nașterea micului Jude a durat de două ori mai mult și a fost considerabil mai dureroasă. Femeia calmă și stăpână pe sine de la Nașterea nr.1 nu a mai apărut la Nașterea nr. 2. A trimis-o în schimb pe sora ei geamănă, care a fost cam imbecilă.

Părerea lui James despre nașterea lui Jude (care a șters într-un fel lauda care trona până atunci: „Te-ai descurcat foarte bine, iubito!”) a sunat astfel: „Ai fost nebună de legat. N-am mai văzut niciodată așa ceva.”

Pe durata travaliului, am trecut de la isterie la introverșiune. M-am aruncat în piscină cu speranța că voi naște senin sub apă, dar nu a trecut nicio oră și am ieșit afară fără niciun pic de grație, cerând „*ceva care să aibă efect!*” Când James a îndrăznit să sugereze că ar trebui să mai rămân un pic în piscină, l-am repezit nervoasă spunându-i că am nevoie de „mai mult decât de o blestemată de cadă uriașă”.

Am inhalat un pic de oxigen și aer, m-am simțit ușor amețită, apoi am aruncat masca îmbufnată. Voiam anestezie epidurală. M-au convins să nu fac. Minunata (și răbdătoarea) moașă Trish (cred că Trish o chema; o să îi zicem Trish) mi-a explicat că copilul putea să vină peste doar o oră sau două. Epidurala putea să încetinească lucrurile. Putea să ducă la o ședere inutilă în spital în ziua următoare. James a fost de acord – probabil că ajunsese la Limită și că băiatul nostru va fi cu noi într-o clipită.

A venit diamorfina. Am luat două doze din minunăția aia înainte să devin somnoroasă și să nu mai reacționez. Eram trează de 24 de ore în momentul acesta și atât de epuizată, încât am adormit (stând în fund) între contracții, gemând ca un animal rănit. La un moment dat, mi-a spus James, am refuzat să mai comunic timp de câteva ore și am stat tăcută pe pat, legănându-mă, aruncându-le câte o privire urâtă lui și bieteii Trish. Ce mama mă-sii? (În apărarea mea, m-am întrebat sincer dacă nu voi muri din cauza durerii. Îmi amintesc că mă gândeam că ar fi o ușurare să mor. Cuvântul „irațională” nici nu se apropie de starea mea de atunci.) Contracțiile nu mai erau atât de puternice din cauza nivelului scăzut al glicemiei din sânge – aveam nevoie de o băutură dulce. Am refuzat băutura dulce.

Și apoi a venit *piesa de rezistență*, atunci când aveam o dilatație de 10 cm și am intrat în cea mai inutilă grevă a vieții mele, refuzând să mai împing.

— Vreau epidurală! m-am văitat de una singură și am fost pe bună dreptate ignorată, pentru că șansa aceea se dusesse cu 5 cm în urmă.

— Vreau cezariană!

— Vreau să mor!

Da.

Toată lumea s-a îngrijorat. Trish mi-a zis vreo două.

Potrivit lui James, după aceea m-am prefăcut că împing, mormăind: „Chiar împing!”, când era evident că nu direcționam niciun efort către partea de jos a corpului. Probabil că mi-a venit totuși mintea la cap și până la urmă am împins de-adevăratelea, pentru că, după trei ore – și după

ce am avut familiara senzație că încerc să scot din mine o ghiulea – a venit în sfârșit pe lume bebe Jude.

Ce ușurare.

Îmi amintesc că l-am luat în brațe înfășat în prosopelul lui, gândindu-mă că arată grozav de frumușel și rozaliu, exact așa cum trebuie (și deloc deranjat de faptul că mama lui se împotrivise să îl ajute să iasă prin canalul de naștere). Eram foarte încântată că totul s-a terminat.

Și apoi placentă mi-a rămas înăuntru.

Ce mama naibii?! Habar nu aveam că este posibil așa ceva. Placentă nu rămâne niciodată înăuntru când femeile nasc la televizor, nu? Unde naiba e placentă în nașterile de la televizor? Nu am văzut niciodată o femeie să nască la *Holby* și apoi să văd cum echipa medicală îi face o injecție în picior ca să-i scoată placentă, înainte să ducă ceva ce arată ca o pisică de mare (dacă pisicile de mare ar avea textura organelor interne). Un lucru e sigur, eu nu am văzut niciodată o placentă să rămână blocată. Dar bineînțeles că a rămas a mea. S-a discutat despre anestezii spinale și alte drame și s-au făcut câteva încercări de a o manevra, înainte ca un doctor să reușească acolo unde toți ceilalți dăduseră greș. Nu am să descriu exact cum s-a întâmplat asta, dar adjectivul folosit de James mai târziu pentru a descrie scena la care asistase a fost „brutal”, așa că probabil v-ați făcut o idee.

Și apoi chiar s-a terminat. Am savurat câte o cană de ceai delicios și pâine prăjită și ne-am uitat la bulgărașul nostru frumos, înfășat bine, în pătuțul lui de plastic. Încă nu avea un nume în acest moment (eu voiam să îi spunem Wilf). După un duș făcut abia ținându-mă pe picioare și multe discuții pe tema: „Doamne, ce îngrozitor a fost!”, am

plecat din spital și ne-am început noua viață de familie de patru persoane.

Am râs după aceea de haosul de la nașterea lui Jude („Am fost îngrozitoare!”; „Trebuia să am eu o placentă încăpățânată! LOL!”), dar adevărul este că m-a afectat teribil și, până acum, am evitat să mă gândesc la asta. Din multe puncte de vedere, a anulat toate părerile pozitive pe care le-am căpătat la nașterea lui Henry, ceea ce este păcat. Nu mă mai uit la *One Born Every Minute*, dar, dacă m-aș mai uita, sunt sigură că nu aș mai fi înclinată să le judec pe mamele care au o criză, pentru că acum înțeleg. Nu sunt iraționale, doar că nu știu ce să facă.

Gândindu-mă destul de mult la ce aș face dacă aș mai avea un copil (stai liniștit, James, este ceva ipotetic, ca atunci când mă gândesc la ce aș face dacă aș câștiga la loterie), am stabilit următoarele două direcții de acțiune:

În primul rând, m-aș documenta despre nașterea sub hipnoză. Am văzut și am citit câteva lucruri uimitoare despre asta și, în esența ei, pare să pună accent pe a insufla încredere și pe păstrarea *controlului* (ceva ce eu am pierdut categoric în timpul Nașterii nr. 2). Trebuie să existe un motiv pentru care o laudă mămicile din rândul celebrităților și cele obișnuite deopotrivă, și, dacă aș mai trece printr-o sarcină, aș încerca-o. Dacă nu riști, nu câștigi, nu?

În al doilea rând, dacă aș mai avea din nou dureri atât de mari, aș insista mai mult pentru anestezia epidurală. Fiecare centimetru din corpul meu striga după ajutor în momentul acela și chiar am regretat că nu am primit niciunul. Da, știu că sunt avantaje atunci când mergi pe calea

naturală și fără medicamente, dar se pare că prefer nașterea cu toate medicamentele. Nu îmi este rușine de asta – nu îți dă nimeni un premiu că ai reușit fără ele și dacă aș mai trece iar printr-o sarcină, m-aș programa pentru anestezia epidurală din momentul în care descopăr două linii albastre pe testul de sarcină. Glumesc (oarecum).

Am auzit și am citit atât de multe povești despre nașterea în ultimii câțiva ani, de la cezariene efectuate de urgență, traumatizante și înspăimântătoare și până la nașteri incredibil de rapide în parcare spitalului și, cu cât citesc mai multe, cu atât sunt mai sigură că nicio naștere nu seamănă cu alta. Fiecare naștere este unică, fiecare femeie este altfel și unele femei (inclusiv eu) se comportă diferit în situații diferite.

Cred că ezitarea mea de a privi înapoi la nașterea lui Jude își are parțial originea în jenă. Una este să te legeni în patru labe, cu toate cele la vedere, și alta este să strigi panicată înjurături în timp ce te legeni în patru labe, cu toate cele la vedere. Deși, dacă stau să mă gândesc bine, nu mă îndoiesc că moașele au mai văzut așa ceva, așa că poate nu e nevoie să ne facem procese de conștiință dacă mai facem câte o criză.

Cu toate acestea, Trish, dacă citești rândurile de față, vreau să îți spun că îmi pare rău că m-am uitat urât la tine, că am țipat și ți-am dat peste mână atunci când ai încercat să verifici bătăile inimii copilului cu chestia aia Doppler. Pe scurt, îmi pare rău că am fost o idioată. Aș mai vrea și să îți mulțumesc pentru că ai văzut dincolo de idioțenia mea și ai adus pe lume în siguranță un băiețel frumos, pe care să îl duc acasă la celălalt băiețel. Faci o treabă extrem de specială. Cel mai mare respect celor din rândul moașelor!



Nu se poate să-i fie iar foame!

Cred că nimic nu te pregătește pentru trauma meselor din timpul nopții. Mă rog, cred că nimic nu te pregătește nici pentru mesele neconținute din timpul zilei (la câteva ore după ce am plecat din spital, mă convinsesem că noua mea viață va fi dictată de lapte), dar, Doamne Dumnezeule, să dai de mâncare în timpul nopții este ceva special. Prin „special” vreau să spun că e cam de rahat. Mă pregătisem mental (prima oară) spunându-mi că voi fi frântă de oboseală, dar că voi recupera somnul pierdut în timpul zilei. Pur și simplu *habar nu aveam*. Nu este vorba doar despre somnul pierdut; este vorba despre faptul că trebuie să îndeplinești sarcini frustrante de câteva ori pe noapte *fără* să fi dormit *deloc*. Hrănirea, schimbarea scutecului, eructația, curățarea vomei, schimbarea cearșafului, alt schimb de scutec... Îmi aduc aminte, în timpul uneia dintre numeroasele mese, că mă uitam în transă la tavan, întrebându-mă dacă este posibil să mori de oboseală și ajungând la concluzia că, dacă era posibil, îmi sunase ceasul. Mi se părea că somnul reglase probabil tendințe instabile ascunse, care stătuseră la pândă în subconștientul meu în cei 25 de ani precedenți, și că lipsa somnului îmi scosese la iveală dubla personalitate. Doamne, cât tânjeam după somn! Nu înțelesesem până

atunci expresia „a-și da și brațul drept pentru...”, dar atunci când lipsa de somn era mai grea, mi-aș fi dat și piciorul drept.

În încercarea de a ne spori la maximum șansele la un somn serios de patru ore (de când sunt patru ore un somn bun? *De când?*), eu și James am încercat zgomotul alb pentru a liniști copilul. Prima oară am descărcat un album întreg cu zgomot alb de pe iTunes. Petrecere. Mai târziu, când vremurile au devenit disperate și ne-am lăsat cucerțiți de produsele miraculoase pentru bebeluși de pe Amazon, am cumpărat un ursuleț de pluș care reda zgomot alb. Cred că a fost de ceva folos – dormeam cu el între noi și îl pocneam atunci când amenințarea ca Henry să se trezească era iminentă. Cine știe, sinceră să fiu, dar a devenit ceva normal în casa noastră să adormim pe un amestec de zgomete de ventilator și valuri ușoare. În asemenea măsură încât, la miezul nopții, după schimbatul scutecului, discutam de bună voie despre piesele noastre preferate: „Pune-o pe următoarea. Mie îmi place cel mai mult ploaia ușoară, ție nu?” Deja înnebuniserăm de tot.

Te rogi ca lucrurile să se îmbunătățească și, de obicei, se îmbunătățesc. Până atunci, înduri mesele din timpul nopții trecând printr-o serie de etape disperate îngrozitoare.

Cele cinci etape psihologice ale meselor din timpul nopții

1. Speranța

Atunci când copilul adoarme, înghesuit între salteaua moale cu iepurași și drăcia cu zgomot alb, începi să vi-sezi că *aceasta ar putea fi noaptea*. Noaptea aceasta va fi diferită.

2. Negarea

Nu ai dormit mai multe de cinci minute și s-a trezit. Nu *se poate*, te gândești. Ignori plânsul disperat și pocnești chestia cu zgomot alb într-o ultimă încercare de a-l liniști. Este un exercițiu inutil, dar tu încă nu te-ai împăcat cu faptul că vrea să mănânce. *Din nou*. „Culcă-te la loc,” spui încet (nimănu-i în special, în timp ce plângi).

3. Impasul

Ai stabilit acum că este treaz de-a binelea (are culoarea unei sfecle roșii, jumătate de stradă poate să îi audă urletele), tu stai complet nemișcată. Nemișcarea ta îi trimite soțului un mesaj prin limbajul corpului: eu dorm; nu mă ridic. Te rogi să se ridice el. El nici nu se clintește. Minunat. Uneori începi să opui rezistență fără prea multă convingere, pentru că trebuie să te ridici ca să faci pipi, așa că meciul este deja pierdut.

4. Furia

Aprinzi furioasă lampa, îl lovești „din greșeală” în coaste pe soțul mai sus menționat și spui: „Cum se poate să-i fie foame? De ce e așa nemernic? E ridicol! Al naibii de *ridicol!*” în timp ce iei bebelușul din pătuț și începi să-i dai să mănânce (oftând zgomotos). Dacă soțul tău se trezește în această etapă, se poate aștepta să te audă declarând: „Nu mai fac altul în veci”; sau, alternativ, „A fost o greșeală să mai fac încă unul”; și/sau „*Urăsc viața asta!*” Dacă nu se trezește, sforăitul (respirația) lui te va enerva atât de tare, încât vei dori să îi tragi un pumn în față.

5. Vinovăția

Bebelușul îți zâmbește. Între înjurături și începutul procedurilor de divorț, micul cocoloș de gălăgie începe să gângurească și să bolborosească. Acum te simți îngrozitor pentru că l-ai învinovățit că ți-a distrus viața. Și l-ai făcut „nemernic”. Așa că, în timp ce îl hrănești, îi șoptești: „Șșșș. Nu-i nimic. E bine? Îți place lăpticul?” etc., în timp ce reflectezi la ce mamă îngrozitoare ești și cauți pe Netmums discuții în care alți oameni recunosc că și-au făcut copiii „nemernici”. (Nu vei găsi niciodată astfel de discuții, fapt care îți reîntărește concluzia că ești, de fapt, un accident îngrozitor al maternității.)

În cele din urmă, după o explozie de caca prin salopetă, vă întoarceți cu toții liniștiți la somn, unde ai aproximativ 55 de minute înainte ca acest ciclu al speranței-negării-impasului-furiei-vinovăției să înceapă din nou...

Ar trebui să menționez că și James și-a adus contribuția la destule mese în timpul nopții, dar am ajuns la un acord încă de la început, anume că voi prelua eu partea leului în schimbul de noapte, cât eram „liberă” în concediu de maternitate – la urma urmei, el trebuia să plece dimineața la serviciu. Nu am fost deloc geloasă că el trebuia să meargă la muncă dimineața. Deloc...

Cred că oamenii se gândesc foarte diferit la experiențele lor cu mesele din timpul nopții. Mi s-au oferit câteva sfaturi rezonabile pe parcurs, cum ar fi: „Devine mai ușor” (chiar devine), „Nu e pentru totdeauna” (chiar nu e) și „Ia-o pas cu pas, de la o noapte la alta” (numai asta poți face, până la urmă). Dar am citit și niște prostii absolute despre cum ar trebui să *prețuiești* mesele din timpul nopții, să le *apreciezi* și vreau să clarific faptul că nu ai nicio obligație ca ele să îți facă plăcere. La o adică, este destul de posibil ca, între lipsa de somn și isterie, să ai parte de niște momente magice, momente de calm, în care restul lumii doarme și doar voi doi sunteți treji. Ai putea să descoperi că este momentul vostru special, care vă unește. Dar este în regulă și dacă nu faci asemenea descoperiri – pentru mine, așa-zisele momente care ne uneau erau mai binevenite în timpul zilei. Nu le-am luat-o niciodată în nume de rău băieților mei pentru că m-au trezit noaptea – adică, le-am luat-o la vremea aceea, în momentul acela, când i-am făcut nemernici (greșeala mea), dar nu și dintr-o perspectivă mai largă. Bebelușii au nevoie de multă hrană și nu m-am așteptat niciodată cu adevărat ca ei să doarmă 12 ore – ținând cont de toate, asta s-a dovedit a fi una dintre părțile cele mai puțin surprinzătoare în creșterea unui copil. Dar asta nu a însemnat că au fost mai puțin dificile. „Nu te vei mai întâlni cu o asemenea

periodă,” m-au avertizat oamenii, după ce m-au auzit plângându-mă de oboseală din cauza meselor din timpul nopții. Păi, sincer, zic mersi. Nici nu îmi mai doresc o asemenea perioadă.

Dacă citești acestea din postura de proaspăt părinte sau de viitor părinte, nu am să te aburesc cu nicio garanție. Să ai un copil e ca și cum ai cumpăra o mașină la mâna a doua – intri de bunăvoie într-o loterie asupra căreia nu ai niciun control și nu poți decât să speri că va fi bine. Știu pe cineva al cărui „bebeluș” nu a dormit neîntrerupt o noapte până când nu a ajuns efectiv aproape de trei ani, și pe altcineva al cărui copil a dormit toată noaptea după doar câteva săptămâni. Noi nu am avut noroc cu somnul prima oară (Henry s-a trezit *din oră în oră* pentru o perioadă îngrozitor de lungă de timp și asta aproape că m-a distrus), dar am dat lovitura cu Jude, căruia îi place tare mult să doarmă, în ciuda faptului că i-a fost oferită aceeași rutină ca și fratelui său. Fiți doar precauți atunci când intrați inevitabil în Jocurile Olimpice ale Bebelușilor (al cui bebeluș doarme cel mai mult, al cui bebeluș are cel mai puternic gât, al cui bebeluș a bătut primul din palme, *ce plictiseală*), pentru că conceptul de „somn toată noaptea” nu este uniform. Am întâlnit odată o mămică ce declara că bebelușul ei dormea toată noaptea la cinci săptămâni. Am vrut să o pleznesc peste față (pe mămică, nu pe bebeluș, ca să ne fie clar). S-a dovedit că ea înțelegea prin „somn toată noaptea” de la miezul nopții până la 5 dimineața. („Ne ducem la culcare la miezul nopții, ne trezim dimineața la ora 5.”) Poate că o asemenea atitudine pozitivă este demnă de laudă, dar permiteți-mi să nu fiu de acord cu faptul că copilul ei *dormea toată noaptea*, deși după asta nu am mai vrut chiar așa de mult să o pleznesc.

Plus sau minus o oră, definiția somnului de „toată noaptea” a fost întotdeauna pentru noi de la 7 p.m. la 7 a.m.

Țintiți sus, prieteni.

„Cred că cel mai mare șoc pe care l-am avut vreodată a fost atunci când am devenit mamă. Ca profesoară, am crezut că mă descurc, cât de greu poate să fie cu un bebeluș, în comparație cu cei 30 de copii de 14 ani, care nu vor să învețe? Cât de tare m-am înșelat! Între lipsa de somn, încercările eșuate de a alăpta și recuperarea după cezariană, nu mi-a venit să cred ce mi-am făcut mie însămi și vieții mele având un copil. M-am simțit mizerabil pentru că detestam să fiu mama unui nou-născut și apoi m-am simțit vinovată și m-am urât pe mine însămi – a fost un uriaș carusel de emoții.”

Anonimă



Cel bun, cel rău și cel cu noduli: alăptarea cu momentele ei bune și rele

Am descoperit că mamele au de spus o poveste despre alăptare. *Călătoria* lor personală în privința alăptării (iar cuvântul ăsta; drăcia dracului). Când eram însărcinată, cea mai mare parte a literaturii despre alăptare mi s-a părut destul de anostă – prezentarea „hrănirii copilului”, însoțită de imagini din anii '80 care înfățișau poziționarea corectă a gurii copilului în jurul areolei și avertizări despre mastită. Toate acestea au fost extrem de practice și realmente foarte necesare atunci când, mai târziu, m-am trezit uitându-mă la un nou-născut care mușca cu gingiile orice piele găsea, inclusiv pieptul păros al tatălui său. M-am simțit ușurată că eram bine informată despre avantajele pentru sănătate, cele financiare și toate lucrurile pe care le mai citești în broșuri. Dar eram dornică să aud și câteva povești autentice, chestii care nu erau în broșuri. *Cum era*, de fapt, alăptarea?

Iată, așadar, ce am învățat despre alăptare. Știți voi, în *călătoria* mea.

La început este o treabă al naibii de grea

Alăptarea mi s-a părut necruțătoare în primele zile. Oricum primele săptămâni sunt un șoc pentru organism și este epuizant să ai un omuleț sudat de sfârcurile tale pentru o aparentă *eternitate*. „Hrănirea la cerere” este exact așa cum sună și, în primele câteva luni, cu amândoi băieții m-am simțit ca o sclavă a lactației. Cu Henry, au fost momente în care a supt timp de o oră și, după mai puțin de o oră, a vrut să sugă iar... timp de încă o oră. Îmi amintesc că ajunseseam la capătul puterilor, în punctul în care deliram obosită, râzând și plângând în același timp, spunându-i lui James printre hohote că cel mic era cherchelit („Bea ca la chef!”). În acele zile mă durea destul de tare și am folosit fără niciun rezultat tampoane pentru sfârcuri, creme și poziții alternative, rezemată dizgrațios pe canapea în încercarea de a „ține copilul la sân” în toate felurile interesante posibile (amintindu-mi ce citisem în broșurile acelea pe care le promisem).

M-am dus la un consilier pentru alăptare care m-a sfătuit că aș putea să încerc să consider fiecare masă ca pe o ocazie pentru copil să primească trei feluri de mâncare. Sânul numărul unu putea fi aperitivul și felul principal (să îl las de două ori) și, dacă termina, puteam să îi ofer al doilea sân „ca desert”. A fost un sfat foarte util, dar eu nu voiam decât să tip la toată lumea. Voiam să-mi plâng pierderea existenței în afara statului pe canapea cu sânii pe-afară. Voiam să strig cât de nedrept este că nu termin niciodată de mâncat dacă James nu îmi taie totul în bucățele și, atunci când în sfârșit am avut șansa unui pui de somn, a fost scurtat invariabil de îngrozitoarea frază: „Cred că iar îi e foame.” *Nuuuuu!*

Este și foarte la îndemână

În multe alte dăți, sânii au fost în avantajul meu. Trăiască sânii! Pentru că, în starea mea de zombi, obosită și răvășită, sânii erau un lucru pentru care nu trebuia să îmi fac griji să îl pun în geanta cu schimburi. Oriunde ne aflam, aveam lapte. Nici prea fierbinte, nici prea rece, exact așa cum trebuie. Uraaa! Sânii mei au fost ca arma preferată, ceva ce aveam mereu în arsenal. Odată, când Jude era pe punctul să facă o criză de nervi în tren, mi-am desfăcut sutienul, i-am băgat efectiv sânul în față și am continuat să citesc revista *Heat* în timp ce mă relaxam cu spatele la fereastră. Este unul dintre momentele acelea în care îmi amintesc bine că mi-am spus: „Slavă Domnului pentru asta.” O altă revelație cu privire la faptul că „alăptarea e cea mai tare” a venit atunci când, după ce am trecut la biberoane, ne-am trezit cu rezerve foarte reduse de lapte praf într-o duminică după-amiază, când toate magazinele erau închise („Ai zis că iei *tu!*”) și, de asemenea, atunci când am socotit că ne costa peste 40 de lire în fiecare lună să cumpărăm cutiile de Cow & Gate. Alăptarea este gratis și dacă asta nu o face incredibilă, atunci nu știu ce o face.

Este o experiență interesantă...

La cursurile pentru părinți, ți se spune totul despre mulgere și pompițele pentru sân și altele de genul acesta, dar realitatea de zi cu zi a acestor lucruri s-a dovedit mai nebuneasă decât mi-aș fi putut imagina. Am scos o cantitate serioasă atunci când m-am muls prima oară, pentru că voiam să se ocupe și James de câteva mese. Nu că nu-mi plăcea să alăptez... deși nu mi-a plăcut *foarte* mult. (Nu am prețuit

alăptarea așa cum știu că o fac alte mămici, dar m-am împăcat de mult cu faptul că nu prețuiesc clipele.) A fost vorba doar despre faptul că laptele matern într-o sticlă părea o situație avantajoasă pentru toată lumea și abia așteptam să scot pompița și să împart ~~povara~~ bucuria cu cineva. Minunate invenții, pompițele acelea electrice, dar Iisuse Hristoase, a fost nițel cam ridicol. Stăteam pe canapea cu un sfârc atașat la o pâlnie cu aspirație (eram mulsă), iar celălalt sfârc stătea într-o valvă de plastic (să adune laptele ce se scurgea din sânul neglijat, care nu sesiza că este rândul celuiilalt). Deoarece îmi petrecusem ultimii trei ani finanțând utilaje agricole – nenumărate platforme și mulgătoare robotice – mi-am descoperit un nou respect pentru vacile de lapte, simțind pe propria piele cum e să fii mulsă în timp ce te uiți la *This Morning*. James glumea adesea la adresa expunerii sânilor în living („la uite-i din nou!”) și avea dreptate. A devenit atât de obișnuit să stau cu ei pe afară încât, în unele zile, nici nu mă mai deranjam să îi bag la loc.

Și apoi a urmat Incidentul. Un episod de mulgere după care niciunul dintre noi nu și-a revenit. M-am trezit într-o dimineață cu sâni foarte umflați – erau ca niște bolovani plini de noduli. Am început să simt că mă ia cu călduri, temându-mă că mă paște mastita. De obicei, atunci când se formau noduli și umflături, mă „vindecam” singură, frecționându-mă ușor cu degetele pentru a elibera canalele galactofore care bănuiesc că erau înfundate. Câteodată, eliberarea simțită la următoarea alăptare era copleșitoare și sâni mei erau gata să explodeze până când băieții puteau să ia o înghițitură. Dar în acea zi din 2012, am știut că am trecut de punctul în care mă puteam salva singură și, după