

# O NASCER DE UMA MÃE

DR. JAN PAWEL ANDRADE PACHNICKI

**A**o escutar a palavra nascer, rapidamente vem a nossa mente a imagem de um recém-nascido, sentindo a luz e o mundo pela primeira vez, com todos os sons ao seu redor e enchendo seus pulmões de ar para dar o tão esperado primeiro choro.

Porém, será que o único nascimento que acontece nesse momento é o da criança? Certamente, não. Quando uma mulher se descobre grávida, a natureza sabiamente inicia uma grande mudança no corpo e na mente dela. Conceitos de vida, crenças e valores são repensados.



"Mãe e filho, Havai", por Charles W. Bartlett, pintor inglês (1860-1940).

## NÃO EXISTE FÓRMULA PRONTA PARA A MATERNIDADE. MÃES NÃO ENSAIAM, NÃO TÊM UM ROTEIRO A SEGUIR. MÃES NÃO DEMONSTRAM DÚVIDAS, DÃO O EXEMPLO, MESMO QUE OUTRORA NUNCA TENHAM SIDO EXEMPLO NAQUELA TEMÁTICA.

Segundo o pensamento de Osho, “no momento em que uma criança nasce, a mãe também nasce. Ela nunca existiu antes. A mulher existia, mas a mãe, nunca. Uma mãe é algo absolutamente novo.”

A maternidade é uma das relações mais complexas da vida de uma mulher; e não tem prazo de validade. Traz consigo um aprendizado único, não apenas pelas mudanças fisiológicas que são em grande número: congestão, baixa pressão periférica, aumento da filtração renal, diminuição da capacidade respiratória... mas também por todo o impacto psicológico nesse momento de vulnerabilidade emocional consequente a exaustão, sobrecarga e solidão.

Complexa, ainda, pela responsabilidade, por todo o impacto que a maternidade terá sobre a saúde do nascituro – a se verem, por exemplo, os efeitos do aleitamento materno, diminuindo riscos de sobrepeso, obesidade e diabetes tipo 2, através da epigenética.

E o que dizer da mudança de prioridades? De costumes? De comportamentos? Bem disse Sófocles que “os filhos são para as mães as âncoras da sua vida.”

Dar à luz um ser tão frágil e dependente é um ato de amor, é mágico, quase divino, cheio de emoções, preocupações e sensações intensas. É a construção de uma relação única e eterna, que vai sendo tecida – como num tear, com seus fios e tramas – ao longo da vida, desde a gestação, lá na vida intrauterina, até o sempre. Uma relação que é dinâmica e recíproca, mas assimétrica, que vai se modificando a cada etapa do ciclo vital.

Sim, quando nasce um bebê, nasce uma mãe também. Nela, surgem muitos braços que trabalham simultaneamente e de modo independente. Diversas profissões antes não imaginadas aparecem: mecânica para carrinhos de controle remoto, veterinária de bichinhos de pelúcia, doutora de brinquedos e bonecas, professora de balé, jogadora de futebol e goleira. Em tempos escolares, ela vira a professora muito esforçada e dedicada, formada em diversos cursos *online*. Nutricionista e cozinheira de quitutes que escondem verduras e legumes para uma refeição

mais saudável. Finalmente, se o sono um dia fora pesado, agora não resiste ao som de um choro ou de suaves passinhos próximo ao quarto.

A mineira Cris Guerra, publicitária e escritora, em seu texto “Muitas”, bem escreve que, quando nasce um bebê, nasce também o medo da morte – mães não se conformam em deixar o mundo sem encaminhar devidamente um filho. Mas isso não as faz seres delicados e frágeis – essas mulheres aumentam sua audácia, sua garra, seus poderes. Tornam-se várias mulheres em uma só, e montam guarda ao lado de suas crias. Verdadeira a expressão de que, quando nasce um bebê, nasce uma empreiteira capaz de cavar a estrada quando não há caminho, só para poder indicar: “É por ali, filho, naquela direção...”

Não existe, todavia, fórmula pronta para a maternidade. Mães não ensaiam, não têm um roteiro a seguir. Mães não demonstram dúvidas, dão o exemplo, mesmo que outrora nunca tenham sido exemplo naquela temática. E, ainda que façam acontecer o impossível, sempre acreditam que poderiam ter feito melhor. Nunca se sentirão prontas para a tarefa gigantesca que é criar um filho. E com isso a culpa passa a ser sua parceira diária de vida. Sim, as mães tendem a se sentir muito culpadas e são extremamente julgadas neste eterno desafio de aprender a conviver com opiniões diferentes.

Grande mentira, portanto, é afirmar que as mães sentem menos a dor. Ela aprende a conviver, mascarar e deixar para outra hora. Assim, sobra para aqueles que convivem com essa nova mulher que surge com nascimento de um filho, compreender todas essas mudanças e apoiar.

Enfim, mãe também nasce... e não nasce pronta! Como seres humanos, somos falíveis e limitados por natureza, e ela cresce junto com os filhos. Erros e acertos consolidam laços impossíveis de serem quebrados. Um processo constante de evolução que se completa, ou recomeça, quando quem foi gerado também dá origem à continuidade da vida. **❶**