

# Tej jednej rzeczy **NIGDY** nie mów zmęczonej matce!



Pamiętam ten moment. Mam go przed oczami jakby to było wczoraj. Moje dziecko ma kilka miesięcy, śpi za ścianą pilnowane przez moją mamę lub męża, a ja stoję pod strumieniem gorącej wody pod prysznicem i myślę, że już nigdy nie będzie dobrze. Myślę, że już nigdy nie wypocznę, już nigdy nie będę wiedzieć jak to jest się wyspać.

Wraz z gorącą wodą wodą pulsuje we mnie zmęczenie tak gigantyczne, że nie zrozumie go nikt, kto nigdy nie miał pod opieką niemowlaka.

Gdyby ktoś powiedział mi wtedy to jedno zdanie, strzeliłabym go w twarz, albo wyśmiała.

**Nie uwierzyłabym.**

Pamiętam te noce, kiedy walczyłam z karmieniem piersią, które musiało być co trzy godziny, a po każdym karmieniu zalecone

przez doradcę odciąganie laktatorem i może godzina snu, która zostawała do następnego karmienia. Pamiętam te nieprzytomne pobudki nad ranem, majaczące gdzieś w oddali na macie edukacyjnej dziecko, w tle program śniadaniowy i kawa, która spod półprzymkniętych powiek wyglądała jak napój bogów.

Pamiętam te automatyczne czynności wykonywane jak przez sen: ubieranie, przewijanie, usypianie, kolejne drzemki. Ja w tym czasie albo spałam, albo jadłam, albo po prostu oddychałam. Ciąg kolejnych dni, które zlewały się w jedno i weekendów, które od dni powszednich różniły się tylko obecnością męża w domu. Wakacje, które wakacjami były tylko z nazwy, bo niewiele różniły się od dni powszednich i weekendów spędzonych w domu.

**Gdyby mi wtedy ktoś powiedział, że będzie lepiej, zamordowałabym na miejscu.**

Nie mówcie umordowanym matkom małych dzieci, że będzie dobrze, że kiedyś odetchną i wypoczną. Nie mówcie im, że dziecko urośnie i nagle z dnia na dzień weekendy i wakacje faktycznie pozwolą im odpocząć, a wszystko przestanie się zlewać w jedną całość.

Nie mówcie zmęczonym matkom, że kiedyś wyjście bez dziecka nie będzie się już wiązało z wyrzutami sumienia, a pieluch będzie mniej i w końcu w ogóle znikną. Nie dobijajcie ich stwierdzeniem, że coraz starsze dziecko będzie coraz bardziej samodzielne, i coraz częściej grzeczne i nie angażujące. Że nauczy się mówić i wyrażać swoje potrzeby w inny sposób niż płaczem, jękiem i zawodzeniem. Że będzie się samo bawić, a w tym czasie będzie można zrobić coś innego niż koncentrowanie na nim 100% swojej uwagi, sił i energii.

Nie mówcie zaspanym matkom, które codziennie nie budzą się, a zmartwychwstają, że się wyśpią, że w końcu prześpią całą noc. Nie obiecujcie im, że nagle ten dziki pęd zamieni się w normalność i nawet nie zauważą, kiedy wszystkie ich plany przestaną być uzależnione od dziecka. Nie mamcie ich wizję tego, że cierpliwości można się nauczyć i chociaż nie jest

łatwo, to efekty będą coraz piękniejsze.

Tak będzie. Ja to wiem i wy to wiecie, ale im na razie tego nie mówcie. Nie uwierzą wam, bo to dla nich czysta abstrakcja. Pozwólcie im przekonać się o tym na własnej skórze. Będą wam za to wdzięczne.

Wiem coś o tym.

**Pomysł na ten wpis przyszedł mi do głowy, kiedy wczoraj stałam pod prysznicem.**

**Wypoczęta.**