

GIOVANNA FLETCHER



Traducere din engleză de
IANINA MARINESCU

Cuprins

Introducere	11
1. Să începem cu începutul	15
2. Cum am învățat s-o iau de la capăt	27
3. Travaliiu fără frică	35
4. Cum s-au născut băieții mei	41
5. Realitatea e crudă	57
6. Vindecare și refacere	69
7. A alăpta, sau a nu alăpta! Asta-i întrebarea!	81
8. O, ce mai balcoane!	93
9. În turneu cu un nou-născut	101
10. Cu sânii pe-afară (sau alăptarea în public)	109
11. Haosul nocturn	123
12. Femeia face un copil. Corpul femeii se schimbă. Lumea o ia razna	133

Respect pentru oamenii și cărțile

13. Povestea burții ca piftia și a altor chestii care se clatină	143
14. Cum am aflat că așa sunt eu, flască	153
15. Atâtea cursuri, atât de puțin timp!	161
16. Revenirea la muncă	173
17. Copiilor ar trebui să li se interzică să meargă cu avionul.	181
18. Cu sâinii pe-afară în Eurostar	191
19. O aventură ceva mai jos	199
20. În recunoaștere cu Buzz	213
21. Ca mamă, poți avea senzația că ratezi ceva	223
22. Diferența de fus orar e perfidă	233
23. Să dormim acum, ca să ne fie bine mai târziu.	241
24. Cum e să fii mama unui copil de un an	249
25. O să-mi revendic orele de somn	259
26. Calea către inima unui băiat	277
27. Ce intră pe gură trebuie să și iasă – ideal ar fi la toaletă!.	289
28. O, Doamne, ce copil neînțeleghător am!	299
29. Cum e să ai doi?	309
30. Cum învăț să jonglez cu toate	319
31. Cum e să-ți pui viața „pe tapet“	329

32. Asta nu e o carte cu recomandări, dar dacă ar fi.....	337
33. Lui Tom – soțul meu, tatăl lor	341
34. Lui Buzz și Buddy – băieții mei	347
Mulțumiri	353

că-mi pun singură bețe în roate, dar n-a făcut-o. Mi-a spus în schimb ce aveam nevoie să aud. Mai mult, a fost sinceră. După aceea am simțit că am mult mai multă încredere în alegerile pe care le făceam.

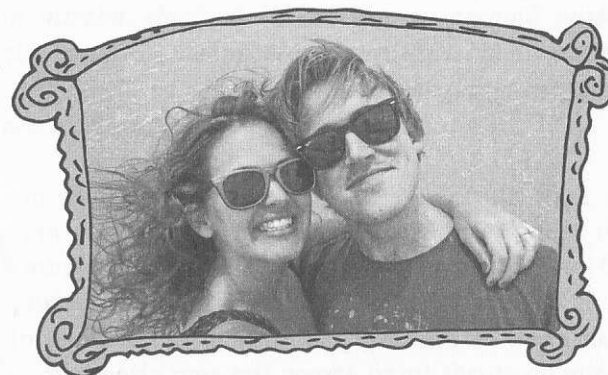
Cuvintele noastre îi influențează pe ceilalți.

Ne putem folosi de ele pentru a insufla curaj sau pentru a blama și zdrobi.

Știi ce vreau să fac cu cuvintele mele.

1

Să începem cu începutul



M-am întrebat dacă să includ sau nu această parte din periplul meu prin meandrele maternității. Nu e o parte prea pozitivă, veselă sau încurajatoare. Dar a fost începutul și așa am ajuns mama care sunt. Așa că iat-o...

Am știut întotdeauna că vreau copii. Mulți copii. Când mă gândeam la viitor, vedeam o masă mare de duminică, animată de nesfârșite discuții și râsete. Copiii mei, partenerii și copiii lor stau de vorbă în timp ce eu le pun în farfurie cartofii rumeniți, atentă la toate nevoile lor. În imaginația mea toți poartă haine făcute de mine din draperii vechi și abia așteaptă să ne cânte ceva. Stilul meu de mămică avea ceva din doamna care face reclamă la OXO¹ și Maria din *Sunetul muzicii*. Împlinită, atentă, adoratoare. Pur și simplu perfectă. Am simțit întotdeauna nevoia de a fi ca o mamă grijulie pentru cei din jur. Da, am știut că vreau copii. Mulți copii.

Așa că închipuie-ți ce surpriză am avut când am renunțat la anticoncepționale după opt ani și nu mi-a mai venit ciclul – iar asta nu pentru că eram gravidă. La început chiar mi-a plăcut – să scap de musafiri și de agasantele lor vizite lunare –, dar cu cât trecea mai mult timp de când erau dați

1. Marcă de produse pentru casă și grădină din Marea Britanie. (N. tr.)

dispăruți, cu atât începeam să mă neliniștesc mai tare. Tot cam pe-atunci au început să apară și alte mici probleme – am început să iau încet și sigur în greutate, să-mi apară tot felul de pete pe spate și am devenit păroasă (ceva ce-am pus mereu pe seama faptului că sunt pe jumătate italiancă și că, pe la zece ani, m-am folosit prostește de aparatul de ras al tatălui meu ca să scap de puful blond de deasupra buzei – ce zăpăcită!).

Pentru că mă simțeam ca un monstru grăsuț, pătat și păros am știut că e ceva în neregulă, așa că m-am hotărât să mă duc la doctor. Rezultatele câtorva analize au confirmat că aveam sindromul ovarelor polichistice. Doamna doctor mi-a dat o foaie cu chestii de pe Internet – pe care, foarte drăguță, le scosese la imprimantă –, unde se vorbea despre ovare, niveluri hormonale și foliculi în exces. M-am uitat pe ea oripilată când am văzut că unul dintre subtitluri era despre fertilitate. Am întrebat-o pe doamna doctor despre asta, iar răspunsul ei a fost să nu-mi fac griji deocamdată. Ne vom ocupa de asta atunci când voi fi pregătită.

Hmmm... mă logodisem cu vreo două luni în urmă și știam că nu vreau să aștept prea mult după nuntă ca să rămân însărcinată (într-o lume ideală), așa că, în ciuda spuselor ei, eram cam neliniștită. Nu mă gândisem că vacanța în care plecaseră musafirii mei îmi putea afecta atât de dramatic viitorul.

În loc să mă lase să aprofundez problema la ea în cabinet, doamna doctor m-a trimis veselă la plimbare, înarmată cu o „utilă” foaie scoasă la imprimantă de pe Internet și cu o nouă rețetă de contraceptive care să mă reechilibreze hormonal.

Noile pilule erau groaznice. Sunt convinsă că au fost create de diavol în persoană ca să le tortureze pe femei. Îmi era rău tot timpul, eram balonată și mă simțeam de parcă

aș fi trăit numai în aburii mahmurelii și de parcă aș fi avut deja niște prime simptome de sarcină, dar fără bucuria faptului de a fi practic gravidă. Era nasol!

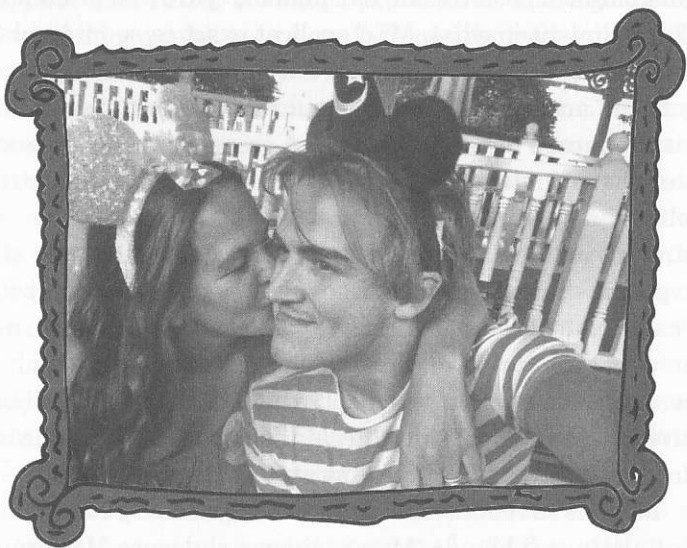
Până la urmă, o prietenă care chiar *era* însărcinată mi-a recomandat să merg la mamoușul ei (putem să-i spunem ginecolog sau obstetrician, dar „mamouș” pare mai prietenos). El m-a liniștit imediat. Mi-a explicat exact ce se întâmpla – concret (așa cum am înțeles eu, dar eu nu sunt medic și cam sufăr de auz selectiv), organismul meu produce prea multă insulină, care la rândul ei face să crească nivelul de testosteron (de unde și părul în exces). Testosteronul susține foliculii din ovare, acolo unde se secretă ovulele. În fiecare lună un ovul se maturizează mai repede decât altele și e expulzat – moment în care tu ovulezi și poți să faci un bebe. Pentru că testosteronul face să apară prea mulți foliculi, nici un ovul nu se poate maturiza suficient cât să fie numai bun pentru ciclul meu. Dar el era încrezător că-mi putea echilibra nivelurile hormonale ca să fiu gata să fac un bambino oricând doream. Vorbele lui mi-au adus atâta alinare!

Mi-a zis să renunț imediat la monstroasele pilule și mi-a dat altele mai blânde. Mi-a mai spus și despre Metformin, un medicament creat inițial pentru cei care suferă de diabet, dar care face minuni și pentru femeile care nu ovulează.

Mă simțeam mai ușoară și mai fericită când am plecat din cabinetul noului meu doctor, pur și simplu pentru că am înțeles mai bine ce se petrece în organismul meu, fiind sigură că o să pot face și eu copii. În plus, în viața publică sunt destul de multe femei care au vorbit deschis despre sindromul ovarelor polichistice și care au reușit să facă o liotă de copii – cum ar fi Jools Oliver¹ și Victoria Beckham, ca să amintesc doar două.

1. Soția bine-cunoscutului *chef* britanic Jamie Oliver. (N. tr.)

Vizita la medic mi-a redat încrederea în corpul meu și mi-a dat un șut în fund, necesar ca să am mai multă grijă de el și să-l întrețin cu bunătăți. Noile pilule au fost mai puțin agresive cu organismul meu și, slavă Domnului, simptomele oribile de dinainte au început să dispară curând.



La un an după nuntă am renunțat la pilule și am început să iau Metformin. Eram îngrijorată că sindromul ovarelor polichistice ne putea împiedica să facem niște mini-Fletcheri și de aceea voiam să mă pregătesc pentru ce-avea să urmeze. Chiar dacă nu recunoșteam deschis că „încercăm” să facem un copil, eram tot mai puțin precauți și încercam tot mai mult marea cu degetul.

Am rămas gravidă în a doua lună de când „nu încercăm”. Nu-mi venea să cred, așa că am făcut pipi pe o mulțime de teste de sarcină, ca să fiu sigură. După un an sau doi de temeri că nu voi putea să rămân gravidă, s-a întâmplat atât

de ușor și incredibil de repede. Stând pe canapea, cu grețuri și crampe, o parte din mine avea senzația că era prea frumos ca să fie adevărat.

Din păcate, așa și era.

După câteva zile m-am trezit plină de sânge. Cine a trecut printr-un astfel de moment cunoaște oroarea paralizantă pe care o provoacă. M-am holbat minute în șir, fără să știu prea bine ce să fac. M-am repezit la Google, normal. Am luat rapid la rând zeci de conversații de pe forumurile pentru mămică și am încercat să citesc doar părțile care vorbeau despre ce voiam eu să aud (iarăși chestia cu auzul selectiv), denaturând ușor adevărul ca să mă pot consola și să spun că nu am de ce să mă îngrijorez, că nu sunt decât niște mici pete de sânge. Însă știam că nu e doar atât.

Și sâni m-au prevenit că se schimba ceva și, deși știu că sună absolut caraghios, imediat ce-am aflat că sunt gravidă s-au transformat în niște rotunjimi pline și săltărețe – genul acela de sâni la care am visat dintotdeauna. Cu toate astea, în acea dimineață nu mai erau la fel. Erau mai puțin afânate, ca și cum s-ar fi dezumflat puțin. Mi-am spus că aveam doar niște crampe ușoare, despre care citisem pe Internet și în aplicațiile pe care le descărcasem – mă așteptam la un oarecare disconfort... Dar cum îți dai seama dacă crampele au depășit statutul de ușoare sau ești tu ceva mai plângăreață?

Mi-am făcut de lucru prin casă și am încercat să nu mă mai gândesc la asta – adică, în realitate, m-am gândit la asta non-stop.

Și unde mai pui că în acea zi Tom a trebuit să se ducă la Londra pentru o emisiune la radio, iar apoi direct la Birmingham pentru un live. Nu voia să mă lase așa, dar i-am spus că sunt bine, că nu era mare lucru și că totul va fi în regulă. Și că o să-l sun dacă se schimbă ceva.

Din păcate pentru noi, s-a schimbat.

Suvoiul roșu a devenit mai abundent, parcă își bătea joc de mine că am putut să cred că ceva atât de special putea fi obținut atât de ușor.

Apucasem să spun doar la două persoane că sunt însărcinată – știam că trebuia să mai aștept să văd cum merg lucrurile, dar nu m-am putut abține să nu dau vestea cea bună. Acum aveam nevoie să vorbesc cu cineva. Printre suspine, am sunat-o pe prietena care știa că sunt gravidă. Fiindcă tot ea mă trimisese la mamoșul ei, m-a îndemnat să-l sun imediat.

De la cabinet mi s-a spus să vin în oraș pentru o ecografie.

Sunt atât de vii amintirile acelei călătorii la Londra – cum stăteam pe bancheta din spate a taxiului, iar soarele strălucea puternic, chiar dacă era o zi rece de decembrie, iar la radio cânta Bob Marley, spunându-mi că *Every little thing is gonna be all right...*

Am o slăbiciune pentru semne.

Am crezut că era farul meu călăuzitor de speranță, declarându-mi că ființa micuță creștea încă înăuntrul meu. Chiar îmi pare rău de această naivitate – încercam să-mi țin firea, gândindu-mă că Bob Marley, de dincolo de mormânt, se străduia să mă consoleze.

Ecograful mă aștepta când am ajuns. Din păcate, ecografia a arătat că nu mai era nimic acolo. Nici puls. Nici copil. Nimic. Suferisem o pierdere completă de sarcină la puțin peste șase săptămâni. Doamna care mi-a dat vestea cea tristă a fost incredibil de drăguță și încerca să mă consoleze, dar tot ce voiam era să plec cât mai repede de acolo. Îmi venea să o iau la fugă. Știam că nu pot să stăvilesc emoțiile care clocoteau.

L-am sunat pe Tom imediat ce-am ieșit. El tocmai terminase interviul de la radio și urma să plece spre Birmingham. Sunetul de apel al telefonului în timp ce așteptam ca el să răspundă mi l-a adus mai aproape, dar asta însemna și că

trebuia să-i spun. Lucrurile deveneau reale. Plângeam cu suspine chiar înaintea să-mi răspundă.

Mă simțeam de parcă îl dezamăgisem. Pe noi. Chiar dacă știam doar de câteva zile că sunt gravidă, speranțele și visurile de a fi mamă le purtam cu mine de douăzeci de ani. Iar prima mea încercare de a deveni mamă a fost o nereușită. Un eșec. Nu aveam să țin niciodată în brațe acel copil, iar acest gând era de neîndurat.

După ce am vorbit la telefon, Tom a venit la colțul de stradă din Londra unde stăteam și plângeam și m-a luat în brațe. Nu a durat mult, dar aveam nevoie de asta. Era o pierdere nu doar pentru mine.

Până l-a urmă Tom s-a întors la mașină unde-l așteptau băieții și le-a spus ce se întâmplase, iar eu am luat un taxi și m-am dus acasă. Mă simțeam golită, amorțită și expusă, dar izburneam în lacrimi ori de câte ori credeam că sunt din nou stăpână pe situație. În parte pentru că era absolut devastator, dar și pentru că nu voiam să accept.

Mă simțeam atât de singură! Chestia ridicolă când nu-i spui nimănui că ești însărcinată înaintea de ecografia de la 12 săptămâni e că nu poate fi nimeni lângă tine să te consoleze dacă se întâmplă să pierzi copilul. La ecografie te aștepți să ți se spună că totul e perfect în regulă cu copilul, dar, dacă nu e așa, ai nevoie ca oamenii apropiați să fie lângă tine.

În acea zi tânjeam după mângâierile familiei mele, dar știam și că nu vreau decât să plâng și să fac față durerii în felul meu. Nu voiam să se facă mare caz. Nu voiam să-i întristez și pe ei. Sau să-și facă griji pentru mine.

Le-am trimis un SMS.

Știu... e aiurea! Dar nu mă simțeam în stare să sun pe fiecare în parte și să le spun. Nu voiam să spun că am fost însărcinată, dar am pierdut sarcina. Nu știam cum să exprim asta prin cuvinte. Dar aveam nevoie să știe. Aveam nevoie să fie alături de mine în gând, chiar dacă fizic nu-i doream lângă mine.

Mama m-a sunat și a început să plângă la rândul ei când m-a auzit plângând; pentru că pierduse ceea ce ar fi fost geamănul meu când eram de numai câteva săptămâni în uter, știa cum mă simt. Tata mi-a răspuns printr-un SMS în care-mi spunea cât de mult mă iubește. Mi-era suficient să știu că se gândesc la mine. Aveam nevoie de afecțiunea lor.

În acea seară, după ce a aflat de la Harry, logodnicul ei, Izzy Judd (Johnston) a venit să stea cu mine. Nu a încercat să forțeze vreo conversație și nici nu a făcut caz din asta. De fapt, cel mai bun lucru a fost să-mi dea ceva de făcut – mai era doar o săptămână până la nunta ei și trebuia să facă mărturiile pentru invitați. Am stat ore în șir ca să lipim etichete pe punguțe cu semințe și pe cutii de chibrituri – o activitate mai mult decât bine-venită.

Nu aveam nevoie de cineva cu care să vorbesc sau care să simtă nevoia să mă scape de suferință, să pretindă că nu-i nimic sau să-mi înșire o listă de clișee despre cum totul se întâmplă cu un motiv sau că e mai bine că s-a întâmplat acum, și nu mai târziu, când sarcina ar fi fost mai avansată. Se pare că aveam pur și simplu nevoie să fie cineva lângă mine și am să-i fiu veșnic recunoscătoare lui Izzy că mi-a fost alături și că a venit cu o activitate terapeutică, ce mi-a distras atenția, chiar și pentru puțin timp.

Totuși, de sentimentul pierderii nu am putut scăpa multă vreme; a revenit foarte repede. Auzisem că pierderea de sarcină e cea mai singuratică suferință. Este. E atât de izolată. Atât de personală. Atât de zdrobitoare.

Norul negru al suferinței a stat deasupra mea o vreme.

Ciclurile mele au redevenit neregulate și m-am înfuriat. Pe corpul meu, care mă lăsase baltă și nu era bun de nimic. A fost o perioadă întunecată, plină de dispreț de sine. Mâncam chestii care știam că nu fac bine ovarelor mele polichistice, nu făceam mișcare și nu aveam grijă de corpul meu. Ne-am prăbușit, corpul meu și cu mine, căzând de sus de tot, bucată cu bucată, așa grăsuță, păroasă și pătată cum eram.

După vreo lună, un amic de-al meu, binecuvântat fie-i numele, mi-a dat o carte despre cele mai bune alimente pe care să le mănânci când încerci să faci un copil. A fost atât de frumos din partea lui – știa cât de important e pentru mine să avem un copil și se gândise la mine când a văzut la televizor un interviu cu autorul cărții.

Dar nu eram pregătită.

Aveam atâta dispreț pentru acea carte în care autorul făcea pe deșteptul și le știa pe toate, sfătuindu-mă să renunț la tot ce-mi aducea consolare ca să mă facă și mai nefericită. Mai mult, nu-mi plăcea deloc faptul că trebuia să renunț la chestii care-mi plăceau – cum ar fi să mănânc Nutella cu lingura direct din borcan. De ce altele puteau avea copiii, și eu nu? De ce organismul lor funcționa, și al meu nu?

Mă uitam la alte femei sau la vedete din reviste care erau însărcinate, copleșită de un sentiment rău-prevestitor al propriului eșec în fața reușitei lor. Da, nu eram pregătită să merg mai departe. Privind înapoi, îmi dau seama că eram încă furioasă, rănită și încă sufeream.

Apoi, într-o zi, lucrurile s-au schimbat. M-am iertat. Am hotărât că meritam să fiu iubită.

Deodată m-am simțit mai ușoară. Am luat cartea și am început să citesc, pregătită să asimilez informațiile din ea. Eram gata să fac tot ce-mi stătea în puteri ca să-mi pregătesc corpul, fizic și mental, să găzduiască o ființă umană.

Eram în sfârșit pregătită să o iau de la capăt.

*

* *

Pierderea de sarcină e de cele mai multe ori un subiect tabu. Înțeleg întru totul că nu e cel mai plăcut lucru despre care să vorbești, după cum nu e plăcut să retrăiești experiența povestind-o cunoscuților. E cu atât mai greu dacă ai prietene care încearcă să rămână însărcinate sau sunt deja însărcinate.

Res *Nu ne place să punem accentul pe greutățile care apar când încerci să faci un copil – chinurile și suferințele, dezamăgirea și tristețea inconsolabile. Ne place să ne imaginăm situația ideală – prietenele care ne dau vestea că sunt însărcinate, iar apoi delicatele alinturi cu nou-născuții mititei în brațe.*

Dacă mă gândesc la propriile motive pentru care nu am vrut până acum să știu despre problemele de fertilitate sau despre istoriile de pierderi de sarcină, atunci trebuie să recunosc sincer că a afla despre aceste dificultăți făcea mai reală posibilitatea de a mi se întâmpla și mie. Iar asta mă îngrozea. Acum știu cât e de jenant. Mă întristează gândul că propriile nesiguranțe m-au făcut să închid ochii și să-mi astup urechile în fața celor care sufereau în tăcere.

Ni se spune că nu poți întreba o femeie dacă vrea să-și întemeieze o familie – ba chiar se consideră nepoliticos. Dar dacă o femeie are probleme să rămână însărcinată, pierde sarcina, sau recurge la fertilizare in vitro ca să facă un copil sau încă un copil, toate acestea nu ar trebui tratate ca niște mici secrete de care oamenii să se rușineze.

Pierderea de sarcină e ceva ce se poate întâmpla. E oribilă și deprimantă, dar poate apărea – și, oricât de groaznică și de tragică ar fi, nu e contagioasă. Mă uit în urmă și mă doare când mă gândesc la acea perioadă și la copilul pe care nu am apucat să-l am, dar îmi dau seama că dacă acea sarcină ar fi ajuns la termen, atunci nu l-aș mai fi avut pe micul meu Buzz.

Buzz e cea mai însorită parte a vieții mele.

2

Cum am învățat
s-o iau de la capăt

