

KOBIETA I MAMA

refleksje, które zawdzięczamy warsztatom w Mokronosku

1.

Macierzyństwo każdej kobiety jest unikalne. Zaskakuje intensywnością przeżyć, nieważne jak było się gotowym. Ożywia pytania - kim jestem, jakie mam granice, co ważne dla mnie, czego pragnę dla swoich dzieci. Budzi poczucie cudu i przerażenie, współczucie i tęsknotę, zachwyty i rozczarowanie, miłość i gniew, smutek i zdumienie, radość i czułość, zawiść i wdzięczność. Odświeża uważność i rewiduje priorytety.

2.

Każda kobieta dokonuje ewolucji/rewolucji (w świecie własnym i w więzi dwojga) związanej z urodzeniem dziecka w oparciu o własną emocjonalną siłę i wsparcie innych kobiet. Kobiety zdolnych śmiać się i płakać, zyskiwać i tracić, zdolnych odnajdywać siebie i przeżywać zagubienie i niepewność. Tracąc równowagę w dawaniu dzieciom i dawaniu samej sobie, zatrzymuje się w tym procesie. Stając się mamą potrzebuje uczyć się, jak unieść siebie całą, jak w intymności dwojga zmieścić dzieci oraz swój i partnera dziecięcy i kobiecy/męski świat.

3.

Dzięki więzi z dzieckiem, kobieta aż do granic swojej odwagi uczy się siebie. Odnawia w sobie uczucia związane z jej pierwszymi doświadczeniami bliskości. Dokonuje podróży w głąb siebie. Płyne z niej żywe doświadczenie, którym obdarza i obciąża swoje dzieci, w sposób, który zachwyca i rozczarowuje. Zauważanie tego budzi potrzebę uczenia się i tęsknotę za mądrym wspieraniem dzieci w rozwoju. Budzi także lęk.

4.

Miłość i wdzięczność jest głęboką ludzką potrzebą, tęsknotą i umiejętnością, a często również głęboką nieumiejętnością. U zarania dziecięcej miłości jest miłość i wdzięczność rodziców wobec siebie samych, wobec siebie nawzajem i wobec dziecka. Rozwijamy tę umiejętność przez całe życie, każdy na swój własny sposób i we własnym tempie, w relacji z innymi ludźmi.

5.

Opiekowanie się w sobie tym, co przeżywamy jako bezcenne, jak również tym, co bolesne, uczy opiekować się dziećmi uważniej. Kobieta i mama - pełna umiejętności i mocy pośród codziennych ważnych spraw i więzi - rodzi się przy wsparciu innych kobiet i we wdzięczności wobec nich.

Alicja Kułaga

Monika Kułynycz-Górska

(i wiele innych kobiet - współauterek)