

Od zrození ke smrti...

3. díl: Porod



Text:
Lucie Suchá
Groverová

Koukněte na:
www.sweb.cz/luciegroverova

V minulém porodním díle jsme se věnovali SPOLUPRÁCI a nyní je úkolem všech SOUSTŘEDĚNÁ POZORNOST (soustředit – být ve svém vlastním středu). Muž v rámci možností, konkrétní situace a oboustranné partnerské domluvy zabezpečuje prostor, respektive vytváří bezpečné zázemí dle aktuálních potřeb a žena s dítětem se na sebe vzájemně soustředí, aby si mohli předávat potřebné informace (tvarování) o aktuální potřebné POLOZE (dítě si během své cesty na svět neustále vyhledává tu nejvhodnější polohu a podle jeho potřeb si volí aktuální polohu žena, čímž mu umožňuje přirozeně rychlý postup) a TEMPŮ (každý rodič má své vlastní porodní, potažmo životní tempo, které musí objevit, udržet a předat o něm zprávu matce). Jedním z mateřských úkolů je vzít toto tempo na vědomí, respektovat ho a umět se mu přizpůsobit.

Z toho vyplývá další velmi důležitá součást přirozeného porodního procesu: SEBEVĚDOMÍ. Ano, vážení přátelé, zde nastává moment, kdy hupsnete do červených lodiček, vytáhnete rtěnku a... no dobře, vím, to už tu jednou bylo. Tak jinak. Samozřejmě mluvíme o sebevědomí, kdy si je žena vědoma sama sebe. Kdy vnímá své tělo, kdy vnímá zprávy, které jí vysílá, kdy je uvnitřněná (soustředěná dovnitř) a kdy vnímá své dítě a jeho impulsy. Ve chvíli, kdy žena vnímá své dítě, respektuje ho, vychází mu vstříc, bere ho na vědomí... posiluje zároveň sebevědomí dítěte. Základy sebevědomí dítěte budujeme již společnou komunikací během těhotenství. V tomto období máme možnost upevnit nebo regenerovat i sebevědomí své vlastní. Naše děti se svojí tzv. interpersonální inteligencí jsou nám velkými pomocníky. Devět měsíců je dost dlouhá doba na vytvoření schopnosti a způsobu si vzájemně rozumět. Pokud mne někdo bere na vědomí, znamená to, že JSEM. Pokud mám zkušenost „JSEM“ prožívat, vím o SOBĚ. To je SEBE-VĚDOMÍ. Samozřejmě nám opět nikam nezmišlel muž. Umění respektující partnerské komunikace je důležitou součástí celého těhotenství, porodu, potažmo života a platí stejná pravidla, která jsou uvedena výše.

Uvolněte se, prosím, na porodní vlně připlouvá další informace. Během přirozeného procesu žena (a nikdo v okolí) netlačí. Znáte takové to klasické: teď tlačte, teď netlačte... Jedna žena mi dokonce vyprávěla, jak odešla z porodnice se zprávou, ve které měla mj. napsáno: „neumí tlačit“. Malá rekapitulace. Porodní tempo udává rodič se dítě. Je to jenom dítě samotné, které ví, jakou dynamiku v té které chvíli potřebuje použít. Každé dítě přichází na svět se svojí vlastní nezaměnitelnou dynamikou. Žena vnímá, nacítuje, je ABSOLUTNĚ PŘÍTOMNÁ, přizpůsobuje se potřebám rodičů se človíčka a JE CO NEJVÍCE UVOLNĚNÁ. Doslova vytváří ze svého těla pomyslný tunel, kterým se dítě posunuje porodními cestami ven (tzv. plodový ejekční reflex). Porodní cesty se v souladu s celým procesem pozvolna otvírají. Ženské tělo je na porod dokonale vybaveno, například schopností spodní části páteře (tzv. ocásku) se o dva až tři centimetry odklonit a zvětšit stávající prostor. Ve chvíli, kdy by si žena na páteři v době porodu ležela či seděla, nemůže se páteř odklonit a děťátko se dere na svět daleko menším otvorem, než který mu sama příroda připravila. Ruku v ruce s těmito podmínkami přichází také bolest. Ta sama o sobě nemusí být součástí porodu.

Skutečně můžeme vznikat v lásce a s láskou také přicházet na svět. Člověk, který přichází na svět prostřednictvím přirozeného procesu se všemi již zmíněnými kvalitami, dostává mimo jiné do vínku vědomí toho, že má své vlastní (životní) jedinečné tempo, které je vnímáno a respektováno, a je to tak v pořádku. Dalším naprosto nezbytným tématem je MATEŘSKÁ OCHRANA. Ve chvíli, kdy je žena na své dítě napojená, soustředěná, vnímavá... cítí naprosto přesně vše, co se v každém okamžiku děje – chrání ho. Opět upozorňuji na fakt, že devět měsíců těhotenství je dost dlouhá doba na to se zprávám svého těla naučit rozumět (psychosomatika např. Ruediger Dahlke).

Pro stav intimity je nejdůležitější pocit bezpečí. Aby se člověk cítil bezpečně, musí se cítit být chráněn. Původně byla porodní bába většinou matka ženy, která ji samotnou přivedla na svět. Pozdější porodní báby byly náhražkou za matku a i ony byly především a nejvíce osobou, která ochraňovala. Stejně tak ženské tělo chrání celý proces samotný, protože pokud neokortex zaznamená nějaké „komplikace“, veškeré porodní dění se zastavuje. A my se také v tuto chvíli zastavme, hluboce nadýcháme... a právě dýcháním budeme pokračovat zase příště.

Ilustrace k dnešnímu článku je pro tentokrát nevybarvená, neboť je určena k dobarvení vám, naši milí čtenáři a čtenářky. Každý podle svého gusta ;-)

