روزهای کودکی برنمی‌گردند

4 اردیبهشت 1403

یادم است روزی که من و همسرم فهمیدیم بچه‌ای در راه است و قرار است به زودی پدر و مادر شویم، آن‌قدر ذوق داشتیم که در این دنیا نبودیم. چند روزی که گذشت و هیجانات‌مان کمی خوابید و فضا نرمال‌تر شد، به ذهن‌مان آمد که خب ما از بچه و بچه‌داری هیچ چیز نمی‌دانیم؛ در واقع صفر مطلقیم. روزشمار هم شروع شده بود و نگرانی بابت اینکه چه کنیم و چه بخوانیم و از کجا یاد بگیریم و چه کلاسی برویم، دغدغه جدیدمان شده بود. یکی از دوستان‌مان که او هم فرزندی در راه داشت سایت و اپلیکیشنی به ما معرفی کرد که عاشقش شدیم. حرف 7 سال پیش است. آن‌موقع کمتر این چیزها باب بود و خیلی هم زیاد نبود. خلاصه ما هردو اپلیکیشن را روی گوشی‌های‌مان ریختیم و کارمان شد چرخیدن و ویدیو دیدن و مطلب خواندن و کیف کردن.

اسم سایت بیبی‌سنتر بود و بیش از صدها مقاله و ویدیو درباره بارداری، زایمان، نوزادداری و بچه‌داری تا زیر 7 سال داشت. سختی کار این بود که فارسی نبود و باید دائم بخش‌هایی‌اش را ترجمه می‌کردیم تا بفهمیم، ولی همین هم خوب بود چون تازه داشتیم می‌فهمیدیم چقدر هیچ چیز نمی‌دانیم.

هر شب قبل از خواب، یک ویدیو من به او نشان می‌دادم و یک مطلب جالب او برای من می‌خواند. اول کار هم وقتی سن و اسم بچه را وارد می‌کردیم، هر هفته یک آپدیت می‌داد که الان بچه شما در این هفته به سر می‌برد و اندازه مثلا یک پرتقال است، هفته بعد شده اندازه یک بادمجان. سرش این‌قدر است و طول بدنش آن‌قدر شده و الان دارد این کارها را می‌کند. یادم است یک‌بار اپلیکیشن اعلام کرد بچه شما الان صدای شما و پدرش را می‌شناسد. یا یک‌بار دیگر گفت بچه شما دیگر شروع به لگدپرانی کرده است، اگر دست‌تان را روی شکم‌تان بگذارید حتما حسش می‌کنید.

هفته‌های آخر او اندازه یک هندوانه شده بود. تصورش هم سخت است که شبانه‌روز، یک هندوانه را همه جا با خود حمل کنید. من همه تلاشم را می‌کردم که از خودم مادری بسازم که بر پایه غرایزش جلو می‌رود. می‌خواستم هرآنچه از قدیم و آموزش‌های سنتی به گوشم رسیده بود را دور بریزم، خودم را خالی کنم از همه‌شان و بشوم یک آدم تازه که می‌خواهد با غریزه مادری و اطلاعات تازه‌اش مادری کند. کتاب خریدم، سایت بالا پایین می‌کردم، اما درنهایت همه آنچه باید بدانم نصیبم نمی‌شد.

اتفاقی با یک موسسه آشنا شدم و بدون فوت وقت ثبت‌نام کردم. من کلا آدم علم‌زده‌ای هستم. اگر عالم و آدم بگویند این برای بچه‌ات خوب است و دکترم بگوید خوب نیست، حرف دکتر برایم حجت است.

موسسه‌ای بود برای آموزش به زنان باردار و یک کلاس یوگای بارداری. همه کلاس‌ها را بی‌درنگ برداشتم. چقدر کلاس‌ها مفید بود، چقدر من هیچ چیز نمی‌دانستم و چقدر به من خوش گذشت. منی که فکر می‌کردم زن باردار نباید ورزش کند جز پیاده‌روی، حالا خودم حرفه‌ای یوگا می‌کردم. منی که فکر می‌کردم هوش جنین مقوله‌ای ژنتیکی است، حالا فهمیده بودم 9 ماه بارداری بهترین زمان برای تحریک حواس و هوش جنین است. منی که فکر نمی‌کردم بارداری آداب داشته باشد، باید به جنین احترام گذاشت، باید برای جنین روزانه وقت گذاشت، باید او را به اسمش صدا زد، باید برایش شعر بگویم، باید با او بازی نور و صدا کنم، باید پدرش روزانه با او دقایقی صحبت کند، باید مراقب آنچه می‌خورم باشم، باید صبور باشم و مدیر، باید شب زود بخوابم، باید سبک زندگی‌ام را عوض کنم، باید و...

چشم و گوشم باز شده بود، حالا خیلی چیزها می‌دانستم. چه جهلی داشتم و البته که به این اطلاعات پیش از این نیازی نداشتم، اما چه اطلاعات قشنگی بودند. کاش مادران و مادربزرگ‌های ما هم اینها را می‌دانستند. کاش می‌دانستند جنین از 18 هفتگی می‌تواند صدای پدرش را بشنود و تشخیص بدهد، اگر پدر برایش روزانه وقت بگذارد. کاش می‌دانستند وقتی پدر، مادر را در آغوش می‌کشد، جنین می‌فهمد و حس آرامش می‌گیرد. کاش می‌دانستند که برای مادر هیچ چیزی واجب‌تر از آرامش نیست. هر استرسی که به او وارد شود، مستقیم به جنینش وارد می‌شود.

مرکز مشاوره حال خوب؛ دکتر کبری درویش پیشه

من از کلاس‌هایم جزوه‌ای درست کردم و برای هر کسی که می‌شنیدم باردار شده یا قصد بارداری دارد، می‌فرستادم. به همه هم توصیه می‌کردم کلاس‌های این موسسه یا چیزی شبیه آن را بروند. به همه هم توصیه می‌کردم هر آنچه از خاله و عمه و مادربزرگ شنیدید، بریزید دور. بچه‌تان را به روش خودتان بزرگ کنید. بچه‌تان را در آغوش بکشید، بچه هیچ وقت بغلی نمی‌شود. بچه‌تان را لوس کنید، بچه باید در میان گرمای تن شما و پدرش بزرگ شود. بچه‌تان را ببوسید، روزی هزار بار. بچه‌تان وقتی می‌بوسیدش، مثل شکلات در دستان‌تان آب می‌شود. این را دیده‌ام که بچه‌ام عصبانی بوده در حال داد و فریاد، حتی کتک‌کاری. وقتی بغلش کردم، وقتی در گوشش آرام نازش داده‌ام، عضلاتش ناگهان شل شدند و در بغلم ولو شد. منتظر بود بیشتر بگویم. من هم تا جایی که نیاز داشت قربان صدقه‌اش رفتم. آن‌قدر که دیگر سرشار شد و بلند شد رفت دنبال بازی‌اش.

بچه‌های‌تان را با هرچه عشق در چنته دارید بزرگ کنید. روزهای کودکی هرگز برنمی‌گردند.