

Consigli per neomamme da una che aspetta il quarto figlio. C'è da fidarsi

Mara vive a Londra, è avvocato, aspetta il quarto figlio, ha un marito francese e una società di consulenza immobiliare appena fondata per sfuggire al lavoro di ufficio e conciliare lavoro e famiglia.

Alle spalle 3 parti molto dolci e dentro di sé una grinta ammirevole che la rende un'amica speciale.

Ve la imprestiamo qui, con qualche dritta e ispirazione che potrebbero piacervi.

1. Hai alle spalle 3 parti molto dolci e molto veloci, cosa pensi abbia reso possibili, per te, 3 esperienze così?

Con la prima gravidanza ho deciso di essere seguita sin dal principio da un'ostetrica privata che veniva regolarmente a casa mia e, senza fretta, rispondeva alle mille domande classiche di una neo mamma in attesa, ma soprattutto mi ascoltava e mi rassicurava costantemente. Tutto ciò, insieme ad una gran familiarità con yoga e con la respirazione applicata appresa durante gli anni precedenti, mi ha permesso di arrivare al parto molto serena/preparata e di affrontare il primo (e quelli a seguire) con una tranquillità quasi naturale. Al momento opportuno ho lasciato che fosse il mio istinto a guidarmi e, cercando di connettermi il più possibile con quello che stava succedendo dentro di me piuttosto che intorno a me, ho incontrato i miei bimbi senza urla né "tragedie".

2. Qual'è la cosa più magica del primo figlio? E quella più difficile?

Sicuramente la più magica è l'attesa con tutte le sue incertezze, ma anche le piacevoli sensazioni come la prima volta che senti il bambino muoversi, o pensi che sia il bambino e, invece, era solo il tuo intestino. Poi la scoperta giornaliera dell'essere mamma e di quel frugoletto che da un giorno all'altro ti trovi tra le braccia.

Più che "più difficile" direi quella più spaventosa e penso che sia l'inesperienza della prima volta che, spesso, non ti permette di vivere serenamente quei primi istanti, giorni, mesi così speciali e preziosi.

3. Come tutte le neo-mamme avrai fatto degli "errori" che con i figli successivi hai imparato a evitare. I tuoi 3 consigli salva-vita per le neo-mamme in attesa.

Di errori se ne fanno tanti e se per questo anche con il numero tre, ma per ragioni diverse. Come consigli, direi di non interpretare troppo rigidamente libri e teorie varie, ma di prenderli come linee guida, punti di partenza. Ciò che conta e, che spesso fa la differenza, è prendersi il tempo di ascoltare e conoscere il proprio bebè e adattare teorie, routine, libri e via dicendo al bebè e non viceversa. Ricordarsi che ogni bimbo è diverso dall'altro (anche tra fratelli) e rispettare la loro natura senza forzarli in uno schema.

E poi, non dimenticarsi di divertirsi e sperimentare con i propri bambini.

4. Sei un avvocato e (incinta del quarto figlio) hai aperto da poco una [tua società](#) di consulenza immobiliare. Cosa vuol dire VERAMENTE conciliare figli e lavoro?

Conciliare per me è una corsa costante e continua nella quale il tempo per me si riduce ai minimi termini (e a volte meno) ma è una scelta e come tale vissuta molto serenamente. Con una famiglia numerosa, il lavoro d'ufficio (benché con una discreta flessibilità) è diventato un limite e così è nata l'idea di fondare una nostra società in cui adattare il lavoro alla mia famiglia e non viceversa, speriamo funzioni!

5. Puoi dire una cosa a tutte le mamme, cosa vuoi dire?

Condivido il consiglio più bello e semplice che abbia ricevuto durante la mia prima gravidanza e che ho sempre applicato (e applicherò prossimamente) come un mantra durante i miei parti. "Questo bebè deve uscire nello stesso modo in cui è entrato: attraverso un atto d'amore" (In inglese suonava meglio *The same way this baby went in, through an act of love, the same way he/she needs to come out.*)

Dopo tutto questo è il parto: il più grande atto d'amore.

(<https://ilpartopositivo.com/2015/06/18/consigli-per-neomamme-da-una-che-aspetta-il-quarto-figlio-ce-da-fidarsi-2/>)