

Я родился

. "Я так мал, разве похож я на похитителя коров? У меня совсем иные заботы - сладкий сон, материнское молоко, пеленки, чтобы укутать плечи да теплые омовения... Я рожден лишь вчера, мои стопы нежны, а земля тверда".

Томас Манн, «Иосиф и его братья»

Разнообразие практик по уходу за новорожденным ребенком огромно как щедро огромно на земле родителей и их новорожденных детей. Вот некий обобщенный опыт этого прекрасного труда - принять ребенка, приложить к груди, обеспечить комфорт и покой с первых минут жизни малыша...

Самые обаятельные люди на земле - новорожденные дети.

Они очень человечны. А сразу после родов еще некоторое время - поразительно мудры и выразительны. Их приход в этот мир загадка для всех на свете, кроме самих маленьких пришельцев. Они точно знают зачем пришли - учить нас любви...

Они приносят нам свое благословение. И все кто оказался рядом - согреты этим великим подарком - близостью к малышу.

Своим криком как салютом малыш отмечает благополучный свой десант. Он уже в мире этом, его таинственная страна осталась позади. И наступает пытливая тишина - малыш всматривается в нас, а мы в него. Теперь мы его подданные, подданные счастливые и светимся готовностью служить...и он счастлив, он тоже готов служить нам своей человечностью...

С мгновенья этого начинается великая практика становления людьми.

Человеком нельзя стать в теории. Только практикуя. Практикуя родительство.

Мы заботимся о детях и становимся лучше, мудрее и чище. Мы обретаем свое человеческое достоинство - ту степень родительской готовности взять ответственность на себя - а другого достоинства не бывает... как не бывает другого вида счастья, кроме счастья семейного. И высшая степень нашей состоятельности - это понимание - чужих детей не бывает - есть просто дети, и все мы дети, и все мы родители друг другу...

С чего начинается Родина.

С родной маминой груди, соска, припав к которому, мы принимаем жизнь. И с рук, подхвативших нашу жизнь. С воды и воздуха, который «нам сладок и приятен»...

О руках. Порой руки достаются малышу раньше чем мамина грудка. Руки - это очень важно. Даже пока пропуская описания подхвата малыша в родах, мамину занятость на родах плаценты и прочих волнительных моментах, где малыш не на груди, а на наших руках - просто о руках поговорим.

Семейная этика- это конечно в волю доносить ребенка на руках.

Важнейшее отличие от этик не семейных.

В каких руках ребенку очень хорошо? В руках , которым любовь и ловкость равно близки. Интуитивное, рефлекторное движение рук в цивилизованном мире развивается скупо. «Рукастых» людей не так много, как хотелось бы.. а между тем поговорку «счастливы плодами рук своих» никто не отменял.

Удачно подхваченный на руки малыш точно делает нас очень счастливыми.

Как подхватить? Вглядимся в малыша. Мы устроены хитро. Наши руки и ноги свободно направляются туда куда мы смотрим - вперед. Нам не комфортно если мы не можем двинуть ни рукой ни ногой в направлении нашего взгляда. И малышу это в той же мере свойственно - подвигать руками-ногами. А вот спине нашей хорошо когда ее что то надежно защищает. Малыш тоже любит тепло и опору спине.

Наше туловище с энтузиазмом подхватывает равновесие. И малыш на равновесие и надежность ярко реагирует, подсказывает, если ему неудобно, или ненадежно.

поэтому лучше, если мы научимся брать малыша спинкой к себе,накатывая его грудкой на нашу ладонь и поднимая вверх как бы в позе «на животике».

Располагаем нежное тельце по руке так, чтобы движения крохотных рук были возможны ,а ножки собираем в кучку «коленочки в подмышки». Равновесие балансируем чутко, отчетливо понимая – центр тяжести малыша-головка и грудь приходятся на нашу ладонь или предплечье, и этот вес не стекает в какой-либо сегмент малышачьей спинки или пояснички.

Животик , такой кругленький и беззащитный как бы припрятан в коленочки-ножки, не выпячен, весь внутри, закрыт. Это очень важно.

Пока еще у малыша немножко потягивает пупочное кольцо с хвостиком пуповинки, а мы его спрятали и не растягиваем еще и сверх того. И пуки-газики норовят выпятить животик и тем еще усугубить и колику и пупочные тайны выставить на показ- а мы смягчаем животик , тем что собрали его и прикрыли . малыш уперся ножками к нашу ладонь и успешно пропукался «без лишних слов». При этом пупочек не отозвался болью. Очень хорошо!

Рассматривая эту позу ребенка на наших руках мы признаемся себе что ничего нового не изобрели- это отличная поза эмбриончика, детеныш в ней и зрел. Она ему до нежности знакома. В этой позе малышу «езде в своем дому»!

Даже не подхватывая малыша на руки, можно успокоить и доубаюкать его на кровати – подставьте малышу ладонь под спинку -плечи-головку, спинка соберется полумесяцем и в этой корзиночке животик устроится наилучшим образом. А вторая наша ладонь прихватит ручки и обнимет крохотные лапки ног, согреет их. да-да- когда у нас малыш присобран в козявочку- одной ладонью мы и ручки и ножки можем успокоить. Человечек сразу показывает полное удовлетворение от позы. слегка покачаем наши ладони и детка спит.

Пупочек очень удобно обрабатывать, припеленав ручки и приподняв спинку-головку полумесяцем- детка совсем не беспокоится тогда.

Если мы ребенку спеленали, ему и тепло и спокойно. Хорошо деткам в пеленках (см. «гнездышко»). Но спеленатый малыш для нас как вещь в себе - не распробован, не разгадан. Если плачет- мы беспомощны -не знаем как облегчить страдания.

Если же мы научились понимать тонкости малышачьего комфорта и знаем кое-что о природной позе эмбриона, то мы и в пеленке малыша тонко чувствуем. И у малыша есть шанс донести до нас свои мысли-пожелания....

Язык любви...физиологичен. Поэтому- точен, ясен, продуктивен. Любви все возрасты покорны , в природных позах малыша надежно удержит и маленький подрощенный на года два-три старший ребенок, и пожилой человек с уже ограниченной общей подвижностью. Порой именно старшенький двух годов детеныш, уверенно берущий новорожденного малыша в природную позу к себе спиной окончательно убеждает робких (по второму, а то и третьему кругу робких) родителей- что так действительно удобнее и результативнее подхватывать малыша.

Эта поза не требует эволюции. Она сама –условие эволюции. С первой секунды жизни и до любого детского возраста скручивание в эмбриончика благотворно для человека. А уж пока кормим грудью- этой позе вообще цены нет- она работает нежно и усердно над тельцем, не допуская гипертонуса поясничного отдела, не допуская назойливых зажимов в шейных мышцах малыша- чтобы ребенок мог свободно грудь сосать, а с месяцев трех-четырёх мог с легкостью освоить ползание, то есть начать жить свою жизнь!!!

Эта же поза стимулирует посильную помощь взрослому- ловкой свободно размахивающей пяткой включаем свет в ванне, ловкой свободной рукой цепляемся за ручки двери и успешно ее открываем. В каком возрасте- не важно. Были готовы с первого дня- поза та же!! Момент не пропустим!

О воздухе и Воде

К истокам. Роды - дело ночное. Редко кто рождается днем. Обстановочка не та. Толи дело ночью- все и вся спит, тихо, темно, тепло....и когда родимся- тоже тихо , мягкий свет и тепло... только вот очень сухо. И гравитация нешуточная..

С тяготением родители- энтузиасты договариваются об отсрочках в виде родов в воду и донашиванием «раннего» ребенка в воде. Это конечно очень сильный ход. Средство помягче – выбрать баньку как место для родов. В ней тепло и естественно влажно. Причем вторая характеристика - влажность – очень важна.с ней и гравитация не страшна. Но банька все же слишком специфична, не под рукой..

Мы выбираем или домашние роды или роды в роддоме, как самый удобный и надежный вариант. Обеспечиваем покой, мягкий свет, комфортную для мамы температуру в комнате. Малыш по рождении будет нам очень благодарен за наши старания. И очень большое спасибо скажет за близость к воде. Ведь воздух, так окончательно отдаляя беременность и этот мир друг от друга, беспощадно сух.

Он сух в носике, в легких. Он очень быстро высушивает кожицу. Эритема новорожденных хоть и считается нормальным состоянием , на деле мучительна - красненькая горячая сухая кожица, трещинки, появляющиеся прямо за минуты, повышение температуры... поверьте- это очень не просто пережить.

А помочь совсем не сложно:

Чтобы смягчить воздух достаточно поставить в удобное место кастрюлю с горячей водой- пусть пар свободно поднимается. Не трудно сбрызнуть спреем с хорошей водой обычные шторы. но самое прекрасное - отнести ребеночка в ванную и включить воду струей.

Великая Водопроводная Музыка окружала малыша девять месяцев в мамином животике. Он любит эти звуки, он их знает. Там где они есть, там хорошо. Шум падающей воды- уже великое облегчение, а взвесь из мелких капель в воздухе - настоящее блаженство для детеныша. Если мы вкатим в ванную фитнес мяч и присядем -покачаемся-попрыгаем на нем вместе с малышом- то большей и изысканнейшей заботы и представить трудно. Вода набирается в ванну, скоро мы будем готовы купаться....

Маленькая ванночка- сравнительно молодой девайс. Деток мыли -купали там, где мылись сами. В маленьких купелях совершались ритуалы и обряды- крещение например, или ритуальное купание в пеленке и малом количестве густо заваренной травки или каше. Часто маленькую ванну не организуешь, собрать ее, установить и убрать после всех дел - хлопотно. Не понятно кого пестуем - малыша или ванночку. Гораздо удобнее пользоваться ванной большой, всегда готовой выкупать любого персонажа из нашей семьи. Достаточно вымыть ее с содой или горчицей и набрать воды побольше.

Для новорожденного это настоящее сокровище- большая ванна. Что же в ней такого волшебного?- в ней много глубокой воды. В той же позе эмбриона мы вертикально опускаем малыша в воду. Наша ладонь распласталась по грудке ребенка, четыре пальца забрались подмышку, а большой палец обхватил плечико. Ладонный бугор у большого пальца - для подбородка малыша удобнейший насест. Захочет- уляжется щечкой. Захочет- упрется подбородком. Или вообще поднимет головку и будет довольно осматривать окрестности. Устанет- и опять уляжется поудобней. Сам. А мы тут как тут- подставим палец или весь бугорок, демонстрируем полнейшее понимание и толковость. Зарабатываем бонусы в копилочку успеха... вторая наша рука вакантна для разных дел – кран повернуть. Пеленку подхватить. Или распластаться по всей спинке-шее –затылочку, предоставить отличный гамачок для купания на спинке.

Ах , эта глубокая ванна! В ней так удобно всплыть и висеть в невесомости. В ней так чудесно группируется наилучшим образом то, что в родах несколько перерастянулось. И в ней же так чудесно расправляется то, что родах несколько сбилось в кучку- шея , поясница.... Повисели в глубокой водичке и колики отступили, и головке полегче стало и глазодвигательные мышцы тонко ожили, глазки засияли, и главное- откорректировался прикус-сосательные мышцы стали двигаться ловчей, симметричней, сильнее и продуктивнее. особенно ярко выражен эффект в работе подъязычно-подключичных и подъязычно -лопаточных мышц. Именно они делают тот самый ротик голодного галчонка- большой, ловкий, сильный....

Что бы нам было не трудно держать малыша в воде- мы встаем на колени и опираемся на ванну всей грудью. когда мы стоим на коленях , наше лицо оказывается на одной высоте с мордочкой прибежавшего посмотреть на купание «взрослого» малыша. Мы смотрим в глаза друг другу, мы довольны друг другом и младенцем. Меньше ревности - больше любви...

Купаемся хоть мгновение, хоть несколько минут- эффект очень заметен. А уж несколько раз в день так и вовсе животворно. И это совсем не трудно- ванну можно не сливать- добавить горячей водички и купайся хоть пять раз за сутки. Ночью порой малыши необъяснимо беспокойны. Можно сходить в ванну и выкупаться потеплее чем обычно- малыш расслабится и уснет надежно. Кстати- температура воды подбирается по ощущению- мы же держим в руках малыша и чувствуем насколько он теплее или холоднее воды в ванне- остается только отрегулировать воду под малыша...

Вынимаем из воды ребеныша в той же собранной позе – и набрасываем сверху на спинку-головку пеленочку парашютиком. Чем тоньше пеленочка, тем деликатнее она промакивает у малыша даже мелкие складочки. Промокнули и опять подвесили ее сушиться, через три -четыре часа она нам опять пригодится.- полотенце не слишком удобный атрибут. В мелкую складочку не заберется и быстро не подсохнет.

Нужно ли говорить, что успешное грудное вскармливание растет в мастерстве после каждого «заплыва».

Хотя это вовсе не заплыв, а вишение в глубокой воде в природной позе....а мастерство растет, потому что малыш с каждым сеансом погружения в воду все лучше себя чувствует, и лучше координирует себя, сильнее и глубже

берет мамин сосок, ярче сосет и проглатывает молочко не давясь и почти не срыгивая. И мы растем в мастерстве с каждым купанием. Понимаем ребенка лучше и ловчее его подхватываем. Прикладываем к груди очень легко и толково, обеспечиваем и ребенку и себе удобную позу во время кормления. Дружим с физиологией! Отдыхаем, получаем удовольствие. Наши заботы изысканны и продуктивны, мы- хорошие люди!!! ура!)))