

Conversando Com O Bebê

Dra. Eliane Turano Monteiro de Castro Torres

Conversando Com O Bebê

Dra. Eliane Turano Monteiro de Castro Torres

Saúde de pais e filhos e prevenção de doenças ou dificuldades evitáveis, através da sua comunicação, exercida pela expressão do sentimento dos bebês, apreendido e verbalizado pela autora.

Navona Editora
Rio de Janeiro, 2010
1ª Edição

Copyright © Dra. Eliane Turano Monteiro de Castro Torres - 2009

Capa

Desenho de colégio da minha filha
(apelido: “Rainbow Girl”)

Ilustrações

Retratos da vida (meus familiares)

ISBN 978-85-99730-24-9

Fundação Biblioteca Nacional – Ministério da Cultura
Escritório de Direitos Autorais – Certificado de Registro
Nº Registro: 134.066, Livro: 213 - Folha: 14
Protocolo: 1997RJ_7882
29 de julho de 1997 – Averbação: 28 de dezembro de
2009 - 022066-V03

Ministério do Desenvolvimento, da Indústria e do
Comércio exterior
Instituto Nacional da Propriedade Industrial (INPI)
Certificado de Registro de Marca Nº 820017345
2º. Decênio

A reprodução parcial ou total desta obra, por qualquer
meio, somente será permitida com a autorização por es-
crito da Autora. (Lei nº 6896 de 17 de dezembro de
1980).

Sumário

<i>Explicações Relevantes</i>	<i>17</i>
Histórico.....	19
<i>O Bebê Se Manifesta.....</i>	<i>25</i>
Introdução	27
Arco – Íris	28
<i>Preparações Da Mamãe Para A Gestação.....</i>	<i>31</i>
Lucidez.....	33
Incógnita	38
Pausa	40
O motivo	41
<i>O Bebê Na Gestação</i>	<i>45</i>
Início da vida	47
Gravidez.....	49
<i>Reflexões Múltiplas</i>	<i>53</i>
Oportunidade única.....	55
Conversa de Mãe com filha	57
Ser pai... ..	66
<i>Agora Com O Bebê.....</i>	<i>69</i>
Emoções.....	71
Olhar da pediatra I	79
Por que os bebês não falam?	82
Apresentação do bebê	84
Olhar da pediatra II	89
Comunicação	89
Olhar da pediatra III.....	94
Alimentação	94
Educação.....	110

Olhar da pediatria IV	115
A felicidade	120
Olhar da pediatria V	126
Conversando Com O Bebê... Mais tarde.....	129
<i>Aniversário</i>	<i>139</i>
Uma ginecologista	143
Uma pediatra.....	143
Uma infectologista.....	143
Um enfermeiro	144
Uma jovem.....	144
Um bebê.....	147
Experiência “sui generis” - nosso bebê	148
Após um ano de idade.....	151
<i>Amadurecimento Materno.....</i>	<i>155</i>
Separação... Crescimento?	157
Citação peculiar	161
Reflexão I.....	162
Reflexão II	163
Orientação	163
<i>Experiência Conjunta.....</i>	<i>165</i>
Bem que a vovó dizia.....	167
Consulta coletiva.....	168
Atuar pelo pensamento	178
Vivência - atuar pelo pensamento	189
<i>Orientações Preventivas</i>	<i>193</i>
A voz da Homeopatia.....	195
Mãezinha.....	199
A Homeopatia na prevenção e tratamento de doenças infantis	200
Olhar da pediatria VI.....	206
<i>Frutos Colhidos.....</i>	<i>209</i>
Leite materno	211
Trechos de cartas enviadas.....	213

Amamentar, aprendendo a amar...	216
Cultivar o amor	218
Mensagens de celular	220
<i>Bibliografia</i>	223
<i>Glossário</i>	228
<i>A Autora</i>	231

Prefácio

Apresentar um livro não é tarefa fácil, porém apresentar o “Conversando Com O Bebê” ao público leitor me é profundamente agradável, além de motivo de alegria e orgulho.

Acompanhei a gestação e o nascimento deste livro que, como seu narrador – o bebê, se impôs, criou vida e independência e se mostra com toda a sua pujança ao mundo agora.

Este trabalho veio preencher uma lacuna em nossa literatura, tão escassa no auxílio às mães, pais e adultos em geral, no que diz respeito à comunicação com os bebês; demonstra com leveza que esta é possível, saudável e curativa em muitas ocasiões.

Compartilha das inquietações e responde às dúvidas das mãezinhas de primeira viagem, assim como das mais experientes. Acalenta os papais na sua perplexidade ante o “milagre” de sua criação – seu bebê. Desmistifica muitos dos clichês culturais que dificultam tanto a comunicação natural entre o mundo adulto e o mundo infantil. Desbrava os caminhos do afeto, das linguagens não verbais e mostra o quanto uma comunicação neste nível é possível e salutar.

“Conversando Com O Bebê” é um texto de muitas reflexões, muitas informações úteis, muito amor compartilhado.

Todos aqueles que foram, são e serão pais, biológicos ou não, podem se beneficiar deste livro; tanto da visão técnica da pediatra Eliane, quanto dos questionamentos da mãe Eliane, quanto da beleza da pessoa Eliane, buscadora da Verdade, na mais profunda aceção desta.

No decorrer destas páginas recordei muito de minha experiência como mãe e adulto no contato com os bebês, filhos do coração e do corpo, que a vida me proporcionou.

Surpreendi-me com um diálogo que não imaginava tão fácil e tão profundo. Por isso convido a todos vocês leitores, para esta aventura: experienciar a conversa com o bebê!

Quem tem ouvidos de ouvir, que ouça; olhos de ler, que se deleite...

Andrea de Goes Camargo

(Médica homeopata, professora e mãe de bebês).



Aos meus filhos, responsáveis pela presente ¹conclusão ². Causa primária da minha gratidão...

À minha mãezinha querida, que com tanto carinho me embalou em seus braços e me inspirou no entendimento de todos estes sentimentos...

Ao meu paizinho querido, que tanto acreditou e estimulou a publicação deste órgão ³ em questão ⁴, com o meu reconhecimento, respeito e compreensão...

Ao meu “jornadeiro” querido (companheiro na jornada Terrena), que sempre me mostrou tanta beleza, pureza e amor; que não me deixou fraquejar e me sustentou; que me ajudou a respirar, sem sufocar; que sempre viu o melhor de mim; por toda a verdade que me fez ver; por tudo de errado que transformou em certo; por todos os “sonhos” que tornou realidade; por todas as vezes que me esperou; pela alegria que trouxe para a minha vida; que de amigo se transformou em esposo; que faz com que eu me sinta amada e em paz, fortalecendo e edificando o meu coração...

Dedico este livro a todos vocês que se interessarem a crescer e a desenvolver seus potenciais adormecidos e as suas potências da alma. Que os bebês possam auxiliá-los, com a sua experiência e sabedoria. Filhinha, este é o meu “público alvo” (ela me perguntou quem era... Não soube o que responder no momento...). Com carinho, Eliane.

¹Presente, digo, atual, que assiste pessoalmente, que comparece, e ao mesmo tempo, que são dádivas, dons, mimos, prendas, brindes..., da vida...

² Conclusão, digo, dedução de tudo que pude captar; conseqüência de um raciocínio lógico, de pura observação de fatos, concretos e abstratos.

³ Órgão, digo, parte de um corpo organizado, com função específica; grande instrumento musical, que entra em vibração graças a um conjunto de teclas; objeto que serve de intermediário.

⁴ Em questão, digo, em discussão, assunto, tese, pergunta.

Agradecendo...

A todos os bebês do nosso mundo e a todos os “bebês em potencial”, isto é, espíritos que habitam o universo, em processo de aprendizagem, crescimento e desenvolvimento dinâmicos, o meu carinho, confraternização e convite para uma busca ao desconhecido, ao novo, principal, surpreendente e infinito amor que nos une, alimenta e satisfaz...

Sou muito grata a Deus, como o concebo na religião que me sustenta e explica todos os meus “porquês”...

Sou grata aos que ajudaram a suspender bem alto as bandeiras da **vida**, da **felicidade**, da **paz**, mesmo nos momentos de tormenta aparente. A realidade vivida e sentida não foi ilusão. Tudo o que vivenciamos foi, e é, fato palpável e concreto.

–“Penso, logo existo” (Réné Descartes, metafísico, 1641). Se uma filosofia pode me auxiliar a pensar com toda a lógica e razão; se pode uma ciência encaminhar a minha energia na direção e sentido do equilíbrio e controle do meu livre arbítrio; se pode uma arte de curar, conduzir ao alcance dos mais altos fins da minha existência, a ponto de me trazer felicidade... Esta arte é boa, saudável, é real. À Homeopatia, o meu respeito e a minha gratidão.

As coisas que eu sei

Usando de toda a sinceridade nas palavras, procurando ser o mais justa possível nos meus pensamentos, indo ao mais profundo de mim mesma, fui levada a escrever este livro, pela necessidade que sinto de não me calar.

Quando alguém exprime um sentimento, acredito que seja porque não consegue mais guardá-lo unicamente para si. Procurei me conter... Ora... E como!... Porém forças interiores, por mim conhecidas e exploradas, clamavam por uma expressão. Além destas conhecidas impulsões, outras, por mim às vezes questionadas, pela sua natureza, porém sentidas como reais e atuantes (talvez de outras dimensões tão procuradas, mas ainda obscuras), me confirmaram a necessidade de prosseguir.

Não sei a que isto tudo irá levar, porém sou ciente do pouco que sei, da percepção tão limitada que possuo e que no entanto é tão despercebida por muitos... Ajudar às vezes é difícil, principalmente para mim que facilmente me envolvo em demasia, sem perceber... Por isso resolvi ajudar da melhor forma que encontrei: expondo todo o meu pensamento, o que pude explorar do meu conhecimento ínfimo, porém real e vivido por mim, como um documento de comprovação do que pude saborear prazerosamente da minha vida. Amo a vida e venero o amor. Esta é a essência do meu existir.

Espero que me compreendam... Pelo menos tentarei...⁵

Palavras da autora

Observando a insegurança e dificuldade na interação entre adultos e bebês, constatei a grande necessidade de **comunicação** para atingir a realização mútua e a **prevenção** de certos desvios do desenvolvimento.

Os dois estágios considerados da vida humana – o **bebê**, visto como um ser humano no início do seu desenvolvimento e o **adulto**, admitindo-se como sendo o ser humano compreendi-

⁵ Escrito em 22/05/1989

do entre a adolescência e a idade adulta. Não incluímos as crianças no período anterior à adolescência, intermediário entre estas duas fases, exclusivamente por não poderem ser consideradas responsáveis ainda por outro ser em desenvolvimento, embora também possam participar deste contexto de vida.

“Conversando Com O Bebê” é a visão biopsicossocial deste ser, o bebê, na sua fase inicial, com todas as suas necessidades, carências, incompreensões e aspirações, que pouco são observadas pelos adultos. Visa o desenvolvimento considerado normal do bebê, através do aproveitamento integral de sua capacidade vigente.

Este fato ocorre com os adultos devido ao seu desconhecimento das exigências naturais dos bebês; pela pouca prática em lidar com bebês; por causa da pequena capacidade de compreensão e visualização do mais profundo e prioritário do ser humano; pela falta de interesse em desfazer essa situação desagradável de insatisfação devido ao rápido desenvolvimento inicial, passando despercebido o crescimento dinâmico dos primeiros anos de vida.

Cientificamente podemos considerar o **equilíbrio** como necessário para este crescimento e desenvolvimento saudáveis. Tal estado baseia-se não só na constituição física e mental, como principalmente nas condições em que este ser em crescimento se apresenta em relação ao seu meio ambiente e às pessoas envolvidas nas suas manifestações físicas e emocionais. Esta estabilidade precisa ser encontrada e incentivada através de todos os meios possíveis.

Melhorar a comunicação entre pais e filhos e prevenir doenças, favorece a progressão da saúde, com regularização das funções orgânicas dos seres, ocasionando a boa disposição geral, trazendo benefícios para todo o grupo de indivíduos par-

ticipantes do ambiente e gerando um crescimento e desenvolvimento globais.

A formação de um sistema imunológico bem estruturado em bases sólidas para a prevenção de patologias comuns aos indivíduos deste grupo de risco, isto é, bebês “normais”, segundo os critérios de avaliação pediátricos atuais, depende diretamente desta seriedade de propósitos. A realização pessoal e bem estar de pais e bebês torna-se possível, através deste posicionamento e disposição em modificar-se o que não procede de acordo com o ideal de ambos. Serão alcançados como consequência de um trabalho racionalizado e coerente, não ao acaso, porém inerentes à aptidão conquistada.

A proposta de um diálogo intenta promover, proteger, esclarecer e estimular as comunicações inteligentes, isto é, as manifestações físicas naturais, explicáveis, lógicas, isentas de contradições. Uma idéia falsa, por ser baseada numa visão incompleta, com perspicácia restrita e horizonte limitado, pode ser modificada pela simples observação dos fatos. Nada de sobrenatural ou maravilhoso, a não ser o extraordinário poder de persuasão que os bebês possuem, modificando a nossa vontade de permanecermos imóveis, sem curiosidade ou estagnados em antigas verdades, para enxergarmos o amor puro e verdadeiro.

Não se trata de interpretação e sim de compreensão de uma linguagem que ainda não foi verbalizada. Pode surgir em vários idiomas diferentes, exprimindo a mesma verdade – as necessidades de um ser em desenvolvimento.

Por enquanto, ainda não possuímos uma garantia de saúde total, porém já alcançamos conhecimentos de escolha livre e satisfatória suficientes para alcançarmos os mais altos fins da nossa existência.

Explicações Relevantes

Histórico

“Conversando Com O Bebê” já foi página avulsa, marca e patente, conto pediátrico, monografia de final de curso de Homeopatia, palestra, artigo em jornal, já foi sonho por muito tempo... Agora conseguiu atingir o momento de se transformar em livro.

Por que esta alegria tão grande? Ora, acho que como livro, podemos finalmente atingir os nossos mais altos fins da existência!

Como páginas avulsas, as folhinhas do “Conversando Com O Bebê” estreavam em 1976, no consultório, para orientação a muitas mães que me procuravam aflitas e cheias de dúvidas sobre os seus bebês. Levavam, além da receita, algumas folhas de como se comunicarem com eles.

A partir daí, surgiu à idéia a participação em alguns jornais locais, com a mesma intenção de orientação.

Em junho de 1999, a Sociedade de Pediatria do Estado do Rio de Janeiro (SOPERJ) promoveu o V Encontro de Atualização em Pediatria da Zona Oeste, na Vila Militar, RJ. Durante este encontro, num dos intervalos, o Professor Dr. Azor José de Lima propôs este concurso, que eu quase não prestei atenção!

O Dr. Azor é meu grande mestre de Pediatria, a quem sou imensamente grata pelo auxílio na época em que amamentava a minha filha, no 6º ano da faculdade de medicina, cursando o internato no Hospital Gafrée e Guinle. Quando já estávamos saindo do auditório para o “coffee break”, ele pegou o microfone novamente e, todo sorridente, falou sobre a proposta. Estava sendo lançado um concurso de contos entre médicos do Estado do Rio de Janeiro, realizado pela Sociedade de Medicina e Cirurgia do Rio de Janeiro. No mesmo instante pensei nos

meus escritos, que já eram muitos, como sendo uma continuidade do mesmo assunto – o cuidado e atenção que as mães, principalmente, e cuidadores das crianças em geral, deveriam ter, e que a meu ver não tinham, por não possuírem as informações, de forma clara e detalhada, principalmente em relação ao sentimento do bebê! Para mim, esta parte não se trata de um simples detalhe ou algo que é óbvio ou pouco relevante. É fundamental! Trata-se mesmo da origem de muitas situações que poderiam ser evitadas se fossem mais bem compreendidas. Por falta de conhecimento, deixa-se de atuar em momentos críticos que repercutem com grande intensidade na vida! Atrevendo-me, entrei no concurso!

Fui entregar ao Professor o meu conto lá no Gafrée, para matar a saudade do hospital e falar para ele do “Conversando Com O Bebê”, como sendo algo criado desde o nascimento da minha filha. Ele tinha também participação no processo, pois me ajudara muito a aumentar a percepção e sensibilidade com as crianças. Dr. Azor não me deixou falar! Disse-me que não podia ouvir nada, pois o concurso seria realizado todo em segredo, sem conhecimento dos autores ou dos contos, através simplesmente de senhas alfa numéricas, que só poderiam ser identificadas pelos próprios autores. Tudo bem, respeitei e obedeci, não falando mais nada. Levei então o meu conto na Sociedade de Medicina e Cirurgia, como recomendado por ele, e recebi a senha “NP512”. Esqueci de acompanhar o andamento do processo de escolha, até mesmo porque achava que aquilo não iria dar em nada...

A minha intenção era fazer alguma coisa interessante para que as pessoas em questão pudessem conseguir entender! E mais: queria que lessem tudo, não só um pedacinho, dizendo que estava bonitinho, engraçadinho... Fazia-se necessário compreender e modificar a forma de tratar as crianças!

Um dia passeando, fomos de ônibus até a cidade, eu e meu marido, doar sangue no HEMORIO. Passamos a pé pela Sociedade de Medicina e Cirurgia e quando percebi, comentei que nem me lembrara de ver o resultado do concurso! Entramos e perguntei quando iria sair, ou se já tinha saído... A secretária me pediu a senha. Disse que não tinha idéia, que deixara em casa... Ela então me perguntou se eu pelo menos sabia o nome do conto.

- “Ora, lógico! É o “Conversando Com O Bebê”, falei. Ela ficou surpresa e disse:

- “Pois o Professor Azor está agoniado, querendo lembrar o seu nome, e não consegue”! Falou que ele havia dito que sabia quem era a responsável pelo conto, porque lembrou que um dia “aquela menina”, de cabelo castanho pelo ombro, tinha ido lá, ao Gafrée, falar com ele. Não deu atenção, por não querer se envolver... Sabia que era algo com bebê... E continuou:

- “Acontece que a cerimônia de premiação é esta semana! Ainda não se conhecia o responsável pelo 1º lugar! É o seu conto”!

Quase não acreditei! Mas e as senhas? Como que ela sabia o nome do conto? Foi quando me explicou que a comissão julgadora tinha sido a Academia Brasileira de Letras e eles é que tinham utilizado as senhas. Depois de julgados, escolheram dez candidatos. Divulgaram só o nome dos contos e as senhas, mas não sabiam os autores... O Presidente da Academia, Arnaldo Niskier, relatou que ao primeiro colocado havia sido conferido o Prêmio Júlio Sanderson de Queiroz e aos outros nove contos, uma Menção Honrosa. E o meu tinha sido o vencedor! Primeiro Lugar!

No jornal “Edição Médica” de setembro/outubro de 1999, um artigo foi publicado intitulado “Premio Júlio Arantes Sanderson de Queiroz”, dizendo:

“Alcançou sucesso absoluto o concurso de contos que leva o nome deste grande médico brasileiro. Mais de trinta trabalhos concorreram, mostrando o interesse da classe em participar de aventuras literárias. O fato de os concorrentes manterem-se no anonimato, foi fator importante para a grande afluência de concorrentes. A Comissão Julgadora, a cargo da Academia Brasileira de Letras, escolheu o primeiro colocado e mais nove, sem ordem de classificação, para receberem menção honrosa. Primeiro colocado: medalha de prata – conversando com o bebê – Np512... Segundo o Presidente da Academia, Arnaldo Niskier, esta academia ficou honrada em ser a Comissão julgadora do concurso, devido ao alto nível dos participantes, o que tornou difícil o julgamento, mas finalmente chegou-se ao título “Conversando Com O Bebê”(NP512) como vencedor, e os nove contos anexos como Menções Honrosas. No dia 18, os ganhadores receberão medalhas alusivas ao concurso, para tanto precisam se identificar com a máxima urgência na secretaria da Medicina e Cirurgia”.

No dia 18 de outubro de 1999, dia dos médicos, eu recebia a alegria do Dr. Júlio em me dizer que finalmente uma mulher tinha ganhado o concurso, porque só os homens é que ganham sempre... Falou que ficava feliz em me dar o seu prêmio e nos chamou para passearmos na sua fazenda, que era muito bonita, ótima para inspirar poetas... Fiquei muito sem graça, mas feliz por saber que o livro seria publicado!

Uma gracinha o Dr. Júlio... Pelo pouco que tive contato com ele, conseguiu me transmitir tanto carinho e alegria! Deu-me tanta força e esperança na concretização dos meus sonhos... Escreveu o prefácio do livro “Eles também sabem contar histórias”, o nosso livro, que foi lançado neste dia dos médicos, como prêmio do concurso. Diz no texto que o Dr. Azor conseguiu “auscultar muitos poetas transitando pelo Curso Médico e

chegando à Presidência da Sociedade de Medicina e Cirurgia do Rio de Janeiro, lembrou-se de tornar realidade a vontade e o projeto de muitos médicos. Investido do poder, soltou os poetas-médicos engaiolados, até que alguém, com autoridade, lhes permitisse passar para o papel de imprensa o estro sentido, mas até então engaiolado”.

A emoção foi grande, a esperança também. Porém o livro ficou na Sociedade apenas... Não tenho conhecimento de nada mais... Guardo a medalha de prata que ganhei com muito carinho, para me dar força e vontade de continuar com qualquer coisa que seja.

Sempre projetando o “Conversando Com O Bebê” como uma flecha a ser lançada!

Para o alto e para cima, rumo ao infinito!

Para atingir o alvo dos corações empedrecidos⁶, pelas carências repetitivas de gerações ávidas de amor e compreensão!

Aspiro pela satisfação de ver as flores nascentes do toque, ao atingir o alvo! Assim acontecia com cada flecha lançada em direção ao príncipe de um filme que vi, lutando contra os comparsas de um dragão, e sendo protegido por três fadinhas, madrinhas da princesa. As flechas se transformavam em flores... Flores de beleza inigualável, que povoam a minha mente, na infindável magia do existir!

⁶ Petrificados, pela “dureza de seus corações” (Mateus, XIX: 8.)

O Bebê Se Manifesta



Introdução

Se seu bebê conseguisse se expressar por meio de palavras, certamente você iria compreendê-lo mais facilmente... Mas para um observador atento, ele a todo instante está tentando dizer muitas coisas, esperando de você uma reação.

Observe bem o seu bebê, sinta o que ele tenta lhe dizer. Não tente adivinhar, mas simplesmente sinta o que ele sente... E quando vocês dois estiverem bem “sintonizados” um com o outro, na mesma faixa de sentimentos, tente dar-lhe a certeza de que ele tanto necessita!...

Bebê:⁷ - **“Mamãe, você me ama”?**

Vim ao mundo, no meio de tantas dificuldades, de um jeito que certamente não foi como vocês sonhavam totalmente. Sei que queriam me dar melhores condições, talvez pensassem em outra maneira, quando estivessem mais preparados... Os pais sempre pensam assim... Porém pela sabedoria do amor, este foi o momento em que fui colocado no mundo, para mostrar-lhes que existem muito mais coisas importantes para se viver, para se sentir – existe o amor para preencher as nossas vidas!

Dessas coisas eu sei, ou pelo menos tenho tudo isso dentro de mim... Mas como fazer para colocar isto tudo em prática, se não conheço direito o meu corpo, se não conheço o mundo, se tanto preciso aprender?... Preciso de vocês, do seu carinho, do seu cuidado, da sua atenção, da sua compreensão... Resumindo – do seu amor. Isto é, sim, essencial para mim, mais do que qualquer outra coisa!

⁷ A partir de agora, o bebê dialoga com a sua mãe, ou com “o mundo” (com quem quiser lhe ouvir), trazendo o seu sentimento para todos nós.

Arco – Íris

O arco-íris desmembra a luz branca em diversos espectros, expondo as suas diferentes nuances à apreciação e deleite de um espectador interessado na beleza da vida.



*Diferentes dias de consultório, com diferentes “Ikebanas”
(arranjos de flores).*

Assim como o arco-íris, nós bebês, trazemos para uma humanidade inteira que quiser escolher a alegria e o amor como meta principal, a chance de compreender a essência do seu

próprio desenvolvimento, através do nosso crescimento contínuo e lento, porém constante e progressivo.

Mamãe,



Meu filho, recém-nascido.

Se você me ama, aprenda comigo a ser feliz, a trazer felicidade a quem quiser participar dessa grande festa que é a vida, através da sua dedicação e boa vontade em me ajudar a crescer e me desenvolver de uma maneira saudável e tranqüila!

Confio em você. Espero por você. Preciso de você!
Com carinho,
Do seu bebê.



*Consultório atual;
Cinco meses de gravidez*



*Preparações Da
Mamãe
Para A Gestação*

Lucidez

Sem título, porém com sinceridade...⁸

Nesses momentos de lucidez em que me encontro hoje, vou deixar aqui relatado algumas coisas que consegui compreender, que hoje me parecem tão óbvias, tão claras, mas se por ventura mais tarde deixarem de assim parecer, poderei ter uma chance a mais de me recuperar.

Mágoa, depressão, revolta, ressentimentos, desamor... Sim, falta de amor... Sensação de não ser amada, não ser nem mesmo notada, ou se for notada, também ser ignorada ou repudiada... Estes sentimentos me invadem o coração com tamanha intensidade, como se fossem meus “velhos conhecidos”, apesar de, para várias pessoas, poder ser quase impossível eu dizer que isto é a minha realidade, mas é a pura verdade... E pensando bem, será que existe alguém neste mundo que **nunca** sentiu nada disso? Acho difícil... Cada um na sua intensidade, de acordo com o momento e com o tipo de vida, mas todos já devem ter sentido algo parecido... Se um sentiu mais forte que o outro é porque teve mais dificuldade de atingir a **lucidez**, isto é, talvez tenha tido mais dificuldade, ou melhor, **falta de vontade** de abrir os olhos e enxergar “um palmo à frente do nariz”! Por quê? Ora, porque não queria ver... Todos têm esse direito. Todos podem escolher... Mas ver é tão bom!... É tão lindo, e a **visão** é tão rica de felicidade, que realmente é uma pena perder-se esta chance... Mas a vida, sábia como é, não tem pressa... Espera... Espera... Espera... E com toda a paciência nos dá um milhão e mais uma chances (talvez até mais!) para que nos

⁸ Reflexões maternas – a futura mãe e seus questionamentos infindos...

animemos de desejar **ver**. E sabe por quê? Porque Ele nos ama. Quem é “Ele”? Ora... Quem criou a vida, o dono da vida!

Por que Ele criou a vida?

Porque ela é linda! E Ele adora coisas lindas, como qualquer um de nós. Só que coisas lindas precisam de tempero para ter graça... E assim Ele criou o “sal da vida”, que somos nós... Jesus mesmo disse isso... E o Mestre (é meu ídolo) não mente, nem é demagogo, pois até morreu defendendo esta tese, para provar que não seria um desperdício de tempo ou paciência, ou de palavras, ou atos, tentar “temperar” bem a nossa existência. Tempero de alegria, ânimo, muita coragem para não errar e humildade para reconhecer, se errasse, a própria obra (a vida). Só que isto serve para nós, não para Ele, pois Ele não erra! É perfeito... Também não desiste da Sua obra bem temperada... Isto significa que Ele (Deus, para os íntimos, ou Poder Superior, para os que não querem admitir uma religião no meio de tudo isso) nem por um instante ainda, se arrependeu de Sua obra! Se tivesse que se arrepender, já o teria feito, pois, pelo que parece, já teve inúmeras chances disso, e sempre provou o contrário... Afinal de contas, acho que tenho mesmo que admitir que Deus nos ama... Deus me ama! Até hoje Ele me dá o sol para me aquecer, a chuva para me matar a sede, o ar para respirar, o alimento para a fome, tanta beleza para me distrair, como os animais e as belíssimas paisagens...

Estou só repetindo coisas que ouvi? É, ouvi mesmo, mas... Afinal de contas... Por que é que Ele me ama? Por que me dá tudo? O que foi que eu fiz para isso? É... Pouco eu fiz, a não ser existir... E isto não foi só pelo consentimento dos meus pais, mas porque até hoje alguma coisa me chamou a atenção e me incentivou a isso...

O quê? Ora... Nem eu mesma sei... Ou talvez saiba sim. Se alguma coisa não tem graça, logo queremos trocá-la por

outra mais estimulante, mais empolgante, ou pelo menos mais graciosa. Se não tem graça “não existir”, pois se é sinônimo de vazio, de parada total, de **nada**... Então pelo menos “existir” deve ser melhor... Pelo menos pelo que dizem... Nunca deixei de existir, mas confesso, já senti vontade... Já descobri também que não é o mesmo que ter paz. Sim, pois a paz normalmente traz um sentimento de alegria, de plenitude, de preenchimento do coração e satisfação, mesmo não tendo euforia, que é aquela explosão de contentamento, mesmo sendo calma e equilibrada, a paz é boa e vem acompanhada de um monte de coisas que gosto. Quando a sinto, tenho motivos à minha volta para isso como, por exemplo, a natureza, os que são importantes para mim, a vida, etc.

... É... A vida... E se não houver vida? Isto vai ser paz? O vazio? Não, não deve ser... Deve sim ser angustiante, se der para se sentir alguma coisa... E se não der... Simplesmente não é nada, não existe... Amor então, nem se fala!... Não teria nada!

Bem, já que o melhor a fazer é viver, é existir, o melhor então será viver bem. Viver revoltada é viver mal. Se posso ver, por que preferir viver sem enxergar? Os cegos que me desculpem, pois não quero ofendê-los (sei que já devem ter descoberto uma maneira de compensar a falta de visão), porém se perguntassem a um cego se ele gostaria de tirar “a venda dos seus olhos” para ver, logicamente, quando quisesse (pois poderia de vez em quando fechar os seus olhos, se achasse necessário...), acredito que a resposta não poderia ser outra, a não ser **sim**, mesmo se para isso ele demorasse algum tempo avaliando...

Hoje, quando digo que estou num momento de lucidez, é porque saí de todas estas dúvidas finalmente, saí desta “onda” de mágoa, revolta e desânimo que me envolviam como uma névoa incessante para ver, finalmente, quão boba, tola e ingrata eu fui! Está bem, sem ofensas... Principalmente porque elas

não têm nem por que existir! Eu não sabia, ou mesmo não acreditava que estivesse agindo assim, apesar de outros me dizem... Só agora eu vejo... É como acontece a um bebê que está chorando, faminto, e não entende que o seio da mãe está ali, à sua disposição, com leite, muito amor, calma, paciência, e tudo o mais do que ele precisa. A fome incomoda, angustia, parece uma covardia que lhe submetam a uma situação como esta, por ser ele tão frágil, tão impotente, incapaz de se defender! Pela sua indignação em relação à fome, coloca a “boca no mundo”, chorando, que nem percebe nada à sua frente.

A mãe que já tem algum conhecimento, ou que se deixa levar pelo instinto, sabe que não adianta ficar nervosa, ou impaciente, ou indignada com o bebê, pois ele não entenderia as suas melhores explicações... Mas uma linguagem ele entende... Ah, sim! A linguagem universal, mais completa e sábia do amor! Nesse momento ela respira fundo, se enche de forças, se acalma e perde a noção do tempo, só se dedicando ao seu mais frágil e inconsequente ideal – o seu bebê. E como uma grande magia, alguns mais cedo, outros mais tarde, o milagre acontece – o bebê a compreende, ou talvez só mesmo confie nela, e... Mama... Ou talvez até durma antes disso, se esta for a sua maior necessidade – a de **confiança**.

Confiar em alguém... Sentir-se seguro... É tão difícil também... Todos são tão instáveis... Até mesmo nas suas manifestações de amor... Como seria bom se uma pessoa fosse **constante** no seu amor! Se dissesse “eu te amo”, e amasse sempre, ou pelo menos demonstrasse sempre isso... Sem magoar, sem esquecer, sem exigir nada, a não ser cumplicidade, confiança, e mesmo assim, se não conseguisse, que compreendesse a causa da insegurança do outro, se ela existisse. Ou se não houvesse causa, que soubesse conquistá-lo, através de mais dedicação e compreensão... E se não fosse possível, que pelo

menos encontrasse uma solução! Sem que esta, é óbvio, fosse a separação!... Ou até se fosse, que a separação fosse feita por **amor**. Amor à liberdade, ao bem mútuo, e não por mágoa, por incompatibilidade de compreensão ou por cansaço, isto é, esgotamento de forças, por se amar pouco, uma vez que o amor é inesgotável. Se enfraquecer, tem sempre uma fonte super rica para se alimentar, que é Deus.

É isso aí! Deus!!! Deus me ama!!! Ele é o único perfeito, o único capaz de me amar desta forma que eu quero! Lógico... E como posso então querer que uma pessoa, que não é Deus, me ame assim? Não estarei querendo demais? Não estarei querendo inventar mais Deuses? Isto não é ilusão? Sim, pois se conseguisse, ou se alguém conseguisse ser Deus, perfeito e com amor total, o Deus inicial, o “dono da vida”, seria sempre maior e único, pois foi Ele quem o criou, que foi o começo de tudo, e o fez desenvolver e aprender... E no início, sem nada saber, ninguém é perfeito...

Outra coisa que também aprendi e que hoje me salta à memória é a necessidade de esperança. A necessidade de se procurar a vida e a existência em qualquer parte, ou de qualquer maneira, mesmo sem “visões” de futuro, ou sem chances. Aprendi isto com uma flor, chamada “beijo”, que nasceu no meio do cimento, na porta da garagem do vizinho. O cimento rachou, a terra caiu no espaço rachado e, como que por milagre, nasceu um pé de “beijo” que, como o nome sugere, era lindo demais! Só que era mais lindo do que os outros, da mesma qualidade... Fiquei me perguntando o por que... E descobri! Porque não tinha a mínima chance de ir em frente, teoricamente. Nem ninguém iria plantar um “beijo” ali! Mas ele nasceu... E viveu... E partiu... Antes que crescesse... Deixando a vida... Trouxe a esperança, mostrando a criança eterna que existe em cada um de nós...

Incógnita

Incógnita. Aliás, esta sempre me acompanha... Preciso saber.

São tantas as coisas que se pode concluir num simples fixar de olhos!

O meu cérebro, em repouso ou não, está sempre me cobrando, em maior ou menor intensidade, esta pesquisa infinita do saber mais e mais...

Saber o que? Bem, não existe especificamente algum fim, pois a cada instante tudo se modifica, dinamicamente como é a vida, e as metas são enriquecidas por mais interrogativas e descobertas, dando-me a certeza da imensidão deste jogo do qual faço parte. É a vida que me envolve e fascina! “Mexer” comigo e não me deixa parar.

Parar como? Para que? Por quê? Se tudo isso é lindo e eu quero viver, como posso me negar esta oportunidade? Sim, eu quero, eu aceito, eu acredito e confio em você, **força viva** que me impulsiona.

Por onde,... Não sei. Por que,... Talvez saiba... Até o mais profundo infinito que possa imaginar, e o que é bem provável, além deste...

Amo a vida, adoro viver! Por quê? Ora, porque tudo é tão lindo! Vejo beleza em tudo, mesmo que não a procure. O que posso fazer? Acho que não tenho mesmo cura, se isto for um mal. O que não é bonito ou relevante torna-se tão minúsculo perto de tanta beleza que não dá mesmo nem para falar ou comentar sobre isso. Sobre o que não é bom, só tenho uma coisa a dizer: atrapalha um bocado, às vezes até demais, parecendo minar a força vital. Porém até hoje, em 34 anos⁹ de existência,

⁹ Escrito com esta idade.

ainda não vi, sinceramente, por um dia sequer, ou um minuto sequer, a ausência de beleza por causa de um momento menos feliz... É como se nesses momentos, meus olhos se fechassem e não me deixassem ver o concreto da vida – a natureza, as coisas, as pessoas, etc... Porém, apesar dos olhos fechados, continuo viva, e talvez muito mais sensível ao real propriamente dito, uma vez que através da imaginação e de todos os meus sentidos, conhecidos ou não, estou ligada ao mundo em que fui colocada para participar, e de olhos fechados não me deixo influenciar por aparências, podendo apenas sentir a verdade.

Não subestimo o negativo. Sei que existe e admiro a forma mirabolante com que se apresenta a cada instante. Mas não é por admirar suas estratégias que vou querer me aproximar mais dele. É uma questão de opção. Gosto do belo. Procuro sempre o que é lindo, e cada vez mais e mais, por estar totalmente apaixonada pela vida!

Por que tanta paixão? Ora, porque eu sou assim – fui feita para viver, para amar, para me apaixonar, eu sou assim... Sabe, sem ser feliz eu não vivo... E não é me iludindo com qualquer felicidadezinha não, heim! Preciso ser feliz para viver. Este é o meu combustível. Logo, se preciso ser feliz, é muito óbvio que precise me associar solidamente à vida, pois só ela pode me garantir eterna felicidade!

Vida, que coisa... Incrível!... Como pode alguém inventar algo tão espetacular? Só mesmo sendo muito, muitíssimo especial... Quando é que ela começa? Acho que ainda não descobriram (mais uma dessas intermináveis controvérsias humanas...). Porém eu acho que isto não tem muita importância. O importante mesmo é não deixar que ela acabe. Se bem que, às vezes, isso precisa acontecer... E às vezes nós mesmos temos que precipitar o fato. Calma... Entenda bem o que estou dizendo! Não é eutanásia! É em prol de uma energia maior, mais inten-

sa, com maior hierarquia, para dar continuidade ao processo de manutenção da existência da vida. Já matei diversos mosquitos, mais que uma dúzia de baratas (agora não estou mais matando... Tenho conversado com elas... E funciona!). Não tenho o mínimo receio em me defender contra o que quer que seja, se for para me garantir a paz, o bem estar e a felicidade, minha ou de quem quer que seja. Realmente confesso – tenho muita coragem! O que não admito é abrir mão da vida por um motivo diferente do que já mencionei – pela intensificação da mesma.

Agora me responda uma coisa: “Como posso dizer que existe um fim para uma vida, pura e simplesmente porque esta encontrou um obstáculo”? Isto não existe naturalmente. Só existe, sim, o impedimento, se em algum momento “alguém” (um poder superior) o quiser.¹⁰

Pausa

Mais uma vez estou aqui, estacionada, esperando, esperando...

E você sabe o que? Nem eu sei... Acho que é o desenrolar dos acontecimentos, o esclarecimento dos mistérios que envolvem o meu “destino” (chocante!). Não sei, nem quero pensar no que possa ser o destino, ou se ele existe como tantos dizem e põem em dúvida. Estas dúvidas me cansam... É, pois nunca se chega à conclusão alguma... Depende sempre do ponto de vista, tudo é muito relativo (meu caro Einstein...). Mas como ia dizendo, estou novamente “estacionada” num dos cantos da minha vida, sem poder engrenar “a primeira”, nem a “marcha à ré”! De preferência, é bom também desligar o motor para não gastar combustível, pois este é caro e tenho muito que esperar...

¹⁰ Rio de Janeiro, 06/03/1989, 15h30min. Aula de piano da minha filha.

Será mesmo? Não sei. Só sei que é o necessário... Esperar da melhor forma possível. Lógico, afinal de contas eu já deveria saber esta lição de cor e salteado! Quantas vezes já tive que esperar? Milhões de vezes! (talvez seja um pouco de exagero, mas não troco o que disse, só para reiterar a minha indignação).

Indignada – estou sim. Impaciente – também. Porém acho tudo muito engraçado, pois desta vez entendo tudo tão direitinho, que até me assusto! Tem que haver alguma surpresa, não é possível! Sempre tem! É, mas apesar de adorar surpresas (verdade!), tenho que dizer também que me lembro do fato concreto de já ser adulta (pelo menos para a raça humana acho que já sou até meio “coroa”, para alguns...). Trinta e quatro anos de vida, oito anos de formada na faculdade de medicina, algumas histórias para contar (verídicas, por isso com “H”, apesar de às vezes até achar que são mesmo estórias, devido à forma como se desenrolaram). Parece que sempre no momento crucial da coisa (desculpe, coisa = acontecimento), “alguém” mexe com uns “pauzinhos” e tudo acontece de uma forma incrível!

O motivo

E mexeu mesmo!... Acontece que uma pausa às vezes se faz necessária, mesmo numa vida tão agitada quanto a minha.

Para que tanta agitação? É a sede de saber e participar cada vez mais ativamente da minha própria vida, que acho fascinante! Quando tudo se encaixa então, nossa! É sensacional! A cada dia estou mais certa de que a vida é um jogo muito interessante. As coincidências que vivem ocorrendo são tão incrivelmente “certinhas”, se encaixam tão bem, que só mesmo sendo algo planejado... Como um “quebra cabeças”, que forma uma linda figura no final, e que peças se encaixam com a maior

facilidade, uma vez encontradas. Porém, para encontrá-las, é preciso querer, é preciso observar, é preciso raciocinar muito e ter uma meta. Duas pessoas poderiam ter dois quebra-cabeças idênticos nas mãos: uma completaria a figura após alguma dedicação; a outra poderia nem começar e desistir, ou tantas outras possibilidades... A escolha é livre. Porém o “destino” (no caso o quebra cabeças) é um só. Acho que é isso...

Muito bem, vamos parar de filosofar e falar o que interessa. O caso é que para se conversar com alguém ultimamente não está nada fácil. Tenho queixas sim, porém não será por causa delas que vou parar de pensar no que interessa. E como posso conversar com você, meu amigo ou amiga desconhecida, achei que teríamos mais futuro.

Os meus pensamentos voam, dançam, brincam e são livres na acepção da palavra! É tão bom poder ser livre, principalmente quando se reconhece que as limitações do corpo são inúmeras. Falo de um corpo saudável, mas que mesmo assim é muito limitado. O pensamento não, este é livre, sem limites, tão infinito que às vezes me surpreende com o que me apresenta. Por isso a necessidade de escrever. Escrever para não esquecer o que vi, senti e aprendi em certos momentos que ele alcançou além dos seus limites rotineiros. Tenho tanto para contar, tanto para ensinar do pouco que sei! Imagine se todos pudessem se colocar da mesma forma – livres para “voar”, quanto já não saberíamos! E se a comunicação pudesse ser feita por pensamento apenas, quanto tempo não estaríamos economizando!

O que não consigo aguentar é que todos podem chegar a tal ponto, se o quiserem! Mas estes adultos são muito complicados, ou melhor, não são adultos... São homens e mulheres desenvolvidos fisicamente, que se esqueceram de fazer crescer o pensamento... “Lamentável, meu caro Watson”!...(como diria Sherlock Homes, no filme que assisti há alguns anos atrás). Se

pelo menos a curiosidade e perspicácia do Sherlock Homes invadissem subitamente as mentes humanas, duvidaria que eles conseguissem se aguentar, e perdessem esta chance de investigar!

Tem quem abdique da oportunidade de pensar, escolhendo só se relacionar com animais. Justificam que assim não irão sofrer, pois os animais são mais puros de sentimento, sinceros e fiéis no seu relacionamento. É verdade... Porém já nos diferenciamos o suficiente para nos tornarmos seres humanos. Agora a responsabilidade já existe, queiramos ou não. A partir do momento que se cresce, não dá para diminuir! E é bom! É bom crescer e desenvolver como um ser humano saudável! O nosso potencial é ilimitado em relação às nossas aspirações. As realizações é que são subordinadas à nossa aprendizagem. Tendo necessidade, volta-se à lição.

Os seres humanos adultos são bem piores do que as crianças humanas, no que se refere à moral, pois acham que têm uma imagem a zelar. As crianças podem se comportar como tal, crianças de fato, que não existe problema! Com isso, são muito mais sensíveis às linguagens do pensamento. É por isso que adoro crianças! Com elas consigo conversar e aprender. Têm muito para ensinar e estão sempre brincando de viver.¹¹

¹¹ Rio de Janeiro, 10/04/1989, 15h48min. Aula de piano da minha filha.

O Bebê Na Gestação

Início da vida

“Personalização”¹². Voltando à fase de criança...

Curioso...¹³ Parece que algo mudou em mim... Após uma longa espera, uma parada no meu processo evolutivo, sinto-me diferente... Que pressa enorme de crescer, de desenvolver, de me diferenciar!

Por que tanta pressa?

Não sei..., Só sei que é necessário.

Por quê?

Não sei. Aliás, sei tão pouco! A única coisa de que tenho certeza é de que me sinto feliz. Sinto vida, sinto a energia fluir dentro dos meus poucos limites.

Limites! Caramba! Acabei de descobrir que realmente tenho limites! Foi isso então que se modificou! Maravilha! Eu sabia que algo estava prestes a acontecer, sabia!

Como eu sabia?

Não sei. Puxa... Não sei de nada mesmo... Mas alguém há de saber!

Alguém, muito especial, quis me ensinar a viver! Do pouco ou quase nada, estacionado, que era o meu conteúdo existencial impotente, fez aparecer a **vida!** A vida! ... A vida, que é este fato concreto, esta necessidade urgente de desenvolvimento completo!

¹² Estágio de “habitação do corpo”, segundo Winnicott (Psicanalista, Pediatra, que desenvolveu a “Teoria do Amadurecimento” – Winnicott e as Psicossomatoses, 1978, 411).

¹³ O bebê, acabando de ser gerado no útero materno, refletindo...



*Ultrassonografia no quinto mês de gestação do
meu filho – 15/05/1998*

O que era eu?

Ora, eu não era nada. Apenas pensava ser...

Como pensava?

Eu não pensava em nada. Apenas vibrava na expectativa de ser alguma coisa algum dia. Mas vibrava, ah, sim! Isto eu fazia... Vibração é inerente ao universo em que nos situamos e eu não iria perder esta chance. Mesmo porque, de uma forma ou de outra, estaria vibrando – a única diferença é que pude escolher, e optei pela “vibração consciente”.

Sabe o que é isso?

Nem eu sei. Mas sinto...

Gravidez



Por que você não acredita em mim? Por quê? Por que deixar-me neste silêncio infinito, se eu existo e você **sabe** disso?

Toda espera é infinita, no seu sentido mais profundo, quando muito desejamos algo e não sabemos o que fazer para conseguir... É muito difícil apenas esperar e confiar que certamente seremos atendidos no nosso pedido... Isto, devido à nossa pouca fé no amor e na beleza da vida.

Não é este o caso! Acredito no amor e na beleza, **sim!**

Porém, por que não funciona?

Também sei que não é isso, pois na verdade, funciona! Eu sei... Sei sim... Já vi funcionar várias vezes... Comigo mesmo.

Porém esta impaciência é muito desconfortante...

Como faço? Como abdicar de um direito, a que fui submetido por Deus, de ter o seu reconhecimento e participação, se também eu tanto quero e anseio por isso?

Aí já se trata de resignação, renúncia, conformação, e não de paciência... Isto em se tratando de Deus, que tudo sabe e tudo ama. Porém, no meu caso, preciso aceitar e acreditar em um amor ainda nascente, em desenvolvimento, sem nem mesmo uma garantia concreta... Só mesmo esperança... Esperar que possa ser merecedor de sua confiança e da sua compreensão...

Nada melhor do que a verdade! Difícil, porém com certeza, a melhor solução! Preciso compreender que, por algum motivo que desconheço, tudo isto está me acontecendo. Não é por acaso...

Calma!... Calma!... Calma!...

Por que não ter paz? Por que não se entregar de corpo e alma a quem sabe mais? Mais do que eu ou do que qualquer outro ser...



Sim, este controle, este equilíbrio realmente existe e é eficaz. Confiar é bom. É necessário e é a solução. Confiar, que tudo acabará entrando no ritmo certo, apesar das aparências e dos possíveis receios. Tudo está sob controle.

Calma!... É esta a paz que eu quero e que vou abraçar. É esta a paz

que está sendo oferecida a mim e a todos que quiserem, para que possam ser felizes. Quero ser feliz! Eu sou feliz, já sou muito feliz, pois vivo, vejo, respiro, penso, vibro, em tudo o que me cerca.

Obrigada Senhor, pela Tua paz!¹⁴



Final da gravidez do meu filho

¹⁴ Escrito com três meses e meio de gestação, do meu filho (01/04/1998).

Reflexões Múltiplas

Oportunidade única

Bebê:

Esta é a oportunidade que estamos tendo de entender tantas situações da vida cotidiana que anteriormente nem sequer sabíamos que poderiam existir! Estou me referindo ao toque de sensibilidade a mais de que somos presenteados, eu e você mamãe, quando nos encontramos. É difícil expressar este sentimento, às vezes até tão difícil de senti-lo, que algumas mães não aguentam...

Mas quando nos permitimos olhar a beleza e aceitar a sua envoltura em nossos sentidos, tudo acontece.

Abstrato? Irreal? Pode até parecer... Mas é o fictício tornando-se concreto. É a vida se manifestando, de fato.

Nasci! Estou aqui! E agora?

Qual o problema de ser realidade palpável, visível, audível, inalável, e por que não, perceptível? Vamos lá! Coragem! Estou aqui, acredite!



Minha filha, recém-nascida



Conversa de Mãe com filha

Mamãe:

Filhinha querida, estamos ligadas pela eternidade, e foi por isso que logo reconheci o seu olhar, **no primeiro segundo** em que a vi. Surpresa!!! Tchan, tchan, tchan, tchan!!!

Fixamos o olhar uma na outra e... Nunca mais esqueci!

Esta ligação é de responsabilidades mútuas, que nos auxilia no crescimento e no encontro da felicidade.

Para ser uma felicidade real precisa manter a liberdade individual, como toda relação baseada no amor mais puro.

Como é difícil para mim, me separar de você! Tudo bem que seja natural, ou mesmo desejável, pois afinal de contas, realmente quero que você cresça, que evolua, que seja feliz! Mas,... É complicado explicar... É estranho sentir... É incômodo admitir... Mas, eu adoro você! E adorei vê-la nascer! Apesar da separação aparente, compreendo sinceramente a necessidade de passarmos por esta dor... E compreendo também o quanto podemos fazer de melhor agora, que você nasceu! Eu absolutamente não iria realizar nem metade de tudo que posso fazer agora, se continuasse sem modificação alguma na minha vida!

Muitas coisas mudaram desde que você nasceu...

O corpo mudou? Sim, mas isso é um detalhe, perto de tantas outras coisas mais importantes.

De qualquer maneira eu iria ter o meu corpo modificado com o tempo – inexorável,... Verdade intangível! A única vantagem desse aspecto é que, com a gravidez, amadureci mais prontamente. Isto absolutamente não significa que envelheci!

O envelhecimento tem muito a ver com perda de capacidades.

O amadurecimento pode apurar estas capacidades, de forma a tornar o ser mais completo, expressando melhor o seu potencial.



O que digo, de mais importante, é a maneira de eu ver a vida, de me equilibrar melhor, a partir do momento que administro muito mais situações com muito mais aptidão.

É bom crescer!... É bom desenvolver!... É bom viver!...

Minha filhinha querida,

Vou tentar agora prender um pouco do tempo e dos fatos, que atualmente ocorrem tão rapidamente, aqui nestes papéis. Confesso que é sem muita esperança de conseguir, porém acredito que isto ainda é melhor do que nada.

Acontece que a sua mãezinha está tão confusa! Não por problemas de qualquer espécie, mas sim por tanta ansiedade, tanta felicidade, antes reprimida, e que agora se tornou tão real... Todos os segundos se tornam extremamente importantes! Por mais que eu “abra todos os meus olhos”, ligue todos os meus sensores, ainda é praticamente impossível captar uma milionésima parte do que acontece comigo e com você!...

Você, no seu mundo aparentemente simples, sofre tantas modificações que, a cada instante, já é estranha para o segundo anterior...

Eu, tentando observar tudo o que se passa ao meu redor e ao seu, apesar de ter aparentemente todo o tempo para isto (como se fosse suficiente) me perco neste próprio tempo, misturando sentimentos com observações lógicas, confundindo-me tremendamente!...

É na tentativa de ordenar um pouco mais a minha mente, e também de registrar fatos que parecem que realmente serão, deveriam ser, inesquecíveis e que, quando ocorrem,... Por defeito, incapacidade, insuficiência, imaturidade ou mesmo falta de complexidade, por simplicidade da minha mente humana e pobre, não consigo fixar por muito tempo. Por isso estou lhe escrevendo agora.



O seu desenvolvimento me fascina! Você me fascina em tudo, desde a sua existência até o que existe de mais abstrato em relação a você, se é que existe... É este tipo de confusão que gera em mim uma sede de captar tudo o que posso, sei que existe e acontece, mas foge de mim, misturado aos meus sentimentos, no tempo infinito, porém escasso, em que nós nos situamos agora.

Nunca foi tão fácil para mim compreender tudo, e todos! Os sentimentos, os diversos caminhos tomados às vezes por nós, sem que se saiba o porquê. Puxa, está tudo tão claro, tão óbvio para mim agora! Sinto pena, às vezes raiva de mim mesma, sinto-me até humilhada por ser tão insignificante, a tal ponto de, daqui a pouco, esquecer tudo o que eu agora creio ser tão simples! Ao mesmo tempo, me sinto feliz por ter conseguido alcançar esta compreensão, mesmo que por pouco tempo.

Nesta mistura de real com irreal, ou pelo menos de concreto e abstrato (pois o que não é real?), é que você se encontra – pequenina, sonolenta, frágil, porém aparentemente feliz, em paz... Sim, você me inspira muita paz... A paz que tento lhe dar a todo instante parece que realmente lhe alcançou. Isto me deixa muito feliz!

Agora você dorme no meu ombro, depois de mamar por longo tempo, ter distribuído uma coleção de sorrisos, cada qual mais lindo... E acho bom colocá-la no bercinho... Ficará bem mais confortável lá.



Hoje você completou um mês e dezoito dias. Acho que já me conhece bem melhor. Pelo menos hoje, várias vezes, olhou para mim e sorriu.

O seu sorriso é algo que precisa realmente ser comentado. Ele existe desde o primeiro dia, porém a cada instante é diferente. Atualmente é consciente quando acompanhado por algum estímulo visual. Acho que inconsciente, quando determina uma satisfação qualquer, que não a visual. Ou seriam todos conscientes?

Não consegui ainda determinar o seu nível de consciência. Só sei que você parece estar realmente feliz nestes momentos - após as mamadas, quando vê o chocalho ou o móbile,





quando brinco
com você no
momento da
troca de fraldas,
ou às vezes só
mesmo de olhar
para alguém.



O seu olhar, às vezes perdido no espaço, quando se fixa em algo ou alguém, parece querer captar tudo o que consegue e o que não consegue. É a coisa mais linda perceber a sua curiosidade pelo mundo! As folhas, principalmente as da parreira, absorvem a sua atenção tremendamente!

Não sei por que hoje o banho foi tão sofrível para você... Nunca a vi chorar tanto! Aliás, ainda não consegui uma condição ideal para estes banhos...

Você acordou, e eu vou tratar de fazer a minha ginástica – afinal de contas, sua mãe precisa ficar elegante, não acha? Um beijo!

Te amo, filhinha...¹⁵



¹⁵ Rio de Janeiro, 21/05/1980

Ser pai...

Subiu!!!!...

...A minha satisfação de ter alguém que me tire do “baixo astral”!

...A minha alegria de poder confiar em alguém tão interessante!

...A minha certeza de estar seguro e protegido por alguém



que se importa comigo!
Te amo, papai. Seu bebê.

Desceu!!!

...A minha preocupação com a altura...

...A minha expectativa do que poderia me acontecer...

...A minha tensão e apreensão...

Você realmente é tudo o que um bebê poderia desejar em
ter como um amigo, companheiro e pai!

Te amo, papai. Seu bebê.¹⁶



¹⁶ Rio de Janeiro, 08/08/1999, Dia dos Pais - Dedicatória de duas fotos do nosso bebê com três meses, dadas para o seu pai.

Obs.: Nestas duas fotos, podemos ver uma brincadeira, inventada por um pai especial, o papai do nosso bebê, que funciona muito bem para modificar o “astral” de um bebê mal-humorado e chorão, sem motivo aparente, e sem solução – levantar e abaixar o bebê, olhando nos seus olhos e sorrindo para ele.

...“Ser pai é atingir o máximo de angústia no máximo de silêncio. O máximo de convivência no máximo de solidão. É, enfim, colher a vitória exatamente quando percebe que o filho a quem ajudou a crescer já, dele, não necessita para viver. É quem se anula na obra que realizou e sorri sereno, por tudo haver feito para deixar de ser importante”.¹⁷

¹⁷ Trecho da poesia “Ser Pai”, de Artur da Távola.

Agora Com O Bebê

Emoções

Quando um bebê chega a uma vida, mesmo que seja de mansinho¹⁸ ..., com a naturalidade e o conhecimento de todos que entendem os mecanismos da natureza... Mesmo assim, isto é um verdadeiro... **Abalo!**



Meu filho, se comunicando comigo, pela manhã, aos três meses.

É o que os “pobres” papais sentem na sua estrutura emocional, os quais, encouraçados numa armadura de equilíbrio aparente, percebem as vibrações estonteantes e de grande impacto no mais íntimo e frágil do seu ser!

¹⁸ O bebê, conversando novamente.

Difícil? Não... **Difícilimo!!!** Porém natural... Apesar de **assustador!**

São as emoções da vida, as maravilhas da natureza com as quais fomos presenteados pela grande sabedoria universal, para que não tivéssemos a chance de sequer pensarmos em não sermos felizes! Esta é a Lei, mas como toda lei **perfeita**, deixa sempre a liberdade de escolha aos seus cumpridores amados.

Agora sim chegamos ao ponto: **amados... Amor!** Tudo se baseia no amor!

Mãezinha, o coração cheio de amor que abrange um universo inteiro e mais um pouco, tem mil e uma formas de lidar com esta situação tão **ímpar**, porém totalmente compatível de se transformar em **par** quando se deseja igualar e equilibrar as equações.

Compliquei? Desculpe-me, mas é que na minha cabecinha de bebê só dá mesmo para se instalar um pequeno cérebro, ainda em desenvolvimento, sem células nervosas em número suficiente para englobar um belo raciocínio. Porém no meu coração, como o de todo mundo, que representa o centro das emoções, posso sentir fundo, e fortes, os batimentos do mais puro e sincero momento de amor de **dois** seres! Quando isto ocorre, existe uma **igualdade** tamanha, um **equilíbrio** tão intenso e harmônico, que a expressão mais correta a ser usada é que se tem apenas **um**.

Sendo assim, **um** mais o bebê, será igual a **dois**, que é um número **par**. Matematicamente representado, podemos obter o seguinte:

1 casal cheio de amor + 1 bebê = 2



Nós dois, papai e mamãe do bebê, no jardim



*Nosso bebê, no Natal de 1998
"My first Christmas"*

É por causa disto, mãezinha, que **eu** e **você** precisamos cuidar muito bem do nosso **paizinho**, pois senão a equação se desequilibrará e a diferença não será nada confortável...

Logicamente a escolha será **dele**. Porém como regra geral, ou melhor, considerando-se que os pais, em geral, sabem muito bem não só da responsabilidade, como também que o **único** modo que têm de serem felizes é **crescendo**, acredito que o papai também queira crescer e se desenvolver, aproveitando o meu exemplo. Para que ele possa alcançar este objetivo, primeiro é necessário que ele se livre dessa armadura – nós não estamos numa guerra, e sim tentando encontrar a **paz**! Só se encontra paz com...

Inspire fundo...

Tran – qui – li – da - de...

É mais do que óbvio que você, papai, não é nenhum porto-seguro nas aflições simplesmente por ser insensível. A necessidade que temos de nos segurarmos em você nos momentos de dificuldades não faz de você alguém tão imune a quedas e sim uma pessoa totalmente confiável e indispensável nas situações em que precisamos nos equilibrar.

Dê-nos o seu carinho, o seu amor, a sua presença mais efetiva ao nosso lado, não só fisicamente, como principalmente dando-nos a sua atenção aos



nossos mais frívolos e inconsequentes requisitos. Não é que sejamos tão fúteis assim como parece, quando nos aborrecemos por “pequenos” motivos, no mesmo momento em que coisas tão importantes ocorrem no mundo! É que estes pequenos acidentes são o símbolo da nossa necessidade **enorme** de estabilidade emocional.

O nosso corpo está passando por revoluções internas, acomodações complicadas, que ainda não temos grande experiência em lidar, com segurança. Por mais boa vontade que tenhamos, por mais amor que possamos nutrir dentro de nós, não dispensamos **jamaís** a **sua** atuação e presença em nossas vidas!

“Ninguém é insubstituível” – isto é uma grande verdade conhecida por muitos, porém compreendida por poucos. O fato de se substituir alguém não quer dizer que esqueçamos ou não precisemos mais deste alguém, o que seria incoerente após reconhecermos tanto a sua importância e responsabilidade perante a vida. Porém como é de livre escolha a participação do papai nesse contexto, uma vez que não está se modificando fisicamente como nós (a não ser, tornando-se um pouco mais “experiente”...) nem tem a continuidade que já nos uniu por alguns meses em termos de respiração e alimentação, e que agora torna-se tão importante ser continuada (já conheço a mamãe com mais facilidade pelas batidas do seu coração, pela sua respiração mais acelerada *¹⁹ quando está agitada, e pelo odor do seu leite, que é o meu alimento mais desejado) nós só podemos é torcer profundamente, com todas as nossas forças e com a mais firme determinação, para que a sua escolha seja **participar** da nossa felicidade neste maravilhoso encontro de emoções.

¹⁹ Obs.: As referências com asteriscos são correspondentes, respectivamente, ao “Olhar da pediatra” subsequente.

Não se anule, papai! Participe! Seja **Homem** sim (com “H” maiúsculo), vivendo intensamente esta emoção! Todo



homem merece se envolver mais cedo ou mais tarde, em um sentimento grandioso e enobecedor que o faça perder os caracteres mais rudes para adquirir as asas da sublimação. A isto se chama **força, poder**.

Não é tão simples assim acalmar as águas turbulentas de um oceano agitado e tenebroso, repleto de medo e ansiedade! É assim que nos sentimos quando a insegurança nos invade.

Se você estiver firme e forte ao nosso lado, dando-nos o seu apoio para qualquer eventualidade, até mesmo para lembrar-nos de que não estamos sozinhos, de que tudo está bem,

tudo está sob controle e, sem ser da vontade e do conhecimento do próprio mecanismo da vida em si, nada irá ocorrer. Por pior que possa parecer uma dor de barriga, uma cólica tremenda em um bebê assustado e inexperiente, não será motivo de descontrole se você trazer a sua paz. O que precisamos é da certeza de que a melhor solução é ter **calma**, principalmente se devemos tomar alguma atitude perante a situação.

Mas se você, papai, que perante os olhos do mundo não gera bebês, só pelo fato de não ceder, no seu corpo, um espaço para a sua criação e maturação física, souber o quanto pode um pai **criar** e **amadurecer** de sentimentos sólidos e resistentes, como a base de um gigantesco “arranha-céu”, na vida de um bebê... Aí sim você estará vivendo esta experiência. A estabilidade, segurança, confiabilidade de um crescimento saudável e integral só serão atingidos após adquirirmos este apoio, esta base.

Nossa vontade firme em atingir o objetivo escolhido (crescer, ser feliz!), aliada à presença dos que amamos (mamãe, papai, mais intimamente), nos dão a certeza de que estamos no caminho certo, mesmo que este reconhecimento seja feito aos setenta anos de idade, quando a experiência nos mostrar os efeitos das nossas emoções sobre uma vida inteira de dedicação e amor.

É baseado na percepção emocional dos mais antigos do que eu na vida física, porém que, em se tratando de **abalo**, **alvoroço**, **agitação** (**sinônimo: emoção**), comportam-se de maneira bem semelhante a nós bebês, que podemos dizer que é muito bom ter você por perto, papai, dando-nos a mão nos momentos de maior dificuldade e participando da nossa alegria no instante **ímpar** em que nos tornamos **uma só** vibração de ressonância infinita como o próprio amor.

Mamãe, dê esta chance ao papai, de ser feliz, ensinando-lhe com a sua dedicação e seu exemplo ao cuidar de mim com tanta sensibilidade e envolvimento emocional, como se deve deixar fluir dentro de nós o fluxo energético do magnetismo mais positivo quando se quer remover montanhas de problemas, que passam a **não** existir, na presença do amor.

Papai, dê esta chance à mamãe de ser feliz, ensinando-lhe que a firmeza está associada à possibilidade de se fazer qualquer coisa que seja. Com o seu comportamento livre e desprendido indique a ela o caminho para a sua própria liberdade e crescimento, uma vez que este é um sentimento inerente de todos os seres íntegros e responsáveis.

Espero que a minha vida, ainda por se desabrochar, possa perfumar e embelezar ** os caminhos desse amor único e ímpar que me gerou.

Com carinho e muita emoção, do seu bebê.

Olhar da pediatra I

O fato de uma gestante se encontrar em alguns momentos em situações de “stress” *, apesar de todos os esforços para filtrá-los, denota a necessidade primordial de evitarmos os excessos em todos os sentidos, até mesmo energéticos²⁰. Principalmente se estas energias não forem muito saudáveis. Este é o caso das predisposições mórbidas, Uma vez que tenhamos em mãos as tendências anteriores, o conhecimento dos antecedentes familiares e da história patológica pregressa desta gestante. Podemos tentar minimizá-las ao máximo, ou até adiar as suas consequências, espera que visa um aumento dos recursos de auxílio.



²⁰ O “Olhar da pediatra” consiste de comentários sobre a exposição de fatos e sentimentos do bebê, de acordo com a minha experiência profissional e pessoal.

Pode-se prevenir a intromissão de agentes patológicos que interfiram na saúde através das agressões do ambiente, por meio da reconquista do equilíbrio biopsicossocial do bebê e de seus familiares. No período pré-natal, pode-se obter a minoração de quadros patológicos, até mesmo o seu desaparecimento ou cura, submetendo-se os pais a um tratamento. Pode-se estender este tratamento a outros familiares, como irmãos e avós.



A comunicação torna-se mais viável, com o desbloqueio de preconceitos e medos, com o aumento da observação, respeito às prioridades dos adultos, e tratamento sintomático, específico à situação da gravidez.

Perfume e beleza... ** O que mais é necessário para se alcançar os mais altos fins da existência? Será possível a comunicação com os bebês e a prevenção de doenças? Sim! Com toda a certeza. Através de um diálogo com os bebês, decodificando a sua linguagem por meio de palavras, pela observação, percepção, compreensão e constatação das suas manifestações de vida, podemos segura e eficazmente conseguir uma comunicação. A prevenção de doenças decorre da exploração do total potencial do ser, de forma equilibrada, comprovada pela satisfação perante a vida, com ausência de sofrimentos e aprendizado intensivo.

Por que não acreditar que estes processos doentios existentes, que provocam uma desorganização parcial ou total do ser não poderão ser **revertidos**, através de uma intensa energização positiva? Encaminhando a energia do ser na direção e sentido saudáveis da própria evolução, através do bem pensar, do bem agir e do bem sentir, o “viver” será conseguir efeitos muito maiores! Poderemos modificar processos doentios no seu estágio inicial, prevenindo patologias de repercussão não desejável, auxiliando os seres a atingirem os mais altos fins de suas existências, no início de sua manifestação de vida como seres humanos.



Minha filha, com dois meses, indo para a Faculdade de Medicina comigo.

Por que os bebês não falam?

Porque os adultos não os escutam.

É muito simples, de uma sutileza a toda prova, como tudo que envolve a nós, bebês, o fato de um bebê se abster do dom da palavra.

É tão bom, tão lindo, quando uma mãezinha, com todo o seu esforço sincero e interesse total, **para** e se dedica a “ensinar” a um bebê a arte de falar! Nesse momento, qualquer som, ou qualquer tipo de comunicação é compreendido como troca de afetividade, intercâmbio de sensações, que satisfazem a

ambos, mãe e filho, como um momento mágico de expressão de um sentimento maior.

Todo bebê se comunica **sim**. Até mesmo os que têm mais dificuldades, tentam de alguma forma passar para quem quiser compreendê-los, uma mensagem de vida. Porém só os que possuem o coração pronto para o entendimento sublime do “essencial” é que poderão nos ouvir.

Saint Exuperry disse em “O Pequeno Príncipe”: “O essencial é invisível aos olhos. Só se vê com o coração”. Assim também nós, seres inteligentes, pensantes, vivos e **capazes** (os bebês), passamos como informação aos sábios, experientes,

possuidores da verdadeira significação dos fatos (os adultos), a face de uma verdade acessível a todos, mas que só alguns conseguem perceber. A vida está à nossa disposição, como chance inexorável de atuação, para que possamos nos comunicar, a ponto de aprendermos finalmente a arte de amar. Este é o essencial. Este é o fundamento de toda uma existência - **O Amor**.

“Vossos filhos são vossa força e vossa liberdade” (Kalil Gibran Kalil – “O Profeta”). Bebês de todo o mundo sabem



Minha filha, com sete dias de vida (sapatinho vermelho para “dar sorte”, segundo sua avó materna)

demonstrar o essencial através do seu profundo silêncio “aparente”, dando a quem procurar entender a chance de se libertar do que é menos importante, dos supérfluos da vida, e **livre**, tornar-se mais forte para as conquistas dos seus ideais mais intensos, como a felicidade e a satisfação íntima.

Mamãe, não se negue à chance de me compreender, de me ouvir! Pare, perceba, pense, observe bem, que o seu instinto natural lhe indicará o que é importante, no exato momento para nós. Com carinho, ...Seu Bebê.

Apresentação do bebê

Sabem, vocês nem imaginam como a minha cabecinha está cheia de idéias fantásticas! É que normalmente as pessoas grandes pensam que bebê só sabe chorar, dormir, comer e sujar a fraldinha. Lamentável!...

O problema é que não se dão ao trabalho de olhar e perceber que dentro da nossa cabecinha muita coisa pode acontecer, como por exemplo, pensamentos profundos e muito importantes para toda a família. Além disso, possuo uma verdadeira **determinação** em **insistir** na sua **concentração** nas minhas necessidades **básicas** de afeto; delicadeza e segurança.

Quando olho para você mãe, realmente me encanto com a oportunidade de nos unirmos neste sentimento de alegria e bem estar! Como é gratificante poder estar sob a sua proteção e ser estimulado no meu desempenho em trabalhar! O trabalho, que dignifica o homem, é também fundamental para nós, bebês, que precisamos construir um instrumento de manifestação da nossa vontade, que é o nosso corpo! Às vezes preciso de uma forcinha a mais para assimilar o seu leite, que continuamente está sendo produzido, pelo **prazer** em estarmos aqui! O fluxo do seu melhor produto de vida!

Com esta chance de me manifestar por meio de “**pala-vras**” (e não só como sempre tenho feito e poucos percebem,



pelo olhar ou pelas minhas incríveis manobras de me espreguiçar e fazer carinhas lindas), vou tentar explicar a quem puder me compreender o que **realmente** importa a um bebê.

Muito simples – Ser feliz! Não é o que todo mundo quer? Só que todos nós temos também deveres a cumprir na vida.

Meu dever fundamental é **crescer** e me **desenvolver** (crescer fisicamente em estatura e peso e me desenvolver em relação à intelectualidade, psicologicamente, e em todos os aspectos de um ser humano completo).

Para que isso ocorra **na-tu-ral-men-te**, isto é, progressivamente, sem obstáculos ou mais dificuldades além das que já existem pelo meu próprio nível de evolução (cada bebê sabe de certas coisas diferentes dos outros, ou já aprendeu mais, ou menos. Por isso temos dificuldades muito características de cada um, em particular. Voltaremos a este assunto mais tarde...) é preciso que você, mamãe... **Olhe para mim!**^{*21} O que você vê? Um



Meu filho, com quatro meses

serzinho, de cabeça proporcionalmente maior do que deveria, em relação ao corpo que tem, de pernas tortas, que não fala, não anda, às vezes careca, barrigudinho, sem dentes, que não para de se mexer a todo instante... É realmente interessante...

²¹ Obs.: As referências com asteriscos são correspondentes, respectivamente, ao “Olhar da pediatra” subsequente.

Principalmente se você imaginar que eu possa ser um adulto em miniatura! Acontece que isto eu realmente não sou! Não sou uma “miniatura”, mas sim uma potencialidade do que possa ser um adulto (física e mentalmente). O que significa isso? Ora, é só você olhar bem fundo, dentro dos meus olhos, e ver o principal, que logo você entenderá tudo. Trago dentro de mim, ainda para se desenvolver, a chance de uma vida inteira de novas descobertas, novas esperanças, novas expectativas, com a certeza de que tudo está sob controle. Seja como for, estou vivo, nos seus braços, sob seu olhar, solicitando de você apenas que me compreenda, que me aceite do jeito que sou, e que me envolva no seu carinho e na sua paz, dando-me todo o seu amor! É o que preciso...



Por isso, tente enxergar o resto, através de sua percepção e sensibilidade ainda em formação também, pois estamos em plena fase de adaptação.

Não se angustie** com coisa alguma, por favor! Isso só levaria a uma dificuldade a mais na nossa harmonização, e eu poderia ficar muito agitado...



Meu filho com três meses

Bebê é mesmo muito sensível... Para que eu possa crescer e me desenvolver de uma forma saudável, procure me dar essa certeza de que você me entende mais do que ninguém, que está sempre comigo quando eu mais preciso, quando me assusto, quando estou inseguro ou quando sinto saudade de você! E logicamente procure me dar esse “**algo**” maravilhoso que é **o seu amor sob a forma**

de alimento – o seu leite!

te!*** Quando um bebê cresce e se desenvolve de uma maneira saudável e esperada, isto significa que foi bem compreendido e bem tratado. Você será recompensada pela minha alegria e tranquilidade, além da satisfação e aproximação que nos en-

volverá a cada dia, de uma forma cada vez mais intensa e confiável! Enquanto puder e enquanto você quiser me ouvir, estarei tentando melhorar esta nossa comunicação. Espero sinceramente que possamos alcançar a nossa satisfação, **cada um a seu modo.****** Com carinho,... Seu bebê.



Minha filha, com três meses

Olhar da pediatra II

Olhar para um bebê*requer atenção, equilíbrio, vontade. Para que isso ocorra, precisa-se de uma situação toda especial, como por exemplo, uma parada no tempo.

A mudança de hábitos higieno - alimentares (considerando-se “higiene” não só a física, como também de pensamentos) pode ser proposta como tratamento, com a reavaliação do estado emocional da mãe, perante as mudanças da própria vida. O fato de “a mãe precisar” ficar calma**gera uma grande ansiedade, principalmente se estiver em ambientes de “stress” constante.

Para que a lactação se processe com pleno êxito, podemos estimular***a produção láctea e auxiliar nas dificuldades maternas.

Um equilíbrio individual****precisa ser conquistado de acordo com as características específicas de cada ser, de acordo com a idade e a individualidade. Porém, com uma integração completa, gerando o equilíbrio harmônico de dois seres em sintonia.

Comunicação

É difícil ensinar a um adulto que só pensa em formas tradicionais de comunicação (como a escrita e a falada) a compreender a sutileza e a magia que envolve todo e qualquer esforço de expressão de um ser. Nós, bebês, estamos incluídos neste grupo, com muita satisfação, pois mágica é algo que criança entende e aprecia bastante. Longe de ser ilusão, é a mais pura realidade, o fato de um ser se expressar pelo seu comportamento ou pela sua manifestação de vida.



Meu filho, recém-nascido.

Se os meus olhos estão **sem o brilho costumeiro, isto** significa que alguma coisa está acontecendo... E que não é muito agradável. Criança adora a vida e leva no seu olhar todo o encanto que a vida possui. A falta desse “brilho costumeiro” já manifesta uma modificação, e principalmente uma **necessidade**: de mais **atenção**.

Mãezinha, é muito importante para mim a sua compreensão!

Se eu estiver agitado, mal-humorado ou chorão, não é porque sou difícil ou teimoso, mas porque, de alguma forma, preciso chamar a sua atenção para a minha necessidade mais urgente: a sua **ajuda!**^{*22}

Soluções se fazem precisas, em certos momentos, para que a tranquilidade possa permanecer em nossas vidas. Para encontrá-las, treine mais a sua observação, e me entenda! Não é só por fome que eu choro! A comida é uma das minhas necessidades, mas não é tudo o que eu preciso.

Bebê acostumado com bons cuidados, até se incomoda com uma fraldinha molhada ou um arzinho a mais no estômago que precisa expelir, mudando de posição.

Outra coisa que incomoda é a agitação. Entenda bem – não é o barulho ou a brincadeira de outras crianças. Adultos

²² Obs.: As referências com asteriscos são correspondentes, respectivamente, ao “Olhar da pediatra” subsequente.

mesmo, causam grande agitação, porque se esquecem de quanto é importante viver bem a vida, com calma! Nesses casos, procure se acalmar, que eu também me acalmarei.

Aprendo muito bem com você, tudo o que me ensinar. Cante para mim (adoro ouvir a sua voz! Já a conheço muito bem...). Coloque a sua música preferida para que eu também a ouça (mas, de preferência, a mais tranqüila...). Peça para alguém conversar com as visitas um pouco, para que você possa relaxar...

Uma vida bem vivida é aquela aproveitada nos seus mínimos detalhes, sem abusos ou incoerências, porém com muita simplicidade, indo fundo na pesquisa das suas peculiaridades. Quando se aprecia o que é bom, não se tem espaço nem vontade para qualquer coisa diferente.

Isto não é só um ponto de vista. É, sim, a explicação, da maneira mais direta, de se chegar à magia, propriamente dita, de um “diálogo” com um bebê. Falo diálogo por não ser só uma conversa unilateral, porém uma atitude específica de troca de sensações e experiências. Não me diga que você acha que não tenho nada para lhe ensinar!...



Meu filho, com dois meses, brincando no chão.

Por eu ser pequenininho não significa que não seja esperto! Bem astuto e bem crítico, por sinal... Tudo bem, não tenho a intenção de ser pretensioso... Porém o que quero dizer é que, nem eu mesmo sei como, as mães aprendem muito com a nossa pouca preocupação, pureza e objetividade. Normalmente vamos direto ao assunto, sem rodeios ou disfarces.

Se quisermos carinho, é só com **carinho** que ficaremos



Meu filho, com medo de tomar banho, tenso, com as mãos apertadas

em paz! Nem que este carinho seja dado rudemente sob a forma de uma chupeta ou mamadeira, mas... Não somos tão exigentes... Aceitamos.



Agora se você, mamãe, se esforçar um pouquinho mais e tentar me compreender, verá que, se não está na hora da minha alimentação, por ter pouco tempo que mamei ou se não estou com nenhuma alteração na minha higiene pessoal (fraldas em estado precário de apresentação ou mesmo falta de um bom banho, que adoro que seja dado na hora rotineira!...); se não estou com sono ou doentinho (resfriado, com dor de ouvido**, com cólicas, machucados, etc.), então só posso mesmo é estar querendo esta sutil magia da sua dedicação em me fazer bem! De que forma? Ora, as mães sabem instintivamente como acariciar um bebê...

Só aquelas que **não acreditam** é que se sentem incapazes de fazê-lo. Bobagem! Ninguém melhor do que **você**, mamãe, para me compreender, e isto acontece como um passe de mágica – é só você querer sinceramente, de coração, com toda a sua perspicácia e boa vontade.

Coisas incríveis podem acontecer se nos comunicarmos plenamente, intensamente, repetidamente, como por exemplo, eu poder lhe agradecer tanto amor com a minha segurança e paz, e me desenvolver, aproveitando todo o meu potencial, crescendo com a harmonia de um ser saudável. Vamos tentar?

Seu bebê.

Olhar da pediatra III

Estas necessidades urgentes que o bebê sente* podem muitas vezes ser manifestadas através de sintomas como diarreia, vômitos ou simplesmente agitação e choro intenso, por grande ansiedade ou cólicas comuns ao recém-nascido. Às vezes, ocorre o aprofundamento da dificuldade**, gerando conflitos internos mais sérios, provocando até mesmo doenças infecciosas, como otites ou amidalites (dor de ouvido ou garganta, podendo se manifestar com febre).

Alimentação

Quando você não souber como me alimentar, é só usar todo o seu carinho e me apertar bem juntinho do seu peito, de preferência com o menos de obstáculos e roupas possível, que logo, logo o milagre acontecerá... O melhor, mais completo, mais rico alimento que um bebê já pôde imaginar em ter, sairá prontinho, na temperatura certa, na quantidade certa, com aquele padrão de qualidade (proteínas de fácil digestão para mim, imunoglobulinas para minha defesa, vitaminas e sais minerais para proporcionarem mais força e disposição para o meu crescimento, água para acabar com a minha sede, carboidratos nas proporções certas, para que eu não perca a minha elegância, além do carinho e proteção inigualável que só o seu aconchego e dedicação, numa produção inédita e personalizada podem me oferecer...) e um sabor... Hum!...

Super especial, diretamente da mesma “fábrica” que me produziu!... Só poderia ser mesmo uma continuação da minha própria formação.



Meu filho mamando, ainda na maternidade (18/09/1998).

Aliás, como já observei, para cada ser existe uma “fonte” de alimentos especial, assim: o bezerrinho tem o leite da vaca; o cabritinho, da cabra; o potro, da égua; o cachorrinho, da cadela – cada um do seu jeito.



Minha filha mamando, ainda na maternidade (03/04/1980).

Acontece, porém, que gente grande normalmente complica as coisas mais simples. É por isso que se torna necessário lembrar certos “macetes” essenciais para o nosso bem estar e de toda a família...

Antes de me amamentar, procure um lugar sossegado, onde você possa sentar com as costas e os braços apoiados, para não se cansar. Relaxe... Se eu estiver impaciente, **me acalme**... Desculpe-me por isso, mas é que ainda preciso demais da **sua** paciência, da **sua** tranquilidade, da **sua** atenção, para que eu possa compreender que não estou sozinho e que sou muito... **“amado”**.

Leve-me ao seio, depois de me acalmar, colocando-me com a barriga encostada na sua (para que eu fique com o corpo retificado, a cabeça bem de frente para o seio, e o corpo colado ao seu). No momento em que eu estiver com a boquinha aberta, leve-me ao seio, para que eu possa sugar a maior porção da parte escura da aréola, e não lhe machucar. Esta não é a minha intenção, mas às vezes isso acaba acontecendo, por eu sugar apenas o bico do seio e por não saber que não é aí que fica o leite (e sim mais para trás, em reservatórios especiais).

Não me deixe fazer barulhos ao mamar... Isto acontece por eu estar engolindo ar, quando a minha cabeça está escorregando de perto do seu seio, ou quando não consegui pegar o bico do seio com a firmeza necessária.

Coloque o seu dedo mínimo no cantinho da minha boca e puxe só um pouquinho para o lado de fora, que eu vou entender que é para soltar, sem lhe machucar. Em seguida poderei me posicionar com mais “etiqueta”.

A liberdade é ótima, e nós recebemos de presente, quando nascemos, a chance de escolher o que queremos. Assim sendo, por favor, deixe-me mamar sempre que precisar ou sentir vontade! Porém mamãe, se nós ainda não estamos acostu-

mados um com o outro, me ensine a ser bem educado desde já, auxiliando-me a ter um mínimo de ordem para fazer o meu trabalho! Posso correr o risco de me perder em plena atividade, e querer mamar a todo instante, por pura ansiedade! E quando isto acontece a um bebê... Ai meu Deus!... É terrível! Além de não ficar satisfeito, posso ficar com dores de barriga (cólicas), pois o meu intestino ainda é imaturo, e cada vez que mamou, ele quer esvaziar... Ficarei irritado e você pensará que estou com fome!... Não conseguirei mamar neste momento, e você poderá pensar que não gosto do seu leite! Ou que ele (o seu leite maravilhoso e especial, que tanto preciso!) não está me alimentando!... E não é nada disso!

Se você, por exemplo, me der uma mamadeira, como última opção de acertar, aí é que tudo se complicará mais...

No momento inicial, ficarei quietinho por causa da novidade. Será muito mais fácil sugar o leite da mamadeira, sem fazer tanto esforço e a minha barriguinha ficará logo cheia. Porém depois... Como poderei fazer a digestão desse leite tão diferente? Por que não me dar o leite que foi **feito para mim**?

Por estas e tantas outras coisinhas, mamãe, calma... Relaxe... E vamos fazer tudo em ordem.

Para me acalmar, primeiro de tudo, **olhe para mim**!

“Consciência é para ser usada sempre”. Li isto em algum lugar... Inicialmente não compreendi... Achei até bobagem, sem sentido. Agora, na prática, é que vejo como é importantíssimo estar plenamente consciente do que estamos fazendo, para conseguirmos escolher, e nos satisfazer com a opção do momento. Mesmo que depois mudemos de idéia! Saberemos, com toda a certeza, que aquela escolha inicial foi nossa, sem estar sendo influenciado pela opinião de ninguém mais, utilizando a nossa própria liberdade de resolução, decidindo o que devemos fazer, sem regras preconcebidas ou julgamentos arbitrários.

Que complicação! É..., até parece... Porém, no momento que alguém interfere no nosso relacionamento, mamãe (meu e seu, mesmo que seja sem o propósito), para “ajudar”..., aí sim é que complica... Por mais bem intencionada que seja a pessoa, não percebe que está desrespeitando uma oportunidade única de **entendimento** e **constatação** do verdadeiro sentimento que nos une.



Eles só querem nos auxiliar... Todos eles! Papai, vovó, vovô, tias...

E não sabem como! Também não conseguem, muitas vezes, controlar a própria ansiedade, pela felicidade de estarem me vendo mamar! Às vezes atuam em situações..., que **precisam** ser **só nos-sas**, entende?



Tia Nieta (tia Antonieta), tia Hilda, tia Floripes, papai, com a Melissa no colo (minha sobrinha), mamãe e eu, com minha filha (1980).

Ao lado, meu filho, observando e refletindo sobre o assunto...

Estes bebês percebem tudo!

Compreenda esta dificuldade, mamãe, e ao invés de se confundir, procure se **concentrar** no seu principal propósito – me amamentar. Tudo irá se acomodar...

Só pelo simples fato de me olhar nos olhos, você já estará me ajudando a registrar aquele “segundo na eternidade”, catalogando aquele momento único, no meu arquivo de memória. Ficará para sempre marcado como algo especial, digno de nota. Alguém



que se importou comigo, com a minha opinião, com a minha dificuldade, e quis mudar o rumo da história para algo melhor, mais interessante, prazeroso!... Que pretende, pelo menos, me dar um pouco de paz! Pergunte-me o porquê de tanta agonia, mas com sincera vontade de me compreender, ouvindo, com o seu “sexto sentido”, o que estou lhe dizendo, dentro dos meus olhos... Lógico que valerá a pena prestar atenção no que você está me dizendo (pensarei...). E, quem sabe..., até poderei aprender alguma novidade... Aí sim, experimentarei mamar novamente... Converse comigo, diga-me o que você quer! Este silêncio profundo, olhando-me nos olhos, que parece penetrar no íntimo do meu ser, auscultando a maravilha da **sua** essência,



expondo os **seus** mais íntimos desejos e aspirações, é exatamente o necessário ao nosso entendimento.

Agora sim, depois de me acalmar, leve-me ao seio e verifique se estou mesmo mamando... Muitas vezes, o fato de ter conseguido o que eu tanto queria, é tão admirável e me faz tão bem, que acabo dormindo!

Se eu dormir, me acorde! Ajude-me a não me distrair, pois esta hora é muito importante – é a

minha refeição, e dela depende o meu crescimento saudável, a minha tranquilidade e satisfação.

Quando notar que dormi novamente, faça cócegas no meu pezinho ou na minha bochecha.

Levante-me um pouquinho e dê uma sopradinha no meu rosto, sem me assustar, é claro (não se faz isso a um bebê...), ou me dê uma chance, rapidamente, para que eu possa regurgitar (esse ar que às vezes engulo me incomoda e não posso continuar a mamar antes que ele saia da minha barriguinha...).

Se já mamei o quanto queria (até ficar totalmente satisfeito...) fico com sono, cansado. Depois de tanto esforço, às vezes ainda tenho um tempinho para lhe dar “aquele” sorriso de satisfação e agradecimento pela benção de um alimento tão reconfortante!...

E depois, já estarei, também, garantindo a próxima mamada!

Esvaziando uma das mamas, estimo a produção de uma “mensagem” para o seu cérebro (os hormônios, é claro...), pedindo para a glândula mamária fabricar mais leite para mim! Enquanto isso... Mamo na outra!

Na próxima mamada, comece a me dar o seio que mamei por **último**, pois foi esse que mamei **menos** (só para completar o “nível” do combustível..., de acordo com a minha capacidade gástrica), e que precisa ser totalmente esvaziado desta vez. Não se preocupe se não sair leite – eu mamo mesmo assim, e da próxima vez, o leite já virá com mais facilidade.

Se quiser me amamentar deitada, tudo bem... Só que, não se esqueça, bebê novinho tem pouca prática para engolir.



Além disso, os nossos ouvidos têm mais facilidade de se comunicar com a garganta. O conduto que liga os dois (ouvido e garganta), é mais retificado do que nos adultos, facilitando esta comunicação. Vai ser preciso levantar um pouquinho a minha cabeça, para que o meu ouvido não doa depois. Corremos o risco de sermos dificultados, no nosso esforço de alcançarmos sucesso na amamentação, por um fungo (*Candida albicans*) que faz surgir o “sapinho” na minha boca, algumas “assaduras” no meu bumbum e, às vezes, até rachaduras no seu seio, mamãe... Fique atenta para logo no início que isto ocor-



rer, procurar ajuda! Sempre que possível, limpe a minha boca do excesso de leite e observe os seus cantinhos, para ver se não estou com alguma manchinha branca na bochecha.

Quando eu estiver com as fraldinhas molhadas,

limpe as minhas “dobrinhas” com água (de preferência, a água limpinha lá de casa, que você leve num vidrinho fechado, na sua bolsa...) antes de me trocar. Nos seus mamilos, passe um pouco do seu próprio leite, após as mamadas, para lhe proteger. E não se esqueça – para mim, você é a melhor mãe do mundo! O seu leite é o melhor, e é ele que eu quero! Agora, se você por algum motivo muito especial, não pode mesmo me dar o seu leite, não se preocupe... Existem outras maneiras de se alimentar um bebê, nesses casos... Atualmente é bem mais fácil, pois

já existem “leites” que “procuram imitar” o leite materno. São as fórmulas lácteas – leites da vaca, de cabra ou de soja, preparados especialmente para bebês, de acordo com as suas idades e necessidades. Devem ser dadas, por orientação de um pediatra, caso necessário, **sempre após** cada mamada. Isto, para que eu não perca a minha chance de conseguir mamar pelo menos um pouquinho!...

São utilizadas para complementar o que, por algum motivo, eu não conseguir mamar diretamente nos seus seios, sem obstáculos e de maneira natural. Se isto acontecer, use um co-



pinho para que eu aprenda a me alimentar sem prejuízos. Não sou um gatinho, porém semelhanças são meras coincidências... Bebo tudo direitinho! É só ter um pouquinho de paciência... Os bicos diferentes que as pessoas inventam, são interessantes..., mas não são naturais! E o pior!... Não são... **“a minha mãe”**! Eles me confundem... Fico sem saber direito o que fazer... Se



devo me esforçar e mamar, ou se devo gritar e esperar que me dêem uma mamadeira ou um bico de silicone...

Mamãe, eu não sou um relógio, mas gosto muito de ter uma

rotina – fico até esperando a hora de tomar banho!

Por isso, procure fazer um horário para mim, que muito irá me ajudar e me deixará mais seguro, quanto às coisas que



não conheço. Comece o meu dia cedo, com uma boa mamada! Vá seguindo de acordo com a nossa necessidade e vontade (as mães sempre sabem a hora...). Mas se eu estiver dormindo demais (mais do que

três horas durante o dia) ou estiver muito preguiçoso para mamar, me anime, mexendo com as minhas perninhas.



Faça exercícios comigo, mostrando os limites do meu corpo, virando-me pra lá e pra cá, colocando-me de bruços no chão (forrado com uma colcha ou edredom), para que eu possa fazer “abdominal”. Os exercícios me auxiliarão a melhorar a musculatura e também o funcionamento do meu intestino.



Mas só me deixe de bruços acordado! Dormindo, não me deixe nesta posição – é melhor que eu esteja com a barriguinha para cima, até que eu desperte e me anime para mamar.

Às vezes sinto preguiça, como é natural, e posso não conseguir me levantar, ou me mexer, do jeito que gostaria... Se você notar esta dificuldade, me ajude!

Troque-me de posição... Depois tento fazer abdominal



novamente...

Nos dias em que eu não aguentar esperar, e começar a Chorar, lembre-se de que bebê não chora só de fome. Posso chorar porque estou molhado, com frio, com sede, com sauda-

de... Ou mesmo porque preciso levantar um pouquinho, só para que “aquele” ar que engoli possa sair. Procure sempre me atender, pois carinho nunca é demais.

Coloque-me novamente para descansar ou para brincar logo que resolver o meu problema! Não preciso ficar só no colo...



Posso, e devo aprender a ficar bem tranqüilo e bem educado.

Após a meia noite, preciso dormir, ou pelo menos aprender a ficar bem quietinho, pois é isso que se costuma fazer à noite, não é? Ainda não me adaptei ao ritmo da casa, de dormir à noite (afinal de contas, dentro da sua barriga, mamãe, as horas não tinham muito significado para mim...). Acontece que é essa hora que eu mais estranho, pois todos em casa ficam tão quietos... Preciso ter a certeza de que estão comigo. Por isso choro e você pensa que é fome...

Ajude-me a me acalmar, troque a minha fraldinha, me dê um abraço, converse comigo e logo ficarei mais calmo... Aos poucos irei me acostumando e aprendendo que preciso dormir neste horário. À noite também ocorre algo interessante... Como você está menos preocupada, mais relaxada, as suas mamas se enchem de leite com mais facilidade (lembra que é preciso relaxar e ficar satisfeita para aumentar, pelo cérebro, a produção do hormônio que estimula a fabricação do leite pela glândula mamária?). Mas isto não significa que você ou eu precisemos trocar o dia pela noite!

Tudo é uma questão de disciplina, em relação ao que desejamos fazer. E eu, não se esqueça, estou aqui para aprender com vocês, tudo e qualquer coisa que me ensinem!

Sou um ser inteligente, ávido de conhecimentos, aspirando à apreensão do máximo possível de estímulos e sensações, com neurônios capazes de se multiplicarem de acordo com a necessidade e requisição do momento.

Ensine-me tudo o que for bom para todos nós, que eu não só aprenderei fielmente, como também lhe agradecerei pela sua dedicação, com a minha confiança e respeito.

Educação

Sem educação é aquele que “**não se educa**”. De uma forma ou de outra, mais cedo ou mais tarde, **temos** que, um dia, de qualquer maneira, queiramos ou não, inevitavelmente... que **nos** educar!

Isto porque é assim que as coisas são – é a Lei da vida.

Injustiça? Não... Sabedoria...

A grande, poderosa, irresistível, inquestionável, e inúmeros outros adjetivos, sapiência Divina.

É nesta paz, nesta segurança e admiração, respeito e consideração às belezas da vida que iniciamos hoje o nosso estudo sobre educação. Não poderia ser diferente, uma vez que, para um bebê, falar de coisas que ele não pode nem sequer imaginar, ficaria perto do impossível!

Querer explicar o inexplicável..., o possível faz-se agora; o impossível é apenas algo que demora mais um pouco...

Uma vez admitindo que estamos



Meu filho

seguros (assim como se considerarmos o colo da mamãe, ou o olhar carinhoso de alguém que nos ama), podemos raciocinar sobre o tema, sem riscos de nos envolvermos na ansiedade e preocupação costumeiras dos adultos que **não entendem** que tudo está sob controle!

Não existe perigo iminente ou risco de vida para ninguém. Apenas o que pode existir é um pouco mais de espera, um pouco mais de paciência e resignação para se aguardar a próxima chance.

O fato de não querermos ser educados, só nos faz sofrer e perdemos as oportunidades que temos de aproveitar integralmente o nosso potencial. Alguém que não queira agir de acordo



Minha filha e eu

com as “regras do jogo”, não pode jogar! É por isso que existem os **limites**. Não são simplesmente arbitrários e sim baseados num consenso e no respeito mútuo.

Se nós queremos ser livres ou chamar a atenção, que o façamos sempre que quisermos, sem que isto afete o direito de outros fazerem o mesmo, e nós **compreendermos** e **aceitarmos**.

E mais: se não sabemos fazer alguma coisa direito, que **aprendamos** a fazer, para fazê-la **bem feita**.





*Minha filha*²⁴

Mãezinha querida, que tanto gosto e admiro! Você não imagina como é importante para mim a sua **firmeza e determinação** em me educar, quando estou distraído ou teimando em me desviar do ideal dos bebês!

Para quem não sabe ainda qual é o ideal dos bebês, vou explicar: é **crescer** e se **desenvolver** de uma maneira **saudável e integral***²⁴. “Ser feliz” é uma maneira bem esperta de se conseguir este ideal mais fácil e agradavelmente. E para isto, só mesmo na sua companhia, com a sua ajuda e participação intensa nas minhas tentativas.

Não se anule! Não me deixe só! Se você se cansar ou perder a sua paciência, eu perderei a minha confiança e talvez até o respeito por você! Como alguém pode acreditar num ou-

²³ As fotos anteriores e as fotos a seguir sem referência são de meus dois filhos, alternadamente.

²⁴Obs.: A referência com asterisco é correspondente ao “Olhar da pediatra” subsequente.

tro alguém que não **faz** o que **diz**, ou que não demonstra o que sente? O seu **exemplo**, me indicando o que deve ser melhor, **fazendo** o que deve ser feito por mim, é fundamental!

Às vezes você, mamãe, e todos os que no momento estão mais próximos de mim, não têm a possibilidade de me ajudar a **me educar** como eu desejaria... Mas com certeza sei que **sempre** existirá **alguém** que me auxiliará no momento necessário, com muito amor – não se preocupe.

Quando você me negar alguma coisa, por favor, saiba o “por que” de estar negando, pois se você souber realmente, não precisará dizer mais nada, a não ser um “**não**”, com toda a sua



autoridade moral, para que eu compreenda seu amor por mim. Dizer não, também é uma forma de amar, às vezes até mais importante e necessária. Porém não se esqueça de me ensinar o que **pode** ser feito. Dê-me uma idéia, neste momento, do que eu possa fazer para ficar satisfeito.

Coragem! Eu venci o parto e nós podemos vencer um mundo de “problemas imaginários” (pois não passam de fatos por nós **ignorados**) se estivermos bem **sintonizados** um com o outro, e os dois juntos no que há de mais belo e reconfortante em nossas existências, que é o **amor**. Tudo se consegue com amor. Só precisamos nos esforçar um pouquinho mais.

Te amo, mamãe... Confio e espero por você. Seu bebê.

Olhar da pediatra IV

O crescimento e o desenvolvimento saudáveis e integrais* são extremamente difíceis de conseguir quando nos sentimos penalizados, com dó, ou encaramos o bebê como alguém impotente e “coitadinho”...

Não é por ele ser fisicamente frágil e dependente que iremos mimá-lo, com excesso de cuidados, exagero na remoção de dificuldades, sem medidas do supérfluo, tendendo a facilitar o abuso, através de preocupações incoerentes. A **seriedade** perante uma situação de indisciplina deve ser mantida e a **disciplina** frente a um ato de rebeldia precisa ser incentivada e exercida. Porém, precisamos agir com **serenidade**, **compreensão** da situação e **segurança** no que estamos realizando. Os bebês normalmente são bem espertos, e inteligentes o suficiente para manipularem a fragilidade dos adultos em se sentirem culpados pelo que quer que seja. Como as dificuldades existem, e não são fáceis de serem modificadas de imediato, urge a



necessidade de nos adaptarmos a elas, sem sofrimentos, sabendo administrá-las da melhor forma possível, isto é, modificando o que tivermos possibilidade, com carinho, dedicação e esforço próprio, usando a criatividade, em muitas situações.

Alguns bebês encontram grande dificuldade em se adaptar ao esquema das mamadas em horários possíveis, uma vez que não é viável mamar sempre quando ele queira! O respeito e a compreensão devem existir para ambos, e cultivados. A

“livre demanda”, é considerada como o padrão ideal, no início da amamentação, deixando-se o bebê mamar sempre que ele demonstrar, de alguma forma, que quer mamar. O bebê reclama com um gemido a mais, e a mãe oferece o seio, para que se crie um maior vínculo entre os dois. Porém, mãe e filho às vezes não conseguem se entender... A dificuldade pode ocorrer pelo trabalho materno, estudo, ou mesmo por locais indevidos em que ambos se encontrem para terem um contato mais íntimo. Nem sempre, entretanto, é possível para eles se encontrarem em situações de silêncio ou calma ideais... O bebê, nestes casos, pode apresentar alguns momentos de agitação, devido à sua inconformidade. Uma verdadeira intolerância a ser interrompido em suas mamadas, ou até mesmo observado, pode ser manifestada através de olhares um tanto quanto indiscretos e inquiridores, pelo pequeno, como se estivesse perguntando às pessoas se não notam que estão atrapalhando a sua refeição!

Ele para, e olha para a pessoa que fala no momento em que ele está mamando... A consequência pode ser o aparecimento de episódicas evacuações explosivas, aumento do volume abdominal, dor abdominal intensa, que melhoram com a eliminação de gases (cólicas), após as mamadas, com fezes amareladas e líquidas. Como melhora dos sintomas do bebê, o esperado é um volume abdominal diminuído, com fezes pastosas normais à idade e maior tolerância na espera das mamadas.





A **adaptação** à nova situação de vida, com **calma, bom humor, felicidade**, porém sem indiferença ou prostração, apesar do cansaço natural e compreensível, é o objetivo, neste momento.

Afinal de contas, uma mudança nas bases da família, com a aquisição de um novo membro, requer não só boa vontade de todos os envolvidos no contexto familiar, mas também **atitudes** de verdadeiras mudanças comportamentais. Em certos momentos, apesar da boa disposição de todos, não se consegue modificar o contexto de vida, de imediato. Às vezes ocorre o retorno dos sintomas. A preocupação materna aumenta com a impossibilidade de modificação da situação problemática rotineira, em que se encontram envolvidos.

Caso não sejam alteradas as condições, precisamos rever as dificuldades e encontrar soluções imediatas, possíveis de satisfazer o desejo principal. Com certeza **existem** tais soluções, e a modificação, seja ela qual for, conquistará a tranquilidade para toda a família (“mudança de hábitos higieno-alimentares” – Samuel Hahnemann, Organon da Arte de Curar).

Também podem ocorrer dificuldades de acomodação, por alguma indisposição física materna. Apesar de regimes, de dietas alimentares serem instituídos para a mãe, como a abolição de con-



dimentos (cebola, alho), pão, refrigerantes, pode-se, ainda assim, não obter êxito.

A extinção do problema da cólica e insatisfação mútua, com uma boa adaptação aos horários das mamadas, **poderá** ser alcançado e **deve** ser não só **desejado** como **cultivado**. Tais horários se fazem compensatórios **espontaneamente** pelo bebê, nos momentos de maior **tranqüilidade** materna, como por exemplo, ao anoitecer (18h: 00min. às 19h: 00min.), ou durante a noite, podendo durar por um período longo e extremamente gratificante para ambos.

A felicidade

A felicidade está dentro de nós. É preciso encontrá-la. Para que isso aconteça, temos que procurá-la... Não se procura felicidade com desânimo, pouca vontade, sem determinação. Lógico, pois não a encontraremos dessa forma.

Os bebês, normalmente como todas as pessoas, adolescentes, adultos e crianças, são felizes por



**Dizem que pelos meus olhos
Digo tudo sem falar
Na alegria que hoje retrato
Você pode comprovar**

natureza. Só que alguns não sabem disso...

Ser feliz é viver intensamente um **momento**, ou vários momentos, com todas as suas energias, com toda a sua sensibilidade, com toda a sua vontade, sentindo-se por isso totalmente realizado, sem necessidade de absolutamente mais nada naquele instante, parecendo até que não dá para suportar tanto



bem dentro de si mesmo, ao mesmo tempo! É quando não encontramos palavras para identificar o que está acontecendo, pois só com toda atenção fixada no “minuto” que se alonga por uma eternidade inteira é que se consegue expressar no olhar^{*25}, ou com um sorriso, ou com um suspiro profundo e restaurador das forças, o que realmente se sente...

A todo instante isso pode acontecer. Só que nós não acreditamos nisso e duvidamos, na maioria das vezes, de toda a beleza que está à nossa volta. O brilho do sol, o ar, as estrelas, as flores, a chuva, o vento, o mar, tudo no seu lugar, em ordem, belos, o máximo da perfeição! Porém paramos para prestar atenção no que não importa absolutamente, que é o que **não** nos agrada!

²⁵ Obs.: As referências com asteriscos são correspondentes, respectivamente, ao “Olhar da pediatra” subsequente.

Ilusão? Sonho? Falta de realidade? Como dizer que é fic-tício o que hoje senti ao abrir os olhos para mais um dia? Posso até ter sentido a minha fraldinha molhada, o meu narizinho entupido ou um vazio terrível na minha barriguinha, uma sen-sação de abandono iminente como se ninguém se importasse comigo... Porém não posso negar que foi maravilhoso poder enxergar a luz, poder respirar energia pura através do ar, poder mexer o meu corpinho de acordo com a minha vontade – tudo bem, ainda não sou muito “craque” nisso, mas já consigo pelo



menos espreguiçar... E apesar de todas essas vantagens, fui logo prestar atenção no que me desagradou... E chorei, chorei muito mesmo, deixando todo mundo preocupado, aflito, pela minha impaciência e falta de compreensão.

Se eu pelo menos pudesse falar (pensei...) **, diria para a mamãe que isso é um absurdo, que não se deixa um bebê ao abandono desse jeito, sem se importar com o que ele possa estar pensando!!! Porém nem parei para perceber que a minha mãezinha querida, que tanto me ama, estava ao meu lado! Atenta, carinhosa, cheia de amor para me dar, produzindo mais leite para mim nas suas glândulas mamárias, preparando as minhas fraldinhas secas e limpas, permanecia ali, ansiosa para me ver sorrir. Ou apenas abrir os meus olhinhos e lhe demonstrar um pouco que fosse do meu agradecimento pela sua existência ou pela minha própria vida! É uma questão de opção – sentir o que nos faz **bem**, ver o que é **saudável**, ou o contrário. Só que às vezes isso fica tão difícil para um bebê, quase impossível, pela nossa inexperiência e falta de jeito em acertar, que precisamos terrivelmente de ajuda – da sua ajuda! Pelo menos temos a coragem de reconhecer... E é por isso que tanto nos inquietamos. Por favor compreenda, mamãe, que não sou nenhum ingrato ou ignorante – só sou carente do seu amor! Ora... Por que? Todos nós, bebês, fomos feitos para amar e sermos amados. Isto não é novidade. Acontece que eu ainda não sei amar direito. Preciso muito aprender! Só que penso em aprender exercitando **com você**. Você tem tudo que eu espero de alguém que possa me inspirar a **vontade** irresistível de seguir em frente, amando sem restrições nem preconceitos. Por que você? Porque foi quem me ajudou desde o início, quando eu ainda não tinha nem noção da minha própria vida, a me fazer prosseguir, a me dar condições de construir o meu corpo, a ter o necessário emocionalmente e psicologicamente de me sentir

gente. Por isso sinto-me tão seguro ao seu lado, tão feliz, tão valorizado! Não quero dizer com isso que precise ficar presa ao meu lado, de maneira alguma! Isso não seria bom para mim nem para você. Só acho extremamente necessário que você compreenda a **nossa** necessidade mútua de contato, dessa continuidade, dessa vida tão íntima e inseparável, na medida do possível. Sim, porque às vezes precisamos nos separar, naturalmente, e não se sinta culpada ou triste por isso. Também esta separação será motivo de amadurecimento e esclarecimento para ambos. Mas quando nos encontrarmos, que seja como uma explosão de felicidade, um amor tão grande e tão intenso que fará o período de separação parecer inexistente!

E será nesse instante que compreenderemos que maravilha que é viver e ser feliz! Nem nos importaremos com as dificuldades, e esta alegria nos impulsionará para um verdadeiro vôo até o mais alto para encontrarmos a beleza, a suavidade, a harmonia, a tranquilidade, a paz existente num relacionamento sadio e mais desenvolvido.

É disso que eu preciso – de paz, segurança, amor.

Se aparentemente sou tão sensível, às vezes sou muito mais vulnerável do que você possa imaginar! É que algumas ocasiões podem me levar



ao descontrolo, como por exemplo, se houver problemas em casa e eu notar algum tipo de insegurança “no ar”. Sabe o que é?... É que bebezinhos são influenciados pelo pensamento, pois captamos emoções e sentimentos melhor do que a mais potente antena parabólica! Eles refletem em nosso ser toda a energia existente no seu íntimo***. Se for bom, a reflexão será de paz e harmonia. Mas e se acontecer de se tratar de um bebê mais sensível do que os comuns como, por exemplo, os que apresentam **alergias** dos mais variados tipos? Se este bebê receber o tal pensamento não tão agradável na sua mente tão sensível e observadora, é bem capaz de desenvolver uma crise alérgica ou ter uma recidiva (recaída) de qualquer problema orgânico mais comum****, pela sua queda de resistência.

Aí entra a grande atuação dos que nos querem bem, para nos protegerem da falta de felicidade, da falta de paciência e da falta de calma! Como? Ora, mantendo em torno de nós um clima de serenidade e alegria.

Bebê precisa ser feliz! Bebê alérgico, mais ainda! Como conseguir ser feliz no meio de tanta dificuldade? Simples: procurando o seu equilíbrio através da **sua** auto-educação e **modificando-se**, para o bem estar geral. É você quem escolhe... Cuide bem de mim, mamãe!

Olhar da pediatra V

O olhar* expressivo de um bebê para a sua mãe é algo que muito significado possui, uma vez que o importante já está sendo dito a partir do momento em que este contato se faz. É neste momento também que, cientificamente comprovado pela Dra. Susan Ludington-Hoe no seu livro “How to have a smarter baby”, se consegue estimular o bebê a aprender o que lhe quisermos incentivar a atenção (Infant Stimulation-Proven ways to enhance your baby’s natural development). Nos momentos de maior atenção, o aumento da concentração pode provocar um aprendizado intensificado e significativo, com mudanças de comportamento perante certas situações, muitas vezes surpreendentes. Achamos que o bebê “não captou a mensagem” e , quando menos esperamos, ele nos devolve a resposta totalmente elaborada!



O bebê **pode** falar e **fala****a todo instante. De acordo com o Dicionário Brasileiro, falar significa exprimir idéias, emitir sons articulados. *Conversando Com O Bebê* é por isso mesmo uma catalogação desta fala, sem interpretação de sentimentos. Analisa a dinâmica das dificuldades de cada bebê, uma vez que, de acordo com as características individuais, as reações frente a cada situação podem ser diferentes.

O diálogo, porém, se processa no pensamento, nas manifestações de vida sentidas e vivenciadas pelos bebês em geral, a partir do momento em que os consideramos seres humanos conscientes e com vontade própria, por mais que esta vontade seja instintiva, uma vez que já possuem razão, inteligência e liberdade de escolha.

O fato dos bebês captarem emoções com tanta intensidade*** demonstra o imenso potencial energético que existe nestes seres iniciando a sua existência, ávidos por aprenderem o que houver de melhor, e tudo o que for possível ao seu alcance. Metabolizam, da forma mais rápida e eficiente, físico-quimicamente assimilando os estímulos externos que lhes são ofertados, como verdadeiras substâncias necessárias à vida.

Este mecanismo precisa ser compreendido para que possa ser auxiliado de uma forma positiva. Esta compreensão torna-se concreta a partir do momento em que o adulto esteja equilibrado o suficiente para dar a atenção necessária a este bebê, comunicando-se com ele, trocando idéias, aprendendo, dialogando, conversando... O quê? Como?

Um sábio da antiguidade já dizia: “Conhece-te a ti mesmo” (Sócrates, filósofo grego). Este conhecimento pode ser extraordinariamente intensificado através da vontade em promover uma mudança de hábitos higieno-alimentares, incluindo pensamentos e intenções, que podem ser reequilibrados e redirecionados para um modo mais saudável de vida.



Começando por esta conscientização, podemos direcionar qualquer diálogo, uma vez que temos um roteiro seguro do que desejamos para a nossa felicidade, para a nossa realização de vida e conseqüentemente para os outros. A nossa base será justamente a vontade de crescer e desenvolver, assim como os bebês nos demonstram a todo instante... O crescimento é mútuo.

A queda de resistência****é referente ao desequilíbrio, que deve ser evitado ou corrigido em tempo hábil, prevenindo alterações piores.

Conversando Com O Bebê... Mais tarde...

Para você que não me conhece, ou melhor, pensa que me conhece, mas na verdade se impressiona com o meu sorriso simpático ou com o meu “grande apetite”, fique sabendo que já tenho seis meses de vida e isso significa muito mais do que você pensa! Acontece que agora já não sou aquele bebê que “aparentemente” nada sabia... Agora já me expresso através de caretas conscientes, já sorrio para a pessoa certa, já posso, e preciso, fazer exercícios físicos, como por exemplo, “abdominais” (ficando de bruços já consigo levantar todo o meu tronco), que me deixam mais elegante e livre para escolher a posição melhor para ficar e o brinquedo mais interessante do momento. Além do mais, já cresci desde que nasci mais ou menos 30% do meu tamanho inicial e engordei mais ou menos 75% do meu peso inicial! Sabe lá o que é isso? Para todo este trabalho, preciso de muita “matéria prima” para fabricar mais san-



gue, que alimenta o meu corpinho, mais energia para movimentar meus músculos (já notou a força que já tenho nos meus braços, pernas e pescoço?), mais oxigênio para o perfeito trabalho das minhas células cerebrais (que estão me deixando muito inteligente) e musculares (que me deixam forte). Já estou mais amadurecido e capaz de metabolizar (transformar dentro do meu organismo) os alimentos que recebo (pelo amadure-



cimento das minhas células intestinais, renais, das células do sistema enzimático e glândulas em geral). Continuo dizendo para quem não sabe que não sou absolutamente um “adulto em miniatura”. O meu trabalho é intenso, e as modificações que ocorrem em mim são super dinâmicas e globais. Com tanto esforço assim, logicamente **preciso** me alimentar muito bem!

Se eu fosse fazer uma lista de tudo que preciso para este crescimento, certamente muita gente iria ficar preocupada... Eu sei como são estas coisas... Mas como um bebê inteligente e

esperto, “saidinho da fábrica” onde foi gerado, cheio de todo o exemplo de organização, eficiência e muito amor, como é o ventre materno – onde nada me faltava (do essencial, é lógico), sei que não há necessidade para ansiedade e sim para algumas **atitudes** muito saudáveis e recomendáveis para que nada me falte.

Inicialmente, preciso informar que a paciência e a calma são fundamentais, no meu caso. Desculpe-me a franqueza e a falta de acanhamento pelo que vou dizer, mas a verdade é que **preciso de você** para sobreviver! Mais tarde, quando o tempo passar, talvez as situações se invertam e eu possa compensar



todo este trabalho que estou lhe requisitando, mas quando somos crianças, principalmente no meu caso, com **seis meses** de idade, têm certas coisas que preciso admitir que definitivamente **não conseguiria** sem você, por mais esperto que possa me sentir. É o segredo Divino se revelando em nós, fazendo-nos solicitar uns aos outros em momentos diferentes da vida...

Por isso, quando iniciar esta nova etapa, **não tenha pressa**. Se me observar atentamente, eu lhe direi exatamente quando começar, e uma vez decidida a modificação, **não volte atrás**, pois ficarei esperando ansiosamente pelo horário combinado.

A minha capacidade gástrica já aumentou. Isto significa que posso comer mais, e conseqüentemente, consigo esperar um pouco mais pela próxima refeição.

O meu horário então poderá passar a ser de quatro em quatro horas, isto é, posso esperar até quatro horas para me alimentar novamente (mais do que isso não, por favor!). Se nesse meio tempo eu chorar, lembre-se de que existem vários outros motivos para a minha indisposição, como por exemplo, sede, sono, fraldinha molhada, dor de barriga ou qualquer outra dorzinha, saudade, ou mesmo falta de paciência, o que necessariamente preciso aprender também a ter, pois faz parte da minha saudável educação. Por isso **não** me dê qualquer alimento nestes intervalos, nem mesmo o peito (que não deve servir como chupeta, e sim, **é uma refeição**), a não ser um suco de frutas, duas vezes ao dia, que servirão até mesmo como estimulantes do meu apetite, para a próxima refeição.

Se ainda não estiver acostumado com a colher, lembre-se que este hábito ocidental precisa ser “aprendido”. Assim como os orientais usam tão bem os “pausinhos” e nós “apanhamos” até aprender a usá-los, eu também só sabia mamar quando nasci – o que me foi dado como “reflexo da sucção”, para sobrevi-

vência – e preciso aprender a movimentar a minha lingüinha no sentido correto, para que possa engolir, e não colocar o alimento de volta, para fora.



Com leite materno, as mamadas só serão necessárias pela manhã e à noite. Se eu já estiver bem acostumado, não precisarei de mais nada nestes horários, e já levarei menos tempo mamando, pois já estarei mais forte e com muito mais prática. Caso tenha ocorrido alguma necessidade de substituição ou complementação do leite materno, ofereça-me a quantidade de leite suficiente para a minha completa satisfação, numa refeição completa (até eu não querer mais, entende?).

Nos intervalos das mamadas, duas vezes ao dia, ofereça-me um suco de frutas! Use as frutas naturais, puras ou misturadas com um pouco d'água filtrada, dependendo da fruta, mas com a condição indispensável de ser bem gostoso! A quantidade é estabelecida de acordo com o meu apetite.

Não se assuste, pois como muito. Mas quando não quiser mais, se você desde o início me observar atentamente, logo vai perceber. Não converse muito comigo, nesta hora tão importante! Preciso me concentrar...

Num dia mais frio, ou quando estiver com mais saudade, posso até querer, como variação, o leite materno à tardinha. Mas, por favor, só às vezes, pois não quero engordar demais, e preciso das vitaminas e sais minerais das frutas e dos legumes!

Use legumes de cores diferentes e folhas verdes, que contêm mais sulfato ferroso. Ele me ajuda a “fabricar” mais sangue, evitando a anemia, tão comum nos bebês da minha faixa etária, devido ao nosso rápido crescimento.

De acordo com a cor dos legumes, eles contêm as vitaminas de qualidades semelhantes, por isso, procure usar na minha papinha, um de cada cor. Combine legumes com folhas, variando e observando quais que eu mais gosto, pois posso precisar saber disso, se algum dia estiver indisposto e não conseguir aceitar as novidades...



Após cada refeição, preciso manter a minha higiene, escovando meus dentinhos, logo que eles aparecerem (desde o primeiro!).

Nos intervalos das refeições, ajude-me a controlar o meu apetite e a me educar, dando-me apenas muita água, ou um chá e sucos duas vezes ao dia.

Com esta idade, já deverei ter tomado as vacinas recomendadas pelo calendário vacinal oficial e as extras, que puder ter acesso.

Procure não só me alimentar bem, mas também converse comigo! Sinto muita necessidade não só de seu carinho, mas do seu olhar direto nos meus olhos, do toque das suas mãos em mim, e dos momentos que passamos juntos tentando nos comunicar.

Quando eu precisar ficar sozinho, deixe comigo alguma coisa interessante para que eu possa explorar e passar a conhecer, como por exemplo, objetos de materiais diferentes, como borracha, algodão, metal, plástico, etc. Que sejam seguros para mim, e um de cada vez, para que o meu interesse seja maior pelas novidades.

Adoro movimento, por isso, pendure alguma coisa ao alcance da minha vista, para que eu possa vê-la balançar (uma colher pendurada no meu berço por um barbantino, por exemplo).

Gosto muito de música também, principalmente as cantadas ou assoviadas pela minha mãezinha, ou por alguém que goste sinceramente de mim. Agora já conheço mais pessoas e gosto muito delas, principalmente as que fazem parte do meu “dia a dia”. Elas me ajudam a manter a tranquilidade e a segurança necessárias à minha felicidade.



Aniversário

A vida é única, como único também é este momento de reflexão e conscientização. Mesmo sem que eu saiba, querer convidar muitos amigos para compartilharem comigo desse instante, já demonstra a materialização dos valores de confiança, felicidade, maturidade, fraternidade, manifesta através de atos, palavras, fatos, e não só da imaginação, ou qualquer tipo de confusão.

É o que acaba inevitavelmente ocorrendo quando não se sabe o que se quer, ou

não se faz o que se deve. Esta é uma festa especial, por ser um único dia de uma eternidade inteira, em que se concretiza a esperança, a coragem, a beleza, a fé..., o amor, na acepção da palavra. Aliás, tudo isto está sendo mesmo bem típico de nós, bebês, uma vez que sempre procuramos nos guiar pela alegria de viver e pela beleza de tudo o que se apresente no nosso caminho, vibrando com as notas da harmonia mais doce e simples, porém significativa e envolvente. Este é o “processo de preparação” (como na química orgânica) de verdadeiros amigos. Pensei em me dar um presente antecipado de propósito, para que tenha tempo de aproveitá-lo antes da movimentação da festa.

Quando se está em atividade, normalmente não sobra tempo para pensar e as nossas atitudes precisam se realizar da melhor maneira que as idealizamos. Por isso resolvi escrever,



Meu aniversário de um ano.

catalogando algumas recomendações que andei colecionando com amigos, sobre o que desejariam me dizer (mesmo sem me conhecerem), no primeiro momento, sem pensarem muito, e em poucas palavras, de maneira geral, expressando os seus sentimentos mais profundos sobre a situação. Qual situação? O aniversário de um bebê! O que diriam para “ele”? Estas foram as respostas que consegui, com o auxílio de uma entrevistadora:²⁶



Meu primeiro aniversário

²⁶ Estas opiniões foram requisitadas de amigos, no “Grupo Aveloz” (grupo de pesquisa, para tratamento coadjuvante de câncer com Homeopatia), no ambulatório do Instituto Hahnemanniano do Brasil, em 1999.

Uma ginecologista: “Apesar de tudo, vale a pena”!

Dificuldades, desânimo, doenças, drogas, câncer, AIDS,... Tudo isso são apenas detalhes perante a imensidão da vida eterna e do amor verdadeiro. Estamos aqui para aprendermos a viver. A oportunidade é nossa, e a responsabilidade do que fizermos, também. Sempre vale à pena, qualquer tipo de tentativa ou realização. A depressão não tem a mínima lógica neste processo da existência, uma vez que nada constrói. Melhor será o silêncio, para que se obtenha no recuo, um maior conteúdo para um novo avanço.

Uma pediatra: “A vida continua”!

Mais do que ninguém, você sabe disso, pois sente na própria existência a continuidade da vida, fluindo com a naturalidade do despertar de um novo dia, embalada pela leveza de uma valsa, prosseguindo nesta “dança”, sem preconceitos ou qualquer tipo de amarras. A criança de ontem apresenta-se no novo ser de hoje, com a força da vida e a individualidade preservadas. Assim como o espectro solar, que não muda de essência; apenas se desdobra em diversas cores e intensidades, no arco de luz que impressiona a nossa íris e revela a beleza de sua manifestação dinâmica.

Uma infectologista: “Vá, siga em frente, sem pensar muito, pois Deus se encarregará de tudo”...

O que entendi foi que ela quis me dar confiança, me transmitir segurança no próximo passo a ser dado, assim como se caminha sobre as águas – sem ter medo de afundar! Simplesmente caminhando... Olhando para frente, para o alto, sor-

rindo, sabendo que estamos indo na direção certa, que é a que queremos. Se algo nos assustar ou nos tirar a base de sustentação, que saibamos pedir ajuda! Assim como Pedro pediu a Jesus que o salvasse, e foi salvo, apesar da sua falta de fé.²⁷

Um enfermeiro: “Faça sempre tudo com amor”!²⁸

Tão simples, aparentemente, uma vez que ouvimos esta verdade tantas vezes... “Como tudo que é importante e sábio também é simples, recheie de humildade a sua vida, que certamente o amor se manifestará com muito mais facilidade”. Para nós, bebês, que ainda não temos a prática que só a vida pode nos dar, torna-se necessário repetir a lição várias vezes até conseguirmos aprender. Por isso, faça da sua vida uma sequência de ações executadas com amor, sejam elas quais forem, e a cada dia você encontrará mais facilidade em amar.

Uma jovem: “Feliz aniversário! Um beijo para você”!

Tudo é festa! Tudo é alegria! A juventude consegue enxergar a grande maravilha que é viver, através da explosão de felicidade que envolve e fascina a todos



Minha cadeira de balanço, em Ponta Porã, Mato Grosso do Sul.

²⁷ A Bíblia Sagrada (Mat. 14,30)

²⁸ Estas opiniões a seguir foram conseguidas em casa, com membros da família e intuição pessoal. O sentimento desejado, sobre o aniversário, é exposto pela pessoa entrevistada. O bebê explica o que ele captou no momento (o que está entre aspas). Depois continua explicando...

nós, seres vivos, no momento em que nos libertamos dos empecilhos que nos dificultam o movimento, e começamos a correr em busca da nossa verdade.

“Olhe do alto, suba o monte de problemas que lhe assolam a mente e observe, lá de cima, a maravilha que é o horizonte, o céu, as árvores, os pássaros. Os problemas... Não se vê! Você está por cima deles próprios, e são eles que lhe servem de apoio. Seja feliz! **Feliz aniversário**, e muito carinho, muito afeto, muitas manifestações de alegria para você”!



Minhas fotos, com seis meses de vida, em Ponta Porã.



*A cesta de pão da mamãe, transformada em
bercinho para mim.*

Um bebê: “Preciso de você”!

Um bebê (representando os bebês em geral, se comunicando com suas mães), diz: “Preciso de você”, e questiona se ela o ama. É a terrível dúvida de todos nós, bebês, em relação ao sentimento dos outros, quando notamos



que estamos conseguindo abrir o nosso coração para começarmos a amar, e este começo se manifesta por uma necessidade enorme de sermos amados! A todo instante a vida está demonstrando o amor verdadeiro de pura doação, através da natureza e até da própria maternidade, para todos os seres vivos (adultos e crianças). Mesmo assim, todos ainda temos dúvidas! É quando o “bebê”,²⁹ representado por todos os bebês que existem (por isso se refere a “nós”), nos ensina (a todos que desejam aprender) a sermos felizes simplesmente, participando da festa da vida, com boa vontade e tranquilidade. A todo instante chegam apelos das “crianças” que fazem parte de nós próprios (os seres vivos). A parte mais sensível do nosso ser, que nos observa, nos solicita, pedindo-nos a proteção, a atenção, a atitude positiva e coerente com o que se diz ou com o que se pen-

²⁹ Ver Glossário, no final do livro.

sa. O “bebê” então nos diz: “Aprenda a **se** amar, para poder saber amar os outros. Que no seu aniversário, esta segurança seja o seu presente”.

***Experiência “sui generis” - nosso bebê:
“A vida é coisa séria”!***

Num depoimento de cinco meses e cinco dias de duração, ele pôde nos indicar um verdadeiro caminho a seguir, depois de uma tempestade. Esta foi a lição mais importante que o nosso querido bebê nos deixou, após partir para a espiritualidade. Temos todo o tempo necessário, porém não há lugar para desperdícios ou má interpretações. Cada segundo precisa ser aproveitado conscienciosamente, nem que seja para descanso ou distração. Em algum momento, nos recordaremos de tal “perda



de tempo” com satisfação, se ela tiver sido escolhida por nós. A responsabilidade existe como fato inquestionável. A con-

quista da conscientização e da serenidade perante as dificuldades da vida se faz necessária, através do restabelecimento do equilíbrio e do bem estar.

Quando um paciente entra num consultório médico cheio de queixas e questionamentos, e volta a se comunicar em poucos dias, mostrando-se surpreso pela sua melhora, notamos que a saúde, tão procurada, não se encontra apenas no corpo físico.

Pacientes com câncer ou AIDS que têm perdido o motivo de viver, e recuperam a vontade e o ânimo após alguns medicamentos específicos e individualizados para as suas características físicas, comportamentais e emocionais, mostram-nos a importância do tratamento e restabelecimento da verdadeira saúde. Nada é tão importante que mereça desviar a nossa atenção para a tristeza ou o desânimo. Se mudarmos a nossa aparência dia a dia, seja por entrar na puberdade, por uma gravidez, pela idade madura, ou até mesmo por uma distrofia muscular, ocasionada pelo tratamento da AIDS, só precisamos nos adaptar às novas necessidades, e utilizar os mecanismos possíveis, necessários à conquista da nossa felicidade.



Mudar de vida, mudar de aparência, mudar de pensamento, não importa. O essencial precisa ser alcançado, seja ele qual for para você! Na vida temos vários ideais, uma infinidade de metas, cada um a seu modo. A seriedade de uma existência é mantida através da movimentação do ser na direção e no sentido a que se destina, isto é, que ele se propôs a caminhar. Se me proponho a nascer como uma roseira, obviamente serei uma rosa, e não um abacaxi! Mas é preciso vigilância, coragem e vontade para prosseguir na minha conquista, até o fim desejado. É muito lindo quando uma rosa se revela aos nossos olhos



na sua plenitude! Exibe o máximo da sua beleza e harmonia de formas, com a mesma simplicidade e naturalidade que exala o perfume envolvente e penetrante do seu interior. Delícia a cada ser que se dignar a prestar atenção em um segundo, de uma infinidade de momentos doados a todos nós, indiscriminadamente, pela perfeição e misericórdia do amor pleno e verdadeiro. Por isso, é que lhe desejo que “desabroche”, que você possa “atender aos mais altos fins da sua existência” (Samuel Hahnemann, Exposição da doutrina homeopática, Organon da arte de curar §9).

Simplesmente dê a você mesmo o direito de ser feliz, e execute o dever de ser grato pelo presente da vida!

Viva intensamente, querido bebê, cada minuto, cada “segundo na eternidade”, pois o tempo que você viver só será infinito realmente, se você explorar **este** instante, no **seu máximo** possível. Os próximos instantes terão a sua vez... Esta realização lhe trará a paz. Com muito carinho, beijinhos...³⁰

Após um ano de idade...

Mamãe, hoje já estou bem mais amadurecido! Você já reparou como estou diferente? Sim, é isso! Fisicamente, encontro-me com o triplo do peso inicial e acrescido de pelo menos mais metade, ao tamanho que nasci! Haja coração!... É preciso se esforçar bem mais, para bombear todo o sangue, que irá nutrir este meu corpo enorme que tenho agora... E por falar em coração, não podemos nos deter apenas no fato dele ter que trabalhar mais, e ser necessário um controle efetivo do meu peso, para garantir o equilíbrio e a saúde. É preciso que falemos um pouco da emoção de ser **gente**. Ser humano, poder

³⁰ Rio de Janeiro, 02/09/2000 – O comentário desta vez é da autora, e não do bebê, como nos outros momentos da entrevista.

pensar, falar, agir, sentir, é realmente fantástico, uma verdadeira conquista! Nos programas de televisão, os artistas precisam expressar toda a sensação que envolve a cena da vida, que estão representando. Nós bebês, precisamos vivenciar, de fato, o espetáculo.

Viver cada momento, sentir cada detalhe, aprender cada peculiaridade. E o “espetáculo”, é podermos ser independentes. Surpreendeu-se? Ora mamãe, você ainda não percebeu que já escolho os meus brinquedos preferidos, que já vou aonde posso, ou pelo menos, apenas aonde me deixam? (mesmo assim, eu vou!). Já expresso a minha vontade até mesmo através de



sons! Antes era só chorar e mamar... Agora é todo um universo para que eu possa explorar e conhecer através de experiências agradáveis, ou não... Isso não importa. O que é fundamental é que eu posso escolher, de acordo com a minha vontade, o que pretendo fazer. Agora, se as escolhas serão as melhores, para que eu alcance os mais altos fins da minha existência, só mesmo se você puder me ajudar, não

é? Falo isso porque reconheço a minha ignorância em relação a muitos aspectos da vida. Eu não sabia que, se colocasse o meu dedinho indicador na tomada, iria levar um choque! Que susto! Porém, também não sabia que se colocasse outro dedo, a mesma coisa iria acontecer! Ainda bem que você, mãezinha, me protege a tempo, de todos os perigos... Adoro sorrir! Porém quando estou agitado demais, você sabe que preciso dormir um pouquinho para me acalmar.



O sono, além de me auxiliar no crescimento (não é à toa que os hormônios do crescimento naturalmente o provocam, para que as minhas células possam se multiplicar com mais eficiência) traz toda a paz de que preciso para poder aprender melhor as lições que você queira me ensinar. Ele me harmoniza com os verdadeiros valores da vida.

Quando estou com a minha energia desequilibrada, na direção equivocada, por diversos distúrbios que possam me afetar, você, mamãe, com toda a sua confiança e respeito aos métodos de tratamento existentes na natureza procura me tratar. Sempre que possível, utiliza estes medicamentos homeopáticos. Eles visam à correção desses desvios, através de mecanismos semelhantes ao comportamento de determinadas substâncias, com a maneira de eu me comportar.

Para a minha segurança e tranquilidade, preciso de sua observação e conhecimento. Será que o meu intestino está livre de vermes? E a minha urina, será que tem algum piócito ou

bactérias a mais? Normalmente eu não me queixo, pois não tenho tempo... Preciso brincar e ser feliz! Ajude-me, mamãe!

Te amo,
Seu bebê.

Amadurecimento Materno

Separação... Crescimento?

Querido pequerrucho, que vontade enorme de conversar com você! Não sinto necessariamente vontade de tocá-lo, mas sim de sentir o seu perfume, perceber a sua alegria, me deliciar com o seu aconchego no meu colo, quando você mais se agitava e eu queria acalmá-lo...

É disso que sinto... Falta... Não, não é falta, pois ainda consigo fazer tudo isso, não como uma lembrança, mas sim como uma realidade bem presente, bem vivida e verdadeira.



Porém qual é a diferença? Será só material? Não creio... O que sinto é um bocado forte para ser só imaginação... E também não é masoquismo, pois não sofro, nem me flagelo, e sim me delicio quando vivo esta realidade, e quanto mais me aprofundo neste sentimento, mais me realizo e fico feliz!

Às vezes, acho mesmo que é uma sensação mais viva do que quando você estava fisicamente aqui, pois pode durar mais, (uma vez que não preciso parar para trocar a sua fraldinha, nem lhe dar banho ou trocar a sua roupa) e pode ser mais intensa a impressão!

Você se lembra quando eu lhe disse que agora eu acreditava em você? Pois é... Esta é a pura realidade... Parece que agora você está mais vivo do que nunca, é mais real, não é tão arreado ao meu olhar nem tão evasivo às minhas perguntas ou observações... Você é participante, ora como bebê, ora como adulto, ora como garotão, amigo, ativo e bem humorado.

Mas hoje senti um aperto tão grande no supermercado, por não precisar mais comprar as suas fraldinhas!... Oh meu Deus, que loucura é essa?! Que confusão! Ou será que está tudo tão claro também, e eu é que não consigo ver?

Meu Deus! Nunca senti tanta dificuldade de enxergar, mas será que é porque não consigo sentir com o coração? Realmente não quero mais me prender aos olhos e às obrigações mecânicas. Porém sinto tudo tão estranho, por não ter que agir desta forma como todos agem, inconscientemente, e que eu mesma já havia me proposto a fazer! Já havia, instintivamente, decidido a abraçar esta maternidade com tanto amor, carinho e intensidade!





Eu adoro
você! Minha
coisa fofa, como
adoro ver você
sorrindo, dor-
mindo, mamando,
brincando,
lendo, comendo,
ouvindo, conver-
sando, falando
ou até mesmo
meditando ou
provocando...

Como é bom ter
todas estas im-
pressões eterna-
mente, tão vivas



e tão felizes! Você se aborrecia sim, chorava e se irritava, tinha medo, sentia frio, porém sempre confiava, sabia pedir ajuda e se comunicava, explicando o que queria... Apertava mais o meu seio para mamar, quando se angustiava; chorava para beber água, insistentemente até receber... Foi bom conversarmos, bebê... Foi ótimo. Precisava disso, pois afinal de contas, acho que só você mesmo pode me ouvir sem se magoar ou entristecer... Sem se sentir doído, e sim sentindo um bem estar enorme e muita paz! É isso o que eu quero para você, meu coração... Que você fique em paz... Eu amo muito você, meu filho querido, e como sempre fiz, colocando você para dormir: -“Fique em paz, meu amor... Descanse e fique feliz”! Com amor, Mãe...³¹

³¹ Rio de Janeiro, 25/03/1999

Citação peculiar

Ao nosso querido filho, alegria, esperança e surpresa desde a sua primeira manifestação sentida, o nosso imenso amor, conjunto de tudo que podemos imaginar de melhor para acalentar a sua existência, sempre conosco.

É muito bom conversar com você, bebê, é bom demais saber que, **juntos**, podemos, **todos**, nos equilibrar, descobrindo maravilhas, que nos auxiliam neste imenso dinamismo que é a nossa vida!³²

A esperança na vida é adquirida com a certeza da sua eternidade. Quando um filho se distancia materialmente de nós, reaviva a esperança, com a continuidade da sua existência. Esta conclusão encontra-se dentro de toda a lógica do raciocínio concreto e abstrato, pois ambos se complementam, formando a razão total. Um pensamento amadurecido, equilibrado, está necessariamente estabelecido em bases firmes, incontestáveis, para que possa se expressar através da beleza e da sabedoria do amor, única Lei imutável.

Como poderá ser justo, possível e lógico prometer-se algo, sem que seja cumprido?

Ninguém, e principalmente a grande sapiência da vida, poderia infantilmente “brincar” de esconder, ou excluir um ser do contexto de uma existência, simplesmente por capricho ou pouca atenção! Tem que existir uma razão! E bem lógica e bela! Perfeita, como tudo na natureza... A grande e verdadeira

³² Rio de Janeiro, 03/09/1999 – Dedicatória da Monografia de final do Curso de Especialização em Homeopatia.

obra de uma Divindade... Este é o grande impulso que nos faz procurar, até encontrar, o grande motivo de nossa existência e o inter-relacionamento com as outras, que nos são aproximadas.

Reflexão I

Por que a aflição, se já está tudo feito? Ansiedade só leva à perversidade contigo mesma – sofrimento **voluntário**! Se não queres sofrer, não sofras! Mas se não consegues parar de chorar, chores até melhorar...

Já não quero mais. Tudo dói, a cabeça dói, o corpo dói, o nariz entope, a secreção aumenta, eu não respiro direito, engasgo, sufoco, coço, incho, horrível! Detesto coisas horríveis! Eu não preciso disso! Posso jogar no lixo!

Vamos recomeçar, com calma, a refazer o que falta... É, na verdade é **começar** a **fazer** o que ainda não foi feito por ninguém... A idéia existe, porém a prática ainda não foi executada.

Por que não?

Não sei... É tão bom, mas ninguém quis!

Que absurdo! Será que não enxergam?

É, acho que não... Na verdade, nada disso precisaria ser feito, se não se adoecesse... Um dia chegaremos lá, na verdadeira prevenção. Porém, enquanto isso não acontece, é igual a mim, que preciso limpar o nariz e tossir muito, lavar o rosto e dormir mais para ficar um pouco melhor e sentir paz. Chegaremos lá. Mais tarde. Deixem-me começar. Agora vai! (igual à cortina do quarto, que não acabo de costurar! Começarei por ela).³³

³³ Rio de Janeiro, 31/10/2005, às 06h12min. Estas reflexões foram escritas imediatamente ao acordar, como “lembranças” de sonhos.

Reflexão II

Muitas doenças poderiam ser evitadas vivendo-se de forma equilibrada.³⁴

Orientação

Eu hoje quero e preciso urgentemente, porém com calma, ser mais **clara** e **precisa** no que realmente é a minha vontade, em todos os momentos da minha vida.

Quando falo, sou muito confusa... Misturo tudo, não coloco as **prioridades** no seu devido lugar.

Organização é importante. Para isso preciso de **disciplina**.

Tenho tido obstáculos na minha mente que são **inexistentes** – o caminho está livre! É só caminhar, sem medo, de olhos abertos, porém com **coragem**!³⁵

³⁴ Rio de Janeiro, 25/09/2008, 07h40min.

³⁵ Rio de Janeiro, 18/11/2006.

Experiência Conjunta

Bem que a vovó dizia...

Bem que a vovó dizia: - “Mais vale **prevenir** do que remediar”!

Palavras sábias de alguém que tem experiência de vida e que já teve a chance de aprender, na prática, a arte de viver. Mamãe, nada melhor do que seguir por caminhos seguros quando não se conhece alguma situação.



Como posso contar com a sua ajuda para que eu cresça e me desenvolva como um ser humano completo – isto é, física, intelectual, psicológica e moralmente – se você não se lembra de mim no meu “dia a dia”, observando-me nos mínimos detalhes? Só quem está longe é que nota? Não é bem assim...

Existem parâmetros cientificamente comprovados e estudados minuciosamente, métodos comparativos, seguros e eficazes para se saber se um bebê está atingindo todo o **seu** potencial de uma vida saudável e bem estruturada.

Chama-se ao conjunto de meios que visam a assegurar o perfeito desenvolvimento físico, mental, e moral da criança, especialidade dentro da medicina pediátrica, de **Puericultura**.

Se você me ama e realmente quer me dar a chance de amar a vida e a mim mesmo, ajude-me a crescer e a me desenvolver da melhor forma que eu puder.

Como? Ora, é fácil!... Informe-se! Estude! Peça ajuda! E depois de todo o seu esforço, a felicidade será a nossa grande recompensa!... Te amo, mamãe! Seu bebê.

Consulta coletiva

É muito bom nos encontrarmos com amigos da mesma idade ou com dificuldades semelhantes, para trocarmos experiências.

Digo “dificuldades” porque, com o que ainda precisamos aprender, ou quando não temos as respostas de imediato, ou também quando não compreendemos o “por que” de alguma coisa que nos incomoda, podemos às vezes ficar inquietos, insatisfeitos, sem aquela tranqüilidade tão comum a nós, bebês.

Foi numa dessas consultas coletivas que pude refletir, e vou hoje trocar também as minhas experiências com quem precisar.

Éramos muitos bebês (de zero a dois anos de idade) além de pais, mães, avós, tios e amigos. Todos em uma sala com ar condicionado, porém cheia de calor humano e muito amor no ambiente. As perguntas iam surgindo e, na medida do possível, sendo respondidas pela pediatra, que já estava quase sem condições de se comunicar, pelo pouco tempo disponível e pela



voz que já ia encontrando dificuldades de se expressar, após tantas perguntas e tanta ansiedade no ar!

Foi quando comecei a refletir sobre as nossas dificuldades próprias da idade, do nosso desenvolvimento físico e emocional... Para começar, a dificuldade que nossas mães têm de se comunicar é enorme! Misturam a vergonha com o medo...

Ter dificuldade de perguntar poderia até ser reconhecido como natural, pois eram muitas pessoas e o fato de não se saber alguma coisa, incomoda. Mas as dúvidas são tantas, que incomodam mais ainda! Dizem que o grande defeito dos bebês é não ter um “manual”.

Aí é que está a grande tática! Assim como na consulta coletiva, o importante é o **esforço** de cada um para **compreender** o que não sabe; **aceitar** o que não consegue fazer e **confiar** em quem pode ajudar.

A pediatra perguntou:

- Vocês sabem o que estão fazendo aqui?

Era o horário do almoço na maternidade e logo depois começariam a chamar os bebês pelo nome, para a pesagem, mensuração e encaminhamento das fichas, pela enfermagem, para a sala de atendimento de puericultura.

A pediatra já acabara de almoçar e se dirigira para a “sala de amamentação” (sala especialmente reservada para as mães e bebês que necessitassem de auxílio em relação à amamentação).

Em seguida, chamou a todos os que estivessem com bebês no colo, ou acompanhando, para entrarem na sala. Não havia cadeiras suficientes para todos, e alguns ficaram em pé. Ninguém se pronunciou... Foi um silêncio total! Ela então explicou:

- Estamos aproveitando os 15 minutos que faltam para as 13h, antes de começar o atendimento, para tirarmos dúvidas comuns a todos. O que vocês querem saber?

Esta abordagem parecia estranha para alguns que não entendem, que neste momento do início de um relacionamento sério e duradouro, o que importa é resolver os obstáculos rapidamente, sem muita dificuldade. A objetividade, que nos momentos em que paramos para meditar, absolutamente não existe, é fundamental quando queremos esclarecer as coisas! Ela então continuou:

- Vamos pessoal! Ninguém aqui tem dúvidas? Todo



mundo sabe como cuidar dos seus bebês? Precisamos trocar experiências e raciocinar!

Foi quando uma das mães presentes se pronunciou:

- Eu tenho uma dúvida! Como vou fazer para parar de amamentar o meu bebê? Ele mama o dia inteiro e não quer comer mais nada! Tenho medo dele aguar...

- O que é aguar?"Perguntou a pediatra.

- Ah, sei lá...!

- Meninas, mãe do século vinte e um precisa raciocinar! Como você pode ficar com medo de algo que você nem sabe o que é? Alguém aqui sabe?

- É ficar num cantinho, tristonho, sem querer nada...

Respondeu outra mãe mais experiente.

A pediatra então perguntou para as mães:

- O que vocês acham? Isso acontece?

Algumas disseram que sim, que já tinham visto acontecer, outras se mostraram receosas, mas em dúvida. E a profissional continuou:

- Vamos pensar... Quantos meses tem o seu bebê?

- Nove, a mãe respondeu.

- Pois então você já sabe, pelo que já conversamos em outras oportunidades, que ele não deve ficar sem outros alimentos. Após os seis meses, as necessidades do bebê já são outras, para o desenvolvimento do seu corpo e também da sua mente! Ele já tem condições de mastigar, se esforçando para triturar e engolir o alimento. Precisa experimentar sabores novos, para saber do que gosta mais. É natural que goste de comer sozinho, para apurar a sua coordenação motora. Ele já não precisa tanto de ter um alimento na boca todas as vezes que se sentir carente! No início ele tinha dúvidas se você estaria ali, quando ele precisasse. Agora ele já sabe que pode chamar e

you logo vem – mãe nestas situações é sempre apressada, não é?

- Pois é, a liberdade **dos dois** precisa ser cultivada e preservada, senão os dois vão ficar tristes! O respeito existe para ser usado nestas horas.

- Vocês não sabem dizer “não”?

- É, precisamos aprender... Eu também tenho dificuldade..., mas estou aprendendo... Olhem só: vai depender de cada um de vocês que tem contato com esse neném, a garantia dele se sentir bem. Se o bebê não tem problemas de saúde que o impeçam de se comportar como nós gostaríamos, vamos perguntar a ele qual é o problema. Você já perguntou?

- Não.

- Então converse com ele... Diga para ele o que é para fazer agora, como você acha melhor e por que! Ele com certeza vai compreender a sua sinceridade, o seu sentimento de amor por ele, se você transmiti-lo com toda a espontaneidade que tem no coração...

- O que mais? Quem tem mais dúvida?



- Eu tenho uma dúvida! O que eu faço para o meu bebê largar a chupeta?

- Por que você deu a chupeta para ele?

- Ah! Ele chorava demais e eu não aguentava... tinha pena, e também ficava nervosa! E agora, não sei o que fazer...

- Bem, isto realmente é uma dificuldade... bebês nascem de chupeta?- “Não”, as mães foram unânimes, e sorriram...

- Pois então para que ir contra a natureza e tampar a boca do neném, em vez de resolver o seu problema?

- Mas eu não sabia qual era o problema!



- Tudo bem, não dá mesmo para adivinhar... mas nós devemos prestar atenção, observar, procurar a causa, perguntar para o bebê, olhando nos seus olhos e querendo realmente entender! Os bebês, sempre que podem nos respondem! Mas se não der para entender, procure ajuda! Outra pessoa talvez ajude neste momento, por não estar tão ansiosa... Se é para acalmar um bebê, precisa-se estar calmo... Nós conseguimos entender isto melhor. Já sabemos que existem soluções para qualquer problema. É só procurar, que encontramos. Os bebês não têm tantas idéias interessantes de como podemos aliviar uma preocupação, porque eles ainda não conhecem, não têm dados suficientes para avaliar a questão e ver como é melhor fazer... Não há necessidade de se “preocupar” (ocupar **antes** que o fato aconteça), pois nem sabemos se realmente algo vai acontecer! Temos a chance de sermos felizes. Agora é o momento de enxergarmos toda a beleza à nossa volta! Eles também não sabem como relaxar...

- Aliás, como é que se relaxa? Quem sabe?

- Há muito tempo eu não sei o que é isso..., disse uma das mães, após muitos sorrisos...

- Pois é... E para ter muito leite, a mamãe precisa relaxar, não é? Meninas, é fácil! Para começar, respirem fundo! Inspirem... Agora soltem o ar devagar... Inspirem novamente, sem pressa... façam isso umas três vezes... Depois peçam para o papai (chamou um dos pais presentes) fazer uma massagem nos ombros e no pescoço, passando a mão com carinho nos músculos... não é ótimo? O pai fez a massagem na presença de todos, muito sem graça..., mas concordou. As outras mães reclamaram que não tinham esta oportunidade em casa...

- Tudo bem, mas quem não puder fazer desta forma, que faça de outra! Use a imaginação! Vocês não têm idéias? Já não passaram várias vezes por situações agradáveis, já não sabem



como se distrair ou se satisfazer? Se não sabem, precisam aprender também... Mas com certeza, vocês já têm melhores condições de aprendizagem desta situação que o bebê, que não tem nem experiência nem maturidade. Mas não precisa ter pena dele não, só compreensão e tomar **atitudes** perante a situação. “O que ele mais quer é aprender com vocês”!

- Como posso fazer isso ? Perguntou a mãe.

- Procure lembrar-se de alguma coisa que você goste muito, ou de alguém. Pense em algo da natureza, como o mar, o céu, uma cachoeira, um campo florido e relaxe, se transportando em pensamento para este lugar ou se comunicando com esta pessoa... Logo a calma virá. Mude o astral! Lembre de alguma brincadeira de criança, e brinque com o seu bebê !

E com esta sugestão, a pediatra avisou que o tempo já havia terminado e que iria começar a atender individualmente a



quem estivesse com a ficha, em ordem de chamada, de acordo com a orientação da enfermagem. Era todo um trabalho de equipe, organizado, planejado, obedecido, e que por isso fluía naturalmente, de forma eficaz. Apesar de pouco tempo, tirávamos montanhas de problemas dos nossos ombros de uma só vez! Todos saíram satisfeitos, **querendo mais!**

Vocês então me perguntarão, como é que estavam satisfeitos se queriam mais? Ora, este é o sabor do amor na medida certa: nem mais nem menos, com gosto de quero mais. É isso que promove o movimento para frente e para o alto!

O dinamismo da vida, que não pára um segundo sequer, mas que dura uma eternidade em cada instante que o sentimento profundo do coração é manifestado. Satisfaz, trazendo a felicidade. Quero mais, sempre que posso, todas as vezes que

me é oferecido, um pouco que seja, só para entrar na sintonia e reforçar a satisfação. Como o leite da mamãe...

Atuar pelo pensamento

Início da consulta pediátrica. Problema:

Mãe do bebê (Joana) “Estou tão triste porque o meu bebê não quer mamar”!

O bebê de quinze dias está com dor de ouvido, tosse, nariz entupido, hérnia umbilical, “sapinho” (manchas esbranquiçadas na mucosa da boca produzidas por um cogumelo), assadura e assustado pela agonia e tristeza da mãe, que só chora!...Ele também só sabe chorar...

Bebê observador: “Vocês imaginem o dilema em que este bebê estava! Ainda bem que não era eu... A pediatra ficou sem saber como começar a explicar tanta coisa ao mesmo tempo! Neste momento, ela procurou ser o mais profissional possível e ver as prioridades”.

Pediatra: “Joana, você quer mesmo amamentar”?

Joana “Sabe, doutora, querer eu quero, mas às vezes fico tão desanimada porque acho que o meu bebê não quer o meu leite...os meus seios estão tão machucados que também não sei se vou conseguir continuar amamentando”...



Bebê observador: “O problema é que o meu amigo estava sem saber, afinal de contas, de qual era o verdadeiro bico que saía o leite ideal para as suas necessidades básicas! Ele já conhecia a sua mãe havia um tempão! Tinha ficado nove meses dentro de seu útero, ouvindo o seu coração bater, sem parar, percebendo a sua respiração, sentindo as suas dúvidas e certezas”.

Ela realmente tinha muitas dúvidas... E quando ficava preocupada, pensando no que **poderia** acontecer, era terrível! E o bebê também se preocupava, como a mãe...



“O coração da minha mãe disparava de uma forma assustadora, que eu sabia muito bem que havia perigo no ar! Ainda bem que eu estava protegido dentro do útero... Mas e agora? Como vou me proteger, se cada vez uma pessoa diferente me segura”?

“Disse-me o colega. É... A situação era séria... Aquele coração de mãe, que tanto tranquilizava, pulsando amor, agora que pegava o bebê no colo para amamentar, disparava como se fosse o perigo iminente... Logicamente o meu amigo não se sentia muito confortável neste momento... Mas quando vinha na sua frente um bico de mamadeira, sua mãe parecia mais tranquila, confiante, até sorria para ele! Ora! Bebês confiam nas mães! Lógico que ele ficava quietinho... Como se não fosse

o bastante, o leite ainda acabava com a sua fome! Mas nem vamos falar nos resultados, depois desse leite”...

Pediatra: “Joana, você sabia que o leite de vaca tem uma proteína diferente do leite materno, que pode fazer com que o bebê produza secreção no pulmão? Leite de vaca pode também dar cólicas no bebê, pela má digestão”.

Joana “Mas eu não estou tendo leite suficiente para que o meu filho engorde! Ele chora o tempo todo e eu preciso dar a chupeta”!

Bebê observador: “Este é outro problema... O meu colega estava sendo constantemente confundido com outro bico, que era totalmente falso”!

“Não tinha nada, leite nenhum, nem água, nem sucos, acreditam? Às vezes a avó colocava até açúcar ou um remédio, para ele calar a boca, o que não resolvia de forma alguma a sua fome! Mas... Fazer o quê?... Calar a boca!... Só às vezes, pois o instinto de sobrevivência era maior e ele reclamava mais um pouco para ver se alguém o ajudava”...

“A esperança deve existir”! Pensava...

Pediatra: - “Se você realmente quer amamentar o seu filho, procure levá-lo ao seio todas as vezes que ele chorar! Ele vai compreender que você tem **certeza** de que esta é a melhor solução. Mostre a ele a melhor posição para conseguir tirar o leite da mama, bem juntinho de



você, sem obstáculos, de frente para a parte mais escura do seio (a aréola), que é onde fica guardado o leite. Desta forma ele não irá lhe machucar quando mamar. Se ele não quiser mamar, tire-o do seio e converse com ele. Procure conversar **com ele**, não com outras pessoas, neste momento”.

Bebê observador: “Com certeza, os bebês precisam da dedicação e atenção da mãe, não de sacrifício. Nenhum bebê vai gostar de ver a sua mãe cansada ou com qualquer tipo de mal estar. É tão bom quando a mamãe descansa também comigo, quando compartilha desses bons momentos da amamentação relaxando, me observando, sorrindo para mim...”

Fico realmente encantado de olhar para ela e observar como é linda me dando tanto amor de forma concreta, materializado, fluindo sem parar (às vezes até esguichando), só por me amar!

Cada vez que ela se sintoniza assim comigo, produz mais leite ainda! Não é um espetáculo”?

Joana: “Meu bebê tem chorado demais. Acho que ele está com fome”!

Pediatra: “Realmente não é desejável que ele chore tanto, pois isto pode levar a um agravamento da hérnia umbilical.

Mas bebês choram por vários motivos, não é só por fome”.



Bebê observador: “Lógico! É a única coisa que nós podemos pensar em fazer, que funciona! Quando expliquei porque os bebês não falam, não foi à toa... Outro dia vi um pré-adolescente perguntar para a doutora porque os adultos não escutam as crianças... Imagine então os bebês! Por isso é que temos uma estratégia mais eficiente”.

“No caso do meu querido amigo, ele estava com dor de ouvido! Só isso já era o suficiente para gritar bastante, pois quando tentava mamar e a mãe o segurava, encostando a sua mão no ouvido com problema, doía mais! Depois também, com a boca cheia de sapinho (é um fungo, *Candida albicans*, que costuma se instalar na boca dos bebês, principalmente), agravado pela chupeta (que pode ser uma fonte de contaminação), é complicado. Não podia respirar direito, por causa do nariz entupido e da secreção no pulmão, com o bumbum todo assado, por causa da fralda (que ajuda a instalação dos mesmos fungos, que já estão na boca)... Fica difícil não chorar... E ainda com cólica”!

Joana: “Não consegui resolver este problema da assadura... Já usei uma pomada, mas só melhorou um pouco com talco”.



Pediatra: “Talco é ótimo para assaduras e terrível para o pulmão. Ajuda a produzir

mais secreção. Também não é desejável que o bebê tenha prisão de ventre, porque além de piorar da secreção do pulmão, pode também piorar da hérnia umbilical”.

Joana: “Eu não sabia de todas estas coisas... Estou muito sem jeito para cuidar do meu bebê”...

Pediatra: “Joana, o pensamento é muito importante. **Reoriente** o seu pensamento. A partir do momento que você pensar diferente, do jeito que você **quer fazer**, as coisas vão melhorar. Faça afirmações, para você mesma, dessa forma”:

“Quero amamentar o meu bebê”!

“Quero perder peso”!

“Quero diminuir a minha barriga”!

“Quero me recuperar para cuidar do meu filho”!

“Quero me alimentar para poder alimentar o meu filho”!

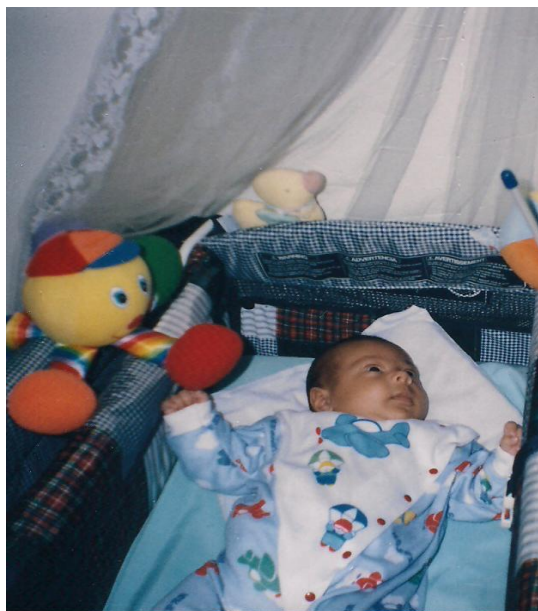
“Quero descansar para ter mais energia”!

Pediatra: “**Fortaleça** o seu pensamento com tudo o que conversamos, pois você agora já tem mais base para afirmar o que precisa”.

Avó Materna: “**Tranquilize** os seus pensamentos, olhando para o bebê e procurando compreendê-lo. Converse com ele... Acalme-se... Seja sincera com o seu bebê e fale do seu sentimento. Pergunte para ele”:

“Qual é o problema”?

“Diga a ele que você quer ajudá-lo. Leve o bebê ao seio e abrace! É seu filho! Encoste a barriguinha do bebê na sua. Se ele fizer barulho para mamar, poderá estar engolindo ar e ficar com cólicas”.



A essas alturas, uma enfermeira que entrou na sala trazendo mais fichas para atendimento, observou a situação e reforçou o auxílio de orientação.

Enfermeira:

“Com dor de ouvido, o bebê pode chorar para mamar no seio materno, porque encosta justamente o local que dói no corpo da mãe e piora a dor! Além disso, quando o nariz entope, é mais difícil respirar e mamar”.

Vendo que a mãe dera a chupeta para o bebê, continuou:

“A chupeta acalma, mas não resolve o problema... Pode até piorar, provocando estomatite (inflamação da mucosa da boca)”!

Pediatra: “Além de ser uma forma de enganar o bebê, como se fosse dar-lhe algo para comer, confundindo os pensamentos do seu filho. Você não quer o melhor para o seu filho? Então... Seja generosa! Não há necessidade de fazer economia de leite! Dê o seio ao bebê e procure não se preocupar se o leite vai sair ou não. Ofereça o seio e não a chupeta. Assim você estará também estimulando a produção de leite pela glândula mamária”.

O pai do bebê, que ouvira tudo calado, começou a falar de suas dificuldades:

Pai do bebê (João) “Eu falo para ela dar o peito, doutora! E para ela ter calma! Faço tudo o que posso para ajudar”!

Pediatra: “Mas o seio não é seu! Neste caso, o que podemos fazer é auxiliar para que ela **queira** dar o seio, com muito carinho e compreensão. É uma situação muito delicada, difícil mesmo, e a Joana, como todas as mães nesta fase da vida, está com a sensibilidade muito aumentada, de propósito, para que possa compreender o bebê com mais facilidade. É natural que fique muito mais sensível a qualquer coisa que se faça ou se diga, neste momento. Por este motivo, todo cuidado é pouco! Precisamos literalmente **cultivar pensamentos de saúde** na sua mente para ajudá-la a ter mais calma e segurança”!

João: “Mas como que eu faço isso”?

Pediatra: “Fale para ela que tudo vai dar certo! Mostre a sua certeza na capacidade dela, de conseguir amamentar. Se você não tiver esta certeza, comece a trabalhá-la junto com a Joana! É um trabalho de equipe. Nós todos somos a equipe. Cada um faz a sua parte. Qual é a parte do pai”?

João: “Eu já nem sei mais o que fazer”...

Pediatra:

“Pois então procure saber! Vocês já começaram muito bem, vindo aqui para terem informações. Agora é só continuar a trabalhar no que for preciso. Faça uma massagem com carinho nos ombros da mamãe... Leve



um suco de frutas para ela, quando estiver amamentando. Diga para ela como é bom vê-la dando o seu leite, com tanto amor! Acalme o ambiente à sua volta para que ela amamente sem preocupação. Converse com as visitas. Auxilie para que ela amamente com tranqüilidade. Ajude a trocar a fralda do bebê. Segure o bebê em pé após a mamada. Participe”!

Joana: “Às vezes ele sai e eu fico preocupada com o que pode estar acontecendo”...

Pediatra: “Concentre-se no seu objetivo, ocupe-se com o que traz tranquilidade para vocês e confie na boa vontade de todos à sua volta. Só estão querendo ajudar”!

Bebê observador: “Realmente... Até mesmo com opiniões às vezes esquisitas... Falam cada coisa! Não se deve acreditar em qualquer depoimento, sem termos uma base coerente e confiável, nem mesmo se não tiver lógica, só porque foi dito por alguém experiente. Às vezes a experiência não foi tão boa ou já se conhece solução melhor agora, após estudos e observações sérias. Além de ouvirmos orientações, precisamos escolher o que é melhor para nós, com liberdade. Puxa! Esta é uma coisa que os pais querem muito nestas situações e é um dos grandes motivos que tira um pouco a nossa paz”!

João: “Às vezes eu não sei mais o que fazer para deixar a Joana tranquila”!



Pediatra: “É só tranquilizar primeiro você mesmo! Ela também se importa muito com a sua satisfação e bem estar. Só que agora não dá para ser a mesma que antes... Responsabilidade, crescimento, mas também a felicidade é para todos. Este é um momento especial de vocês. Necessário se faz que seja compartilhado”.

João: “Mas preciso sair para trabalhar, providenciar o que falta, às vezes também, arejar um pouco a cabeça”...

Pediatra: “João, a higiene é fundamental para todos nós, concorda”?

João: “Sim, com certeza! Temos às vezes ajuda de amigos, neste sentido”.

Pediatra: “Ótimo, mas a **higiene do pensamento** é fundamental! Você pode estar em qualquer lugar, mas continue pensando: vai dar certo, vai adiantar o meu esforço, tudo vai melhorar, esta fase difícil vai passar, vamos conseguir, merecemos ser felizes, já somos felizes! Assim, tudo bem. Os dois, Joana e seu filho, com certeza, irão sentir a sua sinceridade em auxiliar neste trabalho de equipe”.

E a consulta acabou, com o compromisso de voltarem à sala de amamentação, em qualquer dificuldade ou necessidade. Após um mês, de acordo com a marcação na agenda, o retorno à consulta.

Bebê observador: “Os pais não têm idéia de quanto é fundamental a sua participação em todo este processo de gestação e amamentação! Há os que considerem até que a gestação só termine após a amamentação! Isto porque é toda uma elaboração, é um processo que se inicia na concepção da idéia da gestação, pondo em condições, com antecedência, de se tornar apto para a execução, para o cumprimento do que precisa ser realizado... Que sou eu! A amamentação vai me encaminhar para a minha libertação da vida dependente da mamãe de forma suave, saudável e gradativa. E ela também vai se sentir mais segura e satisfeita, se completar esta gestação, sem empecilhos. Naturalmente... Porém os pais, mesmo sem saberem, muitas vezes até determinam qual vai ser a nossa carinha ou o nosso nariz, pelo simples fato de existirem!



A mamãe idealiza tudo, ainda na nossa formação, e deixa que a construção seja feita de acordo com os seus desejos mais íntimos! Duvida? E a medicina baseada em evidências? A translucidez, a certeza, sempre aparece depois de nove meses... Às vezes antes, mas aparece... Para a convicção de muitos, materializa-se com o nome de... bebê... Com muito carinho... Te amo, mamãe”...



Vivência - atuar pelo pensamento

MB-Mãe do bebê (Joana); S-Sonoplastia; P-Pediatra;
AM-Avó materna; E-Enfermeira; PB-Pai do bebê (João).

S: - Início da consulta pediátrica. Problema:

MB: - Estou tão triste porque o meu bebê não quer mamar!

S: - O bebê de quinze dias está com dor de ouvido, tosse, nariz entupido, hérnia umbilical, assadura e assustado pela agonia e tristeza da mãe, que só chora!... Ele também só sabe chorar...



Reorientar o pensamento

MB: - Quero amamentar o meu bebê!

- Quero perder peso!
- Quero diminuir a minha barriga!
- Quero me recuperar para cuidar do meu filho!
- Quero me alimentar para poder alimentar o meu filho!
- Quero descansar para ter mais energia!

Fortalecer o pensamento

P: - Leite de vaca pode produzir secreção no pulmão. Leite de vaca pode dar cólicas no bebê, pela má digestão. Talco

é ótimo para assaduras e terrível para o pulmão! O bebê não deve chorar muito, para não forçar a hérnia umbilical. Se o bebê não quiser mamar, tire-o do seio e converse com ele! O bebê não deve ter prisão de ventre, para não piorar da hérnia umbilical.

Tranquilizar o pensamento

AM : - Olhe para o bebê e procure compreendê-lo. Converse com ele... Acalme-se... Seja sincera com o seu bebê e fale do seu sentimento. Pergunte para ele: - “Qual é o problema”?

- Diga a ele que você quer ajudá-lo. Leve o bebê ao seio e abrace – é seu filho! Encoste a barriguinha do bebê na sua. Se o bebê fizer barulho para mamar, poderá estar engolindo ar e ficar com cólicas.

E: - Com dor de ouvido, o bebê pode chorar para mamar no seio materno. Quando o nariz entope, é mais difícil respirar e mamar. A chupeta acalma, mas não resolve o problema. A chupeta pode piorar o problema, provocando estomatite. A chupeta pode piorar o problema, enganando o bebê, confundindo os seus pensamentos. Seja generosa! Não há necessidade de fazer economia de leite! Dê o seio ao bebê e procure não se preocupar! Quando o bebê chorar, ofereça o seio e não a chupeta!

Cultivar pensamentos de saúde

PB: - Preciso ajudar a Joana a ter mais calma e segurança! Tudo vai dar certo! Vou fazer uma massagem com carinho nos seus ombros... Vou levar um suco de frutas para ela. Como é bom ver a Joana dar o seu leite, com tanto amor! Vou acalmar o ambiente à nossa volta para que você amamente sem

preocupação, querida. Vou conversar com as visitas. Quero auxiliar, para que você amamente com tranquilidade. Deixe-me ajudar a trocar a fralda do bebê. Vou segurar o bebê em pé após a mamada.

Higienizar o pensamento

MB: - Vai adiantar o meu esforço!

- Vai dar certo!

- Tudo vai melhorar!

- Vai passar!

- Vamos conseguir!

- Merecemos ser felizes!

- Somos felizes!

Orientações Preventivas

A voz da Homeopatia

Tudo novo, até mesmo este momento – mais um, na minha recente vida! Além de único, este instante será eterno, pelas vibrações que já produz. Por falar em “vibrações”, precisamos esclarecer “o que é isso” (como muitas vezes nos pergunta o computador), com a simplicidade, a beleza e a sabedoria que só nós possuímos – os bebês, por estarmos iniciando um novo ciclo da vida.

Mamãe, você em todos os momentos que percebia o meu **desequilíbrio**, fosse por apresentar um chorinho diferente, ou por não querer me alimentar, dormir, não eliminar os “produtos



dispensáveis ao meu metabolismo” da forma rotineira, procurou me compreender e corrigir este desvio da energia que me agitava de forma diferente. Lógico que esta correção se iniciava com um aconchego a mais (o que eu sempre apreciei muito) e um pouco mais de paciência e apuração de sua percepção para captar os ecos que eram enviados por mim à sua mente, de uma modificação incipiente.

Quando você não conseguia alcançar o seu objetivo de me ver em paz, em segurança, satisfeito (com aquela **sensação subjetiva de bem estar** tão desejada!), procurava a medicação mais sutil, natural, com ação mais rápida e efeito duradouro que pudesse obter para me aliviar nas insatisfações do momento e restabelecer a minha saúde. Esta terapêutica que tratava os distúrbios apresentados com medicamentos em doses **infinitesimais**, capazes de **produzir sintomas semelhantes** àqueles que queríamos combater, chama-se **Homeopatia**.

Atualmente sinto-me agradecido por esta oportunidade de ter recebido tal comoção, quero dizer, sensibilização, uma vez que a homeopatia não modificou absolutamente o meu modo de ser, porém fez **melhorar** a minha **comunicação** com você, mamãe, e **prevenir** muitas doenças que poderiam sobrevir àquele abalo inicial.

Como posso saber disso? É simples: a partir de uma vibração mal direcionada, como por exemplo, a agitação, excitação, oscilação em demasia, qualquer um de nós pode adoecer (desequilibrar-se). Se esta vibração for **bem direcionada**, isto é, corrigida a tempo de produzir sentimentos de ternura, ela será boa, muito boa e gratificante. Ela enviará ondas de movimentos periódicos para as moléculas do meu organismo, como se fosse uma música ressoando através do tremor das cordas de um instrumento, pulsando e fazendo palpar o meu coração de

forma harmônica. Irrigará as minhas células a ponto de saciá-las com o oxigênio abundante e eficaz.

Por falar em música, esta é a grande ciência do universo, como já dizia o nosso amigo Donald (vide “O Pato Donald no país da matemática” de Walt Disney). A disciplina e a organização durante a vibração tremulante que se propaga na atmosfera quando um som é emitido, nos demonstra a disposição bem ordenada de cada onda em movimento. A ciência homeopática não poderia ser diferente, sendo **natural** e **harmônica**.

Você se lembra quando não conseguia dormir por eu estar cheio de cólicas, carente e inseguro do seu carinho?

E quando os meus primeiros dentinhos começaram a despontar, como fiquei aborrecido? Tudo bem que muitas mães preferem outros métodos aos quais têm disponibilidade no momento. Não devemos ser preconceituosos a ponto de não aceitá-los, dentro de certas circunstâncias, apesar deles não resolverem **as causas**. Porém fico muito feliz por ter tido a chance de melhorar a qualidade de meus **sentimentos**, **pensamentos** e **ações** através de um toque de **impulsão** na minha **energia vital**.

Já dizia Hahnemann, o pai da Homeopatia (10/04/1755 – 02/07/1843) após anos de dedicação, observações e estudos sérios sobre as reações medicamentosas no organismo: “O ideal máximo de cura é o restabelecimento rápido, suave e duradouro da saúde, ou remoção e aniquilamento da doença, em toda a sua extensão, da maneira mais curta, mais segura e menos nociva, agindo por princípios facilmente compreensíveis”

(“Organon da arte de curar”, §2). A experiência nos prova as transformações que podem ocorrer e que muitas vezes nos surpreendem.

É com muito amor que agradeço pela oportunidade de ter uma ciência que me proteja, estimule e realize, fazendo com que eu tenha chances de alcançar os mais altos fins da minha existência. É só querer. E eu quero! Com certeza conseguirei.

Te amo, mamãe!

Com carinho, seu bebê.





Mãezinha

Esta mudança de tempo me **irrita!** Muitas vezes me deixa **inseguro** e com **medo**, pois não é nada **igual ao que conheço** e me assusta! Sou muito **sensível** e percebo coisas incríveis, que os adultos muitas vezes não sentem.

Não sei **o que** sinto, mas sei que é real e que pode produzir **secreção** para inundar o meu **pulmão!** Talvez até mesmo “**entupir**” o meu **nariz!** Ou produzir **otite** e **amidalite!**

É necessário por isso, mamãe, que eu me prepare melhor para estes impactos que ocorrem inesperadamente... Como? Ora, existe a chamada “Prevenção”. No meu caso é a Puericultura, que é o acompanhamento do bebê para observar como estou crescendo e me desenvolvendo.

Estou crescendo? Esta é uma boa pergunta... Criança cresce fisicamente. Adulto não!

Cada um **reage** de uma forma diferente ao que vivencia no dia a dia. Por isso é bom que eu esteja **equilibrado**, quando for **acordado** por um desses **impactos** fulminantes que me surpreendem.

Cuide de mim, mamãe, é o que mais preciso!

Com carinho, Seu bebê.³⁶

³⁶ Artigo não publicado, escrito em 18/10/2006, às 02h10min, para um jornal de Homeopatia, no Dia do Médico.

A Homeopatia na prevenção e tratamento de doenças infantis

Do que é que os bebês têm medo? Por quê? Quando? Como? Onde? Algum dia será que os adultos vão nos dar a oportunidade de responder a todas estas perguntas? Será que algum dia vão parar **para pensar** e compreender estas questões?

Se pelo menos acreditassem em como é fundamental para nós, bebês, este interesse, esta atenção, a simples vontade de analisar uma situação, na qual todos estamos envolvidos!... Mamãe, você não chora

quando fica triste ou desanimada? Não é uma maneira de você se aliviar? Então por que eu não posso também desabafar a minha melancolia através de uma doença? Não sinto pena de mim nem se sinta culpada. Apenas me compreenda! E me respeite!... Respeite os meus sentimentos, a minha vontade enorme de me libertar de tudo o que me aflige nesta vida, que é “pesado” demais para mim, difícil para eu aguentar! Ajude-me, mamãe! Não me condene... Nem fique ansiosa por minha causa!... Que tipo de cura você espera para mim? Cura de quê, se o que está doente em mim não sou eu, mas sim o meu contexto de vida? Não existe nenhum mal em se querer **viver bem**! É o que quero! Sim, quero desabafar o que me aflige através de uma demonstração de tristeza e dor. Quando sou exposto a situações inesperadas ou imprevisíveis, que interrompem a minha segurança, não consigo compreender, não decodifico a



mensagem... Isso me angustia de uma forma tão intensa que preciso me defender! Por quê? Ora, esta é a maneira mais eficaz! Só com a morte presente como antônimo, se compreende a vida! Não estou dizendo que só se valoriza algo quando se perde não, como costumam dizer, pois seria muito cruel pensar assim, vivendo uma ameaça constante. É exatamente o contrário. Só se enxerga a luz brilhante e forte de uma pequena vela, no meio da escuridão. É muito importante podermos ser “velas” acesas onde só existe ausência de luz! Esta compreensão da vida será ainda melhor e mais gratificante, se significar **liberdade!**

A liberdade de se expandir infinitamente, dando vazão à nossa existência, para que seja distribuída a felicidade que for possível a quem estiver receptivo ao menor estímulo vibratório.

Tudo é energia! Tudo é sintonia! Tudo é vibração! Como encarar uma onda calorífica brotando da geleira ou um raio



luminoso nascendo da escuridão? Não dá! Não dá mesmo! Não tem lógica! Não é racional. A coerência e a lógica do universo comprovam a minha afirmativa. Não dá para **ser** assim do “nada”, neste nosso local e tempo. É preciso que haja

uma interferência, um **estímulo** qualquer, de outra natureza, para que se inicie, ou se reinicie a vibração, assim como uma pedra atirada num lago sereno e inerte, que produz vibrações e movimentos subsequentes.

Quando penso em tal “pedra” sendo atirada no lago, quero me referir ao bebê sendo intimidado na sua serenidade.

Em pleno transtorno, no meio de problemas aparentemente sem fim, eis que surge um novo ser – é ele, o **bebê**! Assim como a flor que, no meio de uma rachadura do cimento mais firme, pode brotar, e se abrir, liberando a sua essência, o seu perfume, que de tão sutil que é, às vezes passa despercebido... Assim também nós, bebês, surgimos nos momentos mais inesperados e, por que não dizer, menos desejados, e revolucionamos, confundimos, emocionamos sim, até mesmo os mais enclausurados nos seus problemas intermináveis, para servirmos de estímulos vivos da beleza da vida e do amor! E por quê? Porque somos indiscretos ou intrometidos? Não! Lógico que não! Aliás, “**não**” na intenção (que é o que vale realmente...), pois às vezes nos tornamos umas verdadeiras “cargas pesadas”, transtornos irremediáveis nas vidas de muitos, que não conseguem, decididamente, nos admitir! O porquê disso tudo é simples, como tudo em nós, bebês. A nossa intenção inicial é trazer para este mundo transtornado em que nos foi permitido o ingresso, através da nossa própria sintonia, um pouco do muito que temos: simplicidade, humildade, candura, apesar de não apresentarmos a ingenuidade exagerada capaz de desejarmos a **aceitação** de todos. É por isso que surge o medo...



Mamãe, se o meu crescimento está, mesmo de forma inconsciente, sendo ameaçado por qualquer motivo ou pessoa, isto é razão suficiente para que eu me desequilibre. Dependendo da intensidade do meu desequilíbrio, posso propiciar uma liberação de toxinas endógenas, que poderão afetar todo o meu metabolismo, a ponto de me deixar vulnerável a uma série de doenças, dependendo das minhas tendências e predisposições. Quando isso ocorre, defendo-me o quanto posso, luto com todas as minhas forças

para permanecer sendo uma fonte de alegria e esperança para você, mamãe, porém sinto muito medo da sua incompreensão, do seu abandono, e principalmente da sua falta de amor para comigo! Não estou querendo me fazer de “coitadinho”, forçando uma situação só para receber a sua atenção. Porém, como já foi até comprovado por Winnicott (Psicanalista e pediatra, que explicou as psicossomatoses e as disfunções como processos defensivos, na Teoria do Amadurecimento), nós bebês precisamos do “holding” (como a mãe sente afetivamente seu bebê), do acalento, do aconchego, do carinho e da dedicação sincera de você, mãezinha, que com toda a sua proteção e segurança nos envolva no seu íntimo de tal forma que possamos sentir

uma interação do nosso ser com o seu, em termos vibratórios, energéticos, em harmonia com um “**todo**”, com um universo de infinito amor!

Somos frágeis sim, na constituição física, incapazes de sermos independentes. Porém, não é só de alimento material que precisamos para o nosso crescimento! Não precisamos unicamente de um leite ou de uma fralda! Necessitamos sim de um “seio materno” que se comprometa conosco de tal forma

que, no momento em que sentirmos fome, também você, mamãe, possa perceber esta carência, não na pele, mas em todo o seu ser – na turgidez da sua glândula mamária cheia de leite para me oferecer, no incômodo que isto lhe causa, não só pela dor local devido à imensa pressão de se ficar com tanto alimento para dar, e não fazê-lo... Pela saída inesperada do veículo da minha fabricação de vida, que é o seu leite, cheio de fluidos vitais, além de proteínas, nos momentos mais inoportunos, umede-



cendo a sua vestimenta, como se estivesse lhe alertando de uma forma bem concreta sobre a minha ânsia de querer calor, satisfação e não frio e incômodo. Também na grande cumplicidade existente entre nós, já por um processo intuitivo, só você sabe quando o meu choro é de fome, pois você não só deduz pelo



tempo que estou em abstinência, mas também reconhece a minha necessidade através do meu olhar ou do comportamento de insatisfação que manifesto, sem alternativa viável de me deixar em paz. Quando adoço, é porque já gastei todas as minhas possibilidades de chamar a sua atenção, como um “grito de

alerta” para que você me ajude a acertar o ritmo do meu caminhar descompassado. Como se, numa dança, fosse necessário dar uma paradinha para rever onde foi que perdemos o rumo... Mas às vezes nem sei se quero continuar “dançando”... Preciso, nestes momentos, de uma sensação subjetiva de bem estar que não tenho...

Por que surgem as doenças? Por que algumas crianças não querem se comunicar? Por que querem se isolar num mundo todo único e seu? Vale a pena sair dele? Para que? Por quê? É seguro? Como posso confiar? Por que eu iria querer?

–“Será que você realmente me ama? Você se transforma quando estou quase confiando em você”...



Olhar da pediatra VI

Agora, segundo a médica pediatra:

Foi o que respondeu uma vez uma criança de rua, quando perguntei o porquê dela ser tão arredia e intolerante, respondendo mal, negativamente, com violência, a qualquer tentativa de aproximação. Seu comportamento severo, rude, demonstrava falta de vontade em se deixar ser auxiliada. O que decididamente não deveria acontecer, a partir do momento que estava tão carente! Ela respondeu que eu não me apresentava constantemente nas minhas demonstrações de fazer o bem para ela. Muitas vezes modificava o meu comportamento e a machucava nos seus melhores sentimentos, nos momentos em que acreditava em mim! Qualquer tipo de violência, qualquer tipo, acaba com qualquer confiança! Sinceridade vivida e praticada por 30 anos de profissão! Até mesmo que seja colocar um abaixador de língua na boca de um bebê. Agora que já consegui compreender isso, eles sozinhos é que colocam a espátula na boca. Eu só auxilio e converso, enquanto vejo o que é preciso. Esta constatação de rebeldia e insegurança é observada desde uma criança com amidalite súbita ou resfriado, até um câncer! E não se trata de exagero ou radicalismo... É fato, observação, e já foi também dado estatístico, trabalho realizado e apresentado em congresso (02 a 04/05/2002 – VII Simpósio Nacional de Pesquisa em Homeopatia (SINAPIH), Simpósio Internacional de Pesquisa em Homeopatia (SIPH), XIV Encontro Nacional de Estudantes Interessados em Homeopatia (ENEIH) - na UERJ, Apresentação de Trabalho Científico - conferência com o título “Rubricas Repertoriais, Câncer e Cancerinismo”). Cada um responde como pode. Dependendo do momento de atuação, pode-se reverter o processo, ou não. Se houver amor envolvido então... As coisas mudam de questão.

No intervalo do almoço de um congresso no Hotel Glória, Rio de Janeiro (12/09/08), após conversar com a mãe de uma paciente sobre uma intervenção cirúrgica opcional (a paciente não quis mais o tratamento, continuava com infecção e sentia dor), um comentário foi feito sobre a atuação do grupo de trabalho “Aveloz”. Foi transcrito aqui da forma original, para não haver modificações no sentido, devido à tradução original do texto não comportar o real sentimento percebido.

“ I red your reflections and thought – How grateful am I for being working within a place that holds so many children, so gently, taking care in an humanized way! We have being working together, the way we can, trying to minimize the suffering and valorizing life, producing endorphins in our patients, achieving wonderful results with **Euphorbia tirucalli** (Aveloz) in an homeopathic preparation way.”

Traduzindo o pensamento: “Eu li as suas reflexões e pensei – Como estou grata por estar trabalhando dentro de um lugar que acolhe tantas crianças, tão gentilmente, cuidando de uma maneira humanizada! Nós temos trabalhado juntas, da maneira que podemos, tentando minimizar o sofrimento e valorizando a vida, produzindo endorfinas nos nossos pacientes, alcançando resultados maravilhosos com a **Euphorbia tirucalli** (Aveloz) num modo de preparação homeopático”.

Como diz o Dr. Luiz Alberto Py, médico formado pela UFRJ, conselheiro familiar pelo estado da Califórnia (EUA):

- “A felicidade não é a ausência de sofrimento. Você será mais feliz, se na sua estrutura emocional se capacitar e enfrentar a dor sem perder a alegria de viver”.

É uma questão de treinamento, capacitação. Aprender a deixar a alegria de viver invadir o seu coração, apesar das dificuldades do momento, pensando no mais importante, que é estar vivo e consciente, para ser feliz. Crianças com câncer, que

brincam no consultório, durante a consulta, comem “pastéis” e planejam seus próximos passeios, nos ensinam isso...

“A vida é coisa séria”! Já nos disse várias vezes por intuição e demonstrou com o próprio exemplo, o nosso querido filho, nos seus poucos cinco meses e cinco dias de existência...

Precisamos erguer as mangas e colocar toda a nossa energia na preservação do nosso **ideal**.

Qual é o ideal de um bebê? Segundo *Conversando Com O Bebê - Educação*, o ideal dos bebês é crescer e se desenvolver de uma maneira saudável e integral. Se as agressões existentes em todo contexto de vida são capazes de influenciar modificações em todos os seres, até mesmo na sua estrutura genética, provocando uma desorganização parcial ou total deste ser, por que não acreditar que estes processos poderão ser revertidos? Através de uma intensa energização positiva, encaminhando a energia vital do ser na direção e sentido saudáveis da própria evolução, a partir de uma medicação homeopática bem individualizada, orientada e executada dentro dos princípios da doutrina homeopática, conseguimos modificar processos de doenças no período inicial.

Não é o momento, porém, de se condenar ou ter sentimentos desagradáveis em relação a nada ou ninguém.

É o momento de se trabalhar, de se conscientizar da realidade em que nos encontramos e fazer o melhor que pudermos para sermos felizes e inteiros. Felizes sim, apesar do momento. Inteiros, e não seres “pela metade”, vivendo por viver, deixando a vida passar sem saber por que, nem como, sem viver intensamente, tendo paz!

Frutos Colhidos

Leite materno

O leite materno é reconhecido mundialmente como o melhor alimento para a criança nos primeiros anos de vida.

Todo leite materno é forte e tem tudo o que a criança precisa.

O leite materno é prático e de graça!

O leite materno é importante até a idade de dois anos ou mais!

O leite materno já está pronto, aquecido e limpo.

Amamentação é saúde também para a mulher.

Criança que mama no peito não passa fome.

Amamentar diminui o sangramento após o parto.

Amamentar previne doenças de ossos, o câncer de mama e do ovário.

Amamentar ajuda o corpo a voltar mais rápido ao normal.

Amamentação exclusiva é um bom meio de evitar a gravidez.

Até os seis meses a criança só precisa do leite materno para se alimentar.

O leite materno mata a sede do bebê, pois contém água.

Não é preciso dar água para a criança que mama exclusivamente o leite materno.

Só comece a dar outros alimentos para o seu bebê após seis meses de alimentação com leite materno.

Se tiver dúvidas, procure ajuda!

A amamentação será um sucesso!



O leite materno contém vitaminas para a pele e para os olhos do seu bebê.

O leite materno contém proteínas para um bom crescimento do bebê.

O leite materno contém cálcio e vitaminas, para os ossos do bebê ficarem fortes.

O leite materno contém os fatores de proteção contra todos os micróbios – os anticorpos maternos.

O leite materno faz a criança ser mais sadia e inteligente.

O leite materno ajuda o crescimento e o desenvolvimento adequado da criança.

O leite materno mantém a criança bem nutrida.

O leite materno protege contra doenças.

Amamente apenas os seus bebês. Se quiser ajudar a outros bebês, doe o seu leite para um banco de leite.

Amamentar auxilia a comunicação com o seu bebê.

Amamentar meia hora após o parto estimula a produção de leite.

Ofereça o peito para o bebê. Ele fará o resto.

Problemas? Procure ajuda! Não perca a sua chance de amamentar!

Queremos o sucesso da sua amamentação. Queira amamentar! Queira muito!

Quanto mais o bebê mamar, mais leite será produzido na glândula mamária.

Ofereça o peito para o seu bebê todas as vezes que vocês quiserem.

Amamentar é natural, normal, comum e legal!

Amamente o seu filho e veja só o final: um bem estar social!

A amamentação protege a paz da família e o equilíbrio do indivíduo.

Se todos os bebês fossem amamentados, muitos adultos não seriam revoltados.

Trechos de cartas enviadas

Oi A.,

... Bem, o “Hospital Amigo da Criança” é uma iniciativa da Organização Mundial da Saúde. Agora, a Secretaria de Saúde está dando apoio para que a nossa maternidade receba este título (finalmente!). Trata-se de um local onde todos são treinados para auxiliar o aleitamento materno. O problema é que estão todos tão desanimados, tão desacreditados em praticamente tudo, algumas vezes até revoltados com as condições atuais da maternidade que não conseguem enxergar uma perspectiva de mudança!

Eu, porém, sempre tive este sonho de tornar aquele lugar mais humano, principalmente após fazer o curso de treinamen-

to lá na Rua México, onde compreendi que a mudança precisa acontecer nas pessoas, com a busca em melhorar a sua qualidade de vida individual, com mais esperança em dias melhores e mudança do que não é saudável! A reestruturação das condições físicas também é necessária, lógico, porque o hospital está mesmo “caindo aos pedaços”, porém não é o principal. O que parece ser prioritário para o começo das mudanças é o fato das pessoas acreditarem que é possível, e quererem mudar de fato! Elas até querem, porém acham que não vai valer a pena começarem a mudança sozinhas... Afinal de contas, tudo está tão ruim!...

A idéia que tive foi de levar mesmo a sério aquilo que já tinha sido sugerido a mim por alguns pacientes, quando eu comentava sobre o meu “sonho”... Eles me falavam sobre um cantor. Diziam que ele era uma pessoa muito humana, que adorava o local, que certamente poderia ajudar. De início achei incrível, pois como é que ele iria se interessar por uma maternidade? E depois, o que ele poderia fazer para mudar o principal, que eram as pessoas? Confesso que fiquei também com vergonha de pedir qualquer coisa a ele, por se tratar de uma pessoa conhecida demais e que poderia achar loucura, de minha parte, envolvê-lo em algo assim...

Por coincidência, começaram outras pessoas, a falar a mesma coisa – que eu falasse com ele! No início, foi um paciente que o conhecia; depois uma amiga que também o conhecia pessoalmente; finalmente você, por também ser próxima dele, que me sugeriu levar isso a termo! Pensando no que eu iria pedir a ele, veio a idéia de utilizar a sua forma descontraída e alegre de resolver situações difíceis, com a animação característica de um artista. Artistas, normalmente, sabem se deixar levar pela melhor qualidade da sua imaginação! Sendo através da música, poderia fazer nascer uma nova forma das pessoas

encararem as dificuldades do caminho, sem desistirem do ideal maior, que é a melhora da qualidade do nascimento através do aleitamento, com a certeza de melhorar o futuro de nossa sociedade.

Com toda esta mobilização, acabei tendo eu mesma a inspiração, e fiz alguma coisa que não sei se poderá ser útil... Se der para ser uma letra de música, acho que ficaria muito legal! Que tal? (ver: 555“Amamentar aprendendo a amar”- pág. 216).

Esta coisa de Via Láctea é da mitologia Grega. Foi comentado pelo Professor Dr. José Dias Rego no Congresso de Pediatria esta semana, no Hotel Glória, que a mãe de Zeus, eu acho, amamentava o seu filho e o leite jorrava tanto do outro seio, que se espalhou pelo universo, formando a Via Láctea!

Espero que você consiga que ele nos ajude... Já falei com a diretora da maternidade e ela disse que “tudo bem” (não sei se acreditou). Idéias são bem vindas! Estou na coordenação do Comitê de Aleitamento Materno agora, por isso me atrevi a tomar esta iniciativa. Um grande beijo para você e aguardo a sua resposta (quando for possível). Com carinho, Eliane.³⁷

Oi S.,³⁸

... No sábado, levei o livro com o meu conto para lhe dar e como não a encontrei, gostaria de enviar por correio. Você pode me indicar um endereço para remessa?

Este livro é para ficar como marco inicial da minha vontade de fazer alguma coisa para mobilizar o pensamento e o sentimento dos que conseguirem captar a mensagem de tantos

³⁷ Rio de Janeiro, 12/04/2006 – enviada para esta amiga, por E-mail.

³⁸ Rio de Janeiro, 14/09/2008 – após o Congresso de Ensino e Pesquisa, no Hotel Glória.

bebês que aguardam um espaço e um momento para se manifestarem. Foi publicado pela Sociedade de Medicina e Cirurgia, com a promessa de ser divulgado, como prêmio de 1º lugar no concurso que participei em 1999. O Professor Azor tinha assumido a direção do Hospital Gaffrée e Guinle naquele ano e estava com muitos compromissos. Foi difícil para ele, que também era responsável pela Sociedade, fazer a divulgação. Atualmente estou pensando em publicar um livro só com o meu conto pediátrico *Conversando Com O Bebê*, desta vez, acrescido de outros aspectos.

Como você pode ver, são muitas as idéias e necessidades. Estou procurando fazer o melhor que posso, apesar de reconhecer que ainda estou muito aquém das minhas próprias expectativas e possibilidades!

Você me auxiliou muito a organizar idéias e prioridades.

Espero encontrá-la da próxima vez com alguns resultados concretos.

Beijinhos, com carinho, Eliane.

Amamentar, aprendendo a amar...

Dê o seu leitinho
Com muito carinho
Para o seu bebezinho
Ele não ficará sozinho

Amamentar é amar
É fazer restaurar

O mais firme pensar
Para o bebê embalar

Momento de amor
Que com todo esplendor
Afasta a dor
E cria a flor

Flores pequeninas
Ainda por abrir
Sejam vespertinas
Na arte de sentir



Que possamos conhecer
Como fazer florescer
Todo o esplendor
De um jardim em flor!

Pequenas lindas estrelinhas
Em seu caminho a luzir
Possam a luz repartir
E os corações abrir

Abrir para o amor
Cultivando o fulgor
Na Via Láctea³⁹, onde for...
Menininhos e menininhas.

Cultivar o amor

S-Sonoplastia; ***P1***-Pai do “bebê”; ***P2***- Pai da Paulinha;
Avó M-Avó Materna; ***Avô M***- Avô Materno;
Avó P- Avó paterna; ***V***- Vizinha; ***C***- Camila; ***A***-Andréa.

Total: 09 personagens

S - Duas jovens mães, saindo da maternidade:
C - Oi Andréa, você também está indo para casa hoje?

³⁹ Dra. Eliane, 10/04/2006, inspirada na palestra do Dr. José Dias Rego, quando relata que o leite da mãe de Zeus, fluindo e se espalhando pelo universo, deu origem à Via Láctea.

Felicidades para vocês!

A - Eu não sei se vou conseguir amamentar...

C - Vai sim! Até pelo menos 6 meses, só com o seu leite!

Vai dar tudo certo, vocês vão ver!

S - Após sete dias...

A - Ai,... Não aguento mais! Hoje faz uma semana que tive esse bebê... Estou preocupada... Ainda não tenho muito leite... Será que ele vai ficar com fome? Vamos bebê, mama!

S - E o bebê só sabe chorar!!!...

A - Esse bebê não quer mamar!

P1 - Será que ele gosta do seu leite?

Avó P - Acho que o seu leite é fraco...

Avó M - Você ainda está com muitas dores, coitada, é por isso que não consegue... Quer tomar um pouco de Malzebier, filha? Dizem que é bom para dar leite...

Avó P - Não, melhor é canjica ou uma canja de galinha bem forte!

A - Estou enjoada... Não sei se é melhor dar mamadeira...

P1 - É, acho bom, para ele calar logo. Não aguento choro de criança!

V - Será que o seu leite está salgado?

Avô M - Não é melhor chamar a sua prima, que tem muito leite, para amamentar o bebê?

Avó P - Como vai ser mesmo o nome desse menino?

S - Enquanto isso...

C - Bom dia, Paulinha! Hoje você completa uma semana. Parabéns! Logo você estará bem gordinha, e mais esperta. Agora vamos trabalhar! É hora de mamar! Vou colocá-la bem juntinho de mim para você se sentir bem. Está com sono, querida? Vou mexer na sua bochecha para você acordar... Isso mesmo! Vai, filha! Mama! Quanto mais você mamar, mais leitinho aparecerá

para você da próxima vez! Estou tão feliz que nem me importo com as cólicas...

P2 - Camila, você está com fome?

C - Sim, estou acabando de amamentar a Paulinha; estou com sede e muita fome!

P2 - Vou levar um lanche para você. Que tal um suco de frutas com um sanduíche natural?

C - Unh!... Que delícia! Obrigada, meu querido! Você é um ótimo papai!⁴⁰

Mensagens de celular

A mãe de um bebê da maternidade, que acompanhei por um ano na Puericultura (atendimento Pediátrico), enviou-me uma mensagem, pelo celular, para o final de ano:

-“Tia Eliane, um feliz natal e um ano novo maravilhoso para você e toda a sua família. Um beijinho do PL e família”. (05/12/2009 – 18h10min.).

Temos um contato muito agradável, as mães e eu, pois adoro observar e aproveitar estes momentos com os bebês. Nestas oportunidades, temos uma verdadeira troca de sentimentos e emoções. Apesar de ser uma consulta, não podemos deixar de vibrar com a dinâmica do seu crescimento e desenvolvimento, pois é real e único! Sendo assim, acabamos nos envolvendo nas situações que a vida nos oferece, e participando do desenrolar das ocorrências. Acontece que, sempre que posso, oriento em relação à educação e ao trato com os bebês, para que conversem com eles, honestamente, sem medo e sem

⁴⁰ “Teatrinho” improvisado, para orientação nas palestras, usado como sensibilização, com personagens voluntários, escolhidos no momento. Utilizado várias vezes, para exemplificação de como “deixar o amor fluir”.

medirem forças, isto é, sem necessidade de mostrar quem está mandando... É o valor **moral** que determina o responsável pelo **final** do desenrolar da atitude a ser tomada. Se der uma ordem ou pensar que algo é melhor de tal forma, preciso saber se realmente o é, se tem lógica, se é tão necessário assim...

Muitas entendem, outras não. Esta mãe, morando num sítio, longe da cidade, aparentemente sem maiores aspirações, mostrava algo especial: tinha “olhos para ver” e “ouvidos para ouvir”⁴¹. Compreendia logo quando eu falava alguma coisa sobre a educação do filho e se interessava em saber mais. Algumas são assim... Em ocasião anterior, quando o seu bebê já havia completado um ano e não estava mais comparecendo às consultas, ligou-me por telefone, para dizer que estava com saudades e oferecer para que eu fosse à sua casa quando quisesse (gracinha, não é?...). Falei que a veria no próximo bebê. Ela respondeu que pretendia mesmo ter outro. Respondendo a mensagem do celular, falei: -“Para vocês também um ótimo final de ano! Vamos esperar a nova menina! Beijinhos, Eliane.” (07/12/2009 – 17h04min.).

Resposta: -“Eu adorei essa história de menina! É justamente o que eu quero, mas antes pretendo ler o seu livro para estar mais preparada quando isso acontecer. Beijos e tudo de bom. C.” (08/12/2009 – 04h50min.).

Pelo jeito, já temos pelo menos um bebê aguardando o desenrolar deste livro para se manifestar... A responsabilidade é grande, tenho consciência disto, mas a necessidade de esclarecer, apoiar, auxiliar é muito maior! É incrível como tantas mães têm filhos sem saber pelo menos o básico do básico! Foi como falou a minha filha, quando precisou cozinhar pelas primeiras vezes, com a responsabilidade de uma casa própria, que ninguém explicava como se fazia as coisas mais simples. O

⁴¹ A Bíblia Sagrada (Mat. 13,16).

trabalho está entregue. É o início. De agora em diante, só mesmo muito esforço e vibração, para que o bem seja multiplicado e aproveitado para a saciedade de todos os que precisarem. Mas sem desperdício! Manter a simplicidade e a suficiência é fundamental!

Rio, 27 de dezembro de 2009

Bibliografia

Baseada na minha prática em Pediatria; Homeopatia; Ciência, Filosofia, Religião Espírita e experiências vividas até o dia de hoje.

Estas são algumas referências que norteiam a minha trajetória:

HAHNEMANN, S. **Organon da arte de curar**. 2. ed. GEHSP (Grupo de Estudos Homeopáticos de São Paulo) “Benoit Mure”. *São Paulo: SP, 1995*.

LIMA, AZOR JOSÉ DE. **Pediatria Essencial**. Quarta Edição. Livraria Atheneu Editora, Rio de Janeiro, São Paulo, 1992.

BOERICKE, W. **Matéria Médica Homeopática com Índice Terapêutico**. Copyright Fraenkel, B.B., Edição do Tradutor. Rio de Janeiro: RJ, 1993.

LUDINGTON, HOC, DR. SUSAN. **How to have a smarter baby**. Third edition, New York, Bantan books, 1990.

WORLD HEALTH ORGANIZATION E UNICEF. **Aconselhamento em Amamentação**. Instituto de Saúde, SES, São Paulo, 1993.

LEVRAT, M. PIGEOT, CH. A. SETIEY, P. TÉTAU, J. M. **Guia de prescrição Homeopática**. Organização Andrei Editora Ltda. São Paulo. 1996. 343p.

CARILLO JR., R. **Fundamentos da Homeopatia Constitucional**. Livraria Santos Editora. São Paulo: SP, 1997.

CARILLO JR., R. **Homeopatia, Medicina Interna e Terapêutica**. Livraria Santos Editora. São Paulo: SP, 2000.

FRANCO, D.P. **Understanding Spiritual and Mental Health**. 2ª edição. Livraria Espírita Editora. 2005. 124p.

RIBEIRO FILHO, A. **Novo Repertório de Sintomas Homeopáticos**. 1ª edição, São Paulo, Robe editorial, 1996.

VARRICCHIO, M.C.B.N. et al. **Estudo de observação clínica sobre terapêutica homeopática em pacientes com câncer e a evidência da racionalidade homeopática** (pesquisa). Instituto Hahnemanniano do Brasil (IHB). Rio de Janeiro: RJ, 2002.

VARRICCHIO, M. C. B. N. et al. **Estudo Teórico sobre o Éster do Forbol dinamizado e suas possíveis implicações e aplicações nas terapêuticas do câncer e da AIDS** (monografia). Instituto Hahnemanniano do Brasil (IHB). Rio de Janeiro: RJ, 1996.

VARRICCHIO, M.C.B.N. et al. **O emprego do Avelós (Euphorbia tirucalli) dinamizado como tratamento coadjuvante no câncer pediátrico**. Pesquisa no Instituto Hahnemanniano do Brasil (IHB). Rio de Janeiro: RJ, 2002.

VARRICCHIO, M.C.B.N. et al, **Rubricas Repertoriais, Câncer, Cancerinismo** (pesquisa). Rio de Janeiro: R J, IHB; UERJ; SINAPIH; ENEIH; SIHP, 2002.

LAKS, D.; LOUGH, F.; WAGNER, M.,B.; GARCIA, PCR **Sobrevida de crianças com leucemia linfocítica aguda tratadas com protocolo Berlin – Frankfurt – Munique**. Jornal de Pediatria. v.79, n.2, 2003. 149 p.

RODRIGUES, K.E.; CAMARGO B. **Diagnóstico Precoce do Câncer Infantil: Responsabilidade de todos**. Revista da Associação Médica Brasileira. v. 49, n.1, 2003. 29 p.

FERNANDES, FRANCISCO; LUFT, CELSO PEDRO; GUIMARÃES, F. MARQUES. **Dicionário Brasileiro Globo**. 44ª edição, São Paulo, Editora Globo S.A.

BUENO, SILVEIRA. **Minidicionário da Língua Portuguesa**. Sexta edição. Editora Lisa S/A, 1992.

ROCHA, RUTH. **Grande Enciclopédia Larousse Cultural**. Edição integral, São Paulo, editora Nova Cultura Ltda., volume 27, Página 559 - 60, 1988.

Constituição da República Federativa do Brasil. Promulgada em 5/10/1988. Atualizada até a emenda constitucional nº 42 de 19/12/2003. 3ª edição. Coleção Saraiva de Legislação. Editora Saraiva. 2004. 386p.

DUQUE, Gil A. B. **Homeopatia no Serviço Público: Avaliação do Atendimento no Centro de Saúde do Manejo**. SMS. PMR. 2002. 10p.

CASTRO, ELIANE. T. M. **Ensaio Clínico-Terapêutico com Administração do Medicamento Homeopático Pulsatilla Nigricans para Nutrizes com Dificuldade em Amamentar**. Rio de Janeiro. 2002. 6p.

Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde (PNPIC-SUS). Rio de Janeiro. 2006.

Projeto de Implantação do Centro de Referência Estadual de Homeopatia (CREH) e Organização de Atenção Homeopática nas Unidades da SES-RJ. Rio de Janeiro. 1993.

Programa de Homeopatia da Prefeitura do Rio de Janeiro. 2004. 2p.

PUSTIGLIONE, Marcelo. **Homeopatia e Cuidados Básicos da Saúde**. São Paulo. Dynamis Editorial. 1998. 136p.

Resolução da Diretoria Colegiada (RDC) 214. 18 de dezembro de 2006. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA).

KOSSAK, A R. **Homeopatia em Mil Conceitos**, São Paulo, ELCID editora e distribuidora de livros técnicos Ltda., 1984.

TYLER, ML. **Retratos de Medicamentos Homeopáticos**. Vol.II, São Paulo, Santos Livraria Editora, 1999.

KUHL, EURIPEDES. **Genética e Espiritismo**. 2ª edição, Rio de Janeiro, departamento editorial, Federação Espírita Brasileira, 1997.

VATICANO II, CONCÍLIO. **A Bíblia Sagrada**. Dei verbum, sobre a Revelação Divina. Sessão Pública de 18/11/1965. Roma.

KARDEC, ALLAN. **O Evangelho Segundo o Espiritismo**. Primeira edição, Edições CELD, Rio de Janeiro: RJ, 2000.

XAVIER, FRANCISCO CÂNDIDO. **Coleção A Vida no Mundo Espiritual**. André Luiz (psicografia). FEB, Rio de Janeiro, 2009.

KARDEC, ALLAN. **O Livro dos Espíritos**. Instituto de Difusão Espírita, centésima septuagésima sexta edição, 2008.

CAIRO, DR. NILO. **Guia de Medicina Homeopática**. Vigésima primeira edição, Livraria Teixeira Ltda., São Paulo, desde 1876.

XAVIER, FRANCISCO CÂNDIDO. **Fonte Viva**. Emmanuel (psicografia), FEB, décima oitava edição, Rio de Janeiro, 1956.

FRANCO, D. P. **Plenitude**. Joanna de Angelis (psicografia), LEAL Editora, décima terceira edição, Salvador, Bahia, Brasil, 1991.

ARRUDA, LUZIA HELENA MATHIAS. **Método de Autocura**. CELD Editora, primeira edição, Rio de Janeiro, 2006.

Artigos de jornais, Trabalhos científicos, Livros da Doutrina Espírita (os básicos, da codificação, e outros), *sites* da internet (Ministério da Saúde, SBP, SOPERJ), comunicação com amigos, dentre eles, os meus próprios pacientes, complementam esta lista.

Glossário

1. JOÃO - 18/09/98 - 23/02/99 (5 meses e 5 dias de vida material intensa e rica de simplicidade, beleza, alegria e aprendizado).
2. BEBÊ - Ser humano no início do seu amadurecimento, considerando-se este "início" como o aparecimento da **consciência** do ser e a aquisição de um **corpo material**.
3. MAMÃE - Ser humano do sexo feminino, rica em sensibilidade, intuição e principalmente **vontade** de ouvir, observar, compreender, dialogar e acertar o caminho para o êxito, em sua função de auxílio a um crescimento e desenvolvimento saudáveis do bebê.
4. PAPAI - Ser humano do sexo masculino, expectante quanto aos fatos novos ocorridos materialmente, responsável pela sua participação nas mudanças, consciente das necessidades existentes, com um **potencial** enorme para solucionar **qualquer** problema referente ao novo contexto de vida.
5. SHANTALA - Nome dado à técnica de massagens para bebês usada há milhares de anos na Índia, conhecida no Ocidente através do Dr. F. Leboyer, obstetra francês que observou, em Calcutá, uma mãe massageando seu bebê. É reconhecido como uma arte, arte de dar amor, antes de ser simplesmente uma técnica.
6. AMOR - Sentimento sublimado, que constrói, gratifica, envolve com felicidade e realização.
7. EU TE AMO - Expressão de um objetivo atingido, com sentimento de satisfação, gratidão, admiração.

8. ADULTO - Ser humano compreendido na faixa de desenvolvimento desde a adolescência até a idade mais avançada.
9. CRESCIMENTO e DESENVOLVIMENTO - Os mais altos fins da existência de um Bebê. Manifestação concreta de felicidade e realização.



A Autora

Eliane Turano Monteiro de Castro Torres

Nasceu em 27 de dezembro de 1954, em Pirassununga, São Paulo. Devido à carreira militar de seu pai, viveu em vários estados brasileiros: Ponta Porã, Estado do Mato Grosso do Sul; Três Corações, Estado de Minas Gerais; nas cidades do Rio de Janeiro (bairros da Praia Vermelha, Vila Isabel, Tijuca, Sepetiba e Campo Grande) e Resende, Estado do Rio de Janeiro; Brasília, Distrito Federal e Rockville (State of Maryland), Estados Unidos da América (EUA). Em 1973, aprovada no vestibular para iniciar o curso de Medicina, na UNIRIO, trançou a matrícula e foi para o ELS Language Center, Washington DC, para estudar por seis meses, horário integral, a fim de poder ingressar na Catholic University of America e descontar alguns créditos na volta à faculdade, após dois anos de estadia no exterior. Este foi um dos grandes esforços a que foi submetida, uma vez que no retorno ao Brasil, precisou reiniciar o curso de Medicina, apesar do que já havia adquirido em créditos na universidade dos EUA, que não foram aceitos na UNIRIO. Formou-se em 1980, dedicando-se à Pediatria desde o início, principalmente à Puericultura, e após 17 anos retornou ao prédio de sua faculdade de origem, no centro da cidade do Rio de Janeiro, para especializar-se em Homeopatia (no Instituto Hahnemanniano do Brasil – IHB, onde hoje é “Membro Titular”). Começou a escrever desde o nascimento de sua filha, mobilizada pela sensibilização que tal emoção lhe proporcionou. Inicialmente, escrevia comentários isolados, intensificados com a segunda gravidez, após 17 anos, até se transformarem em sugestão de um livro. Fortificada pela insistência de seu

pai, culminando com a oportunidade da licença prêmio (três meses), adicionada às férias, na maternidade onde trabalha, conseguiu finalmente concluir o seu intento. Atualmente, completando neste ano de 2010 os seus trinta anos de formatura, possui o encargo do atendimento a sessenta bebês, de zero a um ano, por semana, no ambulatório de Pediatria do Hospital Municipal Maternidade de Xerém (HMMX), em Duque de Caxias, RJ, além do atendimento, no consultório, a adultos e crianças (Pediatria e Homeopatia), trabalho de Pesquisa Clínica, pela Federação Brasileira de Homeopatia (FBH-Atualmente membro diretor), com crianças com câncer, através de atendimento ambulatorial com Homeopatia. É também Membro do Grupo de Trabalho para a elaboração do “Projeto de Implantação do Programa Municipal de Homeopatia no Sistema Único de Saúde (SUS) do Município de Duque de Caxias”. Faz atendimento voluntário às crianças da instituição de acolhimento “A Minha Casa” pela Associação dos homeopatas da Zona Oeste (AHZO, na qual exerce o cargo de vice-presidente). Participa da equipe do “Projeto de Auto-Cura”, no Núcleo Espírita Léon Denis. Seus projetos futuros são continuar com todos estes compromissos e participar da preservação da saúde de pais e filhos, através da comunicação e prevenção. Procura atingir a maior parte possível de pessoas que possam compreender a importância de uma comunicação aberta e verdadeira de seus sentimentos, na intenção de se protegerem e de prevenirem a instalação de dificuldades evitáveis, mantendo o equilíbrio, a harmonia, o bem e o amor em suas vidas.

 Prefeitura Municipal de Duque de Caxias Secretaria Municipal de Saúde		 SUS Sistema Único de Saúde
DATA	EVOLUÇÃO	
		Consultas subsequentes
	<i>Dra. Eliane - Bom dia!</i> <i>Parabéns pelo livro</i> <i>ficou lindo, pratico e</i> <i>objetivo.</i> <i>Ao lê-lo identifiquei</i> <i>a tua pessoa nele.</i> <i>Conte com minhas</i> <i>vibrações e trabalhe para</i> <i>a multiplicação deste bem.</i> <i>Parabéns:</i> <i>Beijos</i> <i>M^{re} Maria Moreno</i> <i>05/02/10.</i>	

Uma das colegas da enfermagem, que leu o livro que deixei com elas, na sala de pesagem, onde fica também o nosso cafezinho... Era só o esboço do livro, com a parte escrita, após voltar da licença especial. Deixou-me este bilhete, pois não coincidimos os dias de trabalho, desta vez.

Dra. Eliane

Bom dia!

Parabéns pelo livro. Ficou lindo, prático e objetivo. Ao lê-lo, identifiquei a tua pessoa nele. Conte com minhas vibrações e trabalhe para a multiplicação deste bem. Parabéns!

Beijos

Maria Moreno.

05/02/2010

O Bebê se Manifesta

Introdução

De seu bebê conseguem-se as expressões por meio de palavras, certamente você irá compreendê-lo de modo fascinante... Mas para um observador atento, ele a todo instante está tentando dizer muitas coisas, esperando de você uma reação.

Observe bem o seu bebê, veja o que ele tenta lhe dizer: Não sabe falar, mas simplesmente diz o que ele sente... E quando você está estranhando para "entendê-lo", ele nem o ouve, na mesma faixa de entendimento, sabe dar-lhe a resposta de que ele tanto necessita!

- "Mamãe você me ama?"

Você ao mundo, ao meio de tantas dificuldades, de um jeito que certamente não foi como você gostaria totalmente. Se quer queriam lhe dar milhares conselhos - talvez pensassem em outra maneira, quando estivessem mais próximos... Os pais sempre pensam assim... Porém para sobreviver ao amor, este foi o momento em que foi colocado no mundo, para mostrar-lhes que existem muito mais coisas importantes para se viver, para se sentir - existe o amor para penetrar as nossas vidas! Essas coisas no tel. Os pais muitas vezes não dão direito de nam... Mas como fazer para colocar isso tudo em prática, se não conheço direito o meu corpo, se não conheço o mundo, se tanto preciso aprender?... Fim da vida, do seu corpo, do seu mundo, da sua dorçola, da sua compreensão... Resumindo - do seu amor. Isto é, sim, essencial para mim, mais do que qualquer outra coisa!

Elaine Tânia Monteiro de Castro Torres

Matr. 13783-9 - PMDC

Autora do Livro - Conversando com o Bebê



Emergência da maternidade de Xerém, no dia 14/04/2010, quando vi o banner na parede, colocado havia uma semana! A diretora da maternidade gostou destes dizeres do livro e resolveu utilizá-los. Duas futuras mães lendo, enquanto aguardavam o atendimento. O bebê da foto é uma montagem – não existe.



CONVERSANDO COM O BEBÊ

Quando criamos nossos filhos, temos por hábito, seguir aquilo que nossos pais nos ensinaram e tomar como base nossos próprios conceitos e paradigmas, mas, na verdade não sabemos que, nossas crianças são seres prematuros, mas com sua linguagem própria que devemos identificar e respeitar e quem sabe aprendermos com eles, pois seus sentimentos e expressões vem de forma honesta e natural. Quando aprendemos a ouvir nossas crianças, percebemos o quanto é simples lidar com elas, ao invés de querermos que sejam adultas como nós, se torna mais fácil ser criança também.

Marcelo Masid

Um amigo, que se sensibilizou, resolveu me auxiliar e participou do livro.

Conversando Com O Bebê

Quando criamos nossos filhos, temos por hábito, seguir aquilo que nossos pais nos ensinaram e tomar como base nossos próprios conceitos e paradigmas, mas, na verdade não sabemos que, nossas crianças são seres prematuros, mas com sua linguagem própria que devemos identificar e respeitar e quem sabe aprendermos com eles, pois seus sentimentos e expressões vêm de forma honesta e natural. Quando aprendemos a ouvir nossas crianças, percebemos o quanto é simples lidar com elas, ao invés de querermos que sejam adultas como nós, se torna mais fácil ser criança também.

Marcelo Masid

Conversando Com O Bebê

Conheci Dra. Eliane Turano por indicação de uma amiga comum...

Para mim, é a melhor pediatra do mundo inteiro, porque assim que a minha querida neta Maria Eduarda nasceu, foi ela quem cuidou da menina, desde a cura do seu umbiguinho.

Aliás, diga-se de passagem, todos os meus médicos o são, cada um na sua especialidade: neurologia, musicoterapia, psicologia, clínica médica e outras.

Eu não os escolho - Deus os escolhe por mim - e, numa incrível reciprocidade, eles vêm a mim ou vice-versa!

No presente momento, no entanto, cabe-me a imensa responsabilidade de, dissecando sua personalidade ímpar, mostrar-lhes o seu coração que palpita de amor, do mais puro, pela humanidade sofredora, que só passará deste estágio, com a educação do novo homem, educação esta, cujo primeiro passo se dará através exatamente do nosso, vosso bebê!

Seu livro *Conversando Com O Bebê* vem norteado pelo eficiente método da educadora Maria Montessori, partindo das coisas mais simples e imediatas (o uso incorreto da mamadeira, chupeta, etc.) ensinando às mães sobre o mundo real e ao mesmo tempo imaginário do bebê, de forma lúdica e simplesmente agradável.

Ao mesmo tempo em que amplia para a nova mãe sobre este nosso mundo, em círculos concêntricos (de acordo com a moderna educação), a visualização

sobre o espaço físico do ambiente que nós, adultos, lhes proporcionamos.

Este livro é um verdadeiro farol à mulher que se dispôs a ser co-criadora de Deus, gestando um único ser. “Ninguém tem o seu sorriso, sua voz, seu tom, seu jeito”, como disse o musicoterapeuta Luiz Antônio Millecco, numa de suas canções inigualáveis. Deus nos criou e somos para Ele especiais, incríveis e eternas “reálias” (objetos reais da natureza: pedrinhas preciosas, conchinhas, etc.) deste nosso mundo. Como sabemos Fröebel, o criador dos “jarduns-de-infance”, tanto quanto a educadora Maria Montessori, com o seu método de livre ensino adaptado às características físicas e emocionais das crianças, levando-as a “aprender, fazendo”, seguiram o eminente Filósofo da Educação e o sábio educador Jean Heinrich Pestalozzi. Em certa ocasião, Pestalozzi cuidou sozinho de 300 órfãos de guerra, e dirigiu o Colégio Yverdon, na Suíça, frequentado pelas melhores famílias da aristocracia da época, com um quadro de professores da mais alta sabedoria. Sabemos ainda que Pestalozzi tinha Jean Jaxques Rosseau como o excelente educador que modificou a educação da época, libertando-a dos castigos físicos e adotando a natureza como seu ambiente de ensino, descrito no livro “Emílio”- “O homem nasce bom, a sociedade é que o perverte” - que retrata o seu método natural de educação.

Assim, simples e natural, observando cada passo do crescimento e desenvolvimento do bebê, é que a nossa pediatra, homeopata Dra. Eliane Turano - a melhor do mundo, nunca é demais repetir – nos enleva, nos encanta,

nos fascina com o seu terno, amoroso, lindo e incrível livro: *Conversando Com O Bebê*.

Cléo de Albuquerque Mello

Pedagoga, poetisa e escritora, com 44 livros infanto-juvenis e três livros de poemas, publicados por seis editoras no Brasil.



“Dar prioridade à saúde da criança é garantir a transformação em realidade, da esperança de um Brasil mais feliz e grandioso perante as nações do mundo”.⁴²



⁴² Papai, aos 83 anos de idade, à noite, sem dormir, pensando no livro – 14 de março de 2010.

