



## Nacer con amor y dignidad

Pensé que ya lo sabía todo. Como Renacedora (profesional de la Respiración Consciente), estudiamos en profundidad el nacimiento, la influencia sobre el bebé de todo aquello que ocurre durante el embarazo y, especialmente, las condiciones en las que nace y el impacto de éstas en la vida de adulto.

Por ello, me preparé de la mejor manera posible para el nacimiento de mi primer hijo: ejercicios recomendados en el libro de Thomas Verny, sesiones de haptonomía para conectarnos como padres con el niño, preparación para el dolor, lecturas diversas... Cuando llegó el gran momento, se derrumbó todo lo que sabía, y me enfrenté a lo que realmente estaba pasando. Rompí aguas sin dilatar lo suficiente. Largas horas de espera en el hospital y finalmente, después de toda la noche sin dormir, me inyectaron oxitocina para dilatar y, con aquello, llegaron los dolores insoportables que me hicieron elegir la epidural. Mi hijo, valientemente, nació 12 horas después, tras una larga hora de expulsión y ayudado con ventosa.

¿Realmente lo sabía todo? Claramente, esta experiencia me mostró el punto en dónde me encontraba en relación con la experiencia de mi propio nacimiento y el deseo de entrar en la vida. Fue la constatación clara de que me quedaba por sanar esta etapa de mi vida. Yo también nací con ventosa, y una parte de mi ser no estuvo de acuerdo en estar allí. ¿Cómo "dar a luz", sin haberme dado a luz a mí misma?

Comprendí que tenía que explorar en mi interior. ¿Cuáles eran mis pensamientos acerca del nacimiento?, ¿era capaz de hablar sobre mi nacimiento con una paz profunda?, ¿cuáles fueron las decisiones que tomé sobre mí misma, sobre los demás y sobre la vida cuando vine al mundo?, ¿qué duelo o tristeza traía conmigo? El aborto de mi madre antes de mi nacimiento, un hermano mayor que nunca nació,... una parte de mí que no quería venir. Empecé, entonces, un largo camino. Un camino de sanación de esos primeros momentos de la vida que tanto marcan, y que son la raíz de numerosos miedos, de muchas limitaciones y de ciertos sufrimientos.

Con esta experiencia consciente como madre, y con la experiencia profesional como Renacedora, decidí comenzar a ayudar a otras madres a la hora de dar a luz a sus hijos. A apoyar este momento tan sagrado e importante en la vida del hijo, pero también en la vida de la madre, de la pareja y de la sociedad.

Frederick Leboyer fue un pionero que revolucionó la conciencia del hombre a la hora de observar el nacimiento. ¿Y si el niño siente y está totalmente consciente de lo que pasa?, se preguntó:

*"Vengo de un lugar a 37 C, en donde he permanecido durante 9 meses casi en la oscuridad y en completa conexión con mi madre, a una sala impersonal, fría, luminosa, y apenas se me trata sin respeto. Se me corta mi única fuente de oxígeno antes de que haya aprendido a usar mis pequeños pulmones, además me ponen boca abajo,...¡SOCORRO!... Lloro... Y ellos sonríen, están contentos".*

Michet Odent, Thomas Verny, por nombrar algunos investigadores conocidos, recopilan cientos de estudios científicos que han realizado en los últimos 40 años sobre el periodo perinatal. Está claro que el bebé es una persona que siente y recuerda. Estos estudios han demostrado como nuestro nacimiento, traumático en la gran mayoría de los casos, se manifiesta en nuestra vida de adultos en forma de miedos, de angustia, de falta de confianza en los demás y en la vida, de cólera y rabia...

Hay que reconocer que poco a poco, esta transición para el niño en algunos hospitales o maternidades se va haciendo cada día más suave, pero estamos todavía tan lejos... El mundo medical sigue, como la mayoría de los padres, sin conocer lo importante que es para un ser humano entrar de forma favorable en el mundo. Mucho más que el simple hecho de estar vivo y respirar.

Se trata de ser reconocido, de ser respetado, de sentirse acompañado durante la tormenta que supone para el bebé las contracciones que, en muchas ocasiones, pueden durar horas y horas.

*"¿Por qué me hacen salir antes de mi hora? No estoy preparado. Me dicen que tengo que ir más deprisa y intoxican mi cuerpo con sustancias para acabar con esto lo antes posible. ¡AHHHHHY! ¡Quiero gritar, llamaros, por favor, ¿NADIE OYE? Este es el primer paso que doy en la vida. Es el momento más importante, mi "desafío" en la vida. Quiero atención, quiero apoyo, quiero amor, quiero respeto, quiero que sea un momento milagroso y sagrado y quiero ser reconocido, acogido, y recuperarme tranquilamente en el pecho de mi mamá".*

Cuando me quedé embarazada de mi segundo hijo, pensé en lo que necesité durante mi primera experiencia, para ayudarme a dar a luz de manera natural y aguantar el dolor. Tenía claro que necesitaba apoyo. En Bélgica es común desde hace algunos años, poder estar acompañada, además de por el padre (él también da a luz a su manera y necesita apoyo), de otra persona cuya rol es de servir de apoyo total para ambos. Sé ciertamente que sin esa persona, no hubiera aguantado las 7 horas de contracciones con mi segundo hijo. Ella me daba ánimo, me miraba y me seguía constantemente, y con su experiencia podía hasta reconocer y prever, en mis palabras, en mis gemidos y en mis movimientos, el tiempo que quedaba para el final. Un apoyo mucho mayor que el que puede dar el personal médico pues deben ocuparse de varias madres al mismo tiempo.

Estas personas pueden ser matronas, pueden ser doulas, pueden ser personas formadas para acompañar el nacimiento, o simplemente, alguien que confía en ti y que os ofrece su presencia al 100% para ti y para el padre. Esta persona no puede intervenir médicamente en ningún momento incluso siendo matrona, pero está allí para apoyaros. Personalmente, recibí de ella una seguridad fundamental, al mismo tiempo que mi marido me aportaba la afección que necesitaba: cariño, seguridad, confianza...

Di la luz a mi segundo hijo de forma natural. Fue un regalo,... un regalo que era más de lo que esperaba. Porque tenía clarísimo que a medida que sentía esos dolores tan fuertes, estaba renaciendo yo misma, algo se estaba liberando en mí. Estaba expulsando dolor, heridas antiguas, heridas femeninas, heridas del alma. Fue como una iniciación. Tengo el convencimiento de que pasar por el dolor no es un error de la naturaleza, sino un paso para entrar en el mundo adulto, en el rol de madre y para renacerse a sí mismo.

Hoy en día acompaño a mujeres embarazadas antes y durante el parto, cuando es posible. Ofrezco un programa de acompañamiento al nacimiento como preparación emocional, psicológica y espiritual, para que los niños puedan nacer en un entorno consciente, con el respeto y la dignidad que se merecen en un evento tan esencial, sagrado y milagroso.

La sociedad del mañana estará en manos de nuestros hijos. Preparar un mundo con más respeto, con más empatía, con más confianza, y con más vida,... es nuestra responsabilidad de hoy. Ofrecer estas cualidades en el momento más significativo de la vida de nuestros hijos, como es su venida al mundo, es nuestra obligación.

Mañana, empieza hoy. Es urgente que despertemos y tomemos conciencia de ello.

Véronique Batter  
Directora del Proyecto AlmaNacer y Administradora de RedlLimitada