

Lotus Birth Italia

Lotus Birth di Simone

Ciao a tutti, scrivo quest'esperienza perché non solo è degna di essere raccontata ma si pone l'obiettivo di aiutare e dare coraggio alle future mamme. Quando sono rimasta in attesa ero felicissima ed ho subito cercato mille informazioni per avere il meglio, come credo sia, per tutte le mamme. Grazie alla forte amicizia che ho con due miei compagni di fede, Joni e Adolfo, che sempre mi sostengono, essendo oltre che fratelli spirituali anche ispiratori di buon senso, mi lessi il libro Lotus Birth che sposava in pieno le mie convinzioni nascoste, come se avessi sempre saputo che era così, mi dava una carica fortissima per intraprendere un cammino non facile. Mio marito non fu subito felice del libro e delle mie intenzioni ma per fortuna è una persona aperta e curiosa così mi lasciò carta bianca al principio, convinto che non avrei trovato terreno fertile per quest'idea pazza, del resto stiamo al sud di Italia. Man mano che la mia gravidanza avanzava il suo appoggio e la sua opinione si dimostrarono molto opposte alle

mie. Andammo anche a vedere una struttura ospedaliera, per quanto fosse ben arredata, il senso di medicalizzazione e poca cura per la persona erano tangibili, lì si sfornavano pacchi e altrove era anche molto peggio. Ho sempre dovuto lottare molto nella mia vita, la ricerca per essere felici è così.

Dalla mia scelta religiosa, pratico il buddismo di Nichiren Daishonin, alla mia scelta alimentare, sono vegana tendente al crudismo, ho etichette della strana o della pazza a seconda delle circostanze. Dal mio ginecologo la mia alimentazione non è stata accolta bene, ma ha rispettato la mia scelta visto e considerato che le mie analisi e tutti i miei valori sono sempre stati ottimali, persino il ferro negli ultimi mesi si è abbassato, come è fisiologico che sia, ma mai sceso sotto la soglia dei parametri indicati come pericolosi. Ho sempre preso tutto dalla frutta e dalle verdure. Ho rifiutato anche acido folico e integratori, insomma la mia gravidanza che è stata una vera e propria passeggiata, niente nausea niente

capogiri niente acidità di stomaco, è diventata un'altra bella dimostrazione di come si possa esser felici senza interventi eccessivi e medicalizzati.

Per non dover affrontare tutti, quindi, nascosi a tutti le mie vere intenzioni sul parto in casa. Non dicemmo a nessuno nemmeno alle mamme o sorelle che se avessi trovato l'ostetrica in Puglia avrei praticato il Lotus Birth in pieno e cioè che non solo avrei partorito mio figlio a casa in intimità, ma non gli avrei tagliato il cordone ombelicale avrei aspettato che si staccassero da soli l'uno dall'altra. Motivo questo di ansie, soprattutto verso la fine della gravidanza dove tutti ma proprio tutti, (forse perché non sanno di cosa conversare con una gravida :-D), iniziano a chiederti “dove vai a partorire?”, “hai preparato la borsa?” “hai dato a tua madre il carrozino così te lo prepara per l'ospedale?”, cose che non solo non esistevano per me ma non erano proprio contemplate. Iniziai a cercare, sempre con più ansia, il tempo stringeva, un'ostetrica che fosse disponibile a seguirmi in questa grande pazzia, dopo tante ricerche e e-mail anche a nord Italia, ricevetti un contatto telefonico di un'altra

donna 'pazza' che come me aveva partorito in casa, lei addirittura dopo aver avuto un primo figlio con parto cesareo! Finalmente arrivo a sentire la voce vera di un'ostetrica che accompagna le puerpere in questo sogno del parto in casa! Rosaria Santoro di Grottaglie! Non finirò mai di ringraziarla e soprattutto di aver sposato una missione che con mia meraviglia sta arrivando sempre a più persone. Una volta trovata l'ostetrica con mio marito Bartolo dovemmo chiarire definitivamente le posizioni, il figlio è di entrambi ed io non potevo decidere ostinatamente da sola.

Ci sono stati episodi in cui mi sono sentita molto sola, percepivo che per lui forte era la fiducia negli ospedali e nel parto classico, per quanto vedesse e sentisse gli altri racconti di parti naturali integrali, cedeva nell'intimo alle sue paure. Meno male che avevo i miei amici, infatti nella mia visualizzazione del grande evento sognavo ripetutamente la loro presenza e sostegno, infatti il mio invito a loro era l'unico che avessi fatto per tutti era divieto. Con Bartolo infine giungemmo ad un patto se il corso pre-parto con Rosaria, lo avesse convinto mi avrebbe appoggiato ma se anche solo un va-

lore delle analisi del sangue o della pressione fossero stati al strani lui sarebbe intervenuto portandomi all'ospedale. Durante il corso per fortuna ha maturato una possibilità diversa, ma la sua paura l'ha conservata fino all'ultimo, ma più per amore di non poter salvare me o il bambino più che per la procedura che consiste nel non fare NIENTE, ma come abbiamo imparato l'imprevisto può esserci sia che si vada in ospedale sia che si vada in un altro posto.

Fu soprattutto il vedere dei video sulla rete di papà che hanno accompagnato le loro mogli nella scelta del parto a convincerlo a maturare fiducia nella donna/futura madre. All'ultimo mese Bartolo sentì di voler mettere al corrente tutti della nostra scelta, io ero contraria e questo fu un altro motivo di malessere per me, ma dovetti riflettere come da mesi suggeriva Joni, che non potevo mancare di coraggio se nelle cose ci credo dovevo portarle alla luce come per la pratica buddista o per l'alimentazione. Sentivo nel profondo che mia madre non mi avrebbe ostacolato infatti per lei l'ostetrica era più che sufficiente, mi diede occasione di scoprire come fossero stati tutti e tre i suoi

parti e il motivo del nostro legame così forte. La madre di mio marito invece fu orrenda, catastrofica e contraria mi disse che ero incosciente e che dovevo ripensarci, provò persino a contattare mia madre che invece le rispose che io non ero una stupida che sapevo ciò che facevo e che poi c'era l'ostetrica. Insomma una volta informati ribadimmo anche che non sarebbero potuti venire a casa subito che avevamo bisogno di intimità fino al distacco del cordone.....unica cosa rimasta una utopia! Finivo i mesi il 17 dicembre e da ospedale avrei dovuto partorire il 22 dicembre, ma dopo l'ultimo incontro agli 8 mesi con il mio ginecologo che si è occupato solo delle analisi necessarie e da routine, per tutto il resto si occupò Rosaria, mi visitava e controllava i miei valori tutti ottimali quindi c'era solo da aspettare il momento in cui io e Simone ci saremmo sentiti pronti.

Viste le mie ottime condizioni non avevo di che preoccuparmi, anzi nelle ultime settimane mi concedo anche strappi di golosità! Il 22 dicembre passò come pure il 24 e il 25, così iniziano gli allarmismi di parenti e affini, solo io e mio marito eravamo sereni, io sentivo che

mi fidavo del mio corpo e del mio bambino e non era ancora arrivato il momento giusto, poi ricordavo la data del suo concepimento, quindi per me era tranquillo ci voleva ancora qualche giorno. Il giorno 26 dicembre Rosaria mi inviò un messaggio proprio mentre io la stavo per chiamare desideravamo entrambe incontrarci e sentire un po' di valori, era tutto ok, Rosaria venne con la mia doula Monica Urselli, che resterà sempre parte di me visto che nell'esperienza del parto si è unita ai miei vocalizzi portandoci ad unire le nostre vite per interminabili momenti magici a cui seguirono poi la vista di Simone.

La sera di Santo Stefano, Rosaria e Monica andarono via dicendomi che c'era tempo, in realtà era solo per non mettermi in ansia visto che in realtà ero pronta anzi eravamo pronti. Infatti la notte non dormii bene sonnacchiavo e sentivo i primi dolorini, la mattina presto del 27 dicembre avvisai Rosaria le dissi di fare colazione e di venire con calma, sapevo che ci voleva tempo ed io ero troppo eccitata e curiosa perché stavo per vivere finalmente un'esperienza senza ritorno e inviai anche un sms ai miei amici (questo mai arrivato! Adolfo mi rispose

“mettiti su Skype”, pensai che non avesse capito visto che io stavo entrando nel mio stato beato di onde). Arrivarono dopo un'ora Rosaria e Monica, io ero ancora a letto con mio marito che era tutto eccitato e ansioso per il grande ruolo che gli toccava quel giorno.

Accoglievo le contrazioni come onde del mare e le lasciavo refluire con un grande sospiro pronunciando la mitica vocale A, il tutto sempre appoggiandomi o al muro o sul tavolo o su mio marito o su Monica o su Rosaria, la casa l'ho girata tutta e mi sono messa sempre dove ho voluto. Ho ricevuto massaggi alla schiena alle gambe ovunque ne avessi bisogno, ero la regina quel giorno ed ogni mio bisogno era desiderio da realizzare, mi sentivo bene e felice, ero a casa mia con mio marito e solo due persone per l'assistenza. Dalla mattina fino a pranzo mio marito produceva spremute d'arancia era l'unica cosa che volevo. All'ora di pranzo ci è venuta fame così vai allo sfizio di focaccia che mordevo fra una contrazione e l'altra, poi è arrivato il momento delle risate, ho un marito molto burlone quindi è stato facile, e con le risate altre contrazioni. E' stata la conferma che con Bartolo, mio marito,

avremmo vissuto un'esperienza meravigliosa, lo sentivo vicino e partecipativo, anche se ogni tanto aveva bisogno di andare a fumare per scaricare la tensione. Nel primo pomeriggio ho desiderato entrare in vasca da bagno dove ho raggiunto la dilatazione quasi completa, anche in acqua Rosaria controllava ad ogni contrazione il battito del mio bambino stavamo sempre bene e Simone dava prova di partecipare al parto attivamente.

Erano le 18 e la membrana della mia placenta resisteva, inizialmente non ho voluto che fosse rotta forzatamente ma le contrazioni erano forti e nonostante ciò resisteva così sempre grazie alle attenzioni di Rosaria, decisi di farla rompere. Subito dopo sono uscita dalla vasca, l'acqua era ormai tiepida e non valeva più la pena, nella stanzetta dove risiede anche il mio oggetto di culto il Gohonzon, i dolori erano meno piacevoli di quelli della giornata, così Rosaria mi sfotteva canzonatoria "facciamo l'epidurale? Andiamo in ospedale?" nonostante il torpore e la dimensione in cui mi trovavo rispondevo secca "No!", poi sono arrivate le ultime contrazioni quelle espulsive appoggiate a Monica e Bartolo in posizione di lotta-

tore di sumo sentivo che Simone scendeva, le prime due le bloccai, non era il momento, la discesa è stato il momento in cui la mia mente dette spazio all'adrenalina, dopo tutto quello stato di trance cominciato la mattina in cui veglia e dolore/eccitazione l'avevano fatta da padrone in quei momenti fu tutto più nitido e per un istante ebbi paura del dolore finale, ma lì ricordai che era proprio la fine (quanto più buia è la notte più vicina è l'alba, Nam Myo Ho Renge Kyo), ce l'avevo fatta, Rosaria invitava Bartolo a vedere la testa del bambino mi bruciava perché ormai Simone che si era dato da fare aveva incoronato e ritornò la fiducia....eccolo piccolo, determinato e forte sul mio petto un ometto che mi ha rapita il cuore, nudi entrambi lo avevo sul mio petto come un esploratore su una montagna, cercava avidamente il mio seno ma io ero troppo commossa e subito impegnata a spingere fuori la placenta, così lui con le sue manine a ventosa una volta trovato il mio capezzolo lo mise in bocca ed iniziò a ciucciare. Siamo rimasti così per tanto tempo, quasi mezz'ora credo con il neo papà in totale confusione, ci teneva abbracciati.

Ripreso il controllo pieno di me potetti constatare che non mi ero lacerata di un millimetro e che tutto il mio corpo iniziava una nuova fase, quello dell'allattamento. Abbiamo tenuto Simone e il suo gemello (la placenta) in un catino attaccati, al 7 giorno alle 2 di notte poi l'ha lasciata andare. E' stato più semplice gestirli di quello che immaginavo, tanto sale e anche la placenta entrava con noi nel lettone vicino al suo corpicino, attenderò che arrivino le belle giornate e poi le daremo sepoltura. La sorpresa vera è stato scoprire che mia madre con mia sorella e mio cognato si erano messi dietro la porta di casa dalle 19.30 per cui hanno origliato alle 20.02 il primo vagito di Simone e poi dopo permesso chiesto a Rosaria si sono affacciati ed ci hanno visti, per quanto avessi detto di non venire, la vista di mia madre mi fece molto piacere perché durante il travaglio mi sono sorpresa a sentire nel mio cuore la vocina "voglio mamma". Sono stati davvero un secondo poi sono andati via. Gli altri parenti per poco tempo ma son venuti quasi tutti il giorno dopo. Joni e Adolfo sono venuti a casa e loro si sono occupati di me per quasi una settimana, gli ho concesso giusto il ca-

podanno libero! Scherzo in realtà mi hanno accudito come solo una famiglia può fare, poi sono gli unici essendo anche loro vegan crudisti a saper dove mettere mani e cosa preparare. Simone nato di tre kg e 500 gr, a soli due mesi pesava già 6 kg, grazie solo al latte di mamma, è un bambino sereno e sano, un amore unico! Rivivrei il parto anche domani, e credo che non si possa parlare di dolori nel senso negativo del termine per descrivere le contrazioni, sono state più simili al piacere spinto che si può provare quando si gode durante un rapporto sessuale, ovviamente se vengono vissute nel giusto contesto con una mente spenta guidata solo dai sensi e dalla presenza di chi ti è vicino (per questo importantissimo il loro stato vitale/condizione emotiva).

Mi sono ripresa il parto come è giusto che sia cioè un'esperienza primordiale della donna, senza luci e temperature fredde di sale che puzzano di medicinali e disinfettanti, e senza medici e personale medico che ti costringono a posizioni innaturali infondendoti paure e ansie non opportune. Grazie a questa esperienza Bartolo compensa la gelosia per la parte

dell'allattamento, si sente molto più dentro al legame con Simone. Se dovessi avere un altro figlio partiremmo col vantaggio di molta più fiducia in noi di sicuro però cercherò di farlo nascere con i primi tepori perché mi piacerebbe camminare all'aperto durante il travaglio e non sentire freddo se voglio entrare in vasca!

Sulla presenza, mi piacerebbe avere sempre mio marito e poi mia madre....ma sarei molto più rigida nel non accettare altre visite per la placenta, il bambino non è da spostare dal letto e per far questo bisogna essere sempre davvero solo mamma papà e lettone alla presenza del bambino.

Ringrazio ancora Rosaria e Monica, e a tutti mamme e papà consiglio quest'esperienza, si diventa davvero una famiglia.