

Kontinuum życia

Cezary Urbański

Jakie potrzeby rozwojowe ma niemowlę? Czy ich niezaspokojenie może wpływać na jego późniejsze, dorosłe życie? Dzięki lekturze tego artykułu dowiedziecie się trochę więcej o sobie i będziecie wiedzieć, co powinniście dać swojemu dzidziusiowi.

Kiedy tak naprawdę zaczyna się życie? Co to jest życie? Naukowcom nie jest łatwo udzielić odpowiedzi na te pytania. Prześmiewcy pytają: „czy plemnik ma duszę?”; „czy zygota to człowiek?”. Bez dwóch zdań, komórka jajowa wykazuje cechy odpowiadające naukowej definicji życia komórki. Plemnik jest nieco bardziej wyspecjalizowaną komórką, której brakuje pewnych organelli, lecz też jest żywą komórką. Z połączenia tych dwóch komórek powstaje komórka diploidalna - zygota. Również żywa.

Nomen omen, polskie słowo „życie” zawiera ciekawą cechę tego misterium. Otóż „życie” ma tylko liczbę pojedynczą: nie ma dwóch, trzech i czterech żyć. I tak jak materializm naukowy mówi: „omnia cellula e cellula” - każda komórka powstaje z komórki, tak życie jest zjawiskiem ciągłym, jest jedno i nowe życie kontynuuje życie organizmów rodzicielskich. Możemy więc mówić o kontinuum życia.

Komórka żywa wykazuje pobudliwość: reaguje na działanie zewnętrznych bodźców. Odpowiada na nie i w razie konieczności, mobilizuje mechanizmy zapewniające jej dalsze sprawne funkcjonowanie. Można zaryzykować twierdzenie, że nawet pojedyncza komórka „walczy o życie”.

Stosunkowo wcześnie w życiu zarodkowym pojawiają się załączki układu nerwowego. Płód czuje, słyszy i odbiera inne bodźce. Kiedy zaczyna odczuwać i słyszeć - nie wiadomo. Jednak wiadomo, że zanim się urodzi, stan matki udziela się jej nienarodzonemu dziecku. Gdy mama jest zdenerwowana, przez łożysko przedostaje się adrenalina i dzidzius też się denerwuje. Matka i jej dziecko stanowią jedność i to, co czuje matka, wpływa na rozwój jej dziecka zanim się ono narodzi. Dlatego ważne jest, by jeszcze przed porodem matka doświadczała miłości, troski i ciepła. Jej doświadczenia wpływają pozytywnie na rozwój dziecka. Stres, gniew, przygnębienie, depresja, lęk - wpływają negatywnie.

Ponieważ nie sposób ustalić, kiedy w życiu płodu pojawia się zdolność do odczuwania bólu i cierpienia, jesteśmy tego samego zdania, co cytowany na tytułowej stronie naszego serwisu profesor Guillebaud:

„skuteczna antykoncepcja pozwala uniknąć dramatu narodzin niechcianego dziecka i tragedii, jaką dla matki i jej nienarodzonego dziecka jest aborcja, która dzięki antykoncepcji w ogóle nie musi być brana pod uwagę”.

Dlatego nie wolno ignorować tego tematu, ani uważać go za wstydlivy czy śmieszny. To, co może mieć tragiczne następstwa, nie jest śmieszne. Natomiast jeśli spodziewacie się lub planujecie w najbliższym czasie powiększenie rodziny, zadbajcie o to, by już podczas życia płodowego Wasz dzidzius rozwijał się w atmosferze miłości.

Tyle tytułem przydługiego wstępu. Wydawał mi się jednak o tyle konieczny, że dla rozwoju dziecka istotne znaczenie mają już chwile spędzone w łonie matki. Dlatego nie rozpocząłem od chwili narodzin, lecz kilku miesięcy wcześniej. I w tym przypadku mądrość Chińczyków, liczących długość życia od chwili poczęcia, wzięła górę nad mądrością cywilizacji Zachodu.

Przejdźmy więc do narodzin. Mój artykuł oparłem na cytatach pochodzących z książki „W głębi kontinuum”, napisanej przez Jean Liedloff, która parę lat temu ukazała się na polskim rynku. Szkoda, że ta cenna pozycja poświęcona temat psychologii rozwoju nie została w ogóle zauważona. Przemawia do mnie argumentacja autorki, która swoją książkę oparła na własnych obserwacjach i pracach światowej sławy psychologa - Alice Miller. Zacznę od cytatu z 3-go rozdziału: „...niemowlę żyje chwilę obecną, która trwa wiecznie. Dziecko w objęciach matki jest w stanie błogości. Wyjęte z tych ramion znajduje się w stanie tęsknoty; w ponurym, pustym wszechświecie”.

A teraz, przeczytaj uważnie kolejny cytat. Postaraj się pomyśleć, że jesteś tym dzieckiem, o którym jest mowa. Jakie uczucia pojawiają się u ciebie podczas czytania tego tekstu? Poczuj je, spróbuj je zidentyfikować i zapisz na kartce papieru. Mogą to być: obojętność, znudzenie, zniechęcenie, gniew, wzburzenie, smutek, żal, współczucie. Możesz też nic nie czuć: być może nie spotkały Cię żadne krzywdy w okresie niemowlęctwa, albo nie masz kontaktu ze swoimi uczuciami; nie wiesz, co czujesz. Jeśli któreś z wymienionych powyżej uczuć dojdzie do głosu, może to oznaczać, że w okresie niemowlęctwa nie zaspokoiono Twoich potrzeb. Oto, co na ten temat pisze Alice Miller w znanej książce „Mury milczenia”

„Noworodka, którego skóra tęskni za odwiecznym dotknięciem gładkiego, emanującego ciepłem żywego ciała, zawija się w zimną, szorstką tkaninę. Kładą go do łóżeczka, nie zważając na jego krzyki; umieszczają w nieruchomej pustce (po raz pierwszy w całym cielesnym doświadczeniu milionów lat ewolucji, czy błogiej wieczności bycia w macicy). Jedynym głosem, jaki słyszy, są krzyki innych ofiar torturowanych samotnością, cierpiących tę samą niewypowiedzianą mękę.

Ten dźwięk nic dlań nie znaczy. Krzyczy i krzyczy; płuca, nieprzyzwyczajone do powietrza, są napięte do granic możliwości. Nikt nie przychodzi. A ponieważ zgodnie z naturą dziecko wierzy w prawidłowy porządek życia, robi to, co umie: krzyczy dalej. W końcu wyczerpane zasypia - miją cała wieczność. Budzi się wśród nieprzytomnej grozy ciszy i bezruchu. Krzyczy. Całe jego ciało płonie z tęsknoty i nieznośnej niecierpliwości. Z trudem łapie powietrze i krzyczy, aż pulsuje mu głowa, pełna zgiełku. Krzyczy aż do bólu piersi, aż jego krtani staje się raną.

Nie może już dłużej znieść tego bólu, szlochanie słabnie i cichnie. Dziecko nasłuchuje. Otwiera i zaciska piąstki. Przekręca główkę, z boku na bok. Nic nie pomaga. To nie do zniesienia. Znowu zaczyna płakać, ale dla nadwerężonej krtani to zbyt wiele. Wciąż szybko przestaje. Napina umęczone ciało; pojawia się cień ulgi. Macha rączkami i wierzga. Przestaje, znów cierpi, niezdolne do myślenia czy choćby nadziei. Słucha. Znowu zapada w sen. Kiedy się budzi, moczy się w pieluchę i to zdarzenie pozwala mu na chwilę zapomnieć o męczarni. Ale przyjemne uczucie moczenia się i ciepły wilgotny dotyk, jaki odczuwa w okolicy brzuszka, wkrótce przemijają. Ciepło jest nieruchome, jego dotyk staje się zimny i lepki.

Dziecko wierzga nóżkami. Pręży się. Szlocha. Zrozpaczone tęsknotą, w martwym wilgotnym i nieprzyjemnym otoczeniu, wykrzykuje swoje nieszczęście, aż uciszy je samotny sen. Nagle zostaje podniesione, pojawia się znów oczekiwanie na to, co mu się należy. Zabierają mokrą pieluchę. Ulga. Żywe ręce dotykają jego skóry. Unoszą jego nóżki i nowy, suchy jak pieprz kawał papieru opina jego biodra. Za chwilę znów jest tak, jakby nigdy nie było rąk ani mokrej pieluchy. Nie ma świadomej pamięci ani śladu nadziei. Dziecko znajduje się w pustce nie do zniesienia, poza czasem, w bezruchu i ciszy. Może jedynie pragnąć.

Kontinuum uruchamia swoje nadzwyczajne środki, lecz pomagają one przetrwać tylko krótkie okresy czasu, kiedy poniechane jest prawidłowe traktowanie, albo przynoszą ulgę dzięki osobie, która - jak się zakłada - jest do tego powołana. Kontinuum (tu - ciągłość doświadczenia) nie ma rozwiązania dla tego ekstremalnego przypadku. Taka sytuacja nie została przewidziana. Po zaledwie kilku godzinach oddychania niemowlę osiągnęło taki stopień wyobcowania ze swej natury, że jest już poza zbawczymi siłami odwiecznego kontinuum. Czas pobytu w łonie matki jest prawdopodobnie ostatnim okresem nieprzerwanego błogostanu, który - zgodnie z wrodzonymi oczekiwaniami - powinien trwać całe życie. Jego istota opiera się na założeniu, że matka zachowuje się we właściwy sposób; że motywacje i wynikające z nich działania będą się wzajemnie w sposób naturalny dopełniały.

Ktoś podchodzi i fachowo podnosi je do góry. Dziecko ożywia się. Jak na jego gust jest co prawda niesione zbyt ostrożnie, lecz przynajmniej COŚ się dzieje. Nareszcie może się odnaleźć. Znikła cała męczarnia, jakiej doznawało. Spoczywa w obejmujących je ramionach i chociaż skóra okryta ubraniem uniemożliwia odczuwanie; żywe ciało nie dotyka jego ciała, to przynajmniej usta i ręce mówią, że wszystko jest w porządku. Radość życia, normalna dla kontinuum, jest prawie doskonała. Jest smak i dotyk matczynej piersi, ciepłe mleko płynie do głodnych ust, czuje bicie serca, które powinno być dlań więzią zapewniającą o kontynuacji życia rozpoczętego w macicy. Jest ruch, rejestrowany przez jego niewydolny jeszcze wzrok. Słyszy też głos matki. Tylko ubranie i zapach (mama używa perfum) stwarzają wrażenie dysonansu. Niemowlę ssie, a kiedy czuje się pełne i zadowolone - zasypia.

Budzi się w piekle. Żadnego wspomnienia, żadnej nadziei, żadnej myśli, która mogłaby przywołać w tym ponurym czyścicu pocieszające wspomnienie o spotkaniu z matką. Mijają godziny, dni i noce. Niemowlę krzyczy, męczy się, zasypia. Budzi się i moczy pieluszkę. Teraz nie wiąże się z tym żadne przyjemne uczucie. Przyjemna ulga, zapowiadana przez jego wewnętrzne organy, ustępuje natychmiast miejsca wzmagającemu się bólowi, gdy ciepły, kwaśny mocz podrażnia jego odparzone ciało. Niemowlę krzyczy. Jego zmęczone płuca muszą krzyczeć, żeby zagłuszyć ostre pieczenie. Krzyczy, aż krzyk i ból zmęczą je i znów zaśnie.

Na porodówce, gdzie przebywa, a która wcale nie jest wyjątkiem, zapracowane pielęgniarki zmieniają pieluchy według planu, bez względu na to, czy są suche, wilgotne, czy całkiem przemoczone. Dzieci są wypisywane do domu z odparzeniami. Dziecko, znalazłszy się wreszcie w domu swojej matki (nie można go przecież nazwać jego domem), zdążyło już poznać w pełni naturę życia. Na „przedświadomej” płaszczyźnie, która określi wszystkie jego późniejsze wrażenia i będzie przez nie określana, poznaje życie jako niewypowiedziane samotne; nie reagujące na jego sygnały, że cierpi. Ale dziecko jeszcze się nie poddało: póki życie trwa, jego siły vitalne będą nieustannie próbowały odzyskać równowagę.

Dom nie różni się w zasadzie od kliniki położniczej, jeśli nie liczyć bolesnego odparzenia. Godziny, podczas których niemowlę nie śpi, upływają wśród tęsknoty, pragnienia i niekończącego się czekania na właściwy stan rzeczy, który zastąpiłby milczącą pustkę. Przez kilka minut na dzień pragnienie spełnia się i przemożna, odczuwana na skórze jak swędzenie, potrzeba dotyku, bycia trzymanym na ręku i noszonym zostaje zaspokojona.

Jego matka jest tą osobą, która po długim namyśle zdecydowała się dopuścić je do piersi. Kocha je z nieznaną jej dotąd czułością. Z początku trudno jej odkładać niemowlę po karmieniu do łóżeczka, zwłaszcza, że płacze ono wtedy tak rozpaczliwie... Przekonana jest jednak, że musi tak postępować, bo jej matka powiedziała (a przecież musi się na tym znać!), że zepsuje dziecko, jeśli mu teraz ustąpi, i potem będzie sprawiało kłopoty.

Chce postępować prawidłowo; przez chwilę czuje, te małe życie, które trzyma w ramionach, jest ważniejsze niż wszystko inne na świecie. Wzdycha i delikatnie kładzie niemowlę do łóżeczka przystrojonego żółtymi kaczkami, zharmonizowanego z wystrojem całego pokoju. Ciężko się napracowała, żeby zarobić na ładne zasłony, dywan w kształcie wielkiej pandy, białą komódkę, wanienkę i stolicek do przewijania z zasypką; oliwkę, mydło, szamponik, szczoteczkę do włosów - wszystko wyprodukowane specjalnie dla dzieci, w kolorowych opakowaniach, w najlepszym gatunku. Na ścianie wiszą obrazki przedstawiające zwierzątka ubrane jak ludzie. W szufladach komody pełno jest ubranek, śpioszków, bucików, czapeczek, rękawiczek i pieluszek. Na komodzie stoi owieczka-zabawka i wazon z kwiatami - bo mama oprócz swojego dzidziusia „kocha” również kwiaty.

Poprawia dziecku koszulkę i przykrywa je milutką kołderką. Patrzy na nie z zadowoleniem. Nie zaniedbała niczego, żeby doskonale urządzić pokójki dziecięcy, choć ona i jej młody mąż nie mogą sobie jeszcze pozwolić na zakup mebli potrzebnych do wyposażenia innych pokoi. Pochyla się, żeby pocałować jedwabisty policzek dziecka, a kiedy kieruje się do drzwi, pierwszy bolesny krzyk wstrząsa jego ciałem. Delikatnie zamyka drzwi.

Wypowiedziała dziecku wojnę. Jej wola musi być górą. Przez drzwi dobiegają jej uszu dźwięki, jakby kogoś poddawano torturom. Tak rozpoznaje je kontinuum matki. Natura nie daje wyraźnych sygnałów świadczących o tym, że ktoś przeżywa męczarnie, jeśli tak nie jest. Sprawa jest naprawdę na tyle poważna, na ile można wnioskować z tych dźwięków. Matka waha się, jej serce rwie się do dziecka, lecz nie ulega pokusie i odchodzi. Zostało dopiero co przewinięte i nakarmione. Jest przekonana, że naprawdę nic mu nie brakuje, więc pozwala mu płakać do utraty sił. Dziecko budzi się i znowu krzyczy. Matka spogląda przez uchylone drzwi, żeby się upewnić, że leży na swoim miejscu; cicho odchodzi, by nie zbudzić w nim fałszywej nadziei na to, że ktoś się nim zajmie, zamyka znowu drzwi.

Idzie do kuchni, gdzie czeka na nią herbata, ciasto i kolorowe czasopisma kobiece. Zostawia drzwi otwarte, żeby usłyszeć, jakby coś się działo. Krzyki niemowlęcia przechodzą w drżące kwilenie. Ponieważ nie ma żadnej reakcji, siła napędowa wysyłanych sygnałów gubi się w chaosie jałowej pustki, gdzie przecież już dawno powinna pojawić się ulga. Dziecko rozgląda się. Za barierkami łóżeczka jest ściana. Światło jest przyćmione. Niemowlę nie może się obrócić. Widzi tylko nieruchome pręty łóżka i ścianę. Słyszy niezrozumiałe dlań dźwięki dobiegające z dalekiego świata. W pobliżu nie słychać żadnego głosu. Wpatruje się w ścianę, aż oczy same się zamkną. Kiedy je znów otwiera, pręty i ściana są dokładnie takie same jak przedtem, tylko światło zdaje się trochę bardziej przyćmione”.

Co czułeś lub czułaś, czytając ten cytat? Czy doszło do głosu któregoś z uczuć, które wymieniłem na wstępie? Uczucie to może ci dużo powiedzieć o tym, jak wyglądało Twoje niemowlęctwo. Musisz wiedzieć, że niezaspokojenie potrzeb z okresu niemowlęctwa (przede wszystkim bliskości, obecności i ruchu, czyli kontaktu cielesnego) może nadal wywierać negatywny wpływ na Twoje obecne życie (John Bradshaw, „Powrót do Twego wewnętrznego domu”). W rozwiązaniu tego typu problemów może pomóc odpowiednia psychoterapia.

Noworodek nie myśli jak człowiek dorosły; jeśli nie czuje Twojego dotyku, ciepła, zapachu, równie dobrze mógłbyś (mogłabyś) być na Marsie - po prostu NIE MA CIEBIE. I nie ma znaczenia, że jesteś zaledwie o pół metra od jego łóżeczka. Noworodek odnajduje siebie wtedy, gdy bierzesz go na ręce. Gdy obudzi się sam, w łóżeczku, jest czystą samotnością. Dlatego jeżeli chcesz, by Twoje niemowlę było szczęśliwe i miało zaspokojone najwcześniejsze potrzeby rozwojowe, bierz je na ręce natychmiast, gdy zasygnalizuje tę potrzebę płaczem. Kup sobie nosidełko, i gdy tylko możesz, noś je na swoim ciele. Reaguj jak najszybciej na jego płacz; dla dziecka chwila to wieczność. Dziecko nigdy nie płacze bez potrzeby i nie symuluje. Jego płacz najczęściej jest wynikiem niezaspokojenia jego potrzeb.

Jeśli chcecie być miłującymi rodzicami, czyli zaspokajać potrzeby rozwojowe swoich dzieci i wspierać je w rozwoju, zwróćcie uwagę na to, że niemowlę też ma swoje emocjonalne i duchowe potrzeby. Jego potrzeby nie ograniczają się do zaspokojenia uczucia głodu, pragnienia, wypróżnienia czy snu.

Musicie z nim być. Jest to trudne, gdyż obecna sytuacja sprawia, że oboje rodzice muszą pracować i nie mają czasu na bycie z dzieckiem. Jednak niezaspokojenie potrzeb rozwojowych na pierwszym etapie rozwoju (0-6 miesięcy) może spowodować, że jego całe przyszłe życie legnie w gruzach.

Rozwój duchowy człowieka porównałbym do budowy domu. Najpierw jest architekt i plany: dla osoby o materialistycznym światopoglądzie architektem jest dobór naturalny i ewolucja, zaś planami - geny. Dla osoby wierzącej

architektem jest Bóg, zaś planami - Jego Wola. Zaspokajanie kolejnych potrzeb rozwojowych można porównać do dostarczania materiałów do budowy. Pierwszy etap rozwoju duchowego ma miejsce podczas życia płodowego. Drugi - od narodzin do około 6 miesiąca życia można porównać do wylewania fundamentów budowli o nazwie „duchowość” lub, jak kto woli, psychika człowieka. Jeśli fundament będzie płytki lub ze złego betonu, jest ryzyko, że ten dom nie będzie się nadawał do zamieszkania albo runie.

Nawet jeżeli do budowy kolejnych pięter użyte zostaną najlepsze materiały i technologie, słaby fundament może nie unieść ich ciężaru. To samo z psychiką. Niezaspokojenie wczesnych potrzeb rozwojowych może rzutować na całe życie i odbijać się na postawach osoby dwudziesto-, czterdziesto-, a nawet sześćdziesięcioletniej.

Niezaspokojenie potrzeby bliskości w wieku niemowlęcym może się objawiać chorobliwym uzależnieniem od obecności innych osób w naszym życiu, często mylonym z „miłością”. Mówienie: „-Ja ją (jego) tak strasznie kocham, że bez niej nie mogę żyć” – i jeżeli rzeczywiście ta pseudo-miłość negatywnie rzutuje na Twoje życie, świadczy właśnie o takim uzależnieniu. Miłość nigdy nie powinna rodzić smutku, lecz radość. Miłość to działanie dla wspólnego dobra, a nie wykorzystywanie drugiej osoby do zapełniania wewnętrznej pustki w nas samych, powstałej dlatego, że rodzice nie brali nas na ręce, gdy tego potrzebowaliśmy.

Warto wiedzieć, że nie da się zastąpić własnej pustki duchowej obecnością innej osoby w naszym życiu. Jest to rozwiązanie skuteczne na krótką metę: po pewnym czasie okaże się, że nie działa. Jeśli nie uświadomimy sobie, dlaczego nie działa, po prostu przestaniemy kochać tę osobę, a udamy się na poszukiwania innej. I będziemy ten rytuał powtarzać do utraty sił. Jedną z cech dojrzałości jest według mnie zdolność do życia „w pojedynkę”: mogę i chcę z kimś być, ale mogę też być sam.

A co zrobić, jeśli, cytując Johna Bradshawa, jest w nas takie skrzywdzone, wewnętrzne niemowlę, które swoimi niezaspokojonymi potrzebami zatruwa nasze dorosłe życie? Rozwiązaniem może być psychoterapia lub samodzielne nawiązanie kontaktu z naszym wewnętrznym niemowlęciem i przytulenie go do siebie; zaopiekowanie się nim. To jest możliwe. Jeśli przytulisz do swojego serca to szlochające niemowlę, poczuje radość, na którą w pełni zasługuje i przestanie negatywnie wpływać na Twoje dorosłe życie.

Cezary Urbański

Cytaty pochodzą z następujących źródeł:

Jean Liedloff, „W głębi kontinuum”, wyd. SIAK Spectrum International i DWK KOS, Warszawa-Katowice, 1995.

John Bradshaw, „Powrót do swego wewnętrznego domu”, wyd. Medium i SIAK Spectrum International, Warszawa, 1995.

Linki do innych artykułów:

[1(1)]: „Seks, fenyloetyloamina i miłość”

[3(1)]: „Dorosłe Dzieci”

[4(1)]: „Próbna matura”