

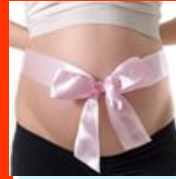


Пожалуй, нет большей ответственности в мире, чем материнство. Множество женщин желают иметь детей, не представляя всей степени ответственности. Мать – это первая ступень в жизни, первое знакомство с миром. Все остальное – продолжение этого опыта. Если первый шаг удачен – вся жизнь становится удачной. Поэтому матерью нужно становиться осознанно, добровольно принимая величайшую ответственность.

☺ Прежде, чем ребенок родится, с момента зачатия, важно признавать его как индивидуальность: приветствовать, разговаривать, ожидать, безусловно, любить. Когда ребенок появляется на свет, его «возраст» уже составляет девять месяцев. Представь себе, как чувствует себя человек, если родные люди игнорируют его девять месяцев? А сегодня мамочки запросто устраивают это своим младенцам – игнорируя их в своем животе. Ребенок не видит и не слышит до формирования внешних органов, но он чувствует. Энергия вибрирует на одном с вами языке.

☺ Материнство изменит Ваш образ жизни. Ведь ребенок находится в одном эмоциональном поле с матерью. Ваш климат - его климат. Если кто-нибудь оскорбит Вас, обругает, вызовет негативную реакцию - не вовлекайтесь в это, не сердитесь. Просто постарайтесь не реагировать, а мысленно скажите себе: «Здоровье малыша важнее моих эмоций».

*Смейтесь, наслаждайтесь едой и заботой окружающих. Принимайте с радостью все, что посылает жизнь. Танцуйте, пойте, слушайте музыку, любите, не торопитесь. Пусть Ваш ребенок принесет в мир веселье, гармонию, здоровье и любовь.*



☺ Материнство, это не обязанность, а дар. Вы никому ничего не должны. Ребенок, это подарок, а подарки дарят на праздник. Пусть материнство станет праздником, а не долгом.

Истинная мать не говорит своему дитя: «Я сделала для тебя много»; она скажет, что обязана ему, потому что ей нравится быть матерью. Ребенок всегда обогащает. Существует огромная разница между матерью и просто женщиной.



☺ Никогда не относитесь к ребенку несерьезно, как к несмышленишу. Пусть для вас он станет умным с первых дней жизни: проявляйте глубокое уважение, он очень хрупок, беспомощен. Его легко унижить. Дайте ему полную свободу для познания мира, обеспечьте защитой. Никогда не помогайте полностью, а лишь подсказывайте направление движения. Давая свободу, мы даем и право на ошибку. Ребенку важно научиться думать, работая над ошибкой. По сути, схема такова:

Полная свобода ⇒ право на ошибку ⇒ работа над ошибкой ⇒ умение думать ⇒ собственный результат.

Эта схема реализуется только в контексте материнской любви. Когда ребенок сам не думает, а получает готовые решения от матери, то, будучи взрослым, он будет следовать за другими, станет ведомым, а не лидером.



© Обратная сторона медали материнства – психологическое и физическое изматывание, лишение покоя днем и ночью. Ребенок может быть настоящей шаровой молнией. Материнство создается из понимания, терпения и служения. Материнство – это так же порой тяжелая работа. Секрет ее легкого выполнения заключен в том, чтобы делать это с любовью. Вы создаете жизнь, что может быть важнее и радостнее? Эту великую работу Вы делаете для себя, а не как одолжение малышу, или мужу. Если Вы устаете от ребенка, возможно, причина – в отношении к материнству. Возможно, Вы стремитесь управлять его развитием, контролировать его проявления. Несомненно, это утомляет. Просто примите все как есть. Будьте принимающей, а не контролирующей. Принимающую мать наполняет радость и творческая энергия, а контролирующую - покидает. Один из принципов жизни: «Ей (жизнью) невозможно управлять, ее нужно открыто принимать».

ГБУЗ «Центр медицинской профилактики»  
министерства здравоохранения  
Краснодарского края  
[www.med-prof.ru](http://www.med-prof.ru)

# ПОДГОТОВКА К



# МАТЕРИНСТВУ