

## Lactancia encuentro con una misma

Cuando las mujeres reafirmamos nuestra relación con la naturaleza salvaje, adquirimos conocimiento, visión, inspiración, intuición y la vida misma vibra por dentro y por fuera. "Salvaje" no en el sentido peyorativo moderno como falta de control sino en su sentido original que significa vivir una existencia natural, en la que la criatura se desarrolla con su integridad innata y saludable.

Esta cualidad salvaje hace parte de la naturaleza instintiva y fundamental de las mujeres. Y es el conocimiento de esta naturaleza lo que nos permite percibir el sonido de los ritmos internos y vivir al son de ellos para no perder el equilibrio espiritual. Cuando las mujeres nos apartamos de la fuente básica, perdemos los instintos y los ciclos vitales naturales quedan sometidos a la cultura o al intelecto o al ego, ya sea el propio o el de los demás. Lo "salvaje" hace saludable a todas las mujeres. Sin el costado salvaje, la psicología femenina carece de sentido.

Las mejores oportunidades para que cada mujer se conecte con sus aspectos más naturales, animales, salvajes de su ser esencial son el parto y la lactancia. Claro que muy pocas lo logran, porque hombres y mujeres, aterrorizados por nuestros aspectos animales hacemos todo lo posible para que no se filtren en nuestra manera de ser. Nos gustaría parir sólo con la cabeza, sin intergrar nuestras zonas bajas. Tal vez por eso todos nos sentimos más tranquilos con las cesáreas: el nacimiento se produce en un lugar más elevado, más limpio y decoroso. La lactancia es continuación y desarrollo de nuestros aspectos más terrenales, salvajes, directos, filogenéticos. Para dar de mamar deberíamos pasar casi todo el tiempo desnudas, sin largar a nuestra cría, inmersas en un tiempo fuera del tiempo, sin intelecto ni elaboración de pensamientos, sin necesidad de defenderse de nada ni de nadie, sino solamente sumidas en un espacio imaginario e invisible para los demás.

Eso es dar de mamar. Es dejar aflorar nuestros rincones ancestralmente olvidados o negados, nuestros instintos animales que surgen sin imaginar que anidaban en nuestro interior. Y dejarse llevar por la sorpresa de vernos lamer a nuestros bebés, de oler la frescura de su sangre, de chorrear entre un cuerpo y otro, de convertirse en cuerpo y fluidos danzantes. Dar de mamar es despojarse de las mentiras que nos hemos contado toda la vida sobre quienes somos o quienes deberíamos ser. Es estar desprolijas, poderosas, hambrientas, como lobas, como leonas, como tigresas, como canguras, como gatas. Muy relacionadas con las mamíferas de otras especies en su total apego hacia la cría, descuidando al resto de la comunidad, pero milimétricamente atentas a las necesidades del recién nacido. Deleitadas con el milagro, tratando de reconocer que fuimos nosotras las que lo hicimos posible, y reencontrándonos con lo que haya de sublime. Es una experiencia mística si nos permitimos que así sea.

Esto es todo lo que se necesita para poder dar de mamar a un hijo. Ni métodos, ni horarios, ni consejos, ni relojes, ni cursos. Pero sí apoyo, contención y confianza para ser una misma más que nunca. Sólo permiso para ser lo que queremos, hacer lo que queremos, y dejarse llevar por la locura de lo salvaje.

Esto es posible si se comprende que la psicología femenina incluye este profundo arraigo a la madre-tierra, que el ser una con la naturaleza es intrínseco al ser esencial de la mujer, y que si este aspecto no se pone de manifiesto, la lactancia simplemente no fluye. No somos tan diferentes a los ríos, a los volcanes, a los bosques. Sólo es necesario preservarlos de los ataques.

Las mujeres que deseamos amamantar tenemos el desafío de no alejarnos desmedidamente de nuestros instintos salvajes. Solemos razonar, leer libros de puericultura y de esta manera perdemos el eje entre tantos consejos supuestamente "profesionales".

Hay una idea que atraviesa y desactiva la animalidad de la lactancia, y es la insistencia para que la madre se separe del cuerpo del bebé. Contrariamente a lo que se supone, el bebé debería ser cargado por la madre todo el tiempo, incluso y sobre todo cuando duerme. La separación física a la que nos sometemos como díada entorpece la fluidez de la lactancia. Los bebés occidentales duermen en el moisés o en el cochecito o en sus cunas demasiadas horas. Esta conducta sencillamente atenta contra la lactancia. Porque dar de mamar es una actividad corporal y energética constante. Es como un río que no puede parar de fluir: si las piedras son muy numerosas, desvían su caudal.

La mayoría de las madres que consultan por dificultades en la lactancia están preocupadas por saber cómo hacer las cosas correctamente, en lugar de buscar el silencio interior, las raíces profundas, los vestigios de femineidad y un apoyo en el varón, en la familia o en la

comunidad que favorezcan el encuentro con su esencia personal.

Por eso en las consultas, cuando las madres se sienten reconfortadas al recibir unas palabras simples de aliento y mucha protección, estoy en condiciones de pedirles que no dejen al bebé y lo mantengan en sus brazos. Rápidamente las tensiones de la madre y del niño desaparecen y la leche fluye. El bebé se queda dormido. En ese momento suelo pedirles a las madres que no lo aparten, que lo mantengan en sus brazos, y les cuento que el niño está dormido sólo en apariencia ya que sigue bebiendo de su energía, de su aura, de su cuerpo. Si lo deposita lejos del cuerpo materno, el alimento se corta.

La preocupación por los horarios es lo más anti leche materna que conozco. Las famosas tres horas que todavía se recomiendan entre mamadas son fruto de la ignorancia y la falta de respeto por los ritmos internos de la especie humana. Son hartantes y resultan confusas para las madres que intentan no equivocarse en la crianza de sus hijos pequeños. El mundo occidental está repleto de opinólogos con diploma que sofocan la esencia femenina que puja por aparecer en un hecho tan mágico y simple como la leche que chorrea de los pechos de una mujer.

Otra actitud anti leche responde a la absurda idea de que el bebé se va a "mal acostumbrar". Cualquier otra especie de mamíferos moriría de risa (y también de muerte) si lo que el recién nacido reclama para su subsistencia le fuera negado. Los seres humanos somos bastante menos inteligentes de lo que creemos, pretendiendo negar las leyes de la naturaleza y complicando la existencia.

Dar de mamar a nuestros bebés es ecológico en su sentido más amplio.

Es volver a ser lo que somos. Es nuestra salvación. Es un punto de partida y de encuentro con una misma. Es despojarnos de cultura y atragantarnos de naturaleza. Es ingresar a nuestros niños en un mundo de colores, ritmo, sangre y fuego, y bailar con ellos la danza de la vida. Para lograrlo es indispensable buscar protección, siempre centradas en la sabiduría potente y natural de nuestro corazón.

Laura Gutman (Terapeuta familiar, autora de "La maternidad y el encuentro con la propia sombra" y "Puerperios")