

Det magiske

MARIA CELINE LUNDEBY



- Når gutten min kommer og gir meg en skikkelig knuseklem, bare fordi.
- Blikkontakten under amming.
- En litt for tidlig morgen i senga med en gutt på hver side, og jeg kjenner meg takknemlig.
- Når barna på 3 og 6 år skjønner hverandres humor og får latterkrampe.
- Når dattera mi synger for seg selv etter legging: Mamma er glad i meg og Jesu´ er glad i meg!
- Hun som hylar og ler av glede når hun ser meg hver morgen.
- Når barna leker idyllisk sammen et lite øyeblikk, og jeg bare kan stå og se på dem.
- Når hun sier at hun er glad i meg.
- Storebror som leser for de to småsøsknene sine på eget initiativ.
- Nattaklemmene – uansett hvor store barna blir.
- At jeg er den første de vil fortelle noe til.
- Å se på dem når de sover. Jeg blir aldri lei.



Kjære søvnløse mamma

GUNNLAUG BØ

TORTUR. DET ER det første ordet som popper opp i hodet mitt når jeg tenker på våkenetter med barn. Og det er kanskje ikke så langt unna heller, mangel på søvn blir tross alt brukt som en torturmetode.

For meg har våkenettene kanskje vært den største prøvelsen ved å bli mor. Min første våkenatt kom den første natta med baby. Heldigvis visste jeg ikke da hvor mange flere slike netter jeg hadde i vente. Netter da jeg vandret rundt med en baby i armene. Byssende, syngende, hysjende, strykende, i knebøy og utfall. Et desperat behov for søvn, og et enda større behov for å få gråten til å stilne. En blanding av nederlag og lettelse de gangene jeg måtte banke på gjesterommet for å få mannen min til å ta over (ja, han sov på gjesterommet store deler av sitt første år som far).

Jeg hadde ikke trodd at mangel på søvn og egentid skulle gå sånn inn på meg. Men jeg har felt mange tårer på et mørkt barnerom, mens besøket sitter og venter på meg i stua. Jeg har sendt negative bilder på Snapchat midt på natta til venner og familie, i desperasjon etter litt medfølelse. Når medfølelsen kommer i form av oppmuntrende ord og hjerter, flommer tårene over igjen. Jeg har skreket og knurret ned i ei pute noen minutter, før jeg igjen vender tilbake til omsorgsoppgavene med mild og nynnende stemme. I perioder har jeg rett og slett lurt på om jeg holder på å bli gal.

Kanskje er du der akkurat nå: Konstant underskudd på søvn. Kort lunte. Melkesyre i lårene. Lettrørt og hårsår. Husarbeid som hopper seg opp. Egentid er et fremmedord. Hver kveld klamrer du deg til håpet om at det skal bli bedre. Hver natt blir lyset i enden av tunnelen stadig mer fjernt. Jeg føler så inderlig med

deg, og jeg skulle ønske jeg hadde fasiten på hvordan dere kan få det bedre. Men vit at det en dag blir bedre. Og inntil da: Du gjør en fantastisk jobb som mamma! Tenk så heldig barnet ditt er som har en mamma som trøster og bys-ser og stiller opp!

Jeg tenker på hvor selvfølgelig det er at jeg som mamma står opp om natta for å trøste barna mine. Selv om det kanskje skjer med sukk og stønn og misunnelige blikk på han som blir liggende igjen i senga, så er det ikke et alternativ å legge puta over hodet for å sove videre. Jeg er villig til å avbryte enhver jentekveld med venninner eller date night med mannen min for å stryke et tårevått kinn og lete etter smokker i mørket. Det kan føles som et stort offer der og da, men selvfølgelig stiller jeg opp når barna trenger meg!

Jeg tenker også på meg selv, som hadde jevnlige mareritt om natta helt til jeg var godt oppi barneskolen. Det var selvfølgelig slitsomt for meg, og sikkert veldig slitsomt for foreldrene mine. Likevel var det en selvfølge for meg at mamma eller pappa skulle komme når jeg våknet med et skrik (!). Jeg visste at det alltid ble gjort plass til meg hvis jeg søkte trygghet i deres seng, selv om det kanskje lå en eller to søstre der fra før.

Midt i min trøtte boble blir jeg varm om hjertet når jeg tenker på at jentene mine vet at de har foreldre som er der når de trenger det, også midt på natta. Jeg håper de vil føle det sånn i alle situasjoner framover i livet. Det føles tungt å ikke få sove, men nattesøvnen er i bunn og grunn lite å ofre for dem jeg elsker høyest. Mamarollen handler jo i stor grad om å ofre. Man ofrer mye av sin egen komfort, frihet, selvrealisering og mange timer med søvn. Min trygge barndom, den som gjør at jeg i dag kan være en trygg voksenperson, er også bygd på en mammas offer.

Du har lov til å klage. Du har lov til å gråte. Du har også lov til å trøstespise litt innimellom slagene. Det er en stor påkjenning for kropp og sinn å ikke få sove.



Det er en stor påkjenning for kropp og sinn
å ikke få sove. Men du skal vite at denne
perioden ikke er forgjeves.

Men du skal vite at denne perioden ikke er forgjeves. Dette er en tid der barnet ditt får erfare at du stiller opp. Hun får kjenne din nærhet når hun gråter. Hun får høre stemmen din når hun er redd.

Gud ønsker å være vår Far. Akkurat den sannheten har blitt god for meg etter at jeg selv ble mor. Det kan være utmattende å skulle gi omsorg til andre døgnet rundt. Men jeg har alltid et sted der jeg kan motta uendelig med omsorg selv. Det er godt å vite for en frynsete og trøtt småbarnsmor.

Uansett alder, uansett hvor mange du selv har omsorgen for, så kan du få være som et lite barn hos Gud. Det vil si at du kan rope på ham til alle døgnets tider og stole på at han stiller opp. Du kan kaste alle dine bekymringer, behov og feiltrinn over på ham, og du skal vite at han tåler alt sammen. Han hører sukket når energinivået ditt når bunnen. Han tåler fortvilelsen din når du kaster kosedyr i veggen av frustrasjon. Han ser de ensomme tårene som felles i et mørkt barnerom.

Kjære søvnløse mamma: Du er en helt! Den jobben du gjør kan føles tung og urettferdig, men innsatsen din er ikke forgjeves. Ditt offer av nattesøvn bygger trygghet hos barna dine. Bare vit at også helter trenger å motta omsorg og kjærlighet. Og husk: Du er elsket og sett av Gud.

Du kjenner at du lever

KRISTIN NORDVOLL MORK



... når du finner nattskjorta di i barnehagens gjenglemtkurv ...

Nød lærer naken kvinne å spinne –
Fett hår lærer ammende kvinne å dusje på 37 sekunder.

Ting som ikke er greit å si med mindre du har små barn:
«Bøy deg framover så jeg får se inni rompa di.»

«Jeg bare stryker deg litt»,
sa 3-åringen og strøk meg kjærlig over leggen,
«for du har så god pels!»

På randen

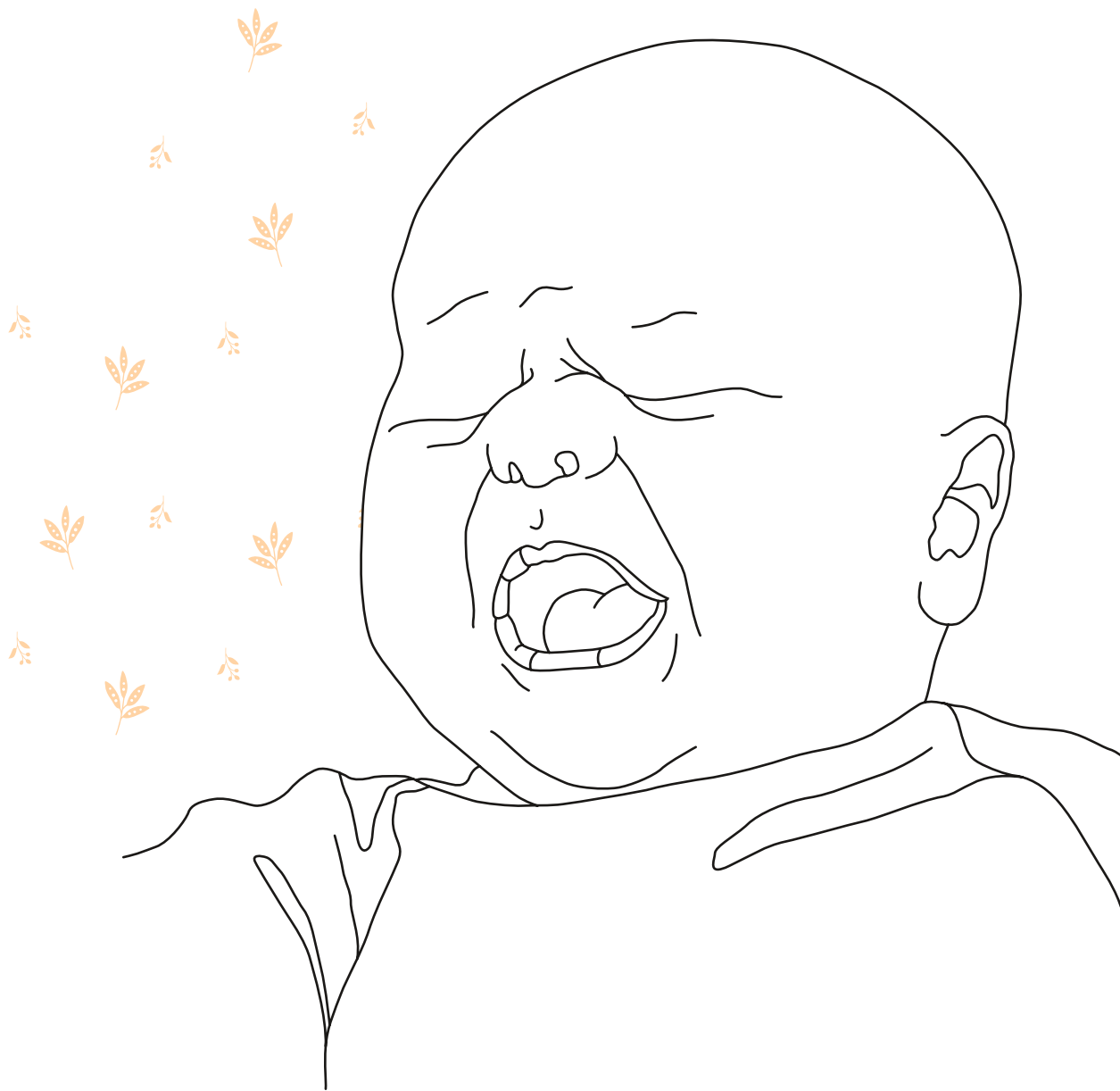
MARIA CELINE LUNDEBY

DE LØPER OG HYLER og skriker og er ustoppelige, utømmelige. Leggetid kommer aldri. Hodet mitt pulserer og dundrer, og jeg skjønner ikke hvordan jeg skal komme meg gjennom den neste timen. Mammalivet fører meg til randen av meg selv.

Det er natt to hjemme i leiligheten med en helt ny datter ved siden av meg. Hormonene løper løpsk, puppene renner, dattera får ikke tak og ammeappen vil ikke virke. *Det tilter for meg!* roper jeg ut i mørket. Mannen min og Gud hører det. Etterpå har vi ledd, der og da var det blodig alvor. Randen. Natt to hjemme.

Jeg slår hånda i madrassen og biter enda noen hakk i kanten på en liten smokk. Jeg bysser og bysser, han hyler og hyler, og jeg er på randen. Igjen. Jeg har ikke mer å gi.

Jeg er på randen, men aldri alene der. På underfullt vis kommer jeg gjennom det. Det er brutalt og magisk, rått og vidunderlig. Og av en eller annen merkelig grunn er det alle lykkeglimtene jeg husker best og tar med meg videre som mat til nostalgien. Den magiske småbarnsperioden. På randen av lykke.





Fortsatt venninner

TORBJØRG OLINE NYLI

J EG VAR I 30 bryllup før mitt eget! Jeg har opplevd alt fra å bli satt på singelbordet med tydelige intensjoner om spleising, til å bli fortalt at «det ordner seg nok snart for deg også».

De aller fleste venneparene fikk etter hvert barn, med tilhørende babyboble. Som alt annet i livet, møter vi de ulike boblene på forskjellige måter. Enten det er singelboblen som mange vil ut av, bryllupsboblen som mange rundt deg gleder seg til at du kommer ut av, eller babyboblen som kan dras videre til de neste stadiene i barnets liv. Jeg har ikke alltid klart det, men likevel forsøkt å leve etter de kloke ordene i Romerne 12,15: «Gled dere med de glade og gråt med dem som gråter!» Det har ikke alltid vært like lett, og jeg må innrømme at jeg har måttet se til andre for å finne bedre eksempler på dette. Jeg har trukket meg fra relasjoner der det ikke har vært plass til annet enn den andres forelskelsesrus eller ammetåke. Det er jeg lei meg for, og det har jeg angret på. Men jeg vet hvor vondt det kan være når eget liv ikke syns å ha noen farger eller mening sammenlignet med venninnens lange utbroderinger av at livet nå har fått hensikt og innhold, enten det er babyen eller mannen som har sørget for dette. Kanskje nettopp derfor har jeg forsøkt å lage store luftehull i mine egne bobler, så jeg husker på å få frisk luft og slippe inn andre impulser – og dele det som ikke er idyllisk ved tingenes tilstand hos meg.

Jeg opplever meg ikke som mer kvinne etter å ha båret frem og født barn. Det definerer ikke min kvinnelighet. Jeg er uenig i at morsrollen har komplementert meg og gjort meg hel. Årene uten mann og barn ga meg god tid til å finne identitet et annet sted.

«Hør, datter, se hit og vend øret til!
Glem nå ditt folk og din farsætt,
så vil kongen glede seg over din skjønnhet!
For han er din herre, ham skal du hylle.» (Jes 45,11–12)

Jeg holdt fast i dette og andre bibelvers. Jeg hadde mange opplevelser av Guds bekræftelse og stadige påminnelser om å løfte blikket og se til Han, ikke på singelbordet jeg satt ved, eller mangelen på barn og A4-pakken. Over tid opplevde jeg at identiteten kunne grunnfestes et annet sted, og det trenger jeg fremdeles. Å løfte blikket til Jesus som alltid gleder seg over meg.

Det er viktig å være til stede i eget liv, og dét er en kunst for alle å mestre uansett hva livet består av. Likevel kan vi være kloke med hva vi snakker om, når andre ikke er i samme livsfase. Det magiske i den gode samtalen er jo den oppmerksomme tilstedeværelsen der noen lytter uten å måtte diagnostisere, forklare eller selv ta oppmerksomheten. Som mamma kan jeg gjerne øve meg på å være lenger i den andres rom, gi andre plass og være åpen for den andres status quo. Det betyr ikke at jeg ikke kan ta plass, men når jeg snakker med andre som ikke har barn, kan jeg veie ordene mine. Vi bruker mange sterke ord og klisjeer om morsrollen, uten alltid å tenke over at det kan oppleves ekskluderende.

Jeg husker den engasjerte moren som erklærte at det var først da hun fikk barn at hun fikk empati, og at såkalte barnløse ikke ante hvor vondt det da gjorde å se nyhetsinnslag om barn i nød. Selv hadde jeg ikke barn da, men hjertet mitt knustes likevel for lidende barn. Jeg husker jeg ble såret over påstanden om at mennesker uten barn ikke har like sterk empati.

Jeg tror livet kan være like rikt og meningsfullt uten barn, og at du faktisk kan få være mer for flere uten egne barn. Samtidig kan mange kjenne sorg over å ikke få barn, enten de er i et forhold eller ikke, den sorgen ønsker jeg å være



Jeg idylliserer ikke mammalivet overfor mine single venninner, men jeg er veldig tydelig på at jeg er mest takknemlig. Andre lengter etter nettopp det jeg er ganske lei av for tiden.

var i møte med. Jeg husker jeg ble så lei av å høre venninner klage når de etterlengtede barna etter hvert ble både slitsomme og krevende, og noen nesten snakket som om de var offer for morsrollen. Jeg idylliserer ikke mammalivet overfor mine single venninner, men jeg er veldig tydelig på at jeg er mest takknemlig. Andre lengter etter nettopp det jeg er ganske lei av for tiden. Samtidig idylliserer jeg heller ikke mine single venninners liv, som om jeg har glemt at den deilige friheten også kommer med ensomhet og lengsel, for mange.

På samme måte som den velmente «kjærligheten kommer når du minst venter det», vil de like velmenende «bare vent til det er din tur» oppleves såre for de som ikke har barn. Å få barn er ikke det lovede land. Jeg er sammensatt, og selv om det å bli mor er noe av det mest livsforvandlende jeg har opplevd, består jeg fremdeles av alt det andre. Jeg er livsnyter, Jesus-etterfølger, samfunnsengasjert og mye mer. De sidene har jeg godt av å øve på å ta frem ofte, særlig i møte med venninner som ikke har egne barn.

I de mest intense fasene, enten du er helt nybakt mor, har syke barn eller det skjer noe spesielt på hjemmebane, er det helt naturlig å være 100 % opptatt av det. Men hvordan kan vi i de vanlige hverdagene forsøke å stikke hodet ut og være tilsnakkelige?

- Hør deg selv snakke, og stopp deg selv når du skjønner at enda en historie fra fødselen er på gang, eller enda en du-skulle-sett-da-han-spiste-banan-i-går-historie trenger seg på.
- Husk hvilke samtaletemaer du og vennene dine pratet om før, og frisk dem opp!
- Våg å spørre nære venner om hvordan de opplever deg, og gjør en innsats for å spørre mer enn du forteller. Bli gjerne lenger i den andres verden, og vis interesse i stedet for å assosiere samtalen tilbake til noe i eget liv.
- Finn dine boblevenner, som barselgruppen, der det er greit å legge ut i det vide og det brede om finurlige detaljer om de små. Få det ut der, så du kan snakke om andre ting med andre folk.
- Ikke bli fornærmet om venner ikke vil holde babyen din, eller de ikke spør mye om barnets siste sprell. Dere kan fremdeles dele mye, om dere ikke deler din overstrømmende begeistring for den lille.

Jeg har gått fra den ene grøften til den andre, enten jeg ikke har snakket noe om det som jo faktisk er livet mitt for tiden, barna mine – eller jeg har snakket for mye om dem, på et detaljnivå som kun interesserer barnas far eller beste-foreldre. Vær mer enn mamma, plei interesser du hadde før, gjør noe for bare deg og prat gjerne om dette til venner som ikke er der du er akkurat nå! Og løft blikket, du er en Konges elskede datter, der finnes den bekreftelsen og identiteten som holder uansett!

Funny Mom

KRISTIN NORDVOLL MØRK



Takk for at du syns jeg er det artigste du
noensinne har hørt eller sett.
Den spontane latteren din vasker bort dårlig
selvtillit og prestasjonsangst.
Du ler så hjertelig at jeg blir overbevist.
Jeg må nok være den morsomste som finnes. Takk.
Jeg kan leve lenge på det. Og det må jeg nok.
For jeg har hørt at det går fort over.