



Małgorzata Konieczny
tel. 782 97 63 45
info.shantala@wp.pl
www.familijny-fyrtel.blogspot.com

Dość niewyraźnie pamiętam pierwsze spotkanie z masażem. Masowanie kojarzy mi się z cichym głosem Rodziców, delikatnym kołysaniem, ciepłem. Robiło mi się wówczas błogo, bezpiecznie...zasypiałam. Teraz jest bardzo podobnie, choć po tej stronie brzucha wygląda to nieco inaczej.

Rodzice mówią, że człowiek masowany jest już w brzuchu mamy, a potem podczas porodu. Nie wiem czy to pamiętam. Czasem wydaje mi się, że pamiętam. Choć na pewno inaczej niż to, że Malwinka miała wczoraj w przedszkolu czerwoną sukienkę.

Ojej, ale gapa ze mnie. Nie przedstawiłam się, przepraszam.

Mam na imię Ada i jestem już dużą dziewczynką, przecież mam aż 3 lata i 5 miesięcy.

Chodzę do przedszkola i jestem w tej samej grupie, co Lenka – moja najlepsza koleżanka.

Niedawno Mama oznajmiła mi, że wkrótce odwiedzi nas Ciocia Kasia i będzie uczyła się masażu Shantala. Ciocia ma przyjść razem z małym synkiem. Cieszę się bardzo, bo jeszcze go nie widziałam. Urodził się całkiem niedawno.

Nareszcie nadeszła środa, zadzwonił dzwonek a za drzwiami zobaczyłam Ciocię Kasię trzymającą w rękach niewielki pakunek, który zaraz po przekroczeniu progu zaczął wydawać dziwne dźwięki. W końcu rozległ się płacz. Okazało się, że tym pakunkiem jest Dawid. Dodo, bo tak go wszyscy nazywają, ma niecałe 3 miesiące i jest synkiem Cioci Kasi i wujka Krystiana.

Ciocia żaliła się Mamie, że Dodo często płacze pomimo tego, że nie jest głodny, ma suchą pieluszkę i wydaje się, że nie jest mu ani za ciepło ani za gorąco. Ciocia podejrzewa, że takie zachowanie Doda może być spowodowane bólem brzuszka. Maluch bardzo rzadko robi kupkę i często się pręży, zwłaszcza po wypiciu mleka. Poza tym chłopczyk często się budzi, śpi zbyt krótko i wydaje się być rozdrażniony.

Wszystko to powoduje, że Ciocia Kasia bardzo się denerwuje, a Dawid wyczuwając jej nastrój, także jest niespokojny i płacziwy.

Mama powiedziała, żeby Ciocia napiła się herbaty rumiankowej i odprężyła się. A ona zaraz zajmie się rozwiązaniem tych problemów.



Małgorzata Konieczny
tel. 782 97 63 45
info.shantala@wp.pl
www.familijny-fyrtel.blogspot.com

Z jednej strony zmartwiłam się zachowaniem Doda, bo taki maluch na pewno bardzo cierpi skoro tak płacze. Ale z drugiej strony, ucieszyłam się bardzo, bo wiedziałam, że będziemy uczyły Ciocię masażu Shantala. To znaczy Mama będzie uczyła Ciocię pokazując prawidłowe ruchy na lalce, a Ciocia naśladowując i powtarzając ruchy, będzie masowała Doda.

Pobiegłam po swoją ulubioną lalkę, żeby też wziąć udział w lekcji.

Mama wyjaśniła, że ważne jest, aby ruchy były powolne i dokładne, a masaż obejmuje całe ciało dziecka. Tak więc masuje się twarz, rączki i klatkę piersiową, brzusek i nóżki, plecki. Można także wykonać gimnastykę. Gdy nie umiałam jeszcze chodzić, bardzo lubiłam tę część naszego rytuału.

Aby nie przemęczyć Doda i by Ciocia łatwiej wszystko zapamiętała, nauka została podzielona na etapy. W związku z tym, że chłopczyk wydaje się odczuwać największy dyskomfort z powodu kolek, Mama zasugerowała by zacząć przygodę z masażem od wymasowania brzuszka.

Najpierw Dodo został rozebrany, bo takie maluchy masowane są na golaska. Potem Mama włączyła spokojną muzykę i zaczęła się lekcja. Gdy już Ciocia wymasowała cały brzusek i założyła Dodowi pieluszkę oraz owinęła go ciepłym kocykiem, usłyszałyśmy donośny głos. Dodo zrobił kupkę. Mama powiedziała, że to efekt usprawnienia pracy jelit. Ciocia Kasia przebrała więc swojego synka, a my usiadłyśmy by zjeść placek ze śliwkami, który upiekłam z Mamą i wypić kawę (Mama i Ciocia) oraz herbatę (ja). Gdy rozsiadłyśmy się wygodnie w fotelach, usłyszałyśmy donośne sapanie dobiegające z sofy. Chłopiec zasnął i wydawał się lekko uśmiechać.

Podczas kolejnych wizyt Mama uczyła Ciocię, jak masować pozostałe części ciała. Z każdym spotkaniem Dodo był radośniejszy i mniej płakał. Ciocia wspomniała, że ponadto lepiej śpi i już nie ma problemów z robieniem kupki. Tym samym humor całej rodziny uległ zdecydowanej poprawie.

Ja najbardziej lubię, gdy Rodzice masują mi nogi. A podczas masażu czuję się bardzo wyjątkowo. Wydaje mi się, że czas płynie wolniej. Całe moje ewentualne zdenerwowanie, napięcie i lęki odchodzą. A ja, czując się bezpiecznie, powoli zasypiam. Wiem, że Rodzice mnie kochają, bo tak delikatnie mnie dotykają. Widzę, jacy są skupieni podczas



Małgorzata Konieczny
tel. 782 97 63 45
info.shantala@wp.pl
www.familijny-fyrtel.blogspot.com

masowania mnie. Mama mówi, że masaż ją także odpręża i relaksuje. Może to przez tę spokojną muzykę, której słuchamy? A może to przez to, że ja się uspokajam i mój spokój wędruje do Mamy? A może to spokój Mamy przechodzi na mnie?

Czasem masuje mnie Tata. Uwielbiam ten wspólnie spędzony czas. Tata masuje trochę inaczej, choć nie potrafię tego dokładnie opisać. Najlepiej masuje plecy.

Zdarza się, że zamiast zabawy, układania puzzli czy czytania książek wolę by Tata mnie pomasował. Bo wtedy jesteśmy tylko we dwoje. Patrzymy na siebie, uśmiechamy się. Rozumiemy się bez słów. Jest fajnie.

O, Mama mnie woła. Pyta czy mam ochotę na masaż. Dziwna ta Mama. Przecież dobrze wie, jak bardzo lubię masaż, więc po co pyta? Ale w sumie cieszę się, że zawsze zadaje mi to pytanie. Dla mnie to niezmiernie ważne, bo oznacza, że Mama szanuje moje zdanie i liczy się z moimi uczuciami. To niezmiernie miłe i dodaje mi pewności siebie oraz wzmacnia zaufanie do Rodziców.

Wam też życzę tak miłych doznań!

© Małgorzata Konieczny, 2012