ΠΡΟΛΟΓΟΣ

ΘΥΜΑΜΑΙ τη στιγμή που έπιασα πάτο ως μητέρα.

Ήταν ένα παγωμένο πρωινό του Δεκέμβρη στις 5 η ώρα. Ήμουν ξαπλωμένη στο κρεβάτι, φορώντας το ίδιο φούτερ που φορούσα και την προηγούμενη μέρα. Είχα μέρες να λουστώ.

Έξω, το χρώμα του ουρανού ήταν ακόμη σκούρο μπλε· το κίτρινο από τα φώτα των δρόμων εξακολουθούσε να φέγγει. Μέσα στο σπίτι επικρατούσε μια απόκοσμη ησυχία. Το μόνο που ακουγόταν ήταν η ανάσα της Μάνγκο, του γερμανικού ποιμενικού μας στο πάτωμα, κάτω από το κρεβάτι μας. Όλοι κοιμούνταν εκτός από μένα. Είχα ξυπνήσει για τα καλά.

Ετοιμαζόμουν για μάχη. Σκεφτόμουν ξανά και ξανά πώς θα διαχειριζόμουν την επόμενη αναμέτρησή μου με τον εχθρό. Τι θα κάνω όταν μου δώσει μπουνιά για μια ακόμα φορά; Όταν με χτυπήσει, όταν με κλοτσήσει ή με δαγκώσει;

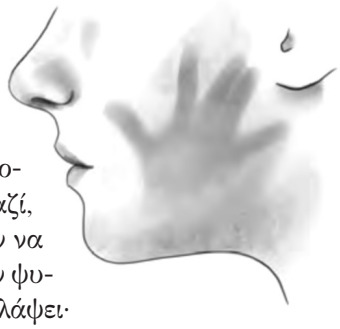
Ακούγεται φρικτό να αποκαλώ την κόρη μου «εχθρό». Ένας θεός ξέρει ότι θα πέθαινα για κείνη. Από πολλές απόψεις, είναι ένα μικρό υπέροχο πλάσμα. Είναι πανέξυπνη, απίστευτα θαρραλέα και δυνατή σαν ταύρος, σωματικά και ψυχικά. Όταν η Ρόζι πέφτει κάτω στην παιδική χαρά, σηκώνεται αμέσως. Ούτε κλάματα ούτε τίποτα.

Σας είπα πόσο ωραία μυρίζει; Τη λατρεύω τη μυρωδιά της, ειδικά ακριβώς στην κορυφή του κεφαλιού της. Κάθε φορά που λείπω σε επαγγελματικό ταξίδι, κάνοντας ρεπορτάζ για το Εθνικό Δημόσιο Ραδιόφωνο, εκείνο που μου λείπει περισσότερο είναι η μυρωδιά της, ένα μείγμα από μέλι, κρίνους και υγρό χώμα.

Αυτό το γλυκό άρωμα είναι σαγηνευτικό, αλλά και παραπλανητικό. Στα σωθικά της Ρόζι καίει μια φωτιά. Μια κατακόκκινη πυρκαγιά. Αυτή την κινητοποιεί, την κάνει να περιδιαβαίνει τον κόσμο με άγριες διαθέσεις. Όπως είπε και ένας φίλος: είναι ένας καταστροφέας κόσμων.

Όταν η Ρόζι ήταν μωρό, έκλαιγε πολύ. Ατελείωτες ώρες κάθε βράδυ. «Οι μόνες ώρες που δεν κλαίει είναι όταν τρώει ή όταν κοιμάται», έλεγε πανικόβλητος ο σύζυγός μου στην παιδίατρο. Εκείνη σήκωνε τους ώμους. Δεν ήταν η πρώτη φορά που άκουγε κάτι τέτοιο. «Μωρό είναι», απαντούσε.

Τώρα η Ρόζι ήταν πλέον τριών ετών και το κλάμα είχε μετουσιωθεί σε εκρήξεις θυμού και σ' έναν χείμαρρο κακομεταχείρισης προς τους γονείς της. Όταν, σε κάθε της ξέσπασμα, την έπαιρνα αγκαλιά, εκείνη με χαστούκιζε στο πρόσωπο. Κάποια πρωινά έφευγα από το σπίτι μ' ένα κόκκινο αποτύπωμα της παλάμης της στο μάγουλό μου. Θεέ μου, πόσο με πονούσε!



Εκείνο το ήσυχο πρωινό του Δεκεμβρίου, ξαπλωμένη καθώς ήμουν στο κρεβάτι, επέτρεψα στον εαυτό μου να συνειδητοποιήσει μια οδυνηρή αλήθεια. Ένα τείχος είχε αρχίσει να υψώνεται ανάμεσα σ' εμένα και σ' εκείνη. Είχε αρχίσει να με τρομοκρατεί η σκέψη ότι θα περνούσαμε χρόνο μαζί, επειδή φοβόμουν αυτά που θα μπορούσαν να συμβούν – φοβόμουν ότι θα έχανα (πάλι) την ψυχραιμία μου· ότι θα έκανα (πάλι) τη Ρόζι να κλάψει· ότι το μόνο που θα κατάφερνα θα ήταν να την κάνω (πάλι) να συμπεριφερθεί άσχημα. Αυτό είχε ως αποτέλεσμα να φοβάμαι ότι η Ρόζι κι εγώ σιγά σιγά γινόμασταν εχθροί.

Μεγάλωσα σ' ένα σπίτι γεμάτο θυμό. Φωνές, πόρτες που έκλειναν με δύναμη, ακόμα και παπούτσια που εκσφενδονίζονταν. Όλα αυτά αποτελούσαν βασικούς τρόπους επικοινωνίας για τους γονείς, τα τρία αδέρφια μου κι εμένα. Έτσι, αρχικά αντιμετώπισα τις εκρήξεις θυμού της Ρόζι με τον ίδιο τρόπο που μου συμπεριφέρονταν οι γονείς μου, δηλαδή με ένα μείγμα θυμού, αυστηρότητας και, ενίοτε, ηχηρών, εκφοβιστικών λέξεων. Η αντίδραση αυτή το μόνο που κατάφερε ήταν να μου γυρίσει μπούμερανγκ: η Ρόζι λύγιζε την πλάτη της, τσίριζε σαν καρακάξα κι έπεφτε στο πάτωμα. Πάντως, ήθελα να τα καταφέρω καλύτερα από τους γονείς μου. Ήθελα να μεγαλώσει η Ρόζι σε ένα γαλήνιο περιβάλλον και να της μάθω πιο παραγωγικούς τρόπους επικοινωνίας από το να πετάει παπούτσια στα κεφάλια των άλλων.

Έτσι, συμβουλεύτηκα τον δρα Γκουγκλ και κατέληξα στο συμπέρασμα ότι το «υποστηρικτικό ύφος» ήταν η «βέλτιστη παιδαγωγική προσέγγιση», η οποία θα συνέβαλε στον περιορισμό των εκρήξεων θυμού

της Ρόζι. Απ' ό,τι μπόρεσα να καταλάβω, «υποστηρικτικός» σήμαινε ταυτόχρονα «ακλόνητος και προσηνής». Έτσι, έβαλα τα δυνατά μου για να το πετύχω. Όμως σε καμία περίπτωση δεν το έκανα σωστά, δεδομένου ότι η προσέγγιση αυτή συνεχώς με απογοήτευε. Η Ρόζι καταλάβαινε ότι ήμουν ακόμα θυμωμένη κι έτσι βρισκόμασταν παγιδευμένες σ' έναν φαύλο κύκλο. Ο θυμός μου την έκανε να συμπεριφέρεται χειρότερα. Εγώ θύμωνα όλο και περισσότερο και τελικά οι εκρήξεις της μετατρέπονταν σε ολοκαύτωμα. Με δάγκωνε, χτυπούσε τα χέρια της και άρχιζε να τρέχει μέσα στο σπίτι αναποδογυρίζοντας έπιπλα.

Ακόμα και το πιο απλό πράγμα —όπως το να ετοιμαστεί το πρωί για τον παιδικό σταθμό— είχε μετατραπεί σε καβγά. «Μπορείς, σε παρακαλώ, να φορέσεις τα παπούτσια σου;» την εκλιπαρούσα για πέμπτη φορά. «Όχι!» ούρλιαζε και στη συνέχεια έβγαζε τα ρούχα *και το εσώρουχό της*.

Ένα πρωί ένιωσα τόσο χάλια ώστε γονάτισα κάτω από τον νεροχύτη της κουζίνας και ούρλιαξα σιωπηλά μέσα στα ντουλάπια. *Γιατί είναι όλα τόσο δύσκολα; Γιατί δεν μ' ακούει; Τι κάνω λάθος;*

Για να είμαι ειλικρινής, δεν είχα ιδέα πώς να διαχειριστώ τη Ρόζι. Δεν ήξερα πώς να σταματήσω τις εκρήξεις της, πόσο μάλλον να αρχίσω να της μαθαίνω πώς να γίνει καλός άνθρωπος – ένας άνθρωπος ευγενικός, εξυπηρετικός και με συμπόνια για τους γύρω του.

Η αλήθεια είναι ότι δεν ήξερα πώς να γίνω καλή μητέρα. Πρώτη φορά στη ζωή μου ήμουν τόσο κακή σε κάτι στο οποίο ήθελα να είμαι καλή. Πρώτη φορά υπήρχε τόσο συντριπτικά μεγάλο χάσμα ανάμεσα στις πραγματικές μου ικανότητες και στις ικανότητες που ποθούσα να έχω.

Να 'μαι, λοιπόν, ξαπλωμένη στο κρεβάτι τα χαράματα, να τρέμω τη στιγμή που θα ξυπνούσε η κόρη μου —το πολυαγαπημένο παιδί που τόσα χρόνια λαχταρούσα να αποκτήσω— και να αναζητώ στο μυαλό μου έναν τρόπο για να συνδεθώ με ένα παιδί που συχνά έμοιαζε να έχει καταληφθεί από μανία· να αναζητώ μια διέξοδο από αυτό το χάος που είχα δημιουργήσει.

Ένιωθα χαμένη, κουρασμένη και απελπισμένη. Κάθε φορά που σκεφτόμουν το μέλλον, το μόνο που έβλεπα ήταν η διαιώνιση της συγκεκριμένης κατάστασης: η Ρόζι κι εγώ θα παραμέναμε παγιδευμένες σε μια συνεχή πάλη, με μόνη διαφορά ότι εκείνη θα ψήλωνε και θα δυνάμωνε με το πέρασμα του χρόνου.

Τελικά όμως τα πράγματα δεν έγιναν έτσι, και το βιβλίο αυτό μιλά για το πώς συνέβη αυτή η αναπάντεχη ανατροπή που μας άλλαξε τη ζωή. Όλα ξεκίνησαν από ένα ταξίδι στο Μεξικό, όπου μια αποκαλυπτική εμπειρία με οδήγησε σε άλλα ταξίδια σε διαφορετικές γωνιές του

κόσμου – πάντα με συνταξιδιώτη μου τη Ρόζι. Στην πορεία συνάντησα μερικούς απίθανους μπαμπάδες και μαμάδες που με γενναιοδωρία μου έμαθαν πολλά για την ανατροφή των παιδιών. Οι άνθρωποι αυτοί μου έδειξαν όχι μόνο πώς να τιθασεύω τις εκρήξεις οργής της Ρόζι αλλά μου υπέδειξαν και έναν τρόπο επικοινωνίας μαζί της ο οποίος δεν προϋπέθετε φωνές, γκρίνιες και τιμωρίες, έναν τρόπο μέσα από τον οποίο ενισχύεται η αυτοπεποίθηση του παιδιού χωρίς να θεριεύει η ένταση και η διαμάχη με τον γονιό. Ίσως το σημαντικότερο πράγμα που έμαθα ήταν πώς να κάνω τη Ρόζι να φέρεται με ευγένεια και γενναιοδωρία σ' εμένα, στην οικογένειά της και στους φίλους της. Κι όλα αυτά κατέστησαν δυνατά χάρη σε αυτές τις μαμάδες και σε αυτούς τους μπαμπάδες που μου *έδειξαν* πώς να είμαι ευγενική και τρυφερή προς το παιδί μου με έναν εντελώς καινούργιο τρόπο.

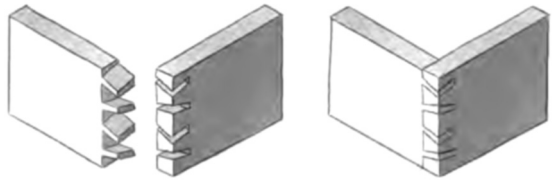
Όπως μου είπε και η Ελίζαμπεθ Τεγκούμιαρ, μια μητέρα της φυλής Ινουίτ, την τελευταία ημέρα του ταξιδιού μας στην Αρκτική: «Νομίζω πως τώρα πλέον ξέρεις καλύτερα πώς να τη διαχειρίζεσαι». Και όντως ήξερα.

Η ανατροφή παιδιών είναι μια άκρως προσωπική υπόθεση. Οι λεπτομέρειες ποικίλλουν όχι μόνο μεταξύ πολιτισμών αλλά και μεταξύ κοινοτήτων, ακόμα και μεταξύ οικογενειών. Ωστόσο, αν στις μέρες μας γυρίσει κανείς όλο τον πλανήτη, θα διακρίνει ένα νήμα που διαπερνά τη συντριπτική πλειονότητα των πολιτισμών. Από την αρκτική τούνδρα και το τροπικό δάσος της Γιουκατάν μέχρι τη σαβάνα της Τανζανίας και τις οροσειρές των Φιλιππίνων, εκείνο που βλέπει κανείς είναι ένας κοινός τρόπος αλληλεπίδρασης με τα παιδιά. Αυτό ισχύει κυρίως μεταξύ πολιτισμών που αναθρέφουν εξαιρετικά ευγενικά και εξυπηρετικά παιδιά – παιδιά που ξυπνούν το πρωί κι αμέσως αρχίζουν να πλένουν τα πιάτα. Παιδιά που *θέλουν* να μοιραστούν τις λιχουδιές τους με τα αδέρφια τους.

Σε αυτή την οικουμενική προσέγγιση όσον αφορά το ζήτημα της ανατροφής των παιδιών διακρίνει κανείς τέσσερα βασικά στοιχεία. Τα στοιχεία αυτά εντοπίζονται στις μέρες μας σε θύλακες της Ευρώπης, ενώ σχετικά πρόσφατα ήταν διαδεδομένα παντού στις ΗΠΑ. Πρωταρχικός στόχος του παρόντος βιβλίου είναι να κατανοήσει ο αναγνώστης τα χαρακτηριστικά των εν λόγω στοιχείων και να μάθει τρόπους για να τα εντάξει στη ζωή του, προκειμένου να την κάνει ευκολότερη.

Δεδομένου ότι η παρουσία του συγκεκριμένου οικουμενικού τρόπου ανατροφής παιδιών είναι διάχυτη σε ολόκληρο τον πλανήτη αλλά και

μεταξύ κοινοτήτων κυνηγών-τροφοσυλλεκτών, είναι πιθανό να χρονολογείται εδώ και δεκάδες, ή ακόμα και εκατοντάδες χιλιάδες χρόνια. Οι βιολόγοι προβάλλουν το πειστικό επιχείρημα ότι η σχέση γονέα-παιδιού εξελίχθηκε με αυτόν τον τρόπο. Και όταν βλέπει κανείς στην πράξη αυτό το στιλ ανατροφής παιδιών —είτε φτιάχνει τορτίγιες σε κάποιο χωριό των Μάγια είτε ψαρεύει στον Αρκτικό Ωκεανό—, βιώνει αυτό το συναρπαστικό αίσθημα που συνοψίζεται στη φράση «α, ώστε *έτσι* πρέπει να μεγαλώνουν τα παιδιά». Το παιδί και ο γονιός συνταιριάζουν μεταξύ τους όπως τα κομμάτια ενός παζλ ή, ακόμα καλύτερα, όπως ένας ιαπωνικός ξύλινος σύνδεσμος σαν αυτόν στο παρακάτω σκίτσο. Είναι πανέμορφο.



Δεν θα ξεχάσω ποτέ την πρώτη φορά που έγινα μάρτυρας αυτής της μεθόδου ανατροφής παιδιών. Ένιωθα να αλλάζει η όλη αίσθηση βαρύτητας που είχα.

Εκείνη την περίοδο εργαζόμουν ήδη επί έξι χρόνια ως δημοσιογράφος στο Εθνικό Δημόσιο Ραδιόφωνο. Πριν από αυτό είχα εργαστεί ως χημικός, μετά την ολοκλήρωση των επταετών σπουδών μου στο Πανεπιστήμιο του Μπέρκλεϊ. Έτσι, ως δημοσιογράφος, επικεντρώθηκα σε θέματα που άπτονταν των ιατρικών επιστημών – μολυσματικές ασθένειες, εμβόλια και υγεία των παιδιών. Τις περισσότερες φορές έγραφα άρθρα από το γραφείο μου στο Σαν Φρανσίσκο. Όμως κάθε τόσο το Εθνικό Δημόσιο Ραδιόφωνο με έστελνε σε κάποια μακρινή γωνιά του κόσμου για να αρθρογραφήσω για κάποια εξωτική ασθένεια. Πήγα στη Λιβερία την περίοδο που ο ιός Έμπολα βρισκόταν σε έξαρση, έκανα ανασκαφές στο μονίμως παγωμένο υπέδαφος της Αρκτικής αναζητώντας ιούς γρίπης που θα αποκαλύπτονταν λόγω της τήξης των πάγων και βρέθηκα να στέκομαι μέσα σε μια σπηλιά νυχτερίδων στο Βόρνεο ακούγοντας έναν κυνηγό ιών να με προειδοποιεί για μια μελλοντική πανδημία κορονοϊού (αυτό συνέβη το φθινόπωρο του 2017).

Όταν μπήκε στη ζωή μας η Ρόζι, τα ταξίδια αυτά απέκτησαν νέο νόημα. Άρχισα να παρατηρώ τους ανά τον κόσμο μπαμπάδες και μαμάδες, όχι πια ως δημοσιογράφος ή ως επιστήμονας αλλά ως μια εξουθενωμένη

γονέας που αναζητούσε απεγνωσμένα λίγα ψίχουλα γονικής σοφίας. *Δεν μπορεί, θα υπάρχει κάποιος καλύτερος τρόπος από αυτόν που εφαρμόζω εγώ, σκέφτηκα. Είμαι σίγουρη ότι υπάρχει.*

Δεν μπορεί, θα υπάρχει κάποιος καλύτερος τρόπος
από αυτόν που εφαρμόζω εγώ, σκέφτηκα.
Είμαι σίγουρη ότι υπάρχει.

Και τον βρήκα, κατά τη διάρκεια ενός ταξιδιού μου στη Γιουκατάν: βίωσα σε προσωπικό επίπεδο, από πολύ κοντά, τον οικουμενικό τρόπο ανατροφής των παιδιών. Η εμπειρία αυτή με συντάραξε μέχρι το μεδούλι της ύπαρξής μου. Όταν επέστρεψα από το ταξίδι, άρχισα να επαναπροσδιορίζω συνολικά την εστίαση της καριέρας μου. Αντί για ιούς και βιοχημεία, ήθελα να μάθω όσα περισσότερα μπορούσα γι' αυτόν τον τρόπο συσχέτισης με τα παιδιά – γι' αυτόν τον βασανιστικά ήπιο και καλοσυνάτο τρόπο να αναθρέφει κανείς εξυπηρετικά και αυτάρκη παιδιά.

Θα ήθελα να ευχαριστήσω όλους εσάς που κρατάτε στα χέρια σας αυτό το βιβλίο. Σας ευχαριστώ για την προσοχή και τον χρόνο σας. Ξέρω πόσο πολύτιμα είναι αυτά τα δύο στοιχεία για τους γονείς. Έχοντας την υποστήριξη μιας υπέροχης ομάδας, δούλεψα σκληρά ώστε το βιβλίο αυτό να είναι αντάξιό σας και αντάξιο της οικογένειάς σας.

Δεύτερον, είναι πιθανό να έχετε νιώσει κι εσείς όπως εγώ και ο σύζυγός μου – να αναζητούσατε απεγνωσμένα καλύτερες συμβουλές και εργαλεία. Μπορεί να έχετε διαβάσει ήδη κάμποσα βιβλία και, όπως οι επιστήμονες, να έχετε δοκιμάσει διάφορες μεθόδους στα παιδιά σας. Ίσως στην αρχή να ενθουσιαστήκατε, επειδή το πείραμα έμοιαζε πολλά υποσχόμενο, όμως μετά από λίγες μέρες, όταν δυστυχώς απέτυχε, νιώσατε ακόμα πιο καταπτοημένοι. Βρισκόμουν κι εγώ μέσα σ' αυτόν τον κύκλο των ματαιώσεων κατά τα πρώτα δυόμισι χρόνια της ζωής της Ρόζι. Τα πειράματα αποτύγχαναν ξανά και ξανά.

Ένας από τους βασικούς στόχους αυτού του βιβλίου είναι να σας βοηθήσει να βγείτε από τον κύκλο των ματαιώσεων. Κατακτώντας αυτή την οικουμενική προσέγγιση όσον αφορά την ανατροφή των παιδιών, θα

αποκτήσετε μια εικόνα για τον τρόπο με τον οποίο μεγαλώνουν τα παιδιά επί δεκάδες χιλιάδες χρόνια, για το πώς έχουν «προγραμματιστεί» να μεγαλώνουν. Θα αρχίσετε να κατανοείτε τους λόγους εκδήλωσης ανάρμοστων συμπεριφορών και θα αποκτήσετε τη δύναμη να τις πατάσσετε εν τη γενέσει τους. Θα μάθετε έναν τρόπο να συσχετίζεστε με τα παιδιά σας, ο οποίος έχει δοκιμαστεί επί χιλιετίες από μαμάδες και μπαμπάδες σε έξι ηπείρους – έναν τρόπο που μέχρι στιγμής λείπει από άλλα βιβλία που ασχολούνται με το ίδιο θέμα.

Στις μέρες μας παρατηρείται ένα σοβαρό πρόβλημα όσον αφορά τις συμβουλές για την ανατροφή των παιδιών. Οι περισσότερες αντλούνται αποκλειστικά από την ευρωαμερικανική οπτική. Βέβαια, το βιβλίο της Έιμι Τσούα με τίτλο *Μητέρα Τίγρη* παρείχε μια καθηλωτική ματιά στην κινεζική προσέγγιση όσον αφορά την ανατροφή επιτυχημένων παιδιών, ωστόσο, σε γενικές γραμμές, οι σύγχρονες ιδέες για το συγκεκριμένο ζήτημα βασίζονται σχεδόν αποκλειστικά στο δυτικό παράδειγμα. Ως εκ τούτου, οι μαμάδες και οι μπαμπάδες στην Αμερική είναι αναγκασμένοι να ατενίζουν το τοπίο της ανατροφής παιδιών μέσα από μια μικροσκοπική κλειδαρότρυπα. Αυτή η περιορισμένη οπτική όχι μόνο αποκρύπτει ένα μεγάλο τμήμα του πλέον συναρπαστικού (και χρήσιμου) τοπίου, αλλά έχει επίσης εκτεταμένες επιπτώσεις: αποτελεί έναν από τους λόγους που η ανατροφή των παιδιών σήμερα είναι μια τόσο αγχωτική διαδικασία, ενώ ευθύνεται και για το γεγονός ότι κατά τις τελευταίες δεκαετίες τα παιδιά και οι έφηβοι στις ΗΠΑ νιώθουν μεγαλύτερη μοναξιά, μεγαλύτερο άγχος και εντονότερη κατάθλιψη.

Σύμφωνα με ερευνητές του Πανεπιστημίου Χάρβαρντ, περίπου το ένα τρίτο των σημερινών εφήβων παρουσιάζουν συμπτώματα που πληρούν τα κριτήρια της αγχώδους διαταραχής. Περισσότεροι από το εξήντα τοις εκατό των φοιτητών δηλώνουν ότι αισθάνονται «δυσβάσταχτο» άγχος, ενώ η Γενιά Ζ, στην οποία περιλαμβάνονται ενήλικες που έχουν γεννηθεί από τα μέσα της δεκαετίας του 1990 έως τις αρχές της δεκαετίας του 2000, είναι η πιο μοναχική γενιά των τελευταίων δεκαετιών. Παρ' όλα αυτά, η κυρίαρχη μέθοδος ανατροφής που εφαρμόζουν οι γονείς στις ΗΠΑ κινείται προς μια κατεύθυνση που, αντί να περιορίζει τα συγκεκριμένα προβλήματα, τα επιδεινώνει. «Οι γονείς έχουν μπει σε λειτουργία ελέγχου», είπε η ψυχοθεραπεύτρια Τζάνετ Μπ. Χιμπς το 2019. «Παλιότερα προωθούσαν την αυτονομία. [...] Τώρα όμως ασκούν όλο και μεγαλύτε-

ρο έλεγχο, κάτι που προκαλεί μεγαλύτερο άγχος στα παιδιά και δεν τα προετοιμάζει για απρόβλεπτες καταστάσεις».

Αν ο πολιτισμός μας θεωρεί ως «φυσιολογική» κατάσταση των εφήβων το άγχος και τη μοναξιά, τότε ίσως είναι καιρός να επανεξετάσουν οι γονείς την έννοια της «φυσιολογικής» ανατροφής. Αν θέλουμε πράγματι να κατανοήσουμε τα λατρευτά μας πλασματάκια —να συνδεθούμε πραγματικά μαζί τους— τότε ίσως πρέπει να εγκαταλείψουμε τις βολικές βεβαιότητες που μας παρέχει ο πολιτισμός μας και να μιλήσουμε με γονείς τους οποίους σπανίως συναναστρεφόμαστε.

Ίσως είναι καιρός να διευρύνουμε την περιορισμένη οπτική μας και να δούμε πόσο όμορφη —και δυνατή— μπορεί να είναι η ανατροφή των παιδιών.

Αυτός είναι ένας ακόμα στόχος του παρόντος βιβλίου – να προσπαθήσουμε να καλύψουμε τα κενά της γνώσης μας σε αυτόν τον τομέα. Και για να το πετύχουμε, θα επικεντρωθούμε σε πολιτισμούς που έχουν να επιδείξουν έναν τεράστιο όγκο χρήσιμων γνώσεων: στους κυνηγούς-τροφοσυλλέκτες και σε άλλους πολιτισμούς ιθαγενών με παρόμοιες αξίες. Οι πολιτισμοί αυτοί τελειοποιούν εδώ και χιλιάδες χρόνια τις στρατηγικές που εφαρμόζουν για την ανατροφή των παιδιών τους. Οι γιαγιάδες και οι παππούδες έχουν μεταλαμπαδεύσει τη σοφία τους από γενιά σε γενιά, εφοδιάζοντας τους νέους γονείς με έναν τεράστιο θησαυρό ποικίλων και ισχυρών εργαλείων. Έτσι, οι γονείς ξέρουν πώς να πείσουν τα παιδιά να βοηθούν στο σπίτι χωρίς να φέρνουν αντιρρήσεις, πώς να πείσουν τα αδέρφια να συνεργάζονται μεταξύ τους (και να μη μαλώνουν) και πώς να επιβάλλουν πειθαρχία χωρίς να φωνάζουν, να μαλώνουν ή να χρησιμοποιούν τιμωρίες. Είναι ειδήμονες στην παροχή κινήτρων και ειδικοί στη διαμόρφωση των επιτελικών λειτουργιών των παιδιών, οι οποίες περιλαμβάνουν δεξιότητες όπως η αντοχή, η υπομονή και ο έλεγχος του θυμού.

Το πλέον εντυπωσιακό χαρακτηριστικό πολλών πολιτισμών κυνηγών-τροφοσυλλεκτών είναι ότι η σχέση που οικοδομείται ανάμεσα στους γονείς και στα μικρά παιδιά διαφέρει αισθητά από εκείνη που καλλιεργούμε στις ΗΠΑ – πρόκειται για μια σχέση που εδράζεται στη συνεργασία, όχι στη σύγκρουση, στην εμπιστοσύνη, όχι στον φόβο, και στις ανάγκες του κάθε προσώπου, όχι σε τυποποιημένα ορόσημα ανάπτυξης.

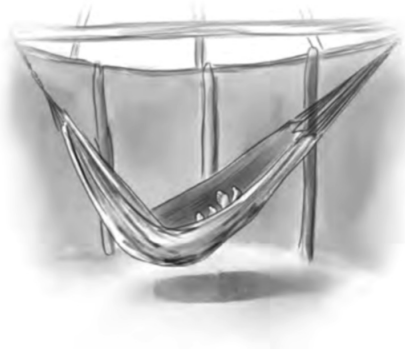
Έτσι, ενώ εγώ μεγαλώνω τη Ρόζι με ουσιαστικά ένα εργαλείο —ένα πραγματικά ηχηρό σφυρί—, πολλοί γονείς ανά τον κόσμο έχουν στη διάθεσή τους ολόκληρη σειρά από εργαλεία ακριβείας, όπως κατσαβίδια, τροχαλίες και αλφάδια, τα οποία μπορούν να χρησιμοποιούν κατά το

δοκούν. Στο παρόν βιβλίο θα γνωρίσουμε όσο το δυνατόν καλύτερα αυτά τα υπερεργαλεία, και θα μάθουμε επίσης πώς να τα χρησιμοποιούμε στο σπίτι μας.

Για να το πετύχουμε αυτό, θα απευθυνθώ κατευθείαν στην πηγή των πληροφοριών – στις ίδιες τις μαμάδες και τους μπαμπάδες. Θα επισκεφθούμε τρεις πολιτισμούς —τους Μάγια, τους Χατζάμπε και τους Ινουίτ— οι οποίοι διαπρέπουν σε πτυχές της ανατροφής παιδιών με τις οποίες δεν τα πάει και τόσο καλά ο δυτικός πολιτισμός. Οι μητέρες των Μάγια είναι εξαιρετικές στην ανατροφή παιδιών που βοηθούν τους συνανθρώπους τους. Έχουν αναπτύξει έναν εξελιγμένο τρόπο συνεργασίας με τον οποίο τα αδέρφια μαθαίνουν όχι μόνο να τα πηγαίνουν καλά μεταξύ τους αλλά και να συνεργάζονται. Οι γονείς της φυλής Χατζάμπε είναι ειδικοί παγκοσμίως στο να ανατρέφουν παιδιά με αυτοπεποίθηση, τα οποία αναλαμβάνουν πρωτοβουλίες· το άγχος και η κατάθλιψη που παρατηρείται στα παιδιά στις ΗΠΑ είναι κάτι ανήκουστο στις κοινότητες των Χατζάμπε. Και οι Ινουίτ έχουν αναπτύξει μια εξαιρετικά αποτελεσματική προσέγγιση για να μαθαίνουν στα παιδιά τους συναισθηματική νοημοσύνη, ιδίως όταν πρόκειται για ζητήματα ελέγχου του θυμού και σεβασμού προς τους άλλους.

Στο βιβλίο αφιερώνεται μία ενότητα σε καθέναν από αυτούς τους πολιτισμούς. Σε κάθε ενότητα θα συναντήσουμε διάφορες οικογένειες και θα μάθουμε λίγα πράγματα για την καθημερινή τους ρουτίνα. Θα δούμε με ποιον τρόπο οι γονείς ετοιμάζουν το πρωί τα παιδιά τους για το σχολείο, πώς τα βάζουν για ύπνο το βράδυ και πώς τα ωθούν να μοιράζονται, να φέρονται ευγενικά στα αδέρφια τους και να αναλαμβάνουν νέες ευθύνες με βάση τον δικό τους προσωπικό ρυθμό.

Επιπλέον, θα δώσουμε σε αυτές τις σούπερ μαμάδες και σε αυτούς τους σούπερ μπαμπάδες μια πρόκληση, έναν γρίφο που έχει να κάνει με την ανατροφή των παιδιών και τον οποίο θα λύσουν μπροστά στα ίδια μου τα μάτια. Θα τους δώσουμε τη Ρόζι.



Ναι, καλά διαβάσατε. Για να γράψω αυτό το βιβλίο, ξεκίνησα ένα επικό —και, σύμφωνα με κάποιους, παράλογο— ταξίδι. Μαζί με το νήπιο παιδί μου ταξίδεψα σε τρεις αξιοσέβαστες κοινότητες του κόσμου, έζησα κοντά σε ντό-

πιες οικογένειες και έμαθα όσα περισσότερα κρυμμένα μυστικά μπόρεσα σχετικά με τις μεθόδους με τις οποίες ανατρέφουν τα παιδιά τους. Με τη Ρόζι κοιμηθήκαμε σε μια αιώρα κάτω από την πανσέληνο των Μάγια· βοηθήσαμε έναν παππού της φυλής των Ινουίτ να κυνηγήσει φάλαινες μονόκερους στον Αρκτικό Ωκεανό· και μάθαμε από μαμάδες της φυλής Χατζάμπε στην Τανζανία πώς να σκάβουμε για να μαζέψουμε βολβούς.

Στην πορεία, συνομιλώ με ανθρωπολόγους και εξελικτικούς βιολόγους, προκειμένου να κατανοήσω ότι οι στρατηγικές ανατροφής που προβάλλονται στο βιβλίο δεν αφορούν μόνο τις συγκεκριμένες οικογένειες και τις συγκεκριμένες κουλτούρες, αλλά είναι πλέον ευρέως διαδεδομένες σε ολόκληρο τον κόσμο – και σε ολόκληρη την ανθρώπινη ιστορία. Θα μιλήσω με ψυχολόγους και νευροεπιστήμονες για να μάθω με ποιον τρόπο τα εργαλεία και οι συμβουλές μπορούν να επηρεάσουν την ψυχική υγεία και ανάπτυξη.

Σε κάθε ενότητα θα βρείτε πρακτικές οδηγίες για το πώς μπορείτε να εφαρμόσετε τις συμβουλές στα παιδιά σας. Θα σας καθοδηγήσουμε ως προς το πώς να κάνετε μια πρώτη απόπειρα να εφαρμόσετε την προσέγγιση και να δείτε αν έχει απήχηση στα παιδιά σας και θα σας δώσουμε έναν πιο λεπτομερή οδηγό για να αρχίσετε να ενσωματώνετε τις στρατηγικές στην καθημερινότητά σας. Αυτές οι ενότητες πρακτικών εφαρμογών βασίζονται στην προσωπική μου εμπειρία και αντλούν στοιχεία από αυτήν, καθώς και από τις εμπειρίες των φίλων μου που μεγαλώνουν μικρά παιδιά στο Σαν Φρανσίσκο.

Καθώς απομακρυνόμαστε από τις ΗΠΑ, θα αρχίσουμε να αναπτύσσουμε μια φρέσκια ματιά απέναντι στον τρόπο με τον οποίο η Δύση προσεγγίζει την ανατροφή των παιδιών. Θα διαπιστώσουμε ότι ο πολιτισμός μας συχνά χαρακτηρίζεται από οπισθοδρομικά στοιχεία όσον αφορά τα παιδιά: είμαστε πολύ παρεμβατικοί. Δεν δείχνουμε αρκετή εμπιστοσύνη στα παιδιά μας. Δεν εμπιστευόμαστε την έμφυτη ικανότητά τους να γνωρίζουν όσα χρειάζονται για να αναπτυχθούν. Και, σε πολλές περιπτώσεις, δεν μιλάμε τη γλώσσα τους.

Συγκεκριμένα, ο πολιτισμός μας επικεντρώνεται σχεδόν αποκλειστικά σε μία πτυχή της σχέσης γονέα-παιδιού, στον έλεγχο – δηλαδή στο μέγεθος του ελέγχου που ο γονιός ασκεί στο παιδί και στο μέγεθος του ελέγχου που το παιδί προσπαθεί να ασκήσει στον γονιό. Τα πιο διαδεδομένα «μοντέλα» ανατροφής περιστρέφονται γύρω από τον έλεγχο. Οι γονείς «ελικόπτερα» ασκούν τον μέγιστο δυνατό έλεγχο. Οι γονείς «ελευθέρας βοσκής» ασκούν ελάχιστο. Ο πολιτισμός μας θεωρεί πως τον έλεγχο τον έχει είτε ο ενήλικας είτε το παιδί.



Αυτή η άποψη περί ανατροφής των παιδιών παρουσιάζει ένα σοβαρό πρόβλημα: μας προετοιμάζει για μάχες εξουσίας με καυγάδες, φωνές και δάκρυα. Σε κανέναν δεν αρέσει να υφίσταται έλεγχο. Τόσο οι γονείς όσο και τα παιδιά επαναστατούν όταν τους συμβαίνει. Επομένως, όταν αλληλοεπιδρούμε με τα παιδιά μας με όρους ελέγχου —είτε ο έλεγχος ασκείται από τον γονιό είτε από το παιδί— εδραιώνουμε μια ανταγωνιστική σχέση. Αυξάνονται οι εντάσεις. Ξεσπούν καβγάδες. Οι μάχες εξουσίας καθίστανται αναπόφευκτες. Για ένα παιδί δύο ή τριών ετών που δεν μπορεί να διαχειριστεί τα συναισθήματά του, οι εντάσεις αυτές εξωτερικεύονται σωματικά.

Το βιβλίο που κρατάτε στα χέρια σας θα σας εισαγάγει σε μιαν άλλη διάσταση της ανατροφής των παιδιών η οποία σε μεγάλο βαθμό έχει παραγκωνιστεί στις ΗΠΑ τα τελευταία πενήντα χρόνια. Περιγράφει έναν τρόπο να συσχετίζεστε με τα παιδιά ο οποίος δεν περιλαμβάνει ούτε την άσκηση ελέγχου ούτε την υποταγή σε αυτόν.

Μπορεί να μην έχετε καν συνειδητοποιήσει πόσες από τις προσπάθειές σας ως γονέων αφορούσαν, κατά βάση, τον έλεγχο. Όμως, όταν αφαιρέσουμε τον έλεγχο από την εξίσωση της ανατροφής παιδιών (ή τουλάχιστον τον περιορίσουμε), εντυπωσιαζόμαστε από το πόσο γρήγορα διαλύονται οι δυσκολίες και η αντίσταση, όπως το βούτυρο σε ένα καυτό τηγάνι. Γι' αυτό, μην το βάζετε κάτω! Δοκιμάστε όσα θα διαβάσετε σε αυτό το βιβλίο και θα διαπιστώσετε ότι οι απίστευτες απογοητεύσεις που βιώνουν οι γονείς —τα παπούτσια που εκσφενδονίζονται στον αέρα, τα ξεσπάσματα στο σουπερμάρκετ, οι καβγάδες πριν από τον ύπνο— θα αρχίσουν να εμφανίζονται με μικρότερη συχνότητα, ώσπου στο τέλος θα εξαφανιστούν εντελώς.

Τέλος, λίγα λόγια σχετικά με τις προθέσεις αυτού του βιβλίου.

Το τελευταίο πράγμα που θα ήθελα είναι διαβάζοντας οποιοδήποτε τμήμα του να νιώσετε άσχημα για τη δουλειά που κάνετε ως γονείς. Όλοι

οι γονείς έχουμε ήδη πολλές αμφιβολίες και ανασφάλειες, δεν θέλω να σας προσθέσω κι άλλες. Αν συμβεί αυτό, σας παρακαλώ να μου στείλετε ένα μέιλ και να με ενημερώσετε αμέσως. Στόχος μου είναι το ακριβώς αντίθετο – να σας ενδυναμώσω ως γονείς και να ανυψώσω το ηθικό σας, παρέχοντάς σας παράλληλα ένα εντελώς νέο σύνολο εργαλείων και συμβουλών το οποίο λείπει σήμερα από τις συζητήσεις περί ανατροφής παιδιών. Έγραψα αυτό το βιβλίο ευχόμενη να μου το είχε δώσει κι εμένα κάποιος όταν, ξαπλωμένη στο κρεβάτι μου εκείνο το σκοτεινό πρωινό του Δεκεμβρίου, ένιωθα ότι είχα πιάσει πάτο ως μητέρα.

Μια ακόμα επιθυμία μου είναι να αποδώσω τα εύσημα στο πλήθος των γονέων που παρουσιάζονται σ' αυτό το βιβλίο, οι οποίοι άνοιξαν τα σπίτια τους σ' εμένα και στη Ρόζι. Οι οικογένειες αυτές ανήκουν σε διαφορετικούς πολιτισμούς από τον δικό μου, πιθανότατα κι από τον δικό σας. Υπάρχουν πολλοί τρόποι για να εξετάσει κανείς αυτές τις διαφορές. Στις ΗΠΑ δίνουμε συχνά έμφαση στις συγκρούσεις και στα προβλήματα μεταξύ πολιτισμών. Φτάνουμε μάλιστα στο σημείο να ασκούμε κριτική σε γονείς διαφορετικών πολιτισμικών καταβολών όταν δεν τηρούν τους δικούς μας πολιτισμικούς κανόνες. Άλλες φορές, φτάνουμε στο άλλο άκρο και εξιδανικεύουμε άλλους πολιτισμούς, θεωρώντας ότι ενσωματώνουν κάποια «αρχαία μαγεία» ή ότι ζουν σε κάποιον «χαμένο παράδεισο». Και οι δύο τρόποι σκέψης είναι κατηγορηματικά εσφαλμένοι.

Δεν υπάρχει αμφιβολία ότι η ζωή στους πολιτισμούς αυτούς μπορεί να είναι σκληρή – όπως και σε κάθε πολιτισμό. Κοινότητες και οικογένειες έχουν υποφέρει και εξακολουθούν να υποφέρουν βιώνοντας τραγωδίες, ασθένειες και βάσανα (ορισμένες φορές στα χέρια του δυτικού πολιτισμού). Οι γονείς αυτοί εργάζονται απίστευτα σκληρά, όπως εσείς κι εγώ, συχνά κάνοντας περισσότερες από μία δουλειές. Κάνουν λάθη στην ανατροφή των παιδιών τους και στο τέλος μετανιώνουν για τις αποφάσεις τους. Δεν είναι τέλειοι, όπως τέλειοι δεν είμαστε ούτε εσείς ούτε εγώ.

Παράλληλα, κανένας από αυτούς τους πολιτισμούς δεν αποτελεί κατάλοιπο του παρελθόντος, στο οποίο ο χρόνος έχει παγώσει. Τίποτα δεν θα μπορούσε να απέχει περισσότερο από την αλήθεια. Οι οικογένειες που παρουσιάζονται σ' αυτό το βιβλίο είναι εξίσου «σύγχρονες» (ελλείψει καλύτερης λέξης) με εσάς κι εμένα. Διαθέτουν έξυπνα τηλέφωνα, μπαίνουν (συχνά) στο Facebook, παρακολουθούν αστυνομικές σειρές και λατρεύουν τις γνωστές παιδικές ταινίες. Τα παιδιά τρώνε δημητριακά για πρωινό και μετά το βραδινό φαγητό βλέπουν ταινίες. Οι ενήλικες βιάζονται το πρωί να ετοιμάσουν τα παιδιά τους για το σχολείο και τα χαλαρά σαββατιάτικα απογεύματα πίνουν μπίρες με τους φίλους τους.

Ωστόσο, οι πολιτισμοί αυτοί έχουν κάτι που επί του παρόντος λείπει από τον δυτικό πολιτισμό: βαθιά ριζωμένες παραδόσεις σχετικά με την ανατροφή των παιδιών και τον πλούτο των γνώσεων που τις συνοδεύει. Και δεν υπάρχει καμία αμφιβολία ότι οι γονείς που παρουσιάζονται στο παρόν βιβλίο είναι απίστευτα ικανοί να κινητοποιούν τα παιδιά τους, να επικοινωνούν και να συνεργάζονται μαζί τους. Αν περάσετε μια-δυο ώρες με αυτές τις οικογένειες, θα φανούν αμέσως οι αποδείξεις αυτού που λέω.

Έτσι, ξεκάθαρος στόχος μου στο ανά χείρας βιβλίο είναι να εστιάσω στις εξαιρετικές ικανότητες αυτών των γονέων. Κατά τη διάρκεια των περιηγήσεών μου, θέλησα να γνωρίσω άλλους ανθρώπους, να συνδεθώ μαζί τους με όσο το δυνατόν πιο γνήσιο τρόπο και να διδαχτώ από την τεράστια εμπειρία τους (την οποία στη συνέχεια θέλησα να μεταφέρω σε εσάς, τους αναγνώστες μου). Καθώς μοιράζομαι αυτές τις ιστορίες, θέλω να τιμήσω και να εκφράσω όσο καλύτερα μπορώ τον σεβασμό μου προς τους ανθρώπους αυτού του βιβλίου (και τις κοινότητές τους). Θέλω επίσης να τους ανταμείψω. Στο πλαίσιο αυτό, το 35% της προκαταβολής που έλαβα γι' αυτό το βιβλίο θα πάει στις οικογένειες και στις κοινότητες που πρόκειται να γνωρίσετε. Προκειμένου να αποδώσω ίση αξία στις απόψεις όλων των προσώπων του βιβλίου, θα χρησιμοποιώ το μικρό τους όνομα στη δεύτερη αναφορά που κάνω σε καθέναν από αυτούς.

Σύμφωνοι, λοιπόν. Προτού πάρουμε το αεροπλάνο και βυθιστούμε στην πραγματικότητα τριών από τους πλέον αξιοσέβαστους πολιτισμούς του κόσμου, υπάρχει κάτι ακόμα που πρέπει να φροντίσουμε. Πρέπει να ρίξουμε μια ματιά στον εαυτό μας – και να μάθουμε για ποιον λόγο ανατρέφουμε μ' αυτόν τον τρόπο τα παιδιά μας. Θα διαπιστώσουμε ότι πολλές από τις τεχνικές και τα εργαλεία που θεωρούμε δεδομένα —και για τα οποία είμαστε πολύ περήφανοι— έχουν αναπάντεχη και ατεκμηρίωτη προέλευση.

ΕΝΟΤΗΤΑ 1

Η ΠΑΡΑΞΕΝΗ ΑΓΡΙΑ ΔΥΣΗ



1.

Οι πιο παράξενοι γονείς του κόσμου

Την ΑΝΟΙΞΗ του 2018 καθόμουν στο αεροδρόμιο του Κανκούν, σχεδόν αποσβολωμένη. Χάζευα τα αεροπλάνα καθώς έφερνα ξανά στο μυαλό μου αυτό που είχα δει με τα ίδια μου τα μάτια. Είναι δυνατόν να συνέβη στ' αλήθεια;

Είναι δυνατόν η ανατροφή των παιδιών να είναι όντως τόσο εύκολη;

Μόλις λίγες μέρες νωρίτερα είχα ταξιδέψει σ' ένα μικρό χωριό των Μάγια στο κέντρο της χερσονήσου Γιουκατάν. Πήγα εκεί για να κάνω μια ραδιοφωνική ανταπόκριση με θέμα το εύρος της προσοχής των παιδιών. Είχα διαβάσει μια μελέτη που υποστήριζε ότι σε συγκεκριμένες περιπτώσεις τα παιδιά των Μάγια επιδεικνύουν καλύτερη προσήλωση σε σύγκριση με τα παιδιά των Αμερικανών, και ήθελα να μάθω γιατί συνέβαινε αυτό.

Όμως μετά την πρώτη μου μέρα στο χωριό, εντόπισα αμέσως ένα καλύτερο ρεπορτάζ κάτω από τις αχυροσκεπές. Ένα πολύ πιο συγκλονιστικό ρεπορτάζ.

Πέρασα ατέλειωτες ώρες μιλώντας με μαμάδες και γιαγιάδες για τον τρόπο με τον οποίο μεγαλώνουν τα παιδιά τους και παρακολουθώντας τις δεξιότητές τους στην πράξη – πώς διαχειρίζονται τις εκρήξεις θυμού των νηπίων, πώς κινητοποιούν τα παιδιά να κάνουν τα μαθήματά τους και πώς τα καλοπιάνουν για να αφήσουν το παιχνίδι και να έρθουν στο τραπέζι για φαγητό. Βασικά, πώς αντιμετωπίζουν την καθημερινότητά τους. Τις ρώτησα επίσης για τις δύσκολες πλευρές της ανατροφής των παιδιών, πώς δηλαδή καταφέρνουν να τα

σηκώσουν από το κρεβάτι το πρωί για να πάνε στο σχολείο και πώς τα βάζουν για ύπνο το βράδυ.

Αυτό που είδα με άφησε με το στόμα ανοιχτό. Η προσέγγισή τους ήταν εντελώς διαφορετική από οτιδήποτε είχα δει μέχρι τότε. Διαφορετική από τις μεθόδους που χρησιμοποιούσαν οι σούπερ μαμάδες στο Σαν Φρανσίσκο, διαφορετική απ' όσα είχα βιώσει ως παιδί και διαμετρικά αντίθετη από τον τρόπο που ανέτρεφα τη Ρόζι.

Η μέθοδος που εφάρμοζα εγώ ήταν σαν να κάνεις ράφτινγκ σε ποταμό με βαθμό δυσκολίας 5, διέθετε δράμα, ουρλιαχτά και πολλά δάκρυα (για να μην αναφερθώ στους ατέλειωτους γύρους διαπραγματεύσεων και καβγάδων εκατέρωθεν). Από την άλλη πλευρά, με τις μαμάδες των Μάγια ένιωθα σαν να έπλεα σε ένα φαρδύ, γαλήνιο ποτάμι που ελίσσεται διασχίζοντας μια ορεινή κοιλάδα, ήρεμο και σταθερό στη ροή του. Μια διαδρομή ήπια, εύκολη και με ελάχιστο δράμα. Δεν είδα κανέναν να φωνάζει, ούτε να δίνει διαταγές (προς τη μία ή την άλλη κατεύθυνση), ενώ η γκρίνια ήταν ελάχιστη. Παρ' όλα αυτά, η μέθοδος ανατροφής που εφάρμοζαν οι Μάγια ήταν αποτελεσματική. Απίστευτα αποτελεσματική! Τα παιδιά έδειχναν σεβασμό, ήταν ευγενικά και συνεργάζονταν όχι μόνο με τη μαμά και τον μπαμπά τους αλλά και με τα αδέρφια τους. Το εντυπωσιακό ήταν πως τις περισσότερες φορές οι γονείς δεν χρειαζόταν καν να ζητήσουν από το παιδί να μοιραστεί τα τσιπς του με το μικρότερο αδερφάκι του. Το έκανε αυτοβούλως.

Ωστόσο, το χαρακτηριστικό που *πραγματικά* ξεχώριζε ήταν η εξυπηρετικότητα των παιδιών. Οπουδήποτε κι αν πήγαινα, έβλεπα παιδιά κάθε ηλικίας να βοηθούν πρόθυμα τους γονείς τους. Ένα εννιάχρονο κορίτσι κατέβηκε από το ποδήλατό του και έτρεξε να ανοίξει ένα λάστιχο ποτίσματος για τη μαμά του. Ένα τετράχρονο κορίτσι προθυμοποιήθηκε να πάει μέχρι το μανάβικο της γωνίας για να αγοράσει μερικές τομάτες (με την υπόσχεση, φυσικά, ενός ζαχαρωτού στην επιστροφή).

Το τελευταίο πρωινό της επίσκεψής μου, έγινα μάρτυρας της απώτατης πράξης προσφοράς βοήθειας, η οποία προήλθε από μια αναπάντεχη πηγή – ένα κορίτσι στην προεφηβεία κατά τη διάρκεια των διακοπών.

Ήμουν καθισμένη στην κουζίνα της οικογένειας και συζητούσα με τη Μαρία ντε λος Άντζελες Τουν Μπούργκος, τη μητέρα του κοριτσιού, καθώς εκείνη μαγείρευε φασόλια στη φωτιά. Η Μαρία είχε πιάσει τα

μακριά μαύρα μαλλιά της σε μια κομψή αλογοουρά και φορούσε ένα ναυτικό φόρεμα σε γραμμή Α, με λάστιχο στη μέση.

«Οι δυο μεγάλες κοιμούνται ακόμα», είπε η Μαρία και κάθισε να ξεκουραστεί σε μιαν αιώρα. Το προηγούμενο βράδυ τα κορίτσια είχαν μείνει ξύπνια μέχρι αργά και παρακολουθούσαν μια ταινία τρόμου με καρχαρίες. «Τα μεσάνυχτα τις βρήκα όλες μαζί αγκαλιασμένες σε μιαν αιώρα», είπε χαμογελώντας. «Έτσι, τις άφησα να κοιμηθούν παραπάνω».

Η Μαρία εργάζεται πάρα πολύ σκληρά. Κάνει όλες τις δουλειές του σπιτιού, μαγειρεύει όλα τα γεύματα —μιλάμε για φρέσκες χειροποίητες τορτίγιες φτιαγμένες, σε καθημερινή βάση, από καλαμπόκι που αλέθει σε πέτρινο μύλο— και βοηθά στην επιχείρηση που διατηρεί η οικογένειά της. Η Μαρία, ανεξάρτητα από το χάος που επικρατούσε γύρω της κατά τη διάρκεια της επίσκεψής μας, ήταν πάντοτε ψύχραιμη. Ακόμα κι όταν προειδοποίησε την μικρότερη κόρη της, την Αλέξα, να μην αγγίζει τη θράκα, της μίλησε σε ήρεμο τόνο, ενώ το πρόσωπό της παρέμεινε χαλαρό. Δεν υπήρχε κανένα αίσθημα κατεπείγοντος, αγωνίας ή άγχους. Και τα παιδιά της, αντιστοίχως, επιδείκνυαν εξαιρετική συμπεριφορά προς αυτήν. Σέβονταν (ως επί το πλείστον) τα αιτήματά της. Δεν διαφωνούσαν ούτε αντιμιλούσαν.

Συζητήσαμε για λίγα λεπτά ακόμα και στη συνέχεια, καθώς σηκώθηκα να φύγω, η Άντζελα, η δωδεκάχρονη κόρη της Μαρίας, βγήκε απ' το δωμάτιό της. Με το μαύρο κάπρι παντελόνι που φορούσε, το κόκκινο μπλουζάκι και τους χρυσούς κρίκους στ' αυτιά έμοιαζε με προέφηβη από την Καλιφόρνια. Έκανε, ωστόσο, κάτι που δεν το έχω δει ποτέ στην Καλιφόρνια. Προσπέρασε εμένα και τη μαμά της και, χωρίς να πει λέξη, άρπαξε ένα δοχείο με σαπουνόνερο και άρχισε να πλένει τα πιάτα του πρωινού. Δεν χρειάστηκε να της ζητήσει κανείς να το κάνει. Δεν υπήρχε στον τοίχο κρεμασμένη καμία λίστα με τις δουλειές που πρέπει να κάνει ο καθένας. (Μάλιστα, όπως θα διαπιστώσουμε, αυτού του είδους οι λίστες στην πραγματικότητα μπορούν να αποτρέψουν τέτοιες οικειοθελείς πράξεις.) Αντιθέτως, η Άντζελα απλώς είδε τα βρώμικα πιάτα παρατημένα στον νεροχύτη και στρώθηκε στη δουλειά, παρόλο που βρισκόταν σε περίοδο διακοπών.



«Ουάου!» αναφώνησα. «Προθυμοποιείται συχνά η Άντζελα να βοηθήσει;»

Είχα μείνει με το στόμα ανοιχτό από την έκπληξη, ενώ η Μαρία καθόλου. «Όχι κάθε μέρα, αλλά το κάνει αρκετές φορές», είπε. «Αν δει ότι κάτι πρέπει να γίνει, δεν περιμένει. Κάποια στιγμή πήγα τη μικρή της αδερφή στο νοσοκομείο και, όταν επέστρεψα, η Άντζελα είχε καθαρίσει ολόκληρο το σπίτι».

Πλησίασα την Άντζελα και τη ρώτησα ευθέως γιατί άρχισε να πλένει τα πιάτα. Η απάντησή της έκανε την καρδιά μου να λιώσει.

«Μ' αρέσει να βοηθώ τη μητέρα μου», είπε με ήπια φωνή στα ισπανικά, τρίβοντας παράλληλα ένα κίτρινο πιάτο.

«Και όταν δεν βοηθάς τη μητέρα σου, τι σου αρέσει να κάνεις;» ρώτησα.

«Μου αρέσει να βοηθώ τη μικρή μου αδερφή», απάντησε με περηφάνια.

Στεκόμουν εκεί με το στόμα ανοιχτό. *Ποιο δωδεκάχρονο παιδί σηκώνεται το πρωί από το κρεβάτι και, προτού κάνει οτιδήποτε άλλο, αρχίζει να πλένει τα πιάτα – και μάλιστα την περίοδο των διακοπών; σκέφτηκα. Μήπως ονειρεύομαι;*

Έτσι, αρκετές μέρες αργότερα, ενώ περίμενα στο πολύβουο αεροδρόμιο του Κανκούν, παρατηρώντας τα αεροπλάνα, σκεφτόμουν συνεχώς την Άντζελα – την ειλικρινή επιθυμία της να βοηθήσει και την άδολη αγάπη της για την οικογένειά της. Πώς τα καταφέρνουν η Μαρία και οι άλλες μαμάδες των Μάγια; Πώς ανατρέφουν παιδιά τόσο συνεργάσιμα και γεμάτα σεβασμό;

Τολμώ να πω ότι οι γυναίκες αυτές έκαναν την ανατροφή των παιδιών να μοιάζει εύκολη. Κι εγώ ήθελα να μάθω τα μυστικά τους. Ήθελα η σχέση μου με τη Ρόζι να είναι το ίδιο ήρεμη και χαλαρή. Ήθελα να σταματήσω τις διαδρομές αγωνίας σε ταραγμένα νερά και να αρχίσω να διαπλέω το φαρδύ, φιδογυριστό ποτάμι.

Απέστρεψα το βλέμμα μου από τα αεροπλάνα κι έριξα μια ματιά στους Αμερικανούς τουρίστες που ήταν καθισμένοι απέναντί μου και ετοιμάζονταν να επιβιβαστούν στο αεροπλάνο της επιστροφής στο Σαν Φρανσίσκο. Και τότε σκέφτηκα: Μπορεί να αντιμετωπίζω τόσα πολλά προβλήματα με τη Ρόζι όχι επειδή είμαι κακή μαμά, αλλά επειδή δεν είχα κανέναν να μου δείξει πώς να είμαι καλή μαμά. Μήπως ο πολιτισμός μας έχει ξεχάσει ποιος είναι ο βέλτιστος τρόπος ανατροφής των παιδιών;