

CAT+NAT

**SECRETE
DE MĂMICI**

CAT+NAT

SECRETE DE MĂMICI

POVESTIRI
JENANTE ȘI
SFATURI
SINCERE
DESPRE
ADEVĂRATA
LUPTĂ A
MATERNITĂȚII



**CATHERINE BELKNAP
& NATALIE TELFER**

Traducere din engleză de
Otilia Tudor

Lifestyle

*Pentru cei șapte (!) copii ai noștri...
și pentru mamele de pretutindeni*

CUPRINS

CAPITOLUL 1	Bun venit la circ!	11
CAPITOLUL 2	Vești proaste, doamnelor: sfârșitul sarcinii e doar începutul	18
CAPITOLUL 3	Macaulay Culkin mi-a distrus viața	27
CAPITOLUL 4	Nu vei avea niciodată în bagaj ceea ce-ți trebuie <i>cu adevărat</i> la spital	35
CAPITOLUL 5	Am încercat să fiu o mamă <i>cool</i> și era să fac pe mine	41
CAPITOLUL 6	Ăăă... vaginul tău va trece prin experiențe ciudate...	46
CAPITOLUL 7	„Hei, în caz că nu ești gay...”, sau cum mi-am cunoscut soțul	53
CAPITOLUL 8	Ascultă, s-ar putea să nu ai chef de sex prea curând, sau... poate niciodată	61
CAPITOLUL 9	Nu ești singura femeie care se simte așa	74
CAPITOLUL 10	Copiii și șefii: pot fi la fel de enervanți	77
CAPITOLUL 11	Instagram e o vrăjeală	80
CAPITOLUL 12	Soțul meu combate microbii ca un adevărat ninja al igienei	87

CAPITOLUL 13	Exceptând hainele alea hidoase, mamele anilor 1970 au avut o viață dulce!	92
CAPITOLUL 14	Tații nu-nțeleg nimic, așa că trebuie să-i ajutăm noi	96
CAPITOLUL 15	Mă numesc Natalie și sunt dependentă (de un drog care se numește Amazon Prime)	101
CAPITOLUL 16	E greu să pleci undeva fără copii... și minunat... și dificil... și grozav... și imposibil... Am zis „minunat“, nu?	106
CAPITOLUL 17	Mereu apare ceva în plus, de parcă n-am avea destule de făcut...	112
CAPITOLUL 18	Învată să te doară-n cot. Pur și simplu.	117
CAPITOLUL 19	Copiii se deosebesc de oamenii beți doar prin faptul că-s mai mici	120
CAPITOLUL 20	Să scăpăm o dată pentru totdeauna de sentimentul de vinovăție	123
CAPITOLUL 21	Rămâi fermă, chiar dacă furia copilului îți rupe sufletul	129
CAPITOLUL 22	Nu te avertizează nimeni în privința albinelor alea blestemate!	135
CAPITOLUL 23	Ne învățăm copiii să spună adevărul... mințindu-i!	143
CAPITOLUL 24	Copiii vor fi ceea ce sunt mențiți să fie, nu ce ți-ai dori tu	148

CAPITOLUL 25	Bine ai venit pe tărâmul greșelilor părintești	154
CAPITOLUL 26	Să le ia dracu' de cereale	159
CAPITOLUL 27	Uneori e al naibii de greu să-ți păstrezi calmul și să mergi înainte	164
CAPITOLUL 28	În parenting nu există reguli ideale – ci doar metode care ți se potrivesc!	170
CAPITOLUL 29	Etapele dezvoltării copilului sunt diferite între ele, dar toate sunt o pacoste	176
CAPITOLUL 30	Da, am crescut într-o colibă cu latrina în curte. Pe bune!	183
CAPITOLUL 31	Nu cumva să ascunzi frumusețea trupului de mamă!	188
CAPITOLUL 32	Ce le dorești copiilor tăi? Uite ce le dorim noi copiilor noștri!	194
CAPITOLUL 33	Ziua magică în care am avut patru minute numai pentru mine	198
CAPITOLUL 34	Dacă ai o zi proastă nu înseamnă că ești o mamă rea	207
CAPITOLUL 35	Ești o mamă îndeajuns de bună	214
	Mulțumiri	223

CAPITOLUL 1

Bun venit la circ!

Salutare, mămici! Sau viitoare mămici! Sau cine știe, vreun tatic care a pus mâna pe cartea asta din greșeală. (Pune cartea jos, taticule, nu e pentru tine, decât dacă vrei să te prinzi ce se-ntâmplă cu partenera ta și s-o ajuți cum poți mai bine, caz în care citește mai departe, erou!)

Doamnelor, dacă știți cine suntem, dacă ne urmăriți postările pe Youtube, Instagram sau Facebook, dacă ne-ați văzut COMICĂRIILE live — bun venit! Ne bucurăm că sunteți alături de noi. Abia așteptăm să vă împărtășim din impresiile și, ăăă... înțelepciunea noastră.

Dacă nu știți cine suntem, atunci... de unde să-ncepem?

Noi suntem Cat și Nat! La prima vedere, e cam greu să ne deosebești: două mame blonde, extrovertite (un termen indulgent pentru „guralive“). Ca totul să fie și mai confuz, numele noastre rimează. Așa că, hai să lămurim treaba de la bun început.

CAT ȘI NAT – FIȘĂ DE ÎNREGISTRARE

Care, și cum?



NAT



CAT

Unghii lungi	Unghii scurte
Tocuri înalte	Balerini
Păr lung	Părul strâns în coadă
Permanent confuză și pierdută	Mereu cu un pas înaintea lui Nat pentru că Nat nu știe niciodată pe unde naiba s-o ia
Vin	Tequila
Bea de o bagă pe Cat (și orice bărbat) sub masă	Se-mbată dintr-un singur shot
Urăște să urce la volan, nu conduce niciodată pe autostradă	Conduce întotdeauna pentru că, ăăă... cineva trebuie s-o facă
Bună bucătăreasă, alege cele mai bune restaurante	Comandă cheesburgeri de la McDonald's, fără carne
Are mai tot timpul bateria telefonului descărcată	Are totdeauna telefonul încărcat și pregătit pentru postări pe Instagram
Vorbește mult	Vorbește și mai mult

Am petrecut destul timp împreună în liceu, dar nu eram cele mai bune prietene. Zece ani mai târziu, am devenit primele mămici din grupul nostru de prieteni și maternitatea ne-a depășit pe amândouă. De cele mai multe ori, aveam senzația că am dat greș. Ne stresam și ne culpabilizam. Dar ne consolam și încurajam reciproc.

Astăzi, suntem cele mai bune prietene, cu șapte (!) copilași pe lângă noi. Nat are patru, iar Cat, trei — deși adevărul fie spus, suntem o gașcă de nouă persoane care produc gălăgie, probleme și haos. Locuim în Toronto și suntem vecine. Suntem căsătorite cu Mark și Marc. Da, chiar așa! Și ei sunt prieteni, și suntem convinse că de cele mai multe ori își petrec timpul discutând cât sunt de norocoși că și-au găsit niște neveste atât de bune! ;-)

Nu suntem exagerat de protective, sau tigroaice, sau cine știe ce tip sufocant de părinte o mai fi la modă acum. Nu suntem „experte“ în parenting (indiferent ce-o mai însemna și asta). Nu am studiat în școli de înaltă clasă. Dar suntem în tranșeele maternității de zece ani și iată ce *știm* cu certitudine:

- Știm cum e să-ți auzi copilul plângând în miez de noapte, la patru minute după ce l-ai hrănit și i-ai schimbat scutecul.
- Știm cum e să te întrebi dacă e prea devreme să-ți culci copilul la ora 16:30.
- Știm cât de caraghios e să mergi la toaletă cu copiii după tine. Vrei și tu 45 de secunde de liniște ca să faci pipi și când-colo, mersul la baie devine ședință de familie!
- Știm cum e când soțul vrea să facă sex și copiii vor a 17-a poveste înainte de culcare, știm cum e când niște mame înțepate te fac să te simți prost că tu

nu stai trează până la ora 2:00 noaptea ca să faci biscuiți de casă organici, fără gluten, fără zahăr pentru vreun eveniment organizat la școală.

Cu alte cuvinte, știm ce-nseamnă să fii mamă. De aceea am scris această carte, ușor de ales și de citit — și la fel de ușor de abandonat când auzi cum se-mprășteie toată cutia de cereale pe podeaua din bucătărie. Revino la noi ori de câte ori ai un minut, două de liniște. Noi suntem aici, te așteptăm.

Mai știm și că maternitatea te schimbă, și nu întotdeauna în bine. Asemenea multora, am trecut prin faza în care încercam să mimăm perfecțiunea. Deveniserăm nevrotice, obsedate de control, despicaam firul în patru. Ajunseserăm să ne conștientizăm foarte bine propriile neajunsuri, dar în același timp să judecăm alte mame! Am renunțat la prostia asta, și vrem să te ajutăm și pe tine s-o eviți.

De multe ori, abia dacă ne mai țineam pe picioare. Apoi ne-am găsit una pe cealaltă — și, la fel de important, am descoperit o nouă atitudine. Am început să râdem de absurditatea asta. Ne-au unit greutatea și ridicolul maternității. După un timp, am început să simțim tot mai des dorința de a ajuta și alte mame să-și depășească provocările, stresul și izolarea cauzate de condiția de mamă. Așa s-au născut micile noastre clipuri. De-acolo ne știi, probabil, din clipurile de patru minute în care stăm în mașină și vorbim — uneori batem câmpii; OK, de cele mai multe ori batem câmpii — despre condiția de mamă, cu provocările și frustrările ei, dar și despre momente minunate sau orice ne mai trece prin cap. Uneori dansăm în mașină. De multe ori ne costumăm. Se lasă cu nebunie. Și da, din când în când, oamenii de pe trotuar

se uită lung și fac poze celor două nebune care se zben-
guie într-un SUV parcat.

De-aici a pornit totul. Acum suntem parte a unei
comunități de mămici care se bucură de ceea ce sunt, de
cum își cresc copiii și care au grijă de ele însele. Vrem
să împărtășim cu tine această experiență. Vrem să ni te
alături. Așa că urmărește-ne pe Facebook sau Instagram
și spune-ne ce părere ai despre cartea noastră. Suntem
ușor de găsit.

Scopul nostru este să te facem să râzi când ești la pă-
mânt, să-ți oferim inspirație când te simți copleșită, să-ți
dăm curaj când simți că nu mai poți. Nu îți vom ține pre-
legeri și nici nu te vom face să ai o părere proastă des-
pre tine sau deciziile pe care le iei. (Pentru asta există
internet!) Noi vrem să te susținem. Vrem să-ți dăm forță.
Vrem să creăm o comunitate a mămicilor!

Așa cum am spus mai devreme, avem șapte copii pe
lângă noi. Și poate ți se pare ridicol, dar încă nu le știm
pe toate. Nici pe departe! Ne ocupăm de fiecare proble-
mă la timpul ei. Ne consumăm și de multe ori dăm greș.
Deci, dacă te așteptai la sfaturi ideale, provenite din pro-
funzimi de geniu, îndepărtează-te tiptil de această carte!
Avem, însă, multe experiențe de împărtășit, povești de
spus și câteva mii de greșeli de care putem râde împreună.

Am reușit în sfârșit să scriem cartea pe care ne-am fi
dorit cu disperare s-o citim atunci când am devenit mame
pentru prima dată. O carte sinceră și blândă pentru fe-
meile care nu au o Cat sau o Nat care să le stea alături, dar
vrem să știți că nu sunteți singure. O carte care să le ajute
pe mame să depășească dificultățile. O carte care spune:
provocările sunt reale, imense, copleșitoare și derutante,
dar poți să le depășești. *Fără umbră de îndoială!*

Vom reuși împreună.

OK, mai trebuie spus un lucru înainte de toate. În această carte vom vorbi un pic și despre soții noștri, pentru că se-ntâmplă să fim măritate cu ei (și nu una cu cealaltă, așa cum ar presupune unii — deși am fi un cuplu foarte sexy). Dar când vom face referire la ei, substituie-i cu ceea ce ți se potrivește ție — iubit, soție, partener de viață, vreun Ryan Reynolds la scara 1:1 etc. Nu avem prejudecăți în privința persoanei cu care trăiești și pe care o iubești.

Pentru mamele singure — plecâciuni! Eu și Nat provenim din familii cu părinți divorțați. Mamele noastre au fost independente și s-au bazat pe propriile puteri. Așa am ajuns amândouă să respectăm forța femeii care nu depinde de nimeni. E uimitor câte poate realiza o femeie de una singură. Dacă te-ai înscris în această călătorie a maternității fără un partener, ești demnă de admirație!

OK, e momentul să-ncepem! Nu deținem toate secretele maternității! Dar suntem gata să-ți prezentăm în mod sincer și real ce presupune să fii mamă: e ridicol, uimitor, frustrant, e ceva ce te-mplinește, îți schimbă viața, îți răscolește sufletul, îți dă dureri de cap, și toate astea sub stres și durere, bucurie și frustrare, zbucium și rufe murdare! Nu ne stârni să-ți povestim cum e cu rufe murdare!

Nu uita: totul va fi bine. Ai să te descurci!

Cat și Nat
Toronto, 2019

CAPITOLUL 2

**Vești proaste,
doamnelor:
sfârșitul sarcinii
e doar începutul**

CAT

În dimineața nașterii primului nostru copil, m-am trezit cu 50 de copci în vagin și o întrebare care nu-mi dădea pace: „Catherine, în ce naiba te-ai băgat?“

Cu doar o zi în urmă, fusesem la cina de pregătire a nunții unui prieten. Era târziu. Eram morocănoasă pentru că toată lumea era abțiguită și râdeau de mine că nu pot să beau. Atunci am intrat în travaliu. M-a luat complet pe nepregătite, am simțit un fior de spaimă și panică. Idilicul „o să am un copil!“ a devenit terifiantul „copilul ăsta o să iasă din corpul meu!“ N-am să uit niciodată ce s-a întâmplat după aceea. M-am sprijinit de soțul meu și i-am strâns mâna șoptindu-i la ureche: „Nu cred că mai vreau să nasc!“

Cam târziu să bați în retragere, Cat.

În plus, era timpul să duc lucrurile la bun sfârșit. Termenul-limită al sarcinii trecuse de două săptămâni. De vreo două luni, mă simțeam ba uriașă, ba ucigașă. Uneori și una, și alta. De cele mai multe ori, de fapt.

Știu că unii își închipuie că în Canada e frig tot timpul. Dar în Toronto vara e ca și cum ai trăi într-un uscător încărcat cu prosoape ude. Este foarte cald. Este umed. Și multă gălăgie. Transpiri tot timpul. Să porți în burtă o altă persoană este o plăcere atât de mare... Sunt sarcastică. Știam că intru pe un teritoriu necunoscut când, într-o dimineață, am descoperit că nu-mi mai pot vedea vaginul. Se pierduse undeva între stomac și coapse. Cele 32 de kilograme în plus nu-mi erau deloc prietene.

Eu și Marc locuiam într-o casă mică, pe o străduță înfundată. Eram unul dintre acele cupluri enervante care și tratau câinele ca pe un copil. Îl îmbrăcam de Halloween și îi făceam cadouri în dimineața din Ajunul Crăciunului. Da, destul de nesuferiți. Sunt convinsă că unii dădeau

ochii peste cap când ne vedeau, dar ce-mi păsa mie! Eu îmi exersam instinctele materne!

În ultimele două luni de sarcină, când cântăream practic o tonă și nu mai încăpeam în nicio haină sau automobil, cred că eram de-a dreptul insuportabilă uneori. Îmi amintesc că într-o seară soțul meu a făcut greșeala să mă întrebe de ce sunt mereu obosită. Stăteam amândoi la măsuța din bucătărie și primul meu gând a fost să iau o furculiță și să i-o înfig în mână. Nu fusese rău intenționat, sunt sigură de asta. Poate nici nu s-a gândit prea mult când a deschis gura (bărbații se pricep la asta). Dar crezi că aveam de gând să-l iert? Nici vorbă de-așa ceva! A devenit ținta mea nr. 1. „Oh, iartă-mă dacă sunt puțin obosită, eu azi *am crescut o persoană în mine* toată ziua. Cu organe, degete și alte măruntaie. Azi *i-am crescut și-un pic de creier! Tu ce-ai făcut azi?*“

De multe ori, neînțelegerile domestice se încheie cu retragerea uneia dintre părți sau un armistițiu tensionat — însă atunci îmi place să cred că am înregistrat o victorie. Decisivă. Pot să-ți împrumut trucul ăsta cu „creșterea unei ființe umane“ ca să-l folosești pe viitor. E imposibil să pierzi disputa!

Cât timp am fost însărcinată, și chiar puțin înainte, aveam o imagine foarte clară în minte: viața cu un copil avea să fie perfectă. Eu și soțul meu vom sta întinși pe pat cu copilul între noi, ținându-ne de mână. Ne vom plimba pe câmpuri pline de dovleci și vom fi așa de drăguți, că toată lumea va gândi: „Uite niște părinți fericiți care se fotografiază lângă căpițe de fân îmbrăcați în pulovere și mâncând gogoși cu cidru de mere. Sunt adorabili!“

Să derulez filmul la a zecea oră de travaliu. Sunt în agonie. Soțul meu și medicul stau la capul patului, pălăvrăgind despre hochei. Îmi venea să-iucid pe amândoi.

Nici măcar nu sunt sigură că glumesc. Dacă ar fi fost un pic mai aproape de mine... i-aș fi pocnit cu plosca. Știu că sună cam dur, dar crede-mă: e greu să rămâi calmă și normală când o ființă umană încearcă să iasă din tine prin vagin. Ești cu nervii cam la limită.

În cele din urmă, injecția epidurală își face efectul. Vreo două ore am reușit să împing și să înjur cu entuziasm. Îmi amintesc că soarele din august tocmai răsărise, strălucind prin ferestrele spitalului când s-a născut fiica mea. Ca să fiu sinceră, totul s-a terminat minunat. Îmi amintesc că mă gândeam: „Am reușit! Misiune îndeplinită! Felicitări!“ Am reușit să fac și o glumă. Când medicul îmi repara vaginul, mi-a spus: „Am să te cos așa cum te-a lăsat Mama Natură“. Fără să stau pe gânduri am replicat: „Poți să mă faci un pic mai strâmtă decât a vrut Mama Natură?“

Eram în culmea fericirii. Reușisem. În sfârșit, nu mai eram gravidă!

Se pare, însă, că nașterea era doar începutul.

La revedere entuziasm, bun venit oboseală! Din momentul în care a venit pe lume Olivia, am simțit nevoia coplesitoare de a merge acasă. Voiam să bat recordul la viteza de externare. Dar înainte de asta mai aveam un test de trecut.

Testul flatulenței!

Mi s-au oferit toate explicațiile necesare, dar nu înțelesesem mai nimic din pricina extenuării și a faptului că prețioasa ființă nou-venită pe lume îmi ocupa tot spațiul mental. Practic, medicii trebuiau să se asigure că totul funcționa normal după injecția epidurală și trauma nașterii. Concluzia: ca să fiu externată, trebuia să fac pârț. Acum, ca să fie totul limpede, nu au pus o asistentă la capătul patului meu cu un contor Geiger care măsoară intensitatea vânturilor. Ei te cred pe cuvânt.