

# LA INFLUÈNCIA DE LA MARE

La paraula "mama" ressona en el nostre interior i ens connecta directament amb el nostre nen o nena que vam ser. "Mama" evoca records, sensacions, olors, sons, textures, colors i un munt d'emocions que tenim dins el nostre cor.

Que n'és, d'agradable, deixar-nos anar en els seus braços. Quin plaer, sentir les seves moixaines. Quin gust, jugar amb ella. Quina tranquil·litat, saber que és allà i que quan no estem bé ens calma i ens escolta i ens acompanya...i ens nodreix...i ens mira.

La mare és la primera figura de la nostra vida i el vincle que s'ha creat amb ella ve ja des del moment de la concepció, i es consolida durant la gestació i en el moment del naixement. Les



vivències que hem tingut amb ella i com les hem interpretades marcaran en gran mesura la intimitat de les nostres relacions posteriors i sobretot la relació que tenim amb nosaltres mateixos.

*La mare té una tasca sagrada: respectar i tenir cura del seu nadó perquè*

nodreixi la seva autoestima.

Ella és qui ens ensenya l'instint de cuidar-nos, d'alimentar-nos, de protegir-nos i afirmar-nos, reconeix i valida els nostres missatges interns quan està connectada a la seva pròpia intuïció, quan ens dóna el pit, quan ens abraça, quan ens acarona, quan ens escolta, quan ens diu que sí i també quan ens diu que no...i ens ensenya a confiar en nosaltres mateixos.

*Si una mare està absent físicament o emocional durant els primers anys de vida de l'infant, aquest haurà de lluitar tota la vida per trobar el seu sentit del jo.*

Què passava quan jo la volia i ella no hi era? Quan en lloc d'escoltar-me,



Doia Riera  
i Compte  
Psicòloga  
Professional  
del  
Re-naixement