



PSICANÁLISE

Joan Raphael-Leff

Gravidez

A história interior

Blucher

KARNAC

GRAVIDEZ

A história interior

Joan Raphael-Leff

Tradução

Beatriz Aratagy Berger

Authorised translation from the English language edition published by Karnac Books Ltd.

Gravidez: a história interior

Título original: *Pregnancy: The Inside Story*

© 2015 Joan Raphael-Leff

© 2017 Editora Edgard Blücher Ltda.

Equipe Karnac Books

Editor-assistente para o Brasil Paulo Cesar Sandler

Coordenador de traduções Vasco Moscovici da Cruz

Revisora gramatical Beatriz Aratangy Berger

Conselho consultivo Nilde Parada Franch, Maria Cristina Gil Auge, Rogério N.

Coelho de Souza, Eduardo Boralli Rocha

Blucher

Rua Pedroso Alvarenga, 1245, 4º andar
04531-934 – São Paulo – SP – Brasil
Tel.: 55 11 3078-5366
contato@blucher.com.br
www.blucher.com.br

Segundo o Novo Acordo Ortográfico, conforme 5. ed. do *Vocabulário Ortográfico da Língua Portuguesa*, Academia Brasileira de Letras, março de 2009.

É proibida a reprodução total ou parcial por quaisquer meios sem autorização escrita da editora.

Todos os direitos reservados pela Editora Edgard Blücher Ltda.

FICHA CATALOGRÁFICA

Raphael-Leff, Joan

Gravidez : a história interior / Joan Raphael-Leff; tradução de Beatriz Aratangy Berger – São Paulo : Blucher, 2017.

ISBN 978-85-212-1209-6

Título original: *Pregnancy: The Inside Story*

1. Gravidez – Aspectos psicológicos.
 2. Nascimento – Aspectos psicológicos.
 3. Maternidade – Aspectos psicológicos.
- I. Título. II. Berger, Beatriz Aratangy.

17-0727

CDD 618.2

Índice para catálogo sistemático:

1. Gravidez – Aspectos psicológicos

Conteúdo

Introdução	9
Fantasia concebidas	17
A caixa de Pandora	45
O paradigma placentário	77
O lugar do pai	87
Um exemplo de orientações discordantes	103
Mudando relacionamentos	121
Realidades concebidas – lucros tecnológicos e perdas	147
O nascimento	171
Diferentes abordagens à maternidade – facilitadoras, reguladoras e alternativas	201
Jornada ao interior – psicoterapia pré-natal e perinatal	239

A terapia nos primeiros tempos da maternidade	271
Epílogo	293
Apêndice – vulnerabilidade durante a gravidez	295
Referências	313
Índice remissivo	321

Fantasia concebidas

Um grupo de mulheres grávidas conta sua história em um *workshop*:

— Eu estava absolutamente convencida de que era estéril, quando não engravidei pela primeira vez – diz Rita, uma professora, no início de sua gravidez. Então, eu falhei um ciclo, mas ainda não podia acreditar, por isso fiz um teste extra para ficar absolutamente segura.

— A minha foi uma gravidez não planejada – diz Nina, acariciando seu “inchaço” de vinte e três semanas. Custei a chegar a um acordo com ela, e mesmo agora estou temerosa de que possa ter tomado decisão errada.

— Quando o meu DIU foi removido, imaginava que queria uma filha, pensando que já tinha lidado com todas as antigas tensões mãe/filha. Mas, assim que fiquei grávida, tudo foi jogado para

o alto novamente. Agora, tenho medo de ter uma menina – diz Pat, espontaneamente.

— Qualquer que seja o sexo do meu bebê, creio que sua personalidade foi forjada do modo apaixonado como foi concebido: no desejo ardente, quando David e eu, finalmente, nos encontramos – Diana, que vive separada de seu companheiro, fala ao grupo.

— Nós fomos muito mais prosaicos – replica Nancy, esticando suas pernas nuas. Quando estávamos virando os trinta e cinco, senti que estávamos indo um pouco longe na idade e disse: O que você acha? Que tal aquilo? Afortunadamente, ele pensou o mesmo e meu corpo correspondeu, apesar de minha idade.

— Vocês tiveram tudo facilitado – diz Andrea, que vive com sua companheira mulher. – Quando decidimos que queríamos um bebê, tive a terrível incumbência de encontrar doador adequado para a autoinseminação. Não queríamos esperma congelado, isso é tão impessoal... Quando aconteceu, valeu a pena ter esperado – encontramos um *supercara*, que se tornou nosso amigo e, auspiciosamente, será atencioso, sem ser muito intrometido.

A história interior

Uma mulher descobre que está grávida. Tendo se estabelecido no espaço uterino, o minúsculo óvulo fertilizado terá uma influência de longo alcance na condução da mulher às profundezas de seu espaço psíquico, arraigando poderosas imagens inconscientes de sua história interior que começam a permear seus sonhos, fantasias e vida emocional.

A concepção é o início de uma história fantástica. Na gravidez, existem dois corpos, um dentro do outro. Duas pessoas vivem sob

uma pele – uma estranha união que retoma a própria gestação da mulher grávida no útero de sua mãe, muitos anos antes. Quando tanto da vida é dedicado a manter nossa integridade como seres distintos, este *tandem* corpóreo é um fato estranho. Dois corpos em um também constitui um enigma biológico, pois, por motivos que quase não podemos entender, o corpo da futura mãe suprime suas defesas imunológicas para permitir ao corpo, parcialmente estranho, residir dentro dela. Sugiro que, também psicologicamente, para que uma mulher se aproprie da gravidez, deve superar as ameaças apresentadas pela concepção. Sua significação flui da placenta de sua realidade emocional, entranhada nas circunstâncias de sua realidade social.

A história interior difere para cada gravidez; cada mãe infunde nisso seus próprios sentimentos, esperanças, memórias e poderosas mitologias inconscientes. Uma criança imaginária é posta ao lado do embrião implantado em seu fértil ventre. Mesmo antes da concepção, a criança desconhecida é delineada na realidade psíquica da futura mãe, é envolvida em ilusão e tem lugar designado entre as muitas imagens de importantes figuras primitivas em seu mundo interno. Sob condições de saúde mental, essas configurações raramente são fixas: como os pontos coloridos de um caleidoscópio, os componentes da história interior estão constantemente sendo reativados e processados, criando novas formulações. Na turbulência da gravidez, o contínuo fluxo das narrativas internas é simultaneamente refratado, através de prismas inextricavelmente soldados dos domínios psíquicos, fisiológicos e sociais.

Cada um de nós encerra um mundo interior habitado por fantasias flutuantes e imagens inconscientes de muitas versões de nossos relacionamentos interiores. “Vozes” interiores podem estrepitar e nossas diferentes potencialidades, algumas vezes, parecem engajar-se em complexa interação entre elas mesmas. Essas

configurações altamente personalizadas não só dão cor às nossas disposições e percepções, mas, às vezes, conflitos e enredos íntimos afloram à superfície. Pessoas de fora são recrutadas para recriar climas convencionais do passado, agindo involuntariamente em cenas em que inconscientemente as colocamos. Cada um de nós, também involuntariamente, desempenha papéis nas expectativas de outros. Velhos temas são repetidos, enquanto despercebidamente tentamos perpetuar e repetir na realidade externa intercâmbios interpessoais que não foram resolvidos – tentando entender ou nos fazer entendidos, ou esperando recapturar um senso de *self* prévio.

Assim, há um contínuo entrelaçamento de realidades externas e internas, como através de deslocamento, projeção ou representação de fantasias inconscientes no mundo exterior; realizamos desejos e libertamo-nos de intoleráveis estados de espírito. Fazemos uso de padrões recorrentes para conseguirmos outros para proporcionar reconhecimento, confirmar nossas crenças, materializar nossos fantasmas e experimentar nossos sentimentos ou carregar nossos fardos. Aspectos modificados, exteriorizados de nós mesmos são então capturados de volta em nosso íntimo para modificar vozes e representações internas, para melhor ou para pior. Mesmo quando estamos sós, a vida mental tem uma vigorosa substancialidade interpessoal, apesar de sua qualidade “imaginária”, e algumas presenças interiores podem ser mais reais e influentes do que suas contrapartes em carne e osso. Faltando *insight*, perpetuamos velhas estruturas em novas situações, incapazes de livrarmo-nos da dominação do passado.

Do ponto de vista da mulher grávida, um outro ser veio efetivamente habitar dentro dela, uma vez que seu corpo se torna fisicamente ocupado por outro. O embrião é um indivíduo separado,

embora parte do interior da mulher, já sexuado, mas, para ela, de sexo não especificado.

Como diz Donald Winnicott a respeito do ursinho ou da coberta de segurança do bebê, podemos dizer que o feto pertence a essa área intermediária indisputável, intensamente imaginativa de experimentação para a qual tanto a realidade interior como a vida externa contribuem. Talvez possamos mesmo ir mais longe, ao dizer do feto, como Winnicott diz do objeto transicional, *que é uma questão de concordância entre nós... que nunca faremos a pergunta. Você concebeu isto ou lhe foi apresentado a partir do exterior?* (Winnicott, 1951, p. 239). É somente quando o nascimento se aproxima que a história interior regride. Por exemplo, Rachel, com trinta e três anos de idade, submeteu-se à terapia durante a gravidez, devido à grande ansiedade. Sentia que precisava de contínua vigilância para manter o feto vivo, nem por um momento permitindo que seus pensamentos se desviassem dele. Esta constante pressão é intensificada por experiências de rivalidade competitiva com sua mãe e irmãs sempre que se encontram, o que ela teme que crie um ambiente hostil, pondo em perigo seu bebê. Porém, mesmo quando está sozinha, Rachel tem que montar guarda contra uma imagem de sua mãe que habita dentro dela, que é tida como invejosa e cheia de ressentimentos. Passou toda a gravidez convencida de que seu filho é homem e referindo-se a ele como o *forte, especial, bravo filhinho* que seu pai desejou, mas nunca teve. Após meses de terapia, agora são uns poucos dias antes dela dar à luz (a uma menina):

O trabalho de parto está jogando alguma coisa fora. Por que eu disse isso? Não, trabalho é expulsão. Não! É como serpentes mudando de pele. O bebê que está dentro não é aquele que vai sair. O que vou ter é o verdadeiro, o

que está dentro é uma fantasia... Eu vou sentir falta dele, quando tiver nascido. Pode existir alguma coisa que não pode ser tocada ou vista?... Olho no espelho e não sei para quem estou olhando. A criança exige demais. Ter uma outra pessoa ali dentro deixa pouco espaço para mim mesma, como se eu não pudesse me autoapreciar enquanto grávida, porque estou muito absorpta suprimindo e escutando meu bebê; meu relacionamento íntimo com o bebê... eu sou seu ambiente... Tenho medo de não ter afinidade com o novo bebê, após conhecer esta rude, viscosa, palpitante criança de dentro.

Rachel imagina que seu bebê de fantasia terá que ser abandonado, se ela tiver que acolher o recém-nascido como um indivíduo. Apesar de tudo, todos nós, até certo ponto, continuamos a investir as pessoas do mundo exterior de propriedades originadas de nossas multiformes figuras interiores. Como vimos, discrepâncias entre realidades psíquicas subjetivas e realidades sociais compartilhadas originam-se do modo pelo qual, inconscientemente, escolhemos e transpomos significações pessoais entre mundos interiores e exteriores, resultando para cada um de nós uma visão individualizada. Por todas as nossas vidas esses movimentos de força continuam a flutuar, modificar-se, retornar e amadurecer, conforme imagens cruciais tornam-se assimiladas, integradas em nossas identidades, ou permanecem presenças estranhas não assimiladas, grudadas internamente ou rejeitadas, enquanto outras são reprimidas ou murcham por falta de proeminência afetiva em nossas interações interpessoais.

Quando adultos se juntam para estabelecer um relacionamento íntimo, cada pessoa libera nesse relacionamento questões não

resolvidas de seu conjunto transgeracional de fantasias inconscientes. Parceiros são frequentemente eleitos para pôr em prática algumas mútuas potencialidades, e a criança por nascer torna-se parte de seu drama. Atribuições não renunciadas serão incorporadas pela criança por nascer como parte de sua autoimagem, na medida em que as configurações pré-conscientes dos pais formam a base do seu mundo interior.

A chegada do bebê traz à tona fragmentos de memória evocativos, revitalizando processos adormecidos relativos à própria infância dos pais, que influenciam a interação pós-natal, tanto quando seus esforços em cuidar. Reciprocamente, a criança também impele suas intensas emoções aos que lhe dão cuidados, buscando inconscientemente as estruturas existentes em seus mundos interiores.

Mesmo no ventre, ocorre intercâmbio entre as fronteiras. Aperfeiçoada visualização ultrassônica e filmagem com fibra ótica têm-nos proporcionado observar o feto vivo dentro do útero, ativamente ingerindo e expelindo, mastigando, lambendo partes do cordão umbilical, bocejando, empurrando, chutando e urinando. E ainda mais, pode-se observar uma discriminação: tem-se constatado que a taxa de absorção sobe acentuadamente, quando o líquido amniótico é adoçado e abaixa, quando uma substância amarga é ali injetada.

Esta absorção e regurgitação, ingestão e ação de cuspir tem sido considerada como precursora do modo pelo qual, uma vez nascida, a criança, gradualmente, constrói o sentido de existir um mundo interno e um mundo exterior. Mas quer-se parecer que uma criança não chega com concepção; o entendimento do mundo e o conhecimento de si mesma surge do intercâmbio interpessoal. Os que cuidam são o sangue vital e o meio

ambiente (o líquido amniótico). Através desses, a criança adquire significado e suas imagens, gradualmente, vêm completar relacionamentos reais, estimuladas pelo medo de sua perda ou corrupção. Identificando-se com as figuras amadas, a criança pode retê-las em seu interior para proteção, ou também essas podem ser interiorizadas para competir com ou compensar deficiências daquele que dispensa cuidados. Assim, realidades psíquicas da mãe, do pai e da criança cruzam-se e entrelaçam-se desde a concepção e mesmo antes, contribuindo para a formação da cultura da família.

Concepções interiores

A concepção pode surpreender uma mulher que se descobre grávida, quando apenas começou a pensar em ter um filho, ou teve tempo para recuperar-se do último, ou mesmo estava determinada a evitar a gravidez. Pode ser a realização de um sonho longamente acalentado desde a infância, ou a anulação de sua existência livre. A gravidez pode preencher um doloroso vazio interno ou refletir uma fome de “chocar” um bebê, ou pode constituir-se numa indesejável invasão. Pode ser a primeira gravidez; uma segunda ou terceira para aumentar a família; a primeira com um novo parceiro; ou uma gestação para substituir aborto ou perda anterior. A concepção pode ser motivada por uma compulsiva necessidade de desfazer o passado, ou mudar o futuro:

Tive este estranho desejo de ficar grávida novamente, diz Rimona, quando seu filho tinha seis meses de idade. É como se eu estivesse precisando repetir alguma coisa desde o início, para conseguir sua essência – fazê-la realmente direito desta vez. Com a minha primeira filha, eu estava tão deprimida que deixei escapar sua primeira

infância. Com este bebê, senti-me muito envolvida e triste por não ter estado inteiramente presente com a primeira filha. Ter um terceiro poderia ser como investigar o desconhecido – minha mãe teve somente dois. Além disso, venho de uma mãe que trata crianças competitivamente: as suas deveriam ser maiores e mais adiantadas. Sinto-me frustrada por ter que aprender a ser suave, amorosa e compreensiva tão tarde, que eu tenha que aprender isso através de outras pessoas em vez de ter sido instigada a isto por experiência própria. Se eu fizer isso novamente, o terei em mim desde o início da gravidez – aquele ah-h-h preso na garganta que as pessoas têm, quando olham para um bebezinho...

A mulher grávida pode não ter um companheiro fixo, ou ter um relacionamento com um amante masculino, ou com outra mulher. Planejada ou inesperada, a concepção pode deleitar ambos os parceiros, somente um, ou nenhum dos dois – ou ocorrer no contexto de um casal que unanimemente não deseja um filho.

Inconscientemente, a gravidez pode representar a bem-aventurada fantasia do retorno à fusão simbiótica no ventre, anulação de divisibilidades primordiais, ou a produção de uma prova do desejo sexual. A gravidez pode ter muito pouco a ver com o esperado bebê:

Eu queria tanto estar grávida, que por todos os longos meses que estava tentando conceber tinha tanta inveja, que não podia olhar para uma mulher grávida na rua, diz Suzy, relembrando. A circunstância de estar grávida era meu propósito absoluto na vida. Não via nada além do barrigão. Quando de fato engravidei, sentia-me

no mundo da lua! Eu podia engravidar! Eu queria estar grávida e não relacionava isso com o ter um filho – isso era chocante.

O significado da concepção varia enormemente, em mulheres diferentes e na mesma mulher, através dos tempos. Para Susy, cuja infância despojada, com privações, a deixara sentindo-se emocionalmente estéril, explorada e invisível, o estado de gravidez confirmou sua criatividade, preenchendo-a com a admiração de sua substancialidade e presença. A fome emocional, há muito existente e ansiosa por ser reconhecida, parecia finalmente saciada, e ela regalava-se no solícito cuidado e atenção despejados sobre ela, durante a gravidez. Em seguida ao nascimento, porém, ela tornou-se gravemente deprimida, sentindo-se mais uma vez vazia e explorada, conforme seu carente e exigente bebê reclamava os direitos sobre seus recursos para ele próprio.

A questão do tempo é crucial. A primeira concepção pode oferecer a uma mulher mais velha a apreciada última chance de tornar-se mãe: “Com a menopausa se aproximando, essa gravidez é como uma dádiva duplamente preciosa, inesperada”, ou pode apresentar-se como uma ameaça de revolta vital, tornando mãe uma adolescente: “Minha mãe não acredita que eu possa cuidar de um bebê sozinha, mas estou desesperada para tê-lo.” Pode chegar muito tarde, num relacionamento vacilante, ou muito cedo, num, que recém desabrocha. Uma mulher, por iniciativa própria, pode ter empreendido a busca da gravidez metodicamente, escolhendo cuidadosamente o pai genético para seu filho. Sua pressa pode ter sido devida a um sentimento de prontidão emocional ou vacuidade, crise da meia-idade ou uma corrida contra a tirania do prazo de ovulação, uma tentativa de vencer uma condição física deteriorante como a diabetes, histerotomia iminente, ou contaminação

pelo vírus da AIDS. Nessas circunstâncias, ter um filho pode parecer mais importante do que adiar até que ela encontre o parceiro certo e muito valioso para renunciar na falta de condições perfeitas.

Dependendo da intimidade deles e o que ele significa em sua mente, ela poderá compartilhar sua novidade com o pai biológico do bebê, ou guardá-la somente para si mesma. Ela pode ter se surpreendido grávida, ou feito uma opção consciente para ter um filho, concebido por via sexual, intervenção profissional ou por autoinseminação com espermatozoides de doador. Pode mesmo servir como barriga de aluguel. Algumas vezes a gravidez é resultante de estupro ou de uma relação casual e envolve agoniantes decisões quanto a ficar com o filho, fazer um aborto, ou entregá-lo para adoção. Em sua ânsia de suprimir o pai, a mulher pode negar sua existência. Em suas fantasias a gravidez pode ser somente sua, mais propriamente do que um encontro relembrando a dupla paterna original que a causou.

Solapando o controle racional proporcionado por ideias anti-concepcionais, a concepção expressa uma história inconsciente do corpo, refletindo ideias vitalícias da gravidez e a imagem de sua identidade procriadora, feminina. Quando uma mocinha cresceu em identificação afetiva com uma mãe contente, que sente orgulho de seu próprio corpo fértil, sexual, e que tem um prazeroso relacionamento com um companheiro, ela admitirá ter um filho para expressar a plenitude de sua própria vida. Este delicado equilíbrio entre intimidade afetiva e reconhecimento de distinção, porém, nem sempre é conseguido. Uma mãe insatisfeita pode ter usado sua filha para tapar a vacuidade emocional de sua própria vida, prevenindo a conquista de uma *imagem corporal* que é inconfundivelmente ímpar. Uma mãe hostil ou invejosa pode ter impedido ou interferido na alegria de uma menina em sua nascente *identidade sexual* feminina, e ambos os pais frequentemente falham

não sendo satisfatoriamente suscetíveis às experiências de seus adolescentes com seus próprios corpos. Uma vez crescida, uma filha pode sentir-se compelida a usar seu corpo para acabar com preocupações interiores. Pode, por exemplo, tardiamente, tentar livrar-se do mágico círculo maternal, buscando uma similarmente intensa mutualidade emocional, através de uma criança dela mesma: “Suas mãozinhas abraçarão meu pescoço o tempo todo, tão perto que não há necessidade de palavras”. Ou pode sentir-se impelida a forjar uma separação da mãe, através de encenações corpóreas psicossomáticas, nutricionais, sexuais, autodestrutivas ou reprodutivas que estabelecem sua autonomia. Aqui, Lucy ilustra, em pensamento derivativo, como o corpo sexual feminino pode ser empregado para encenar conflitos internos:

Ela nunca soube de meus abortos, mas agora compreendo que eram dirigidos a ela, Lucy, uma ex-modelo fotográfico, diz tristemente, com penosa compreensão adquirida do trabalho árduo em psicoterapia, alguns anos após a morte de sua mãe. Nunca fui sincera com minha mãe. Ela me amava mais do que tudo no mundo e me ensinou todas as coisas, mas eu era sua boneca, sem qualquer vida que fosse minha mesma. Olhando para trás, sinto-me tão envergonhada de minha promiscuidade, mas era o único meio que eu conhecia para me libertar.

Mistérios da gestação

Seja como for que ocorra a concepção e seja qual for a sorte da criança após o nascimento, a gravidez é uma experiência requintadamente feminina. Fisicamente, é o espaço interno da mulher que a criança é implantada no terreno de seu mundo interior

inconsciente, dando significado a suas fantasias, influenciando e influenciado pelo clima de realidade psíquica interior da mulher.

Quem a mulher é, e como, quando, por que e com quem uma criança é gerada estabelece o cenário para a aceitação da gravidez. Não obstante, mesmo as mais jubilosamente premeditada concepção vincula alguma ambivalência, desde que a criação de uma nova vida signifique a perda da anterior. Tão logo se torna claro que seus sintomas não são os pré-menstruais, mas sim aqueles de uma incipiente gravidez, mesmo quando muito esperada, a mulher pode sentir sua excitação moderada pelo temor de ser arrebatada pelo inexorável rumo que tomou. Interrompendo suas reações, num decidido esforço para hiberná-las por medo de que alguma coisa saia errada, ela pode, francamente, recusar a comprometer-se emocionalmente com uma gravidez indesejada. Estas são reações extremas. Em geral, o cunho da gravidez é a celebração da capacidade de adaptação feminina: essas inumeráveis mulheres que, através dos tempos, sozinhas na calada da noite, comprometeram-se com o risco emocional de confiar seus próprios corpos a um processo de crescimento sobre o qual tão pouco controle tem, seja por medo ou em afirmação de sua fé em que forças criativas internas prevalecerão.

Reavaliando o corpo e o self

Durante a gestação de seu filho, a liberdade de escolha da mulher é reduzida. Durante o tempo da gravidez, ela deve compartilhar seu corpo com outro que está sempre ali, mesmo em seus momentos mais íntimos; que interrompe seus pensamentos e perturba seu sono, obriga-a a modificar seus hábitos de alimentação, trabalho e vestuário e altera os padrões de atividade de uma vida inteira. Mulheres que já tiveram filho podem ser surpreendidas

por novas ansiedades e temores não experimentados em gestações anteriores. Quando uma gravidez é idealizada e/ou seus aspectos conhecidos apenas por mulheres iniciadas, o grau de rebelião emocional e fadiga física no início da gravidez pode pegar uma principiante de surpresa; “Nunca me senti tão exausta antes – não esperava que fosse tão dominante”, diz uma doutora em seu terceiro mês de gravidez. “Quando digo isso a outras mulheres, é como ser admitida em um clube, com todo mundo falando sobre suas próprias experiências de gravidez”.

Embora a mulher grávida possa saudar sua rápida mudança de forma, a perda de sua imagem e de respostas corporais familiares significa que ela não pode mais antecipar suas condições físicas nem pode controlar sua aparência. Mulheres que sofreram transtornos alimentares podem ter especial dificuldade em adaptar-se a uma nova imagem corporal. Além de seu tamanho, seu corpo prenhe revela sua vida secreta para todos, proclamando que ela é sexualmente ativa e fértil. Em troca, estranhos podem sentir-se no direito de fazer observações, ou distribuir conselhos não solicitados. A gravidez desagrega as conexões familiares entre a mulher e seu corpo, que até aqui eram tidas como certas. Ela não tem mais a posse exclusiva de seu próprio corpo. Sua familiaridade está alterada em detalhes sutis e maiores. Em seu espelho, uma gorda intrusa, cheia de veias azuis, examina a ela mesma, observando e sendo observada por uma estranha que enxerga através de seus próprios olhos. As sensações corporais também parecem estranhas. Um centro de gravidade alterado a sacode em movimentos trôpegos que desafiam o controle, prejudicando o sentido do *self* no espaço. A gravidez arruína seu equilíbrio, seu senso de amplitude e seu campo de visão. Como dobrar-se fica difícil e seus bamboleantes pés invisíveis, áreas de passagem e parada se contraem e se expandem irregularmente. As impressões são distorcidas por sua hipersensibilidade sensorial. O odor de seu corpo altera-se; ela

cheira diferente para si mesma. De fato, seu intensificado sentido olfativo e receptores corpóreos próximos, por vezes, têm precedência sobre sugestões distantes. Controle de temperatura, equilíbrio, cinestesia, aparência, textura do cabelo, papilas gustativas, acuidade visual, e o tato sofrem imprevisíveis transformações, seguindo algum misterioso desígnio.

Como a gravidez impõe constante revisão, tanto de padronização sensorial como das imagens processuais, ela tem que reformular frequentemente sua mais elementar experiência sensorial, tendo que reinventar velhas/novas categorias descritivas para capturar essas. Conceitos primitivos de sensação corpórea revitalizados durante a gravidez retornam à própria experiência infantil da mulher. Excitações reativadas e outras novas afluem conforme ela sente a forma, textura e reações inusitadas de seu estranho corpo, a esquisita sensação de encerrar novos órgãos e cavidades e a fantástica experiência de um outro ser em seu interior.

A coesão íntima é rompida por abstrações internas que perturbam sua habitual sensação de identidade unificada e indivisibilidade. A gravidez lança em discussão divisas corporais que desde a infância definiram a separação de sua personalidade interior dentro de sua própria pele. Suas experiências interiores agora não só são alteradas por processos metabólicos intensificados, como também são entremeadas por atividade imprevisível e ritmo diário que não é de seu feitio. Ela está literalmente possuída por outro ser; pulsa com os batimentos cardíacos do outro, excreta seus resíduos, é acordada por sacudidelas espasmódicas e aflige-se logo com cada agitação vigorosa da criança.

Não há descanso nem de dia, nem à noite. De fato, os movimentos do feto parecem ser mais poderosos exatamente nos momentos em que está em repouso, sugerindo um ciclo de interação.

Ela está agudamente cônica desta dupla periodicidade dentro dela, intrigada com a existência interligada, embora independente, do bebê. Ansiando pelo momento quando voltará a ser ela mesma, imagina se poderá sentir-se de novo conscientemente singular e impessoal como antes. A integridade assume uma significação diferente agora que ela se tornou divisível.

A gravidez expõe a mulher a uma forma primitiva de experimentação, na qual as balizas conhecidas das sensações corpóreas normais e a organização emocional mudam e alteram-se, às vezes caindo em deformidades, sem qualquer estrutura permanente além da data de seu acontecimento.

Fases de transformação

Embora cada gravidez seja diferente, entendo que possamos salientar três fases, cada uma desencadeada por uma transição, que pode tanto seguir a uma mudança psíquica ou estabelecer mecanismos de ação defensiva.

Durante a primeira fase da gravidez, a mulher está muito preocupada em verificar e adaptar-se às novas sensações corporais, sintomas e desequilíbrio emocional, ajustando-se às implicações práticas de seu estado diferente. A segunda fase ou fase intermediária da gravidez começa com os movimentos internos, quando a ênfase muda da *gravidez* para a extraordinária ideia de um ser separado e desconhecido, crescendo em seu interior. A terceira e última fase é iniciada, quando a futura mãe começa a imaginar se seu bebê poderia subsistir e sobreviver fora dela, se tivesse que nascer prematuramente. Assim, através dos três trimestres, *o foco muda da gravidez para o feto e para a criança.*

Início da gravidez

Mesmo antes da concepção, a mulher que está sensitivamente em contato com seu corpo, pode interpretar os sinais de fertilidade de “Com meu último filho tivemos que ficar fazendo amor toda a semana, durante meses”, diz a mãe de Daniel. “Desta vez, senti nitidamente um *ping* quando ovulei, então disse ao meu marido: Temos que fazer esta noite”.

Durante a primeira fase após a fertilização, ocorre rápida proliferação celular, com crescente diferenciação e órgãos do embrião começando a desenvolver-se. Nessa ocasião, as primeiras alterações hormonais e metabólicas causam sintomas secundários que a mulher pode sentir, mesmo antes de saber que concebeu, ou lembrar que seu ciclo está atrasado.

A mulher pode perceber leves mudanças na brandura dos seios, consistência das excreções vaginais, ou no gosto da saliva, descrito por algumas como metálico. Pode experimentar um leve formigamento na palma das mãos ou na sola dos pés, aumento de sudoração, cansaço, falta de ar ou discretas alterações na aparência e percepção da pele e cabelos e acuidade do sentido olfativo. Por outro lado, pode ter apenas a impressão de alguma coisa que significa gravidez. O conhecimento antecipado e a reforçada confiança no reconhecimento dos sutis sinais corporais podem aumentar a confiança da mulher na capacidade de seu corpo criar o bebê e de saber como dar à luz:

Não sei como definir isto, diz a doutora que encontramos antes, mas eu tinha uma convicção absolutamente segura de que estava grávida, embora quando fiz o teste, tenha aparecido apenas um ambíguo traço azul fraco,

persisti durante dias, até que ele mostrou com certeza... Sempre tive como certo que meu corpo passa o dia comigo, mas não tinha percebido quão afinada estou com ele.

A mulher que recém engravidou frequentemente sente-se fisicamente ativada ou emocionalmente arrebatada. Experimentando este agitado bem-estar durante o dia, ela pode ser surpreendida ao encontrar-se inusitadamente fatigada e emocionalmente arrasada ao cair da noite. Insônia ou acordar cedo demais pode ocorrer, à medida que as atividades habituais são reavaliadas à luz das futuras mudanças e seu modo de vida altera-se para acomodar seus sintomas:

Realmente me sinto diferente, diz Hanna, jovem profissional, em sua sétima semana de gravidez. Pela manhã, acordo mais cedo e não tenho aquele receio desagradável diário de ter que me esforçar para sair da cama, como antes. Mesmo o enjoo de viagem não é tão ruim – de fato, quando não vou trabalhar por causa da náusea, penso no que estou perdendo no trabalho, ao invés de ver isso como um permanente castigo vital, porque não estou fazendo alguma coisa melhor no lugar. E quando volto morta de cansaço à noite, John é muito gentil. Tudo o que faço é me sentar com os pés para cima, enquanto ele prepara o jantar.

Durante a primeira fase da gestação, cicatrizes de situações de perda ou uma história de aborto anterior aumenta a sensação de vulnerabilidade. Muitas mulheres grávidas sentem que não podem relaxar até a linha divisória do segundo trimestre:

Estou num dilema quanto a contar aos meus pais: minha mãe é adoentada e fraca. Saber que estou grávida novamente poderia entusiasma-la e lhe dar um novo ânimo, mas então um outro aborto seria absolutamente traumático. É irônico que, tendo querido que o tempo passasse lentamente, enquanto eu tentava ficar grávida, agora estou desesperada para que as próximas quatro semanas passem logo para que eu possa estar segura, diz Leah.

Fase mediana da gravidez

O cunho oficial da segunda fase da gestação é o reconhecimento da criança dentro. Durante a gravidez, duas pessoas ocupam o mesmo espaço. Conforme essa ideia começa a se manifestar, a mulher grávida deve reverter tudo o que se esforçou por estabelecer desde sua infância: apesar dos sonhos de fusão emocional, as pessoas são independentes; cada uma habita seu próprio corpo e cada uma delas é homem ou mulher. Não somente há um outro ser dentro dela, como há cerca de cinquenta e dois por cento de possibilidade de ser do sexo masculino. Mesmo sendo fêmea, encerra uma contribuição masculina, assim como a sua própria.

Durante os próximos meses, a futura mãe tem que tolerar partilhar seu corpo, ao mesmo tempo que aceita que o hóspede que ela carrega seja independente e esteja fora de seu controle. Concorrendo com a ideia de ter duas pessoas sob sua pele, é ainda mais complicado por um sentimento de tripla identificação: conforme a criança em seu ventre é focalizada, a mulher não pode fazer mais do que estabelecer um paralelo entre ela mesma como feto no ventre de sua própria mãe. A atual configuração de seu relacionamento emocional com seu antigo ventre-mãe terá um significado inconsciente nos sentimentos que tem a respeito de seu próprio filho.

Sintomas como a náusea e a fadiga diminuem, assim que a placenta fica bem acomodada. A maioria das mães experimenta uma forte sensação de bem-estar físico, durante os meses seguintes, quando, apesar da barriga já se tonar mais visível, ainda não é desconfortável. Embora sacudida violentamente durante o sono por fortes câibras noturnas na panturrilha (aliviadas com massagens, enquanto esticando e flexionando os dedos dos pés) e frequente necessidade de urinar, seu corpo ainda lhe pertence. Muitas mulheres sentem-se menos tensas, assim que passam da décima-terceira semana, pressentindo que a gravidez agora está segura:

Antes eu sentia que se fizesse muitos movimentos o bebê poderia cair fora, diz Ingrid, na Suécia, ecoando para todo mundo suas sensações de segundo trimestre. Agora que ultrapassamos a etapa do terceiro mês, e não me sinto doente, posso fazer tudo o que quero. Sinto-me como sendo eu novamente. Engraçado, às vezes me sinto menos grávida do que antes.

Conforme os movimentos de dentro aumentam, a mulher muitas vezes nota sua atenção dividida entre as exigências do mundo exterior e os pedidos de atenção vindos de dentro. Ela pode atribuir características ao bebê, um nome carinhoso, gosto e não gosto. Muitas mulheres têm conversas silenciosas com o bebê, ou falam alto com ele, como um amigo imaginário.

A contínua brandura de seus seios traz à memória sensações semelhantes que experimentava em seu corpo adolescente. No início de sua adolescência, assim como agora, sua imagem corporal tinha que acomodar rápidas mudanças físicas e tornar-se mais feminina. A gravidez constitui um estágio ulterior na identificação

com o fértil, sexual e, agora, grávido corpo da mãe arcaica. Paradoxalmente, neste momento de criar uma família para ela própria, associado à confiança de se tornar completamente adulta, está também mais ciente de seu íntimo vulnerável de criança, a menininha que era e, às vezes, ainda sente ser.

A mulher grávida que na meninice teve responsabilidades confiadas a ela, prematuramente, pode sentir isso como a última oportunidade de deixar seu íntimo de menina sentir o gosto da infância despreocupada, antes de ter que cuidar de seu próprio filho.

Minha mãe me tratava como uma preguiçosa, quando eu ponho meus pés para cima, diz tristemente Helena, assistente social. Na realidade, eu gostaria de ser cuidada, mas ela quer que eu cuide dela. Todos esses anos tenho mantido viva a ilusão de que um dia ela reconheceria minhas necessidades, mas estou começando a acreditar que não posso mudá-la. Ela nunca será aquilo que eu quero que ela seja. Está ainda profundamente interessada em tentar fazer com que sua própria mãe a trate de modo diferente e parece me ver como a substituta de sua mãe. Ela quis ser sempre festejada e mimada por mim e tudo o que posso fazer é pôr um limite em suas exigências e cuidar de mim mesma.

Mulheres que passeiam alegremente, para trás e para a frente, entre sua personalidade de criança e de adulto, sentem facilidade em divertir-se com isso, mesmo quando comprometidas na atividade de desenvolvimento de uma criança que cresce. Mulheres anteriormente inibidas podem sentir a gravidez como libertadora:

Gosto da liberdade da gravidez, diz Olívia, contadora. Sendo muito diferente da vida diária, não tem regras. Sinto que posso ser qualquer coisa que queira. Simulo vozes engraçadas, visto roupas estranhas, leio livros que habitualmente não leria e me delicio com luxuriosos banhos de óleo, banquetes à meia-noite – dizendo ou fazendo exatamente qualquer coisa que me dê na telha.

Se vem de uma família onde os prazeres eram usufruídos em segredo, a mulher que não se sente livre para gozar sua identidade sexual feminina, pode começar a se sentir alarmada, assim que sua crescente barriga revelar seu segredo ao mundo. Em ocasiões em que ela se sente intimamente consciente de que os outros a observam, se sentindo desajeitada e traída pelo seu volume, pode esfriar e achar difícil se alegrar abertamente. Quando a esbelteza e a aparência são fundamentais para a imagem íntima de uma mulher, não é incomum se verificar ansiedade quanto à perda de sua forma reconhecível. Pode ter que fazer um esforço consciente para se ajustar às manifestações externas de suas alterações corporais e relembrar suas causas.

Assim que o feto se torna mais vigoroso e evidencia sua própria individualidade, a mulher passa a se diferenciar do bebê em seu interior, assim como de sua mãe interna também. Esta mudança interior, que pode não ocorrer na primeira gravidez, é acompanhada em muitas mulheres por uma mudança na perspectiva que afeta o relacionamento externo com sua mãe, se essa for viva. Paradoxalmente, o reconhecimento dela mesma como ligada, embora separada da vida em desenvolvimento dentro dela, é um pouco semelhante ao da mãe em que ela própria se desenvolveu, podendo aumentar o senso de responsabilidade da mulher para com seu próprio bem-estar e, conseqüentemente, com o do bebê dentro

dela. O tratamento carinhoso de seu corpo se intensifica com o aumento da confiança em sua capacidade de sustentar, desenvolver e dar à luz a uma criança saudável a quem ela quer cuidar. Concordante e reciprocamente, a consciência de sua responsabilidade e propriedade de seus pensamentos podem levar à individuação:

Nunca soube o que eu queria, diz Hanna, de quem falamos no início de sua gravidez, agora no segundo trimestre. Sempre achei muito difícil tomar decisões. Estar grávida me faz ter que pensar sobre as coisas mais honestamente. Tive um sonho em que minha barriga tinha estourado e o bebê estava deitado lá, achatado, como se no fundo de uma sacola de compras. Acordei chorando e pedi ao meu marido para verificar se minha barriga ainda estava redonda. Imagino que sonhei isso, porque estou com medo de me desgastar. Eu dancei no fim-de-semana e não sei se deveria me sentir culpada porque foi demais. Realmente não sei quando parar. Não quero parecer preguiçosa e parar de trabalhar muito cedo, mas preciso reservar um tempo para relaxar. Não sei quando estou cansada. Nos primeiros meses, quando me sentia muito cansada, só caía na cama, porque não podia fazer outra coisa. Agora tento pensar no que fiz durante o dia e se comi adequadamente, se devo pôr meus pés para cima e descansar. Eu acharia isso muito mais fácil, se houvesse uma lista do que fazer ou não fazer, mas na falta disso, as coisas simplesmente acontecem. Excetuando o fato de que agora sou responsável por alguém mais ali dentro também, assim, tenho que considerar e tentar encontrar o que preciso.

A fase final

“Sinto-me amedrontada com o parto. Eu deveria dar à luz a este bebê, mas como me sentirei fazendo isso? Estou assustada. São apenas mais três meses, mas o bebê pode vir antes. Ainda não estou preparada e espero que esta etapa demore mais um pouco. Agora mesmo não estou muito grande e cansada. Sinto-me muito forte e bastante calma. Gosto de estar grávida. Estou feliz com o modo como me apresento e me sinto satisfeita e impessoalmente consciente da minha forma. Mas, quando o bebê nascer, vou me sentir achatada, esvaziada e exaurida. Do modo que estou agora, me sinto completa e as censuras da minha mãe não me dizem nada, mas estou com medo de que possa retroceder mais tarde. Eu a imagino cutucando minha flacidez e dizendo alto: Não tem nada aí – deixa disso!”, diz Helena.

Quando a mulher começa a pensar na possibilidade de seu bebê nascer prematuramente, o que seria viável, o fim da gravidez torna-se uma realidade em sua mente e ela entra na última fase. Dobrar-se ao meio torna-se virtualmente impossível. Sua barriga agora está pesada e grande o bastante para meter-se no caminho, quando fazendo amor ou dirigindo. Apenas nos momentos de *ausência de peso*, quando nadando, ou em sonhos, a mulher grávida pode recuperar a percepção de seu velho corpo. O espaço corporal que divide com seu filho tornou-se restringido. Muitas mulheres se sentem desajeitadas, inchadas e extenuadas, sentindo necessidade de diminuir o ritmo. Futuras mães que trabalham, e que podem se permitir assim fazer, muitas vezes escolhem este momento para tirar uma licença-maternidade, preparando o espaço mental e prático para participar

com prazer do último período livre de criança e/ou *fazendo ninho*, preparando um ventre substituto externo para o bebê.

À medida que a gravidez avança em direção a um desenlace, normalmente a futura mãe se torna mais consciente da significativa, irreversível mudança que está prestes a ocorrer. O momento da verdade aproxima-se vasto, com preocupações sobre a mútua jornada que está prestes a empreender: “Esta criança está realmente esperneando aqui dentro”, diz Rebecca, no sétimo mês. “É tão ativo que não estou certa se ele vai esperar, mas estou assustada e não me sinto preparada ainda”. O último mês, mais ou menos, é uma mistura de corte nas exigências sociais, aumento das atividades preparatórias pró-bebê, a ansiedade também aumenta no afã de completar todas as providências antes do nascimento. O quarto do bebê e a parafernália, trabalhos domésticos ocasionais que não podem mais ser adiados e aparando as arestas – como encontrar todas as parteiras da comunidade numa equipe, ler todos os livros importantes ou frequentar as últimas aulas do curso pré-natal. Algumas futuras mães. Freneticamente, agarram-se a eventos culturais, desesperadamente atentas às mudanças do estilo de vida por vir. Compromissos desempenhados tão facilmente, meses atrás, subitamente parecem insuperáveis, distraíndo-a do círculo de sua barriga, com um afastamento paralelo para dentro do envolvente círculo da família e amigos:

Meu cérebro transformou-se em geleia. Dei a ele permissão para diminuir o ritmo e tenho que fazer um terrível esforço para encontrar palavras e apenas me concentrar é uma tarefa monumental, diz Rebecca, agora no oitavo mês de gestação. Da última vez, eu quase não imaginava que a gravidez pudesse terminar. Estava como um navio em pleno mar e gostava de ser o centro das atenções.

Agora quero me recolher. Existe um sentimento maior de realidade sobre isso – estou excitada e ansiosa para conhecer o bebê, como se fosse desembulhar um presente. Antes da minha filha nascer, eu não tinha a menor ideia sobre crianças. As únicas que já tinha visto estavam na maternidade, em ocasiões de visita, e pensava nelas como se fossem coisinhas pequenas, feias, desamparadas, borrachudas, desconexas – acho que como minha irmãzinha parecia para mim. Levou tempo para que eu mudasse de ideia sobre a Lilly, quando ela nasceu. Agora posso antever o bebê, mais ainda estou amedrontada quanto ao parto: como vou lidar com os dois? O parto vai ser difícil? Estaremos preparados para o bebê?

Nas últimas semanas, frequentemente a mulher grávida sofre de falta de ar, lassidão, constipação e azia. Seus ligamentos estão se distendendo, em preparação para o parto, e o processo das contrações, fortalecendo seu abdome, conforme entra em espasmo, tornam-se mais fortes e frequentes.

Enquanto espera, sabe que a criança também está ultimando seus preparativos para o nascimento, aprontando sistemas necessários para a transição para a vida extrauterina, formando tecidos e renunciando a depósitos de gordura. A prudente futura mamãe pode sentir que está usando os remanescentes de sua gravidez para se preparar para o nascimento, formando os recursos emocionais e provisões materiais necessários às exigentes atividades de pós-nascimento da mãe de um recém-nascido que vai viver fora dela.

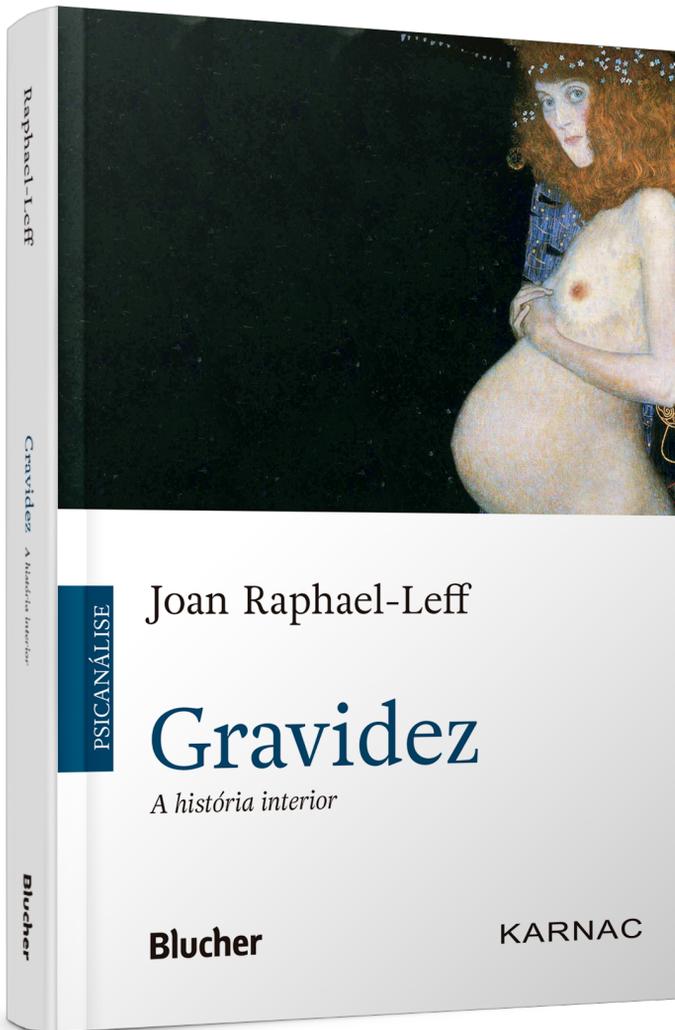
Após o terrível trabalho de parto que tive da última vez, me sinto um pouco como uma atleta – preciso comer bem e repousar bem, levantar a cabeça e me preparar

por meio de treinamento, para estar na melhor forma possível para aquilo que sei que será um trabalho duro. E, também já providenciei uma ajuda extra para quando voltar para casa, para me auxiliar naquelas excruciantes primeiras semanas, diz a mãe de Daniel.

Enfrentando o desconhecido e conforme a tensão da incerteza aumenta, a maioria das mulheres cede ao acompanhamento supersticioso de datas de nascimento ou dias da semana. Como todas as ideias cabalísticas, essas são tentativas de estabelecer alguma predição no desconhecido que se estende adiante. De modo semelhante, os conflitos interiores são projetados nos acontecimentos externos, acompanhados de melancolia, emoções intensificadas e temores irracionais do *castigo Divino*: “Tenho muito medo que meus líquidos se derramem, que eu fique suja. Há uma constante luta com essas vozes dizendo que eu nunca vou sair dessa. Estou certa que vou fracassar no teste do parto, ou vou ser aquela que ganhará o monstro”, diz Dora, que quer cesariana.

Algumas vezes, a compulsão de se refugiar na familiaridade do mundo interior sobrepuja a ameaça de ter que enfrentar a novidade da incerteza. A mulher pode estar tão envolvida na teia emocional de sua família de origem, que é incapaz de fazer uso da base generativa da gravidez para afirmar sua individualidade. Durante o parto, pode inconscientemente repetir os padrões de trabalho de parto e nascimento de mulheres suas parentes, ou de sua própria mãe com um irmão na ordem equivalente de nascimento desse bebê.

À medida que conta os dias, a ansiosa antecipação pode se misturar com a mágoa de perder o bebê da fantasia e o caráter especial da gravidez, com um presságio de vacuidade e temores de fracasso. Outras, sentindo-se feias, usadas e embaraçadas pelo peso, não podem esperar para se livrarem da carga.



Clique aqui e:

[Veja na loja](#)

Gravidez

A história interior

Joan Raphael-Leff

ISBN: 9788521212096

Páginas: 328

Formato: 14 x 21 cm

Ano de Publicação: 2017
