

Inför morsdag och bönsöndag

Jag har fyra gånger fått uppleva ett barn se världens ljus. Efter de erfarenheterna lyfter jag på hatten i en ny bemärkelse för kvinnan. Jag får som dopförrättare ofta se glädjen i en mammas ögon. Jag har förstått att det är stort att vara mor. Men samtidigt svårt. Att vara mamma kan inte alltid vara lätt. Undersökningar visar att kvinnor är mera stressade och blir oftare utmattade än män. Varför är det så?

Jag tror det hör ihop med många faktorer, allt från hjärnfysiologi till det moderna samhällstrycket. Kvinnor är generellt mera relationsbenägna och vårdande än männen. Det innebär att stressbenägenheten är stor vid relationsproblem och separationer av olika slag. Kvinnor och män lagrar känslomässigt laddade minnen olika, kvinnor i vänstra delen av amygdala, männen i högra. Det kan förklara varför kvinnor reagerar mera på känslomässiga minnen. Och många kvinnor fungerar holistiskt. Allt påverkar allt. Det kan till sist bli för många bollar att hålla i luften. Rollerna i hemmet kan vara många: hustru, älskarinna, mamma och barnuppfostrare, hushållerska, skaffare, tvätterska och i värsta fall mannens terapeut. Till det kommer sedan de krav som yrkesrollen ställer.

Många kvinnor kräver mycket av sig själv. Det börjar redan i skolan. En pojke kan konstatera "tänk jag fick en sju i provet" medan en flicka säger "jag fick bara en sju". Till allt det här kommer sedan samhällsideal som att man ska vara i form, snygg och sexig för att duga.

Mera kunde nämnas. Trots allt tal om jämlikhet bär kvinnan mera ansvar för det som sker i hemmet än mannen. Det innebär att hennes stresskurva efter avslutad arbetsdag kan fortsätta, medan mannens avtar. Och trots att kvinnan principiellt sätt i vår kultur har samma "arbetsvärde" som mannen så är kvinnornas lön jämfört med männens lägre. Lägre lön och orättvisor skapar frustration.

Så alla söner och döttrar som har sin mamma i livet har all orsak att nu på söndag gratulera mor. Och alla pappor kallas att älska sina barns mamma. Så att det inte blir som maken som sade: "Inte ska du diska idag, det är ju morsdag, lämna nu disken till i morgon."

Ett fint sätt att hedra sin mor är att be, till exempel nu på bönsöndagen så här:

Gud, livets källa.
Tack för alla mammor.
Vi ber dig idag för mammorna i vår värld.

För det finns så mycket en mor ska kunna...
Föda och nära
fostra och lära
städa och baka
vara hustru och maka.
Sitta vid barnets säng,
gråta och le
dela mannens säng,
för någon i väl, för någon i ve.

Det finns så mycket att en mor borde vara ...
Finna sig själv bland alla midjemått
ha koll på diet och vikt i stort som smått

bygga karriär och räcka till för alla
orka när småbarn och tonåringar kalla.

För kvinnor av alla slag,
vi ber dig, Gud, idag.

För dem som gärna skulle ha blivit mor
och andra som inte fick se sitt barn
få växa och bli stor.
För dessa, inte minst, ber vi idag.

Att få vara älskad som man är
och uppleva att nåden och livet bär
det ber vi om för alla mammor idag.