



As origens da paz

A gosto é o mês do aleitamento materno no Brasil. Por isso, diversas atividades acontecem para falar da importância desse gesto antigo como a própria humanidade. Um gesto silencioso, mas de reverberações profundas: amamentar é o ato mais sublime de todos.

Na simplicidade desse ato — um bebê no colo, uma mãe oferecendo seu leite —, está contida a matriz da vida. E mais do que isso: está a arquitetura invisível do afeto, da imunidade, da presença amorosa e da saúde emocional.

A ciência comprova: o leite materno nutre com perfeição o corpo do recém-nascido, fortalece o sistema imunológico, protege contra doenças, regula o metabolismo e promove o crescimento saudável.

Mas para além dos nutrientes visíveis, há uma nutrição invisível, mas não menos fundamental: o leite materno alimenta também a alma.

Quando uma mãe amamenta, ela oferece muito mais do que leite. Ela oferece acolhimento, segurança, escuta, vínculo. Ela oferece uma primeira experiência de confiança no mundo — e isso, senhores e senhoras, é o alicerce da saúde mental.

É ali, nesse encontro silencioso entre o peito e a boca, entre o olhar da mãe e os olhos do bebê, que se pavimentam as vias neurais do afeto.

É ali que nasce o repertório emocional que, no futuro, será a base para decisões conscientes, vínculos saudáveis, comportamentos éticos e sociedades pacíficas.

Porque um bebê que foi amamentado com amor foi também escutado em sua essência. E quem é escutado aprende a escutar. Quem foi acolhido aprende a acolher. Quem conheceu a abundância do afeto se torna incapaz de sustentar a escassez da violência.

Falar de aleitamento materno, portanto, não é falar

apenas de saúde. É falar de civilização. É compreender que a verdadeira expansão de uma nação começa no colo de suas mães.

É reconhecer que a paz mundial talvez não se inicie nas cúpulas diplomáticas, mas, sim, no silêncio sagrado de uma mãe nutrindo seu filho — corpo, mente e espírito — com aquilo que ela tem de mais puro: seu próprio ser.

Nutrir não é um ato mecânico. É um ato sagrado. É o primeiro pacto entre dois corpos e duas almas. E, por extensão, é o pacto fundacional de uma humanidade mais lúcida, empática e resiliente.

Amamentar é construir a paz.

Por isso, neste tempo em que tanto se fala de progresso, de inovação, de tecnologia e de futuro, é preciso lembrar que o mais avançado dos gestos ainda é o mais primitivo: uma mãe oferecendo amor em forma de leite.