

Godinnentempel voor moeders

Het is midden in de nacht. Na een stroom van mindfucks, destructieve gedachten en oude patronen waarin ik mezelf met de grond gelijkmaakte, herken ik ineens: dit is weer zo'n moment van inspiratie. Zo'n moment waarin ik mag genieten van de stilte van de nacht en de stroming die door me heen vloeit.

Vanmiddag las ik iets in de trant van:

Een vrouw die net bevallen is, een 'newborn moeder', heeft gemiddeld:

- 3 tot 6 maanden nodig voor fysiek herstel,
- 2 jaar voor hormonaal herstel,
- en 5 jaar om zichzelf opnieuw uit te vinden.

Het is voor mij inmiddels 2,5 jaar geleden dat ik door de poort van het moederschap ben gegaan en oh, wat ben ik blij dat er steeds meer oerwijsheid hierover wakker wordt, want mijn god, het is me een portaal!

Er zijn zoveel dingen waar ik van tevoren meer over had willen weten! En ik wist al zoveel; ik was echt goed voorbereid op allerlei vlakken. Toch had ik nóg meer willen weten. Maar dat is een duik voor een ander moment. Nu wil ik schrijven over die cijfers van hierboven en de gelaagdheid van het moederschap die in de stilte van de nacht zo tastbaar wordt.

Cijfers...

Ik heb zo'n 10 tot 12 weken gebloed na de bevalling. Ik had me voorbereid op 8 tot 10 weken, wat in mijn brein dus 9 weken zijn. Ik was uitgescheurd en gehecht, echter ietwat "slecht", want de hechtingen hebben er alleen voor gezorgd dat ik niet verder ben uitgescheurd. Maar mijn flapje vertelt dat mijn huid elkaar niet heeft kunnen vinden. Misschien dat ik hierdoor wat langer bloedde, wie zal het zeggen? Je kunt je voorstellen dat ik me daar zorgen over maakte. Nu zou ik zeggen: "Je lijf kent zijn eigen, perfecte tempo van herstel. Bloed je wat langer dan gemiddeld? Dan is dat precies het ritme waarin jij mag blijven in je newborn-bubbel."

Tijdens dit schrijven zie ik meteen allerlei symboliek verschijnen. Mijn orakelkompas gaat aan. Ik ben er nog steeds van overtuigd dat het uitscheuren niet had hoeven gebeuren. Enkel is er bij mij tijdens de bevalling oud zeer aangeraakt, waardoor ik niet meer in rust en vertrouwen de intensiteit van het staartje van de bevalling kon doorleven. En dat zegt weer zoveel over mijn mechanismes! Ik herken namelijk dat als het einde nadert tijdens iets uitdagends, ik even stop, adem, en dan in één ruk doorga naar de finish.



En als ik dat schrijf, komt er zowel zelfveroordeling als zelfliefde door me heen.

De veroordeling: *"Heb je nou nog steeds niet geleerd dat bewust doorvoelen de weg is?!"*

De zelfliefde: *"Wauw, wat een prachtig inzicht! En dat het je al lukt om even te stoppen en adem te halen; wat een groei! Nu ben je toe aan het leren doorvoelen, helemaal tot het eind. Ik hou van je."*

Daar raak ik de gelaagdheid van het moederschap in mij aan. De geboorte van mijn zoon en mijn geboorte als moeder is een sprong in diepe, heel diepe heling en transformatie van mijn levensthema's. Eén daarvan: de innerlijke narcist versus diepe zelfliefde, wat maakt dat die twee continu naast elkaar in mij aan het spelen/vechten zijn.

Verwarrend/verhelderend, vermoeiend, rete-interessant en rete-intens!

Goed, die 3 tot 6 maanden kan ik beamen. Naast de 10 tot 12 weken bloeden heb ik iets langer dan dat druk van binnenuit op m'n yoni ervaren.

Nu, zo'n 2,5 jaar later, ben ik weer comfortabel met het uitvoeren van mijn oefeningen met mijn yoni-ei. Om nog maar te zwijgen over mijn fantastische borsten!

...Oké, even voelen: is dat voor nu om te schrijven? Ja... misschien wel... Nee, de boobs houden jullie en ikzelf nog even tegoed, want daar is ook zo veel over te schrijven! Oh mijn god! Idee! Een platform in de Godinnentempel voor moeders waar moeders hun oerwijsheid over moederschap kunnen plaatsen! Gewoon zoals ik nu ook schrijf. Ieder op haar eigen wijze van expressie, expressie geven aan de oerwijsheid die in hen is wakker geworden op het pad van moederschap. JA! Daar word ik echt blij van!



Goed... waar waren we? Oh ja, 3 tot 6 maanden fysiek herstel: check. Voor nu.

De hormonen! Oh mijn hemel, die hormonen! Wat zijn dat voor wezens, zou ik haast willen zeggen!? Prachtig en krachtig en oh zo ongrijpbaar. Die 2 jaar kan ik echt beamen. Men, wat heb ik me ongegrond gevoeld, wiebelig en raar depressief van tijd tot tijd.

Na de geboorte komt er een moment dat het beklonken raakt in je systeem dat er nu toch echt een kind via jou de wereld in is gekomen, en dat dát je leven nu is. Daarna ga je door de acceptatie dat je lijf bijna hersteld is, je kunt voelen dat je buikspieren bijna hun wederhelft weer hebben gevonden. Dit was voor mij ongeveer na een jaar, iets korter denk ik. Je hebt jezelf met horten en stoten geaccepteerd — dat het nooit meer hetzelfde wordt als voordat



je door de poort van het moederschap ging — maar je voelt je nog steeds wiebelig en raar. Nou schat, dat zijn dus die hormonen.

Let's break it down:

- “Het wordt nooit meer hetzelfde als hiervoor,” betekent niet dat je leven voorbij is en het vanaf nu beter of slechter is. Het is gewoon anders. Fysiek kan ik gewoon niet meer wat ik eerst wel kon. Wat wel? Ik laat het je wel weten over een jaar of 5 tot 10. Ik voel absoluut de potentie dat ik me fitter en sterker kan voelen. Ik weet ook dat mijn hoofd dat kan invullen met ideeën vanuit het verleden, maar dat het er heel anders uit zal zien dan mijn hoofd zal bedenken. Dus ik laat de uitkomst los, met het vertrouwen dat ik me op een gegeven moment weer giga fit ga voelen in mijn lijf.
- Hormonen. Voor mij hebben ze het gronden ontzettend moeilijk gemaakt. Dat had ik graag van tevoren willen weten. (Al vermoed ik dat het creëren van een orakelset met zo'n hoge frequentie er ook iets mee te maken heeft gehad... Alles tegelijk dus, natuurlijk.), dan was ik wat meer gefocust geweest op grondende oefeningen. Maar goed, het zal allemaal een reden hebben dat het gelopen is zoals het gelopen is.

Ik heb ook de schoonheid van hormonen mogen ervaren — en nog steeds! Want wauw, wat een prachtig systeem hebben ze. Wat een kennis. Ze hebben ervoor gezorgd dat ik leef! Dat ik ben doorgegaan tijdens de bevalling, dat ik de intensiteit van de laatste loodjes kon dragen. Medisch gezien was mijn bevalling perfect, dus begrijp me niet verkeerd: je hoeft niet in levensgevaar te zijn geweest om je hormonen te bedanken voor het feit dat je nog leeft na zo'n initiatie.

Ze zorgen ervoor dat Rock perfect afgestemde voeding krijgt van mijn lijf. Hoe awesome! Ze pikken op wat hij nodig heeft en verwerken dat tot voeding, om dan ook nog eens een seintje naar mij te geven wanneer Rock die voeding nodig heeft.

Ze creëren een roze wolk waardoor ik alle liefde, zorg en aandacht kan opbrengen voor zo'n klein, veeleisend wezen, waardoor ik de vergetelheid rondom zelfzorg kan dragen.

En het klopt: na ongeveer 2 jaar kan ik eindelijk weer vat krijgen op zelfzorg en weten en voelen wat ik nodig heb.

En ook hier voel ik dat ik nog zoveel meer te schrijven heb, maar ook dat laat ik even voor later. Blijkbaar heb ik bij deze een platform geïnitieerd waar deze oerwijsheid gedeeld kan worden. Oftewel: er is tijd en ruimte zat om hierover te delen.

Dan nu die 5 jaar.

Het herontdekken van jezelf. Ik ben nu op de helft, waardoor ik absoluut kan zeggen dat geboren worden als moeder zeker een reis is van het herontdekken van jezelf. Hoe lang dat voor mij gaat duren, zou ik nog niet kunnen zeggen.



Wat ik wél kan zeggen, is dat het voelen van de diepte van het bestaan een absoluut nieuw level van leven is. Het niet weten hoe je dat in hemelsnaam kunt leven in de turbulentie van het hoeden van een gezin, en alle oude patronen en overtuigingen die daarbij getriggerd worden — al dan niet collectief — is vrij intens.

Weetje... ik ben zo diep trots, en ik kan zo diep liefhebben. Sinds de bevalling is er een immens voelbare diepte ontstaan — in alles. In het rauwe schuren van oude pijnen en overtuigingen, maar ook, en vooral, in de liefde. En met die liefde wil ik afsluiten.

Diepe liefde voor mezelf en mijn lijf, mijn womb (baarmoeder en vagina, en ja! ook dat flapje), voor mijn wezen.

Diepe liefde voor mijn man, die zo onwijs dapper en kwetsbaar is geweest toen hij besloot mij te vertrouwen in mijn wens om de zwangerschap en bevalling te doorleven zonder medische begeleiding. Enkel mijn lijf volgen en de steun van sisterhood is mijn pad geweest. Nog niet zo lang geleden voelde en begreep ik de diepte van de betekenis hiervan: hij aanvaardde de mogelijkheid om mij en zijn zoon te verliezen...

— even voelen... tranen... —

Zo diep was zijn vertrouwen in mij. Dat hij deze aanvaarding durfde aan te gaan.

En zo diep is mijn liefde voor hem.

De diepe liefde voor de kinderen. De zoon die uit mijn buik geboren is. En de kinderen die via Rik in mijn leven zijn gekomen, waardoor we een prachtig groot gezin vormen. De liefde voor mijn ongeboren kinderen en voorbij de grenzen van de aarde.

De diepte van het leven ontvouwt zich in het moederschap.

Am'a.

Veel liefs, Rozemarijn

