STAMGROND – VRUCHT VOOR DE TOEKOMST



Bewegen! Leven is bewegen.
Zonder beweging is er geen leven.

Alles in ons beweegt, niets wat niet in beweging is.
Elke cel, elke molecuul, elk hormoon, elke gedachte.

Welk gevoel dan ook: alles gaat gepaard met bewegen.

Zelfs onze ziel beweegt, komt tot leven als je beweegt.
Net als je energie veld continu in verandering.

De magie van golfbewegingen en trillingen.

VADERS EN MOEDERS

Mannen en vrouwen. Vaders en moeders. Zonder hen geen toekomst. Geen vrucht, geen nakomeling, geen voortplanting. Geen kind bestaat zonder hen. Waar vrouwen gericht zijn op waardevolle langdurige relaties voor de opvoeding van hooguit een paar kinderen, zijn vaders bio logisch voorgeprogrammeerd veel kinderen te krijgen en niet de dagelijkse zorg te dragen. Vaders zijn als hulpouders, stamgenoten die voorwaarden scheppen. Zij zorgen voor een veilige omgeving, voeding en onderdak. Ze houden vreemden buiten de deur. En van nature beschikken mannen over meer fysieke kracht, praktische besluitvorming en een collectief weten waar naar toe. Op welke grond en welke plek.

Je gevoel kracht te ontlenen aan man of vrouw zijn is een voorwaarde om te overleven, maar de connectie met onze identiteit is steeds complexer. De zekerheden van rollen zijn verdwenen, we moeten zelf uitzoeken wie we zijn en wat we willen worden. In onze maatschappij moeten vaders steeds meer zorgtaken vervullen, ook als ze dat liever niet doen. Niet alleen voor hun kroost, maar ook voor de moeders die er vaak ‘af’ liggen. Wie ben je als je steeds uit je kracht wordt gehaald? Ben je bereid te ontdekken wat je voelt en welke behoeftes je negeert door je eigen waarheid onder ogen te zien? Zodat je kunt varen op je innerlijke gids als stevige grond met al je capaciteiten om vrucht te dragen?

WAARHEID

Velen zijn wel op zoek naar hun eigen waarheid, maar dat is geen gemakkelijke weg. Paul Verhaeghe legt uit hoe macht (van de overheid, kerk en systemen) invloed heeft op wat we denken en doen. Kennis en ideeën over bijvoorbeeld man of vrouw zijn worden gepresenteerd als een

objectief feit en bepalen onze dagelijkse werkelijkheid. Om onze eigen waarheid te heroverwegen, hebben we nieuwe taal nodig en bewustwording van ons eigen perspectief, waarden en historie. Vraag je eens af: wanneer ben ik in mijn element; wat doe ik het liefst (niet); waarover droom ik; wat kan ik leren vanuit mijn ervaringen; wat verwacht ik van mijn nieuwe rol; welke invloed heeft hij/zij op mij? Onderzoek en onthul de tegenstijdigheden en machtsrelaties om meer nadruk te leggen op je eigen ervaringen, op wat je voelt, waar en bij wie!

VRUCHT

Geboortegrond, waar menselijke ervaringen ontstaan, herbergt een collectief weten. Zoals spreeuwen in groepen functioneren en dansen op golfbewegingen. De bewegingen kunnen alleen gezamenlijk ontstaan in onderling verband. Op vruchtbare grond. Dat is de kracht van kleinschaligheid waar trillingen opgepikt kunnen worden en opnieuw ontstaan.

Ik luisterde naar een gesprek over grootschalige aanpak. Een Belgische arts Hoeyberghs kijkt door de bril van op- en afschalen en legt uit dat organisaties veel te groot zijn geworden. Dat is niet meer functioneel. Buiten lijkt het prachtig en goed georganiseerd, maar het grootschalige systeem levert problemen op in communicatie, productiviteit, kwaliteit en is onbetaalbaar geworden. Zo kost de zorg ongelofelijk veel en levert weinig goeds op. Maar afschalen is moeilijk. Dan moeten mensen verantwoordelijkheid nemen en dat willen ze niet. En kunnen ze misschien niet meer. Want de mensen die daar werken zijn in chaos. Wanhopig omdat de schaalvergroting boven de mensenmaat gaat. Leer naar de wereld kijken van beslissingen op grote of kleine schaal. Besluiten nemen in dat licht, waarbij belangrijk is dat je niet afhankelijk bent van grote verplaatsingen en vreemdelingen. Denk na over die beslissingen en wat het voor je betekent. De waar bepaalt de wie, stelt Hoeyberghs. De mens is een stamdier, die goed functioneert in groepen van honderdvijftig mensen met nauwe onderlinge samenwerking in kleine units op alle vlakken. Waarin vertrouwen groeit en wederkerigheid de waarde is. Er is een sub discipline van de antropologie, het wetenschappelijk onderdeel van de mensbiologie, de ‘colapsology’. Hoe grootschalige beschavingen en systemen aan hun einde komen. Dat is bekend en voorspelbaar. En dat is een route van onteigening en hulpeloosheid. Door gebrek aan kleinschaligheid, een gebrek aan een corrigerend fundament, worden de problemen steeds groter. Er zijn geen ‘well known groups’ meer die je weerhouden van slechte beslissingen. Stel jezelf de vraag: in welke richting maak ik mijn beslissingen? Welke rol heeft mijn morele kompas? Mijn zelf compassie en mijn eigen goed te vertrouwen onderbuikgevoel in de beslissingen die ik neem? Welke rol hebben de mensen die mij goed kennen, al heel lang kennen, mij liefhebben en om mij geven? Die kunnen zien dat als ik stil ben het niet zo goed met mij gaat….

De gesprekken zijn van andere aard, gaan om de zin van dingen en dagelijkse beslissingen. Belangrijke keuzes. Het gaat om jezelf kunnen zien en dat meebrengen in de stappen die je zet of liever niet wilt zetten. De gesprekken gaan over wat gebeurde, wat je is aangedaan, welke rol je zelf had en wat je liever anders had gewild. De gesprekken gaan over angst, niet durven, uitstellen, eromheen. Maar de weg ernaar toe, belangrijk om aan te leggen, verloopt via het gesprek. Alleen dan kan een route tot verbinding aangelegd worden. En wat je het liefst had willen ervaren. Zodat je vrucht draagt. Via het gesprek vol van trillingen en beweging. Dan weet je wat je wil en kan . Dan voel je wanneer je in je element bent!

Podcast tip: Vaders hebben ook gevoel
https://open.spotify.com/episode/1eQTRhy7b89EPMO4ebQIaV?si=W8xzItpDQcWNXI6nUoWzfQ&nd=1

Boeken tip: Over normaliteit en andere afwijkingen van Paul Verhaeghe ISBN 9789044643220

AUTEUR: Brun Kuipers MScRN gepubliceerd in Stammen Magazine 6, september 2025

BIO: Brun Kuipers MScRN is klinisch gezondheids- en verplegingswetenschapper en ruim 40 jaar actief in het verpleegkundig vakgebied. Sinds 2010 begeleidt en behandelt ze aanstaande en net bevallen moeders. Ze bevordert vruchtbaarheid en het verwerken van geboortetrauma's en verlies. Zelfregulering en zelfherstellende vermogens zijn de sleutel naar volledig herstel en duurzame gezondheid.