DE STAMMOEDER ALS VOEDSTER



Moeders leveren via fenotypische overerving voor 80% aan de ontwikkeling van hun kind. De moeder is de omgeving en zelf weer afhankelijk van háár omgeving. Ideaal is wanneer ze baadt in liefde met hoge verwachtingen, positieve ervaringen, rust en vertrouwen.

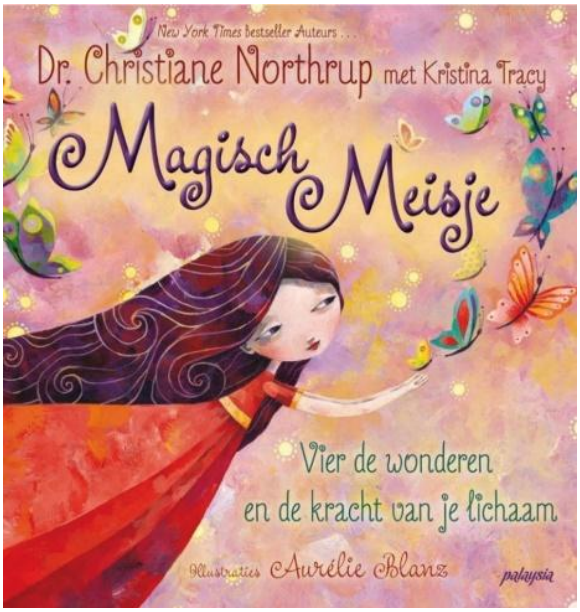
VROUWELIJKHEID

Moederschap wordt al voor de geboorte van het meisje voorbereid. Het doel is een aantal potentiële eicellen van de hoogste kwaliteit te leveren om later hooguit elke vier tot zes jaar een kind te krijgen gedurende haar relatief korte vruchtbare periode tussen 18 en 50 jaar. Vrouwelijkheid uit zich in een sociale, duurzame, cyclische levenswijze met eigenschappen gekoppeld aan de seksuele oorsprong van vrouw zijn zoals gevoelens van kracht, flexibiliteit, ondernemerschap en verbondenheid. Zodra de lineaire logica van onze maatschappij bij vrouwen

wordt opgelegd als ideaal en waar, gaat dat ten koste van hun gevoelskompas en vruchtbaarheid die zij van nature hebben.

VRUCHTBAARHEID

De wonderen en de kracht van het vrouwenlichaam raken steeds meer onbekend. De waardering voor ons lichaam, de eerbied die we ervoor kunnen hebben en de liefde waarmee we ons lijf kunnen verzorgen wordt niet meer aangeleerd. Toch is er een diep weten dat ons lichaam prachtig is en over magische krachten beschikt, zeker als het gaat om vruchtbaarheid en moederschap. Maar helaas krijgen meisjes en vrouwen veel negatieve boodschappen en worden ze angstig gemaakt met (besmettelijke) ziektes en vele andere gevaren. Juist vanwege de negatieve boodschappen ontstaan problemen. Wanneer je weet hoe je lichaam werkt, hoe het beïnvloedt wordt en wat je er zelf aan kunt doen, leer je de perfectie en de diepe connectie met je lichaam te gebruiken. In plaats van het aanpraten van ziektes zouden we moeten werken aan het zelfbeeld van meiden en jonge vrouwen. Leer ze de pracht van de mogelijkheden die het vrouwenlichaam biedt kennen. Welke boodschappen geef jij aan je dochters? En welke boodschappen had je willen horen van je moeder? Een positief zelfbeeld en een sterk zelfvertrouwen zijn het meest belangrijke voor gezonde vrouwen, sterke moeders en prachtige dochters. Wanneer je goed voor je lichaam zorgt en ernaar luistert, is je lichaam je kompas. Zo kan je leven op je gevoel, in de natuur, als vanzelf. Gewoon, omdat het vertrouwd voelt en niet vreemd is. Je lichaam is ervoor gemaakt om te genieten van jezelf, hoe je eruit ziet en wat je voelt, wat je eet en wat je ziet en hoort, te genieten van het contact met anderen, met je geliefden en je minnaars. Verzorg je lichaam goed, van buiten en van binnen en blijf het observeren. Omdat alle veranderingen in je omgeving en in de natuur je lichaam doen veranderen. En spreek uit wat goed voelt en wat niet. Dat is je kracht om te kunnen leven, ook wanneer het stormt of het zeewater tegen je aan beukt. Ook wanneer je moet schuilen en je alleen voelt. Zoek in je leven een netwerk van vrouwen die je voeden en er voor je zijn. Zij hebben jou ook nodig. Bemoedig elkaar eerst goed voor jezelf en daarna voor elkaar te zorgen. Elke vrouw heeft andere vrouwen nodig, elk kind heeft hulpouders nodig, je kunt het niet alleen. De liefde verspreidt zodra je het deelt en is krachtiger dan welke input ook.





SOUVEREINITEIT

Weet jij op wie je terug kunt vallen in onze chaotische maatschappij? Heb je mentale oefeningen gedaan? Wat als je auto het niet doet, het internet uitvalt of de stroom? Wat als je lichaam signalen laat zien die je niet kent? Wat als de zorg er niet is, of te ver, of afwezig in aanwezigheid? Wie is er wel, als je hulp nodig hebt? Wie is bereikbaar? Moreel aanspreekbaar? Wie is er? En waar ben jij? Op een vreemde plek? Wees soeverein! Soevereiniteit is het recht om het hoogste gezag uit te oefenen zonder dat verantwoording is verschuldigd aan een ander. Het gaat om zelf verantwoordelijkheid nemen voor al je keuzes. Zelfbeschikking is van levensbelang en daarvoor moeten vrouwen zelf een fundamentele basis creëren, vanuit eigen waarde en eigen werkelijkheid. Bepaal zelf waar je bent en wie onderdeel wordt van je sociale biologische waarheid die vertrouwd is en coherent. Zonder tegenstrijdigheden. De waarheid zoals die ervaren wordt in je eigen dagelijks leven.

Vrouwen laten veel ongelijkwaardigheid toe, zonder onderzoek te doen, vragen te stellen, ook aan zichzelf, zonder eigen emotionele werk te doen, zonder het stuur van het leven te pakken en verantwoordelijkheid te nemen voor de weg en de richting. Zonder bewust te zijn van je eigen verhaal, behoeftes en verlangens. Zonder dromen te verwezenlijken, want dat is toch meestal wat het leven is? Zonder de reis te maken met ook de last en ontberingen, want alleen dan weet je dat je het weet, dat je het kan, dat het lukt. Pak je autoriteit. Bepaal je route en je grenzen. Instrueer, zodat recht wordt gedaan aan wie je bent, je zijn, je vrouwelijkheid, je zachtheid en je kracht, je grootsheid en je eeuwigheid. Onuitwisbaarheid.

Word leider in het gesprek: dit is wie ik ben en wat ik wil. Dat gebrek aan invloed omgedraaid wordt naar het perspectief van de vrouw, de moeder en de baby. Zij bezitten iets unieks! Jullie hoeven alleen met elkaar te spreken en naar elkaar te luisteren. Voor jullie droom hoef je niets te leren. Alleen maar zoeken naar wat je al weet en wat je al kan. Of wat jij je na trauma kan herinneren en dan draai je alles om. Sta op. Sta op de grond en voel de energie en de vreugde van het moederschap vanuit liefde. Activeer je natuurlijke vermogens, je bewustzijn, je vrouwelijkheid, je vruchtbaarheid. Je erfelijkheid. Je lijfelijkheid. Doe het, zonder aarzeling. Sta op!! Voor vrijheid en menselijkheid. Voor bezit van een gezond lijf. En een liefdevol leven. Het moederlijk ego bezit alles om haarzelf, haar baby, haar gezin en haar stam te voeden.

BOEKENTIP: Moederschap van S. Hrdy, ISBN: 9789027469175 en Women's Bodies, Women's Wisdom van C. Northrup, ISBN: 9780525486114

PODCAST: Biologie van het Bekken en de Baarmoeder, nr. XV op www.zobevalik.nl/voormoeders

AUTEUR: Brun Kuipers MScRN gepubliceerd in Stammen Magazine 5, juni 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.