

INHOUD

- Voorwoord -----	2
- Deel I -----	3
- Deel II -----	30
- Deel III -----	76

*Hoewel je gemakkelijk het tegendeel
zou kunnen geloven verandert er niets.*

*Nog steeds komt het licht uit het
oosten.*

*Zonder Sw. en zonder India zou dit
boek nooit zijn geschreven*

*Ik zou niet eens op het idee zijn
gekomen.*

*In alle nederigheid draag ik het hun
op als eerbewijs.*

*Zo probeer ik een deel van mijn
schuld in te lossen.*

*En probeer iets terug te doen voor
alles wat ik heb gekregen.*

Deel 1

'Geboren worden is lijden'
Gautama

1

- Denk je dat het prettig is om geboren te worden?
- Geboren worden.....? Prettig....?
- Ja. Denk je dat kinderen er blij mee zijn om op de wereld te komen?
- Kinderen blij om op de wereld te komen? Dat is me ook een vraag! Meen je dat in volle ernst?
- Ja zeker! In volle ernst.
- Maar baby's...
- Ja...? Baby's wat...?
- Een baby heeft er toch zeker geen begrip van of-ie gelukkig op ongelukkig is?
- En waarom niet?
- Zuigelingen voelen nog niks.
- Daar sta ik van te kijken!
- Dacht jij dan van wel?
- Dat vraag ik jou nou net!
- Maar daar is iedereen het toch over eens?
- Dat vind ik geen sterk argument.
- Dat is waar. Maar goed...een pasgeboren kind... dat ziet nog niks, dat hoort nog niks... Hoe zou dat ongelukkig moeten zijn?
- 'Dat' hoort nog niks, 'dat' ziet nog niks... maar 'dat'schreeuwt wel, en heel hard ook!
- Een nieuwe baby moet zijn longen ontwikkelen.
- Zijn longen ontwikkelen! Zo'n opmerking stemt mij droevig.

- Ik ben het met je eens dat ook dit geen argument is, maar toch wordt het algemeen beweerd.
- Zoals je weet worden er heel wat krankzinnige dingen algemeen beweerd. Maar jij denkt dus dat een kind bij de geboorte niets voelt?
- Dat lijkt me duidelijk.
- 't Is curieus... ik ben daar niet zo zeker van.
- Kom nou...! Een baby...!
- Maar wat bedoel je daar nou mee, met je 'Kom nou, een baby...?'
- Ja, wat stel je je nou voor dat ze op zó'n leeftijd...
- Je stemt me droever en droever. Ik hoef jou toch niet te vertellen dat kinderverdriet geen grenzen kent, en dat het 't droevige en toch ook geweldige voorrecht van de kleintjes is om alles duizend keer zo intensief te beleven als wij?
- Daar heb je natuurlijk gelijk in. Maar een baby, dat is zó iets kleins...
- Alsof afmetingen daar iets mee te maken hebben...
- Ook dat moet ik toegeven...
- Leg me eens uit door wat voor mirakel 'dat'zó hard kan schreeuwen en toch geen pijn en verdriet kan voelen?
- Nou gewoon. Dat heb ik je al gezegd: een pasgeboren baby voelt nog niets.
- Ga door! Hoe komt dat?
- Zo'n piepklein ding heeft nog geen bewustzijn.
- Daar komt de aap uit de mouw! Geen bewustzijn... Je bedoelt dat het geen ziel heeft?
- Nee, nee. Een ziel... daar weet ik niks van.
- Maar over het bewustzijn...
- Het bewustzijn is iets anders.
- En wat het bewustzijn is weet je? Schitterend! Misschien kun je mij dat mysterie uit de doeken doen: ik ben een en al oor... ik hang aan je lippen... ik ben je onderdanigste leerling!
- Nou ja, dat wil zeggen... naar waarheid zou je moeten zeggen dat... he... het bewustzijn... he...

Laten we het hier maar bij laten, en niet verdwalen in de doolhof van de redeneerkunst.

Laten we niet afgaan op argumenten. Anders komen we nog terecht bij de fietser uit het lagere-schoolsometjes, die de slak niet bleek te kunnen inhalen.

De zaken zelf liggen eenvoudig; alleen onze geest is gecompliceerd. Als een kind ter wereld komt, begint het te huilen. En zijn gehuil brengt de omstanders in verrukking. 'Hoor je dat? Hoor je hoe-tie huilt!' zegt de gelukkige moeder, diep ontroerd als het haar opvalt dat zó'n klein ding al zóveel kabaal kan maken.

Wat betekenen die kreten van de pasgeborene?

Dat zijn reflexen normaal zijn. Dat de machine functioneert.

Of zijn mensen meer dan machines?

En zijn die kreten een uiting van pijn?

Zou het mogelijk kunnen zijn dat het gehuil van de baby een uiting is van erge pijn?

Zou het geboren worden voor de baby misschien net zo

pijnlijk zijn als de bevalling vroeger was voor de moeders?

En als dat zo zou zijn, wat dan nog? Wie bekommert er zich om?

Ik vrees dat er niemand is, die er zich wat van aantrekt.

Kijk maar naar het gebrek aan respect waar de nieuwkomer mee wordt behandeld.

Het is helaas een diepgewortelde overtuiging, eigenlijk een vanzelfsprekendheid, dat 'het'niets voelt, dat 'het'niets hoort en dat 'het'niets ziet.

Hoe zou 'het'dan verdriet kunnen hebben?

'Het'schreeuwt, 'het'brult, en dat is dat.

'Het'is ten slotte maar 'n ding.

En als daar nu eens niets van waar bleek te zijn?

Als het nu toch al een persoontje zou blijken te zijn?

Een pasgeborene echt al iemand? Dat is dan toch in strijd met alles wat we denken.

Maar... We zouden kunnen weten dat we 'wat we denken' altijd met het nodige wantrouwen moeten bezien.

Hoe komen we achter de waarheid?

Het gezonde verstand eist dat we eerst de feiten onderzoeken.

En in dit geval kunnen de feiten niet praten.

Het gebeurt wel eens, al is dat heel zelden, dat een kind wordt geboren met een tandje. Maar ik heb er nog nooit een meegemaakt die bij zijn geboorte al kon praten.

Een pasgeborene kan immers niet praten? Hoewel...

Woorden kent hij niet, dat is duidelijk.

Maar die kennen dolfijnen ook niet. En vogels ook niet.

Toch verzekeren de biologen ons met klem dat hun dit niet belet om elkaar allerlei zaken mee te delen.

Zouden er dus talen bestaan die geen woorden hebben?

Zonder de minste twijfel. En dat we ons daarover verbazen is alleen te wijten aan onze ijdelheid. Laten we verder maar niet gaan.

Als iemand per ongeluk zijn mond brandt aan een slok kokende thee, zien we aan zijn gezicht meer dan hij met woorden kan zeggen.

Hij vliegt op alsof hij een stalen veer in zijn achterste had, springt van het ene been op het andere, en zwaait met zijn handen alsof hij het teveel aan hitte zo naar buiten wil slaan. Zijn rollende ogen tranen, en hij trekt de vreemdste gezichten.

En om te weten wat er gebeurd is hoeven we niet te wachten tot hij de hete thee uitspuwt: de ongelukkige heeft zich overduidelijk uitgedrukt, en we hebben hem precies begrepen, of hij nu een Chinees of Pers is, Javaan of Deen. Zonder een woord te gebruiken heeft hij verklaard: 'Ik heb mijn mond gebrand'. En zijn verklaring laat aan duidelijkheid niets te wensen over.

En over duidelijkheid gesproken: Als er iemand duidelijk is, dan is het wel de pasgeborene.

Vergeleken bij het geboren worden is die hete slok thee een flauw grapje.

Praat de pasgeboren baby niet?

Laten we eerst eens kijken.

4

Hebben we echt nog een verklaring nodig?

Dat tragische voorhoofd, die gesloten ogen, opgetrokken en samengeperste wenkbrauwen, vol bobbel...

En kijk eens naar die krijgende mond en naar dat hoofdje dat zich omdraait in een poging om te ontsnappen...

Naar die uitgestrekte handjes die smeken en die dan naar het hoofdje gaan in een gebaar van rampzaligheid...



En naar die voetjes, die woedend van zich af trappen, en die beentjes die proberen het tere buikje weer te beschermen...

Die spieren zijn een en al kramp: alles trilt en schokt...

Spreekt de pasgeborene echt niet?

Hij schreeuwt met heel zijn wezen en brult met heel zijn lichaam:

'Raak me niet aan! Raak me niet aan!'

En tegelijkertijd bidt hij en smeekt hij:

'Laat me niet in de steek! Help me! Help me!'

Is er ooit hartverscheurender om hulp geroepen?

Maar wie begrijpt deze noodkreet die het kind nu al zo lang sinds zijn aankomst uitschreeuwt?

Niemand.

Is dat niet onbegrijpelijk en wonderbaarlijk?

Een pasgeboren baby niet praten... ?
Nee, nee. Wij zijn het, die niet luisteren.



5

Daar staan we toch echt van te kijken.
Zou dit kleine wezentje dus al.... Een iemandje zijn?
Iemand... die lijdt en zijn verdriet uitschreeuwt?
Maar dat is toch niet te geloven! Op die leeftijd... En dan nog zó verschrikkelijk klein...
En daar gaan we weer! Er is iets in ons dat zich verzet, en dat niet horen wil en niet geloven wil. Iets dat ons de ogen doet sluiten, en dat daarmee onze kostbare gemoedsrust beveiligt.
Omdat het, kennelijk, onverdraaglijk is om te 'zien'.
Deze foto's van pasgeborenen kun je niet met droge ogen bekijken. Het lijken wel gezichten van gemartelden, van gevangenen die worden gefolterd.
Sommige mensen draaien hun hoofd om als ze dit zien, en bekennen:
'Nee! Daar kan ik niet tegen...!'
En anderen trekken een zuur gezicht, en zeggen:
'Gelooft u echt dat ze pijn hebben?'

Elke reden is een goede reden om maar niet te hoeven kijken.

Weer anderen komen met redeneringen aandragen:

'Kom, kom, zoiets bestaat niet. Zo is een geboorte helemaal niet. Anders zou iedereen dat toch weten?

Op uw foto's staan kinderen die mishandeld zijn. Die baby is in handen van sadisten. En dat bestaat natuurlijk wèl. Dat is bekend. Maar natuurlijk, kijk maar, dat is een kind dat mishandeld wordt!

Wat voor misdadige streken halen die monsters uit met de baby? Hebben ze hem geradbraakt > In kokende olie gehouden/ Op gloeiende kolen gelegd?'

Niets van dat alles.

Het zijn foto's van een doodgewone geboorte.

De omstanders zijn geen monsters en geen sadisten. Het zijn mensen zoals u en ik. Mensen die niet zien wat er gebeurt.

'Met open ogen zien zij niet'.

We kunnen deze blindheid-met-open-ogen op heterdaad betrappen!

Laten we maar eens van dichtbij kijken.



De Heilige Familie met het Kerstkindje...

Iets dergelijks, maar dan op z'n twintigste-eeuws...

Sinds de oudste tijden heeft dit onderwerp al inspiratie gebracht. De grote schilders hebben het vaak gebruikt op het toppunt van hun leven: Bethlehem en het mysterie van de geboorte.

Maar bij wat we hier zien, zijn geen aanbiddende Wijzen uit het oosten en geen Maagden Maria's met Kindekes.

Hier zijn we bij wat er vandaag gebeurt, in onze eigen tijd.

Er is zojuist een kleintje geboren, en de vader en de moeder kijken er dolgelukkig naar. Ook de jonge dokter deelt in de algemene vreugde.

Op alle gezichten straalt dezelfde blijde lach. Iedereen straalt van geluk en tevredenheid.

Iedereen... behalve het kind.

Het kind? Wat voor kind?...

Grote hemel... dat kan niet waar zijn!

Een masker van angst en afgrijzen. En dan die handen, die naar het hoofd grijpen...

Dat is de uitdrukking van iemand die zich verpletterd voelt. Het is het gebaar van iemand die, dodelijk gewond, op het punt staat in elkaar te storten.

Je kunt het angstige geschrei bijna horen... Is dat het geboren worden? Zo veel lijden? Zo veel pijn?

En daarnaast de ouders! Buiten zichzelf van vreugde...in het aangezicht van zoveel ellende.

Dit is toch nauwelijks geloofwaardig.

Nee. Maar niettemin: zo gebeurt het.



7

Het is iets ongelofelijks, deze verblindheid. Zijn we betoverd...? Behekst...?

Betoverd? Niets er van. Zoals altijd liggen de zaken heel eenvoudig. Laten we maar nagaan:

Die jonge dokter die er zo tevreden uitziet, waarom glimlacht die? Vanwege het geluk van het kind? Niet direct. Hij heeft zo-even 'zijn' bevalling gehad. En hij heeft het er goed afgebracht. Dat is niet altijd eenvoudig. Maar het kind is er, en het schreeuwt flink. Zoals het hoort. De moeder is niet uitgescheurd. En dus is alles op rolletjes verlopen. De glimlach van de dokter betekent dat hij opgelucht is. Hij is tevreden... over zichzelf!

En nu de moeder.

Haar gezicht straalt, en haar glimlach laat zien dat ze buiten zichzelf is van vreugde. Maar waarom deze vreugde? Omdat het zo'n mooi kindje is?

Niet alleen.

Ze lacht ook omdat het nu allemaal voorbij is!

Ze is er in geslaagd de pijnloze bevalling waar ze maar half in geloofde goed te volbrengen. Ze is er nog verbaasd van. Verbijstert. En opgelucht. En ze is trots op zichzelf. Is haar niet gelukt wat zoveel anderen minder goed afging?

En ook daarom glimlacht ze van welbehagen.

En is tevreden... over zichzelf.

En wie zou daar iets op aan kunnen merken?

Ten slotte: de vader.

Een gelukkig man. Hij heeft een afstammeling. Een klein wezentje dat op zal groeien. En dat tot in detail (wat een illusie!) de onovertrefbare eigenschappen van de verwekker zal kopiëren.

En als dan bovendien nog het geslacht van het kind overeenkomt met de uitgebreide toekomstdromen die al liggen te wachten...

En dan bovendien nog dit: hoogstwaarschijnlijk heeft deze man nog nooit iets origineels tot stand gebracht, en nu heeft hij een kind gemaakt!

En dus is hij trots. En dus is hij tevreden.

Hij is tevreden... over zichzelf.

In dit verhaal is ten slotte iedereen tevreden. Tevreden met zichzelf, welteverstaan.

En wat het kind betreft...!

En toen?
Wat moet er gebeuren?
Moeten we in tranen uitbarsten?
Over zulk lijden? Over zoveel verblindheid?
'Geboren worden is lijden. Het leven is lijden...'
Het is lang geleden dat dit gezegd werd. En dat het leven ten slotte niet meer was dan een kort verblijf, een doortocht.
Bij een geboorte zou er door iedereen gehuild moeten worden, omdat een levend wezen onze hel binnentreedt.
En een begrafenis zou een feest moeten zijn. Als hij er eindelijk weer weg mag.

Ja...
Ik heb niets te beweren over wat er daarvoor en daarna gebeurt.
Maar de geboorte speelt zich af onder ons, met het lijden dat er mee gepaard gaat.
Dat is een wetenschap waar ik nu niet meer van los kom.
Dit lijden is zo groot dat ik niet meer weet wat ik doen moet.
En dat ik bijna wanhopig ben.
Gelukkig is er een sprankje licht: de mogelijkheid van een pijnloze bevalling.
'In pijn zult gij uw kinderen baren'.
Ook dat stamt uit de oertijd.
En deze oude vervloeking is niet langer van kracht.
In onze dagen zijn er vrouwen die hun kind baren met stralend gezicht.
Dat is een wonder.
Maar dat zij stralen van geluk terwijl hun baby wordt gekruisigd is onaanvaardbaar! Dat kan zo niet langer. Dat is een onmogelijkheid, zodra je weet wat de pasgeborene moet doormaken.
Wat dan?
Moet de vrouw haar vreugde opgeven?
Natuurlijk niet!
We moeten heel gewoon voor het kind doen wat we ook voor de moeder hebben gedaan. Of in elk geval moeten we dat proberen.

Zo op het eerste gezicht voelen we ons verloren. En onmachtig ten aanzien van dit lijden.

Hoe moeten we het benaderen?

Een pijnloze bevalling wordt voorbereid. Maar hoe zou je het kind voor kunnen bereiden? En wanneer? In de buik van zijn moeder?

Zou je iets kunnen doen met ragfijne elektroden die door de buik van de moeder heen het schedeltje binnen kunnen dringen...?

Onder geen beding. Met de huidige technologie kunnen we zulke huzarenstukjes uithalen, dat is bekend.

Maar zoiets ligt ons niet.

Wat wij boven alles willen is, te begrijpen.

Te begrijpen waarom en waardoor de pasgeborene zoveel te lijden heeft.

Voor de moeders is dat gebeurd bij het ontwikkelen van de manier om pijnloos te bevallen.

In plaats van blindelings het noodlot van het lijden te aanvaarden heeft men zich op een gegeven moment de vraag durven stellen:

‘Waarom?’

Het antwoord ligt in de vraag besloten. En als we ons nu afvragen:

‘Waarom lijdt het kind bij zijn geboorte?’ dan kunnen we eindelijk luisteren naar wat de nieuwgeborenen al zo verschrikkelijk lang in wanhoop willen dat we horen – tot nu toe steeds zonder dat we daaraan gevolg hebben gegeven.

Het betekent dat we naar hen kunnen gaan luisteren, kunnen proberen hen te verstaan en te begrijpen.

En dat is al de helft van het werk.

10

Het afgrijselijke van het geboren worden vindt zijn oorzaak in de intensiteit en in de onmetelijkheid van de ervaring die elk ogenblik anders is, en daardoor van een verstikkende rijkdom. Men beweert en men gelooft dat een kind bij de geboorte niets voelt. Maar het voelt alles.

Alles, helemaal alles, zonder uitwijkmogelijkheid, zonder kans om zich te beschermen, elk kind, zonder uitzondering.

De veelheid van gewaarwordingen die hem meesleuren tijdens de geboorte gaat ons voorstellingsvermogen verre te boven.

Deze zintuiglijke ervaring is zo veelomvattend dat we ons er zelfs geen voorstelling van kunnen vormen.

De zintuigen van de baby functioneren.... en hoe! Met alle scherpte en onbevanging van de jeugd. Wat is er van de werking van onze zintuigen overgebleven wanneer je die vergelijkt met die van kinderen? En hoe staat het met onze zintuigen, onze gewaarwordingen, als we ze vergelijken met die van dieren? Onze huid is ongeveer net zo fijngevoelig als die van een krokodil of van een rinoceros.

Bij de scherpe gewaarwordingen tijdens de geboorte komt nog de schok van het contrast met wat de kleine daarvoor gewoon was.

De zintuigen functioneerden al lang voordat het kind 'er was', dat wil zeggen, bij ons en in onze wereld was.

Zeker, de gewaarwordingen zijn nog niet georganiseerd in in elkaar grijpende en uitgebalanceerde gedachten.

Maar dat maakt het allemaal nog erger, nog dramatischer, onverdraaglijker en verwarrender.

11

Nemen we zijn ogen bijvoorbeeld.

Tallozen denken dat een pasgeborene niets kan zien.

Dat is de gangbare opvatting.

Blijkt dat ook niet uit de batterij van werkelijk verblindende lampen die men bijvoorbeeld in een ziekenhuis gebruikt bij een bevalling?

Worden er op de nieuwkomer niet grote operatielampen en schijnwerpers gericht?

En waarom zou men z'n gang niet gaan bij een pasgeboren baby? Wie draait de lamp omlaag ter wille van een blinde?

Uiteraard is deze verlichting prettig voor de dokter die de onderkant van het lichaam van de moeder in het oog moet houden.

Maar wat vindt de baby er van?

Als het hoofdje nog maar net uit de baarmoeder naar buiten is gekomen, en terwijl het lijfje nog gevangen zit, opent hij zijn onwaarschijnlijk grote ogen. Om ze onmiddellijk en haast met geweld weer dicht te doen! Terwijl zich op zijn gezicht een verschrikkelijk lijden begint af te tekenen stoot hij de kreet uit die we zo goed kennen.

Als we met 'zien' bedoelen het maken van plaatjes in onze gedachten met behulp van het materiaal dat de ogen opvangen, dan kunnen we zeggen dat de nieuwgeborene niet ziet. Hoogst waarschijnlijk niet.

Maar als we met 'zien' het waarnemen van licht bedoelen, dan ziet de baby wel... en hoe!

Het kind dat op de wereld komt, heeft dezelfde liefde voor het licht van de hemel en heeft er evenveel verlangen naar als de planten, onze minderontwikkelde buren, die zonder ogen als wij, met hun hele wezen het Hemelse Oog volgen op zijn weg langs het firmament.

Hij is bezeten van dit licht; hij is er dronken van. Hij is er zó gevoelig voor, dat we het enkel met de grootste behoedzaamheid tot hem moeten toelaten. Uiterst langzaam. De baby is overigens zo gevoelig, dat hij het licht al waarneemt terwijl hij nog in de buik van zijn moeder zit.

Als een vrouw die meer dan zes maanden in verwachting is zich naakt in het zonlicht bevindt, neemt een kind in haar binnenste dat waar als een gouden mist.

En daar wordt nu dit kleine wezentje met zijn overgevoelige gezichtsvermogen plotseling zijn donkere spelonk uitgegooid. En op slag worden die oogjes overgeleverd aan het projectorlicht.

Het kind stoot een hartverscheurende kreet uit. Is dat zo wonderlijk? Het heeft zijn ogen gebrand. Precies zoals het in de verbeelding van Jules Verne gebeurde met zijn held Michael Strogoff. Net zoals de ogen verbrandden van de bewoners van Hiroshima, toen de 'duizend zonnen' ontploften.

Als men een pasgeborene gek van de pijn zou willen maken, zou men zich zo en niet anders moeten gedragen.

Hoe wordt een stierengevecht voorbereid? Hoe krijg je een 'goede' stier dronken van ellende en blind van woede?

Door hem een hele week lang in het donker op te sluiten.

En hem dan, op de dag van het gevecht, van het ene ogenblik op het andere het verblindende zonlicht van de arena in te jagen...

Arme baby! Hij doet zijn ogen dicht. Hij beschermt zijn pupillen met het kwetsbare en transparante laagje van zijn oogleden.

Blind?

Verblind.

12

En is het arme kind doof? Het is net zo min doof als het blind is. Als hij op de wereld komt, functioneren zijn oren al lang. Al in de uterus hoorde het kind allerlei geluiden die het lichaam van zijn moeder produceerde, zoals het kraken in haar gewrichten en het geborrel in haar ingewanden.

En de krachtige slag van het hart van zijn moeder gaf met zijn diep trommelgeluid ritme aan zijn bestaan.

En dan natuurlijk de stem. De moederstem drukt voor altijd een stempel op de baby.

Elke stem is uniek en onnavolgbaar. Precies even uniek als vingerafdrukken.

De moederstem wordt een deel van het kind. Het kent die stem, lang voordat hij het daglicht ziet. Die stem wordt door hem heen geweven met al haar nuances, haar modulaties en haar stemmingen.

En is dat alles? Nog steeds niet.

Het ongeboren kind vangt ook de geluiden uit de wereld op, van buiten de moeder, net zoals het 't licht kan voelen.

Ondanks de beschermende laag van de moederbuik.

Hoe die geluiden tot hem doordringen? Net als tot de vissen: door het water waar hij in leeft, en waardoor ze vervormd worden. Wij zouden ze niet herkennen.

Dan komt de geboorte.

De vis komt het water uit. En dan staat de wereld op z'n kop.

De geluiden die tot op dat ogenblik door een dichte filter kwamen, slaan de jonge reiziger nu met geweld om de oren.

Verdwenen is het water, en verdwenen is ook de dikke beschermende laag van de moederbuik. Plotseling staan de kleine oortjes naakt en onbeschermd in een wereld vol lawaai, en er is niets dat ze nog beschut.

Het kind belandt, als het geboren wordt, in een wereld vol oorverdovend lawaai. En het springt op van schrik. Is dat zo verwonderlijk?

De wereld raast en brult. Het antwoord van het kind daarop is dat het ook gaat brullen!

Dat is niet moeilijk te begrijpen.

Opnieuw zijn wij, volwassenen, de doven in dit verhaal. Onze oren kunnen nauwelijks nog horen dat een blaadje ritselt of dat er een dier opspringt. Een wijze kan het gras horen groeien. En het kleine kind kan feilloos aan de manier van zuchten horen hoe de stemming is van degene die die zucht slaakt.

Maar wij, wat doen wij met het restantje van ons gehoor? In plaats van onze oren weer te leren openen, schroeven we elke dag ons lawaai een tikkeltje hoger op. We zijn levende doden.

Wat begrijpen wij van wat het kind hoort bij zijn geboorte?

Wie denkt eraan, zacht te praten in de kamer waar het kind geboren wordt? In feite wordt er vaker meer geschreeuwd dan gesproken.

Zinnetjes als '**Ja, drukken, drukken! Nog meer! Nog meer!**' worden vaak met galmende stem geuit.

En terwijl het kind in de algemene opgewondenheid naar buiten komt, is de kamer vol uitroepen en nieuwe geluidsontploffingen.

Wat vindt de nieuwgeborene daarvan?

Hij brengt de handjes naar het hoofd in een gebaar van ondraaglijke pijn.

Is hij doof, de nieuwgeborene?

Verdooft misschien, door alle kabaal.

13

Arm, arm kind, dat van het ene ogenblik op het andere onze wereld van wreedheid en onwetendheid binnentuimelt. Verblind en doof, vol pijn en woede....

Hoe staat het eigenlijk met zijn huid?

Zijn velletje, waar nog nauwelijks een hoornlaag op zit, is ongelooflijk dun en ragfijn, en zo gevoelig dat de kleine bij aanraking begint te trillen alsof er een brandwond ontstaat.

Als je er alleen maar dicht bij komt, begint hij al te bibberen. Tot nu toe kende deze huid alleen maar de zachter dan zachte streling van slijmvliezen. Maar nu wordt hij in luiers gelegd, en in handdoeken!

De nieuwgeborene heeft de indruk dat hij bij het binnenkomen van onze wereld terechtkomt in de bramen of op een spijkerbed.

Hij zal er mee leren leven.

Zoals met alle dingen. Helaas. Door zijn zintuigen af te sluiten! Maar als hij bij zijn aankomst in een stekelveld terechtkomt, brult hij.

Uiteraard.

En wij, verdwaasd als we zijn, wij lachen.

14

Wie zich in de lijdensweg van de nieuwgeborene verdiept, voelt de diepste emoties in zich opkomen.

Je zou, net als hij, willen roepen:

'Hou op!'

Wat we tot hier toe gezien hebben is al onverdraaglijk.

Maar mogen we hopen dat we het dan gehad hebben?

Nee – dit is pas het begin!...

Denk niet dat de hel alleen in sprookjes bestaat. Hij bestaat echt, en men brandt er echt.

Die hel wacht niet aan het eind van het leven of ergens anders.

Hij is hier, aan het begin.

Om bij ons te komen en tot onze wereld door te dringen moet het kind een brandende hel door.

De baby wordt nu van alle kanten door het vuur aangevallen.

Het brandt zijn oogjes, het brandt zijn vel, het dringt in hem binnen, tot diep in zijn vlees, en het verzwelgt hem.

De onverdraaglijke pijn die de kleine nu moet doorstaan komt van de wond die de lucht toebrengt bij het binnenstromen in de longen.

Babyoogjes zijn gevoelig. En het huidje is gevoelig. Maar de slijmvliezen zijn nog gevoeliger.

De lucht die naar binnen stroomt, de luchtpijp schoonveegt en de longblaasjes open drukt, voelt aan als een zuur dat een open wond binnenstroomt!

Dit is echt geen sprookje. We hoeven maar te kijken naar degene die voor het eerst bij het roken wil inhaleren. Voor de doorrookte veteraan betekent dat niets meer: zijn van teer en nicotine verzadigde slijmvliezen hebben al lang gecapituleerd. Maar degene die pas begint en wiens slijmvliezen nog een zekere gevoeligheid hebben, ontploft bijna, en moet vaak onbedaarlijk hoesten als de longen woedend proberen om die brandende lucht weer kwijt te raken. Zijn ogen vullen zich met tranen, en hij wordt rood als een biet...

Of, we kunnen ons inleven hoe de reactie is van een klein kind dat een fles vindt en er een slok uit neemt, terwijl er pure alcohol in zit! Nog voordat het 'vuurwater' de slijmvliezen in de keel bereikt, wordt het al met alle kracht weer naar buiten gewerkt. Het hele lichaam weigert zo'n gebeuren: het kind wordt door elkaar geschud, het hoest en hikt, de tranen rollen over zijn wangen en zijn gezicht wordt paars.

Voor het kind dat geboren wordt, is de pijn die de lucht in zijn longen veroorzaakt, de ergste van al zijn kwellingen.

Hij lijdt pijn tot in het binnenste van zijn wezen, en alles in hem reageert met felheid.

Zijn hele wezen ondergaat een shock, alles beeft van angst en steigert.

Alles sluit zich af, en weigert deze pijn.

Met alle beschikbare kracht probeert hij de vijand terug te dringen.

En dan komt de kreet!

Daar is de schreeuw die uitgebruld wordt als het kind de drempel overgaat die hij moet passeren om in onze wereld te komen.

Die kreet betekent: 'Nee!'... betekent een hartstochtelijke weigering, en een protest met zijn hele wezen. Het is een kreet van wanhoop, want de kleine is machteloos. Hij moet, of hij wil of niet. Omdat hij adem móét halen, opnieuw en opnieuw en opnieuw; en daarbij elke keer opnieuw verbrandt, vanbinnen, in een pijn die niet aflat.

15

En is dat dan eindelijk alles?

Helaas niet.

Als het kind naar buiten komt, grijpt men hem vast bij een voet. Hij hangt, met het hoofd naar beneden.

Met de beste bedoelingen – zoals altijd.

Het lichaam van de pasgeborene is erg glibberig, doordat het overdekt is, soms helemaal, met een dikke, witte, vette laag.

En om te voorkomen dat hij ons uit de handen glijdt en valt, grijpen we hem vast bij de enkel. Die biedt ons een stevig handvat. Dat is gerieflijk.

Gerieflijk: voor ons, wel te verstaan.

Maar voor het kind?

Wat ondergaat hij als hij daar plotseling hangt?

Een duizeling. Een afschuwelijke hoogtevrees.

Mensen die in een nachtmerrie wel eens plotseling de eindeloze leegte invallen kennen die gewaarwording. Die komt regelrecht voort uit deze ervaring bij de geboorte. Om het afgrijselijke van deze val, en de dreiging van deze afgrond te begrijpen, moeten we weer kijken naar de toestand die de geboorte voorafging.

Hoe was de situatie in de baarmoeder? In de buik van de moeder?

Wij geven ons zelden of nooit rekenschap van het belang van onze rug.

Die zit 'aan de achterkant'. Maar wat we niet beseffen is dat ons leven grotendeels door onze rug wordt geregeerd.

De rug bepaalt onze stemmingen, onze veerkracht en opgewektheid, ons terneergeslagen zijn en onze onverschilligheid.

Onze kracht zit in onze 'ruggengraat', en soms groeit een rug 'krom van ellende'.

Onze 'gemoedstoestanden' zijn in feite toestanden van onze rug!

En als we het afgrijselijke van de schok willen begrijpen die we het kind laten ondergaan als we hem in onze verblindheid ondersteboven laten hangen boven een afgrond, dan moeten we kijken naar wat die rug ondergaat. Dan moeten we de scherpe tegenstelling onder ogen zien van gisteren en vandaag.

Een paar uur geleden onderging de ruggengraat de moeilijke strijd die gepaard ging met de poging van het kind om zich een weg te banen naar de wereld.

Maar eigenlijk moeten we nog verder terug: naar wat de rug beleefde in de moederbuik. Laten we proberen ons dat in te leven.

16

In de moederbuik heeft het leven van de kleine zich in twee etappes ontwikkeld, die we zouden kunnen vergelijken met twee tegengestelde seizoenen, zoals zomer en winter.

Tijdens het eerste seizoen leeft hij in een gulden tijd.

Hij begint als embryo, als een klein plantje dat groeit en uitlopers krijgt.

Onbeweeglijk.

En dan verandert het embryo in een foetus. Het plantje wordt een dier. Er komt beweging in. Die verschijnt het eerst in de romp, en gaat van daar uit naar de oppervlakte, om dan ten slotte de uiteinden te bereiken.

En dan hebben we een foetus die beweegt en daarbij geniet van zijn lichaamsdelen. En van zijn vrijheid.

Dat is werkelijk zijn gulden tijd.

Hij wordt gedragen door het water, en is daardoor zelf gewichtloos. Terwijl hij licht is als een vogel is hij levendig en beweeglijk als een vis.

Zijn geluk en zijn vrijheid kennen geen grenzen. Net als zijn koninkrijk, waarvan hij af en toe even de zachte beschermende wanden streelt.

Dit alles is mede mogelijk, doordat tijdens de eerste helft van de zwangerschap het ei (de vliezen die de foetus omgeven en het water waarin hij zwemt) sneller groeit dan het kind zelf.

Het kan zonder zorg groeien zo hard het wil, want zijn verblijf groeit harder dan hijzelf. Hij leeft, met andere woorden, zonder probleem.

Ja, hij is volmaakt tevreden. De foto's die we van zulke foetussen hebben, tonen ons een volledig ontspannen gezicht.

Hij is de belichaming van rust en puur geluk.

Maar helaas...

In de tweede helft van de zwangerschap komt er een drastische verandering.

In een hoekje van zijn koninkrijk ligt de Wet op de loer; de Wet van de natuur; de Wet van de universele slinger, die steeds heen en weer gaat, en eist dat elk ding ooit zal veranderen in zijn eigen tegendeel.

Tot op dat moment ontwikkelt het ei zich sneller dan de foetus. Het kind kan naar hartelust groeien omdat zijn verblijf sneller groeit dan hijzelf.

Maar tijdens de tweede helft van de zwangerschap gebeurt het omgekeerde. Het kind blijft groeien, en flink. Maar het ei waar het in zit groeit nauwelijks nog.

En nu begint de lijdensweg!

De kleine krijgt de indruk dat hij wordt opgesloten. Heel langzaam, en bijna onmerkbaar, begint alles om hem heen in te krimpen.

En wat eens een onbegrensde ruimte was, wordt nu elke dag een tikkeltje nauwer, en dan nog nauwer.

De eindeloze oceaan en het heerlijke spartelen van de prille maanden zijn verdwenen.

De onbegrensde ruimte slinkt en slinkt...

En dan komt de dag waarop de kleine ontdekt dat hij... in de gevangenis zit.

En wat voor gevangenis!

De cel is zo klein dat het lichaam van de gevangene alle muren tegelijk raakt. Muren die nog steeds dichterbij komen! Dat gaat zelfs zover door, dat het op een gegeven ogenblik lijkt alsof de rug van de baby aan de wand van de baarmoederwand vastgeplakt zit.

Een hele tijd weigert de ongelukkige. Hij vecht. Hij protesteert. Het dient tot niets.

Onverbiddelijk sluit de gevangenis hem in, steeds nauwer.

Aan het noodlot kun je ten slotte niet ontkomen.

Het kind aanvaardt het.

Wat zou hij anders kunnen?

Hij vouwt zich op, buigt zijn hoofd en maakt zich klein.

Misschien weet hij uit aangeboren wijsheid al, dat niets eeuwig is, en dat er ooit uit het ergste kwaad een nog groter goed zal groeien. En dat hij, ook als het tegenzit, beter kan proberen opgewekt te zijn.

Laten we het voor hem hopen.

Maar hij blijft groeien, elke dag, in een gevangenis die steeds nauwer om hem heen sluit...

Dan kruipt hij steeds meer in elkaar. Hij verstopt zich. Hij vernedert zich.

En als hij op het dieptepunt zit, waar hij werkelijk alles moet aanvaarden en zich aan alles moet onderwerpen, komt de dag waarop er nog een flinke schep op wordt gegooid.

Dan begint de gevangenis op zekere dag te bewegen.

Alsof het nog niet genoeg is dat hij gedwongen wordt om opgevouwen te zitten en vernederd te worden, voelt hij nu hoe zijn gevangenis zich als een inktvis om hem heen drukt, en hem begint te persen alsof hij moet worden fijngeknepen.

Hij moet het over zich heen laten gaan, als een schrikbewind.

Het persen verdwijnt. Het komt terug. Verdwijnt opnieuw...

begint wéér... en nog eens, en nog eens...

En nog gaat het helemaal niet wild toe! Dit begin is nog maar een spelletje.

Daardoor krijgt de kleine de kans om over zijn eerste paniek heen te raken, en aan de weeën te wennen. Zozeer zelfs, dat hij er op een gegeven moment plezier aan gaat beleven!

In zijn eentonige gevangenisbestaan bieden de weeën een afleiding.

En na een poosje begint hij er op te wachten – en er zelfs op te hopen.

Er komt leven in zijn brouwerij.

En dit 'iets' dat in het begin angstaanjagend was en waar hij van gruwde, wordt nu iets waar hij naar uitkijkt.

Wanneer een samentrekking begint, hem omhelst, hem perst, laat hij het zonder verzet over zich heen komen. Hij strekt zijn rug. Hij trilt van plezier bij dit zinnenspel.

Die 'vrijages'duren een hele maand. Het is de laatste maand van de zwangerschap die begeleid wordt door deze samentrekkingen.

Zonder dat de moeder er pijn van heeft raakt het kind vertrouwd met de echte weeën tijdens de bevalling, die overigens tien keer zo krachtig zijn.

Maar voorlopig worden ze nog ervaren als liefkozingen.

Tot aan de dag waarop nog eens alles verandert.
Waarom kan er nooit iets blijven zoals het is?
Op een gegeven dag is het afgelopen met de spelletjes.
De windvlaag verandert in een storm. De vriendin wordt een furie...
Wat hem eerst omhelsde wordt nu gemeen en slecht.
Het koestert hem niet meer, maar dreigt hem te verpletteren.
Het houdt niet meer van hem, het verjaagt hem.
Het vrolijke spel van nog zo kort geleden lijkt nu vol haat. De echte weeën zijn begonnen... de bevalling kondigt zich aan.
En nu wordt het kind overmeesterd door een ontembare kracht, door een krankzinnig geweld dat buiten alle proporties tegen hem tekeer gaat.
Een blinde kracht die hem in elkaar perst, duwt hem met geweld naar beneden.
Het helpt hem niet meer dat hij zijn rug buigt.
Verpletterd, bijna verbrijzeld, maakt hij zich nog kleiner dan eigenlijk mogelijk is. Hij is alleen nog één brok jammer, met zijn hoofd helemaal ingetrokken en zijn schoudertjes in elkaar gedrukt.
De gevangenis is gek geworden, en schijnt het leven van de gevangene op te eisen. De muren worden nog nauwer.
De cel verandert in een nauwe tunnel, de tunnel vernauwt zich tot trechter!
Met een hart dat klopt alsof het elk ogenblik uit elkaar kan ploffen wordt hij die hel ingedreven.
Zijn angst is nu totaal.
Totdat die plotseling verkeert in woede.
Dronken van razernij ramt hij de muur.
Hij moet er doorheen! Tot elke prijs moet hij er doorheen!
Nu is hij één brok terreur en haat.
De muur! De muur!
Hij moet eruit, al kost het hem zijn leven...
Deze kracht, dit blinde monster dat hem dreigt te verpletteren en hem naar buiten perst, deze blinde, domme muur die hem tegenhoudt en hem probeert te verhinderen om naar buiten te gaan, ze zijn uitingen van een en hetzelfde iets: de moeder!
Altijd weer de moeder!
Ze verjaagt hem.

En tegelijkertijd houdt ze hem vast, en belet ze hem om naar buiten te gaan!

Ze is gek! Zij is degene die eraan moet, want zij en niemand anders is het obstakel tussen het kind en het leven.

In deze strijd op leven en dood gaat het er om: de een of de ander, zonder genade. Moeder of kind...

De kleine is nu als een bezetene.

Buiten zichzelf van angst en pijn, helemaal alleen, door de hele wereld in de steek gelaten, in de buitenste duisternis, vecht hij met de moed en de energie der wanhoop.

Het monster perst hem nog harder. En haar verfijnde sadisme neemt zelfs daar nog geen genoegen mee. Ze vindt het bovendien blijkbaar nodig om hem in allerlei bochten te wringen.

Wil een foetus door de nauwe opening in het bekken naar buiten, dan moeten zijn hoofd en lichaam een kurkentrekkermanoeuvre uitvoeren. Zodat hij zichzelf zo ongeveer de nek omdraait, op een gegeven ogenblik.

Zijn arme hoofd... Want het hele gevechtsterrein steunt op het hoofd, en wel met zoveel geweld dat het bijna door de schoudertjes heen wordt gedrukt, de borstkas in. Het is nauwelijks te begrijpen dat zo'n hoofdje niet uit elkaar spat! Het kind is nu in het dieptepunt van ellende. De strijd is te zwaar... Nu moet het einde nabij zijn. De dood schijnt onafwendbaar...

Wat de gemartelde niet weet is dat op het allerhoogst van de nood, de redding nabij is.

Nog één keer stort het monster zich op hem, en dan...

18

Dan, plotseling, vliegt de hele wereld uit elkaar!

Het heelal explodeert.

Geen tunnel meer, geen gevangenis meer, en geen monster!

Het kind is geboren...

Waar zijn de muren gebleven? Ze zijn weg, ingestort.

Niets meer!

Leegte! Met al zijn angstaanjagendheid.

Een onverdraaglijke vrijheid!

Waar ben ik...?

Alles drukt op me en wilde me verpletteren, maar ik had tenminste een eigen gedaante.
Mijn moeder, mijn vervloekte gevangenis... waar ben je?
Helemaal aan mezelf overgelaten ben ik een en al leegte, een en al afgrond.
Haal me terug! Hou me vast! Druk me fijn of verpletter me en vernietig me.
Maar laat me leven.

19

Het kind is buiten zichzelf van angst. Om de eenvoudige reden dat het plotseling niets meer in de rug voelt dat hem steunt. En op dit toppunt van wanhoop en verwarring en verdriet pakt iemand hem bij een voet vast om hem in de leegte te laten bengelen!
Plotseling wordt zijn wervelkolom die gespannen stond en gevouwen en verwrongen werd totdat hij leek te zullen breken, in één klap gestrekt!
En het hoofd dat het hele gewicht van de strijd in z'n eentje te dragen had, en dat onder zo'n hoge druk stond dat het bijna de borstkas in werd gedrukt, bengelt nu plotseling draaiend in de leegte!
Terwijl precies het omgekeerde zou moeten gebeuren: om deze zee van angst en paniek weer tot kalmte te brengen, zou men de baby juist door hem wat druk te laten voelen het vertrouwen moeten geven dat men hem bij elkaar houdt, dat hij een eenheid is.
Precies zoals men een wat hogere druk bijpompt op een diepzeeduiker die te snel naar boven is gekomen.
Als we er op uit zijn om het kind onmiddellijk te laten merken dat het in een wereld terecht is gekomen die niets van hem begrijpt, en die wreed is en dom en gek, dan zouden we ons niet duidelijker kunnen gedragen.

20

En wat gebeurt er dan met de gemartelde? Met dit kind dat geleefd heeft in de warmte en in de tederheid van het zachtste binnenste van zijn moeder?
Dan wordt hij op de weegschaal gelegd!

In een ijskoude, harde stalen bak. In een jou, die hem even hard brandt als vuur!
Zou een sadist het kunnen verbeteren?
Het geschreeuw wordt twee keer zo luid.
De vreugde van de omstanders twee keer zo groot.
Vooral als men toevallig ook nog een flink gewicht kan aankondigen.
Het gaat allemaal om de kwantiteit...
'Hoor je dat? Hoor je hoe ie huilt?' roept de moeder in extase.
Ze is er diep door geroerd, dat dit kleine ding zoveel lawaai maakt...!
... Dan wordt hij weer opgepakt.
Nog steeds bij de voetjes, terwijl het hoofd naar beneden bungelt.
Opnieuw een duizeling, en opnieuw doodsangst.
En dan wordt hij neergelegd. Ergens op de hoek van een tafel tussendoeken.
Dan laat men hem alleen. Terwijl hij blijft krijsen.
Is dat dan eindelijk genoeg geweest?
Nee. De ogen moeten nog een beurt hebben. Die moeten gedruppeld worden.
Hij verdedigt zich.
Zijn oogjes worden met geweld geopend.
Er vallen een paar druppeltjes in van een vloeistof die hem brandt...

21

En dan is baby eindelijk alleen.
Door alles en iedereen verlaten, en verloren in een vijandige wereld waar hij niets van begrijpt.
Nog steeds trilt hij en hikt hij en stikt hij half van de angst.
Maar hij is nu zo gewoon aan ellende dat hij geen hoop meer heeft op iets beters.
Als je dicht bij hem komt trilt hij nog harder.
Smeer'em! Maak dat je hier vandaan komt!
Zijn beentjes bewegen om hem mee te nemen, ver hier vandaan. Maar hij komt geen centimeter verder.
Vluchten is er niet bij. Niettemin... de gevangenis is verdwenen.

En dan krijgen we iets buitengewoons te zien: als hij geen tranen meer heeft om te huilen, geen adem meer en geen kracht meer, dan ontsnapt hij toch nog.
Niet de wijde verten in, want zijn benen weigeren hem te dragen.
Nee, hij trekt zich terug in zichzelf.
Hij vouwt zich op.
Hij rolt zich op tot een bal.
Hij drukt zijn armen en benen tegen zich aan. Hij neemt weer de houding aan van een foetus.
Hij doet alsof hij weer in de baarmoeder zit.
Kapot van deze angstaanjagende wereld gaat hij naar het paradijs terug. Hij gaat er binnen door weer dezelfde houding aan te nemen die hij in de buik van zijn moeder had.
Zijn houding is die van het voorbije geluk van vroeger.
Hij weigert om opnieuw geboren te worden. Hij wordt weer foetus.
En opnieuw gevangene.

22

Nu is hij rustig.
Maar dat zal niet lang duren!
Hij wordt weer gepakt. En aangekleed.
Nauwe dingen, klemmende, grove, schurende dingen.
Maar wat staan die schattig! Wat ziet ie er goed in uit!
Wat heerlijk voor de moeder om naar te kijken, en voor familieleden en vrienden.
En nog eens protesteert hij, en barst in snikken uit, twee keer zo hard als tevoren. Hij huilt, hij brult.
Dat huilen duurt lang, heel lang. Totdat hij aan het eind van zijn krachten is. En die krachten waren toch niet gering!
Als hij helemaal niet meer kan, als hij de kelk tot op de bodem geleegd heeft, dan zakt hij tenslotte in elkaar.
Dan zinkt hij weg in de slaap.
Zijn enige vluchtmogelijkheid.
Zijn enige vriend.

23

Zo gaat het bij de geboorte.

Zo ziet de lijdensweg, de slachting, er uit van een onschuldige die niet kan praten.

Wie denkt dat een dergelijke ramp geen littekens achterlaat moet wel erg onnozel zijn!

We zien er overal nog de sporen van: in de huid, in de beenderen, in de buik, in de rug, in de krankzinnigheid, in onze eigen krankzinnigheden, onze martelingen, onze gevangenissen, in legenden en heldendichten, en in onze mythen.

Deel II

'Het antwoord ligt besloten in de vraag.'

1

Dat alles is angstaanjagend. We staan er verslagen bij, en we durven nauwelijks nog hoop te koesteren.

Voor het kind.

'Hoe kunnen we een baby voorbereiden terwijl hij nog in de buik van zijn moeder zit...? Zouden we met ragfijne elektroden....'

Niet het kind, maar wij moeten worden voorbereid.

Als we al bij de geboorte van onze kinderen zo veel verblinding en onbegrip aan de dag leggen – en om het daar dan nog maar bij te laten – is het dan verbazingwekkend dat onze maatschappij is... zoals hij is?

Maar laten we ons bij de geboorte houden.

Want we kunnen heel eenvoudig, en als we een béétje intelligent willen zijn, een heleboel veranderen.

2

Bij de geboorte zien we een paradox, waar we niet onmiddellijk een oplossing voor bij de hand hebben: het kind komt uit een gevangenis waar het niet te harden is, en nauwelijks is het vrij of het begint te brullen!

Hetzelfde doet zich voor – blijkt – met gevangen die worden vrijgelaten. De vrijheid waar ze zo lang van hebben gedroomd, maakt hen dronken en jaagt ze in paniek. Ze verlangen dan terug naar hun tralies. Ze ondergaan hun lotsverbetering als een bedreiging en gaan zich, zonder zich van het waarom rekenschap te geven, zo gedragen dat ze er weer achter terechtkomen.

Iets dergelijks zien we bij de baby. Hij schreeuwt, omdat hij als het ware stikt in de vrijheid.

Je zou hem bijna toe willen roepen dat hij gek is, en dat hij zou moeten juichen in plaats van wanhopig te zijn.

Dat hij zich nu eindelijk op zijn gemak uit kan rekken en het er eens van kan gaan nemen... en nu gaat-ie huilen...!

Waarom begrijpt hij niet wat er gebeurt? Waarom heeft hij niet in de gaten dat hij als een prins wordt beschouwd, en het heerlijk kan hebben?

Deze verwarring lijkt haast te dom om waar te zijn.

Dit moet de baby toch kunnen begrijpen? Hij moet toch redelijk zijn?

Redelijk... Dat hoort voorlopig nog niet bij zijn leeftijd.

Trouwens, zelfs later... Redelijkheid is een taal die maar weinig mensen spreken.

Wat dan? Hoe kunnen we de baby vertellen...

'Vertellen' is niet het goede woord.

Met een baby moeten we in zijn eigen taal spreken. De taal van voordat er woorden zijn. Van voor Babel, en van voor de grote spraakverwarring. De taal van het verloren paradijs.

Ga eens door? Moeten we spreken met gebaren of door gezichtsuitdrukkingen, zoals tegen een vreemdeling? Ook dat niet.

We moeten verder gaan, nog verder terug. We moeten de universele taal weer terugvinden. De taal van de liefde. De taal van de liefde spreken met een baby?

Precies! De taal van de liefde. Is dat niet de taal die de hele natuur gebruikt?

Als we willen dat de pasgeborene ons verstaat, moeten we de taal spreken van mensen die elkaar liefhebben. Van minnaars.

En hoe spreken geliefden met elkaar?
Die spreken niet. Die raken elkaar aan.
Ze zijn misschien wat verlegen of nog een beetje preuts.
En daarom raken ze elkaar aan en strelen ze elkaar in het donker. Ze draaien het licht uit. Of ze doen gewoon de ogen dicht.
Ze scheppen een nacht om zich heen. Een nacht voor de andere zintuigen. Zodat ze alleen nog maar aanraking zijn.
In de hervonden duisternis betasten ze elkaar. Ze voelen elkaar, ze strelen elkaar.
Ze leggen de armen om elkaar heen.
Ze leggen weer een muur van kloppende warmte om elkaar heen: net als in die gevangenis van lang geleden.
Ze maken geen enkel geluid.
Woorden dienen hen tot niets.
En als je iets hoort, is het een zacht kreunen van zaligheid.
Spreken doen ze met hun handen. En hun lichaam verstaat het, terwijl hun ademhalen zich tot één vermengt en opspringt van vreugde.
En dat is precies wat de pasgeborene nodig heeft. Die taal verstaat hij, en daarin moeten we met hem spreken. Door hem aan te raken, hem te strelen. Terwijl we dat doen in harmonie met zijn ademhalen...
Maar even kalm aan: laten we stapje voor stapje nagaan wat we kunnen doen.
We kunnen het best te werk gaan als een leerling die toonladders speelt, noot voor noot, nog duidelijk van elkaar gescheiden, voordat hij zich later mee kan laten gaan in de dronkenschap van musiceren. Op een zelfde manier kunnen we zintuigen voor zintuig onder de loep nemen, en kijken hoe we ons het beste kunnen gedragen om te voorkomen dat het kind dat 'het juichende huisgezin binnenkomt' zich door ons geterroriseerd voelt.

3

Het is echt allemaal niet moeilijk te begrijpen.
Laten we beginnen met het zien.
Laten we doen als de geliefden, en er eerst voor zorgen dat het donker is.

Onze aandacht wordt er door verscherpt, en onze handen worden er gevoeliger door. Maar het belangrijkste is dat de ogen van het kind niet worden beschadigd.

Natuurlijk moeten we genoeg kunnen zien om de moeder goed in het oog te kunnen houden, en te voorkomen dat er niets uitscheurt terwijl het hoofdje van de baby naar buiten komt. Maar daar hebben we geen felle lampen en geen schijnwerpers voor nodig.

In elk geval, onmiddellijk nadat het hoofd buiten is, is elk gevaar voor uitscheuren voorbij, en op een klein lichtje na kunnen alle lampen uit. Meer dan een nachtlamp hebben we niet nodig, dus doen we de rest uit.

Bovendien kan de moeder in dit halfdonker nauwelijks zien hoe de baby er uit ziet. En dat kan helemaal geen kwaad.

Pasgeborenen zijn bij hun aankomst bijna altijd lelijk, of liever gezegd: ze lijken lelijk. Soms, als hun trekken van angst zijn verwrongen, zien ze er zelfs afschuwelijk uit.

Dan is het beter dat de moeder haar kind niet zo ziet. De aanblik kan haar pijn doen. Ze zou de kreet voelen opkomen: 'Mijn hemel, wat is die lelijk!'

Misschien zou ze het alleen maar denken.

Maar daar zou het kind net zoveel nadeel van ondervinden. Daarom is het beter dat de moeder haar kind ontdekt en verkent door het aan te raken.

Beter dat ze het voelt, voordat ze het ziet.

Dat ze eerst in aanraking komt met dat warme, kloppende leven. En ontroerd wordt door die kleine handjes in haar vel, zonder dat ze eerst een vooroordeel vormt.

Laat ze dus liever eerst haar baby vasthouden in plaats van hem te bekijken.

Later kan ze hem zien zo lang ze maar wil. Maar dan heeft hij intussen zijn echte gezicht.

In het begin is het dus beter dat ze zich tevreden stelt met alleen maar tegen hem te praten en hem gerust te stellen terwijl ze hem zachtjes aanraakt.

Moeder en kind hebben alles te winnen bij een eerste ontmoeting in het half-donker.

Maar het belangrijkste van alles is natuurlijk het feit dat de ogen van het kind nu niet door het felle licht worden gewond. En dat is dus voor wat het zien betreft.

4

En nu de oren.

Niets is eenvoudiger: laten we stilte in acht nemen.

Eenvoudig? Het is moeilijker dan men denkt.

We zijn van nature praatgraag. Zelfs als we onze mond dicht houden praten we nog onophoudelijk met onszelf. Bovendien is stil zijn met iemand anders een zo ingrijpende bezigheid dat we er ons meestal liever niet aan wagen. Stil zijn, de aandacht gericht op de 'ander', luisteren, waarnemen wat er voorbij de woorden gebeurt, dat vergt inspanning.

Dat moet voorbereid worden. Men moet zich er in trainen.

En er de zin van inzien.

De eerste vrouwen die een stille bevalling doormaakten waren daar volkomen van in de war. Daarom is het de moeite waard, dieper op de zaak in te gaan.

Al tegen het eind van de weeën, tegen dat er iets van het kind zichtbaar begint te worden werd er weinig gesproken, en met zachte stem, om de rust niet te verstoren die geleidelijk aan groeide, en om het juiste klimaat te scheppen voor de ontvangst van het kind. Maar als de baby er een keer was, werd er geen woord meer gesproken.

Als het een enkele keer nodig was iets te zeggen, als er een aanwijzing moest worden gegeven, gebeurde dat fluisterend en bijna onhoorbaar. Om de nieuwgeborene niet te storen tijdens zijn eerste ogenblikken.

Maar de moeders werden door deze volkomen natuurlijke gang van zaken niettemin zo verrast, dat ze in minder dan geen tijd in paniek raakten!

In plaats van te schreeuwen, zoals gebruikelijk, vond de baby het blijkbaar voldoende om twee of drie krachtige kreten uit te stoten. Dan begon hij krachtig adem te halen. Maar in deze diepe stilte hoorden de moeders... dat ze het kind niet hoorden! Met hun ogen makten ze dan al gauw duidelijk, hoe verbaasd ze waren, en die verbazing werd al snel gevolgd door angst. Hun blik die van de een naar de ander ging, zat boordevol vragen!

En dan plotseling, als ze het niet meer uit konden houden, konden ze niets anders dan hun hart de vrije loop laten, en roepen: 'Maar waarom huilt mijn kind niet?'

Het was hartverscheurend. En verbijsterend. Tragisch. 'Waarom huilt mijn kindje niet?'

De wanhopige kreet van een kind waarvan iemand het speelgoed kapot heeft gemaakt.

'Waarom huilt mijn kindje niet?'

Die kreet bevatte zoveel verbazing, zoveel treurigs, en was tegelijk zo veeleisend, dat we er sprakeloos van waren. Zó vanzelfsprekend is het dus voor de meeste mensen dat een baby behoort te huilen. En zozeer zijn we er diep in ons binnenste blijkbaar van overtuigd dat lijden en geboren worden onlosmakelijk samengaan. Het feit dat een pasgeborene moet huilen is haast niet weg te branden uit ons denken en voelen. Wat kunnen we daar op zeggen?

Deze vrouwen waren niet voorgelicht, en niet voorbereid op de stilte die voor de baby een natuurlijke zaak is.

Maar wij zijn zo onnatuurlijk geworden, dat we overdonderd worden als er eens iets gebeurd dat helemaal echt is, en eenvoudig.

'Mijn kindje leeft niet,' ging de stem wanhopig door. Het was een hele toestand, en een treurige.

'Met de baby gaat het uitstekend, ' zeiden wij, terwijl we de jonge moeder met gebaren vroegen om zachtjes te doen. Nog steeds om de oortjes van de kleine te sparen. Maar ons gefluister bracht de ongelukkige nog meer in de war!

'Het is dood! Mijn kindje is dood!' riepen ze uit, diep ellendig. Dood? De baby lag op de moederbuik te spartelen, een en al beweging.

'Kom nou... 'zeiden we dan. 'Iemand die dood is, spartelt niet. U voelt toch wel hoe uw baby beweegt. U kunt toch wel voelen hoe tevreden hij is?'

Dat moest, helaas, nog steeds heel zacht gezegd! Te zacht om echt tot haar door te dringen...

Hoe moet je moeder en kind beide gelukkig krijgen...?

We hebben toen alsnog geprobeerd, maar veel te laat, om uit te leggen waar die stilte voor nodig was: uit respect voor het kind, uit bezorgdheid voor zijn oortjes, en om hem niet te laten schrikken door onze harde stemmen.

En we legden deze jonge moeders uit dat het niet meer nodig is om met lijden en huilen geboren te worden, net zomin als dat nog voor de moeder nodig is. Maar het was vergeefse moeite.

Onze woorden kwamen te laat. De moeders bleken niet te overtuigen!

Onze uitleg drong niet door. Hun ogen bleven vol twijfel. En ze bleven treurig.

Uiteindelijk werden ze dan toch wel weer rustig.

‘De baby maakt het zo goed als het maar kan,’ begonnen wij dan weer, om hun een hart onder de riem te steken.

‘Vindt u dat echt?’ zeiden ze dan, met een stem waaruit duidelijk te horen viel dat ze er niets van geloofden.

De eerlijkheid gebiedt ons toe te geven, dat het inderdaad heel verrassend is – een kind dat al dadelijk na de geboorte, na een of twee kreten begint te brabbelen, dat geeuwt, dat zich uitrekt, en dat het leven instapt, alsof het alleen maar een lekker slaapje achter de rug had.

Voor wie dit niet vaker heeft meegemaakt is dit net zo verrassend als een vrouw die de bevalling glimlachend en zonder een kreet doorstaat, met een stralend gezicht.

Waarmee we willen zeggen dat het nodig is om de vrouwen goed voor te bereiden.

Dit is geen zaak van drillen en van hen aan allerlei eisen te laten voldoen. Integendeel. Ze moeten er helemaal bij zijn, helemaal wakker.

Ze moeten begrijpen waar het om gaat. Ze moeten weten wat een klein kind allemaal hoort, en hoe gevoelig zijn oortjes zijn. En dat het heel erg kwetsbaar is.

Kortom, van het allereerste begin af moeten ze leren, van hun kind te houden om het kind zelf. Niet vanwege hun eigen geluk. De baby is geen speelgoed, en ook niet iets om mee te pronken. Het is een wezen dat haar is toevertrouwd.

Moeders zouden moeten begrijpen en bovenal voelen: ‘Ik ben *zijn* moeder’,

En niet

‘Dit is *mijn* kind.’

Tussen die twee houdingen ligt een wereld van verschil. En daar hangt de hele toekomst van het kind van af.

5

Dit stil leren zijn, dat onmisbaar is voor de moeder, is even belangrijk voor degenen die bij de bevalling helpen, dokters of vroedvrouwen.

In de kamer van de bevalling wordt vaak luid gesproken. Aansporingen als 'Nog even... duwen... harder drukken...!' worden maar zelden ingefluisterd.

Dat is ontzettend jammer.

Dit geroep richt bij de vrouwen meer schade aan, dan dat het helpt. Door zacht te spreken, helpen we hen om zich te ontspannen. Zo doen we meer voor hen dan door te roepen. Ook degenen die bij de bevalling tegenwoordig zijn moeten dus stil leren zijn. Ze moeten er zich op voorbereiden, het kind waardig te ontvangen.

6

Het is donker, vrijwel, en het is stil...

Een diepe vrede daalt neer in de kamer, als vanzelf. Die brengt het respect mee waar we de boodschapper die in aantocht is mee kunnen ontvangen: de baby.

In een kerk wordt niet geschreeuwd. Instinctief spreekt men er zachtjes. Als er ergens sprake is van heilige grond, dan is het hier in de verloskamer.

Donker en stilte. Is er nog iets nodig?

Geduld. Of beter gezegd: we moeten heel langzaam leren zijn. Bijna onbeweeglijk.

Als het ons niet lukt om langzaam te leren zijn, kunnen we niet op succes hopen. Dan kunnen we met de baby geen contact leggen.

Dit langzaam gaan en zich ook met deze rust laten doordringen, is nog iets wat voorbereiding eist – iets waarin men zich van te voren moet oefenen.

Dat moet zowel de jonge moeder als degen die haar bij de bevalling terzijde staan.

Om de bevalling werkelijk helemaal te doen slagen, moeten we ons ook op dit punt opnieuw verdiepen in de vreemde wereld waar de baby vandaan komt.

Centimeter voor centimeter, of zelfs nog minder, daalde de kleine af op zijn weg naar de ellende. Door het gebrek aan ruimte in de trechter en in de buis beweegt hij steeds minder.

De energie die hij nu niet kwijt kan, hoopt zich in hem op en hij wordt zo iets als een opgeladen accu.

Zolang men de ervaring van dit uiterst lage tempo niet in zijn eigen lichaam heeft ondergaan, is het onmogelijk, de geboorte te begrijpen. En onmogelijk om een levend contact te krijgen met de baby.

Om tot dit verstaan te komen, en tot een ontmoeten van de baby, moeten we de tijd achter ons laten – ‘onze’ tijd. We moeten ons gevoel los leren te laten, dat ieder van ons naar zijn eigen karakter met zich draagt, van een tijd die voortsnelst. Ons tijdgevoel en dat van de pasgeborene zijn onherkenbaar voor elkaar.

Het ene is van een traagheid die grenst aan onbeweeglijkheid. Het andere, het onze, is van een beweeglijkheid die grenst aan opgewondenheid of zelfs bezetenheid.

We zijn nooit ‘hier en nu’. We zijn altijd ergens anders. In het verleden, bij onze herinneringen; of in de toekomst met onze plannen. Maar we lopen altijd voor of achter.

‘Hier en nu’ zijn we bijna nooit.

Om een baby echt te ontmoeten, zullen we die razende, hollende tijd van ons bij de deur moeten achterlaten.

En ook dat lijkt bijna onmogelijk.

Hoe kun je zomaar uitstappen, uit die razende trein van de tijd? Heel eenvoudig.

Door ‘er bij’ te zijn.

‘Er bij’ zijn, alsof er een toekomst bestaat, en geen ‘straks’. Een enkel idee, dat de zaak nu maar eens op moest schieten, of, dat we straks nog naar iemand anders moeten, is genoeg om alles te laten mislukken.

We moeten ‘er zijn’ zijn alsof het ‘het einde der tijden’ was. En het ‘is’ het einde der tijden. Want we staan aan het begin van de tijd.

En opnieuw zitten we in een positie die tegelijk de eenvoud zelf is, en toch ogenschijnlijk een onmogelijkheid.

Hoe kun je het onverenigbare verenigen, en een ontmoeting tot stand brengen tussen nul en het oneindige...?

Door met ons hele hart een en al aandacht te zijn.

Dan ontdekt de waarnemer een baby zoals hij die nog niet eerder heeft gezien. En dat is zo’n verrassende ontdekking, dat hij alles vergeet. Zichzelf ook.

Hij verdwijnt!

De waarnemer lost zich op.

Daar is alleen nog de baby.

Die eeuwenoude schijnverdeling van de ervaring, in diegene die waarneemt en dat wat wordt waargenomen, is plotseling spoorloos.

Het enige aanwezige is dit kind dat men in stilte bewondert. Niet met alles wat we hebben geleerd, met wat we allemaal weten, met wat ons verteld is of met wat we hebben gelezen. Nee. We verdiepen ons in het kind, zoals het is.

We kijken naar hem. Nog beter: we laten hem als het ware op ons afkomen, we laten ons door hem in beslag nemen. Zonder te denken aan het verleden. Zonder vooroordelen. In alle onschuld. Helemaal open voor hem.

We worden 'hem'.

De dokter of de vroedvrouw, wordt weer een pasgeboren kind. Ze hebben hun eigen gekweld worden her-beleefd, ze hebben hun eigen geboorte her-beleefd. En hun oorspronkelijke puurheid teruggevonden.

En zonder er iets van te merken hebben ze hun eigen tijd achter zich gelaten.

Degene die de bevalling leidde stond met het kind aan de drempel van de eeuwigheid.

Maar laat ik niet in de oude fout vervallen en op de gebeurtenissen vooruitlopen.

Laten we eerst op de baby wachten.

7

Zo.

Alles staat klaar. Het is vrijwel donker, het is stil, en er heerst een sfeer van ontvankelijkheid. De tijd staat stil.

Het kind kan komen.

8

En daar komt hij aan!

Hij komt naar buiten... Eerst het hoofdje. Dan de armpjes die we wat helpen om vrij te komen door een vinger onder beide okseltjes te schuiven.

Terwijl we de baby zo onder elk armpje ondersteunen, hijsen we hem naar buiten, zoals we iemand op zouden hijsen uit een put. We komen onder geen beding aan het hoofdje! En we leggen hem onmiddellijk op de buik van zijn moeder.

Een beter plekje om hem te ontvangen valt er niet te bedenken. De moederbuik heeft precies de vorm en de afmetingen waar de baby op past. Zo-even nog bol en nu hol. Het lijkt wel een nest dat ligt te wachten. Daar komt bovendien nog de warmte bij, en de soepelheid, en het op en neer gaan op het ritme van de ademhaling; de zachtheid, de uitstralende warmte van de huid – een volmaakt plekje om het kindje aan toe te vertrouwen. Waar nog bij komt – en dat is belangrijk – dat de buik zo vlakbij is dat we de mogelijkheid krijgen om de navelstreng intact te houden.

9

Het doorsnijden van de navelstreng als het kind nog maar net uit de moederbuik is gekomen, is een wreedheid. Men heeft nauwelijks enig idee van de uitwerking die dit op de baby heeft. Als we de navelstreng intact houden zolang hij blijft kloppen op de hartslag, hebben we een volmaakt andere geboorte. Om te beginnen dwingt het degene die bij de bevalling assisteert tot geduld. Zowel voor hem als voor de moeder is het een extra aansporing om het ritme van het kind te respecteren. Maar het houdt nog veel meer in. We hebben al gezien dat de baby de lucht die zijn longen plotseling binnenstroomt ervaart alsof hij van binnen wordt verbrandt. Dat is nog niet alles. Voor zijn geboorte leefde het kind in een eenheid. Voor hem bestond er geen enkel verschil tussen hemzelf en de wereld, omdat van buiten en van binnen alles een geheel was. Hij kende geen tegenstellingen. Wat kou is, wist hij bijvoorbeeld niet. Kou bestaat alleen in tegenstelling tot warm. Maar de temperatuur van zijn eigen lichaam en die van zijn moeder waren precies dezelfde. Hoe zou hij dan onderscheid hebben kunnen leren? Of een tegenstelling hebben ontdekt? Met andere woorden: voor de geboorte was er geen buiten of binnen, evenmin als kou of warmte. Maar bij de geboorte tuimelt hij een wereld binnen die van tegenstellingen aan elkaar hangt, en waar de dingen of goed, of kwaad zijn, prettig of onprettig, nat of droog... Hij ontdekt al die tegengesteldheden.

En hoe verloopt zijn eerste kennismaking met die tegenstellingen? Door zijn zintuigen? Nee. Dat komt pas daarna.

De eerste kennismaking met de tegengesteldheden gebeurt via de ademhaling. Terwijl hij voor het eerst ademhaalt, gaat hij een drempel over. En dan is hij in de wereld.

Hij ademt in. En uit die inademing wordt een tegenstelling geboren: de uitademing. Die op zijn beurt weer...

En zo is voorgoed deze eindeloze heen-en-weer beweging op gang gekomen, die het oerprincipe van deze wereld is.

Alles hier is ademhaling, zoeken van evenwicht, en alles komt eeuwig tot stand door zijn eigen tegenstelling: de dag komt voort uit de nacht, de zomer bestaat omdat er ook winters zijn, armoede bestaat in tegenstelling tot rijkdom, kracht door zwakte.

Zonder einde. En zonder begin.

10

Ademhalen betekent een eenheid vormen met de schepping. Het betekent eeuwig deelnemen aan het universele gebeuren met zijn eeuwige heen-en-weer.

En op een heel praktisch niveau betekent het, zuurstof binnen krijgen en schadelijke afval kwijtraken. In de eerste plaats koolzuur.

Maar in die eenvoudige uitwisseling zijn er twee werelden die elkaar ontmoeten, die dicht naar elkaar toekomen en proberen zich te vermengen, elkaar aan te raken: de wereld van buiten en die van binnen.

Twee werelden die op een gegeven ogenblik gescheiden zijn, proberen elkaar terug te vinden en zich weer bij elkaar te voegen: die van vanbinnen, van het organisme, van het kleine ikje, en de wijde wereld.

In de longen stroomt het bloed binnen uit de diepten van ons lichaam, en ontmoet der de lucht die van boven komt. Lucht en bloed vliegen steeds weer op elkaar af in een diepe hunkering, zich met elkaar te vermengen.

Het lukt hun niet; ze blijven gescheiden door een muur: de ragfijne scheiding van de longblaasjes.

Maar zowel de een als de ander blijft 'zuchten' naar die eenheid die verloren ging.

Als het bloed bij de longen aankomt, is het donker, zonder zuurstof, vol koolzuur en ander afval, oud en krachteloos. Maar in de longen kan het zijn ouderdom afwerpen en weer jeugd en energie opnemen.

Volkomen vernieuwd door deze tocht langs de fonteinen der jeugd begint het zijn tocht opnieuw, rijk, rood en weer vol leven. Duikt opnieuw de diepten in om er zijn rijkdommen uit te delen. En laat zich opnieuw vullen met afval. Gaat terug naar de longen, doet daar weer een nieuwe jeugd op ... en zo draait het in het rond, steeds weer, eindeloos.

Het hart blaast deze kringloop leven in, en stuurt het verjongde bloed de dorstige weefsels van het organisme in, langs wat de grote bloedsomloop genoemd wordt. En met een tegengestelde maar synchrone beweging stuurt het 't oude en uitgeputte bloed naar de longen. Langs wat men de kleine bloedsomloop noemt.

De grote bloedsomloop heet zo, vanwege de lange afstanden die het bloed van het hart tot aan de grenzen van ons lichaam moet afleggen: van het topje van ons hoofd tot vingers en tenen, en tot in het binnenste van onze inwendige organen. En de kleine bloedsomloop wordt zo genoemd vanwege de kleine afstand die het bloed maar af hoeft te leggen van het hart naar de longen en terug.

Maar wat gebeurt er bij de foetus, van wie de longen nog niet functioneren?

Net als bij ons moet ook het bloed van het ongeboren kind steeds worden verjongd.

Dat gebeurt door middel van de placenta, die ondermeer ook dienst doet als longen.

Het bloed gaat er heen en komt weer terug, via de navelstreng, die niet veel meer is dan drie bloedvaten: een slagader en twee aderen, samen in een hoes.

Het bloed wordt verjongd in de placenta, niet door contact met de lucht, maar door contact met het bloed van de moeder, dat zelf, in haar longen...

De moeder ademt dus voor de baby. Precies zoals ze voor hem eet, en hem draagt en beschermt. Voor hem slaapt en droomt. Kortom, alles voor hem doet.

En voor zijn geboorte is het kind dus volmaakt afhankelijk. Maar wat gebeurt er bij de geboorte? Dan vindt er iets heel

bijzonders plaats: een omwenteling, een revolutie. Het bloed dat tot nu toe naar de navelstreng stroomde, waagt zich nu plotseling de longetjes in!

Het reist niet lang de oude en bekende weg. Het laat de weg naar de moeder opeens links liggen.

Door adem te halen en zijn bloed van zuurstof te voorzien in zijn eigen longen, aanvaardt de kleine zijn zelfstandigheid.

Hij zegt daarmee:

‘Ik heb je niet meer nodig’.

‘Tot nu toe heb je voor ons beiden voeding uit de levensbron geput. Maar nu wil ik geen tussenpersoon meer. Ik wil die hulp niet meer!’

‘Vandaag drink ik zelf het leven in – alleen!’

Dat is de boodschap die we van de kleine ontvangen bij zijn eerste ademhalen.

Het is maar een allereerste stapje. Want afgezien van voor de lucht is hij voor de rest volkomen afhankelijk van zijn moeder.

Maar wat belangrijk is, is de richting van deze ontwikkeling.

Met zijn ademhalen slaat de kleine de richting in van onafhankelijkheid en zelfstandigheid, de weg van de vrijheid.

En op hetzelfde ogenblik springt hij uit de eeuwigheid de tijd binnen; en uit de onveranderlijkheid wordt hij opgenomen in de slingerbeweging.

Maar als we ons tot dit ogenblik bepalen, materieel gesproken, kunnen we dan zeggen dat het bloed in een enkel ogenblik de oude weg via de navelstreng naar de placenta links laat liggen?

Dat hangt er maar van af.

Daar draait de hele zaak om.

Al naar dat deze overgang geleidelijk aan tot stand komt en heel zachtjes, dan wel abrupt, in paniek en afgrijzen, is de geboorte een vredig ontwaken... of een tragedie.

11

Men beweert dikwijls dat de natuur geen sprongen maakt.

Maar de geboorte is er een. Die is een verandering van wereld, van niveau.

Hoe kunnen we die tegenstelling oplossen? Wat heeft de natuur gedaan om deze overgang, die zich zo brutaal aankondigt, te verzachten?

Heel eenvoudig.

De natuur is een strenge moeder, maar ze houdt wel van ons. We begrijpen haar bedoelingen niet, en geven haar dan achteraf van allerlei de schuld.

Maar ze heeft wat de geboorte betreft gezorgd voor alles wat nodig is om de landing zonder grote schokken te doen verlopen.

Terecht is er dikwijls op het gevaar gewezen dat het kind loopt tijdens de bevalling. Dat gevaar is een gebrek aan zuurstof. Speciaal het zenuwstelsel is uiterst gevoelig voor dit kostbare gas.

Als het kind zuurstof tekort zou komen, ontstaat er onherstelbare schade aan de hersenen. Dan hebben we een wezen dat voor zijn hele leven beschadigd is.

Daarom mag een kind tijdens de geboorte tot geen enkele prijs gebrek aan zuurstof krijgen. Geen ogenblik.

Dat weten we van de specialisten.

Zo heeft de natuur beschikt.

Ze heeft er dan ook voor gezorgd dat het kind tijdens die gevaarlijke overgang die de geboorte nu eenmaal is, twee zuurstofbronnen heeft in plaats van een: de longen en de navelstreng.

Deze twee systemen functioneren tegelijk, en het ene neemt de taak van het andere over. Het oude systeem blijft het kind via de navelstreng van zuurstof voorzien totdat het nieuwe, via de longen, het werk helemaal heeft overgenomen.

Als het kind al geboren is, en de moederbuik heeft verlaten, blijft het met de moeder verbonden via de navelstreng, die krachtig blijft kloppen, minuten lang. Vier, vijf minuten, en vaak langer.

Doordat de navelstreng zuurstof aan blijft voeren en het kind beschermt tegen een tekort, kan het zich zonder gevaar voor letsel geleidelijk overgeven aan de ademhaling. Op zijn eigen tempo. Zonder te worden opgejaagd.

Bovendien heeft nu ook het bloed rustig de tijd om zijn oude weg te verlaten (die immers naar de placenta voerde) en zich als het ware te installeren in het nieuwe systeem via de longen. Op datzelfde ogenblik sluit zich een opening die tot nu toe in het hart zat, en daarmee wordt de weg van het verleden definitief geblokkeerd.

Met andere woorden: de pasgeborene blijft vier, vijf minuten lang met één been in elk van deze twee werelden.

Maar hij kan geleidelijk aan en zonder schokken van het ene in de andere overstappen, dank zij het feit dat hij van beide kanten zuurstof krijgt toegevoerd. Het gevolg is dat hij nauwelijks huilt.

Waar is dat wonder door tot stand gekomen? Alleen door een beetje geduld. Alleen door niets af te dwingen. Door te kunnen wachten. Door te zien hoe je het kind de tijd moet geven om zich in de nieuwe gang van zaken in te nestelen.

Het moet met dit alles duidelijk zijn, dat we ons goed voor moeten bereiden, dat we ons moeten trainen. Anders is het vrijwel uitgesloten dat we vijf lange minuten helemaal niets doen. Want alles in ons verzet zich daartegen, en stuwt ons de tegengestelde kant op. We denken half aan andere dingen, allerlei handelingen verrichten we automatisch, en we zijn het nu eenmaal anders gewend. Wij, met onze eeuwige haast; met ons ongeduld.

12

Voor het kind maakt dit alles een wereld van verschil uit. De manier waarop de ademhaling begint te functioneren verandert totaal naar gelang de navelstreng wel of niet dadelijk wordt doorgesneden. En daarmee de eerste smaak die het kind van het leven krijgt.

Als het doorknippen gebeurt terwijl het kind nog nauwelijks buiten is, worden de hersenen op een lompe manier plotseling beroofd van zuurstof.

Zijn alarmsysteem treedt onmiddellijk in werking; zijn hele organisme reageert. En hij begint adem te halen alsof het een verdediging is tegen een aanval.

Zijn hele gezichtsuitdrukking, het hele opgewonden trillen van zijn lijfje, en de toon van zijn schreeuwen willen ons de onmetelijkheid van zijn paniek meedelen, en de moeite die hij doet om te ontsnappen.

Bij het binnenstappen van het leven is zijn eerste ontmoeting die met de dood. Om daaraan te ontkomen stort hij zich in het ademen. Het ademen is van hem uit gezien een allerlaatste noodsprong.

En van dat ogenblik af zit hij vastgeklonken aan zijn eerste 'geconditioneerde reflex'; voor de rest van zijn leven horen

ademhalen en angstig-zijn bij elkaar. Je moeder verlaten en dan een ontmoeting met de dood hebben!
Dat is wel een prachtig begin van je leven....
Het kind belandt tenslotte aan onze oever als iemand die ternauwernood aan een schipbreuk is ontkomen. Hij wordt in onze wereld wakker als uit een nachtmerrie.
En dan komt er nog een nieuwe ervaring bij, die van het voorrecht dat speciaal de mens ten deel valt: hij mag voor het eerst kiezen!
Wat is daarbij de eerste proef die hij moet doorstaan?
Hij mag kiezen tussen verbrand worden en verdrinken!
Als hij volledig voor zijn longen ademt, - waartoe hij wordt gedwongen als de navelstreng onmiddellijk wordt doorgesneden – dan stroomt er vuur bij hem naar binnen.
Maar als hij weerstand biedt, en vecht tegen de vlammen, dan stikt hij en gaat hij onder in doodsnood.
Wat een angst. Iedereen kan de omvang daarvan zelf gemakkelijk ervaren door zijn mond en neus een poosje dicht te houden. Vaak slaat het hart al binnen de halve minuut op hol, en men voelt de paniek in zich opkomen...
En daar kunnen we het dan maar beter bij laten.

13

En wat gebeurt er als we niet ingrijpen, en de navelstreng zijn gang laten gaan?
Omdat er nu zuurstof wordt aangevoerd van twee kanten tegelijk, ontstaat er in de hersentjes geen ogenblik gebrek. Het alarmsysteem blijft buiten werking.
De eerste stappen op de levensweg kunnen nu gezet worden zonder agressiviteit, zonder angst voor stikken, zonder paniek. Er is een langzame en geleidelijke overgang van de oude toestand naar de nieuwe.
Ook het bloed kan zonder schokken zijn nieuwe weg zoeken. Geen ogenblik zijn de longen overbelast. Noch vanbuiten af, noch van binnen uit.
Als de baby naar buiten komt, stoot hij een kreet uit. De borstkas, die tot op dit ogenblik was samengeperst zover dat maar mogelijk was, krijgt plotseling alle ruimte, en opent zich. Daardoor ontstaat er een leegte in de longen, en die wordt

ogenblikkelijk gevuld met lucht. Dat is de eerste inademing. Die passief tot stand komt.

De lucht brandt.

Als antwoordt op deze verwonding stoot het kind die lucht weer uit, en verjaagt die, woedend. Dat is die eerste kreet. En het gebeurt nogal eens dat dan alles stil gaat staan. Overrompeld door die pijn, houdt het kind even op.

Sommige kinderen stoten twee of drie kreten uit, voordat dat moment van rust komt.

Maar van dat moment rusten, raken de volwassenen in paniek. En meestal; krijgt de pasgeborene dan klappen...

Maar nu zijn we beter op de hoogte, en we hebben inmiddels geleerd onze impulsiviteit in bedwang te houden. Met ons vertrouwen in de natuur en in de krachtige hartenklop in de navelstreng, besluiten we om niet in te grijpen.

En wat krijgen we te zien? De ademhaling komt vanzelf weer op gang.

Eerst aarzelend, voorzichtig, nog met kleine pauzes.

De kleine neemt er rustig de tijd voor – hij krijgt immers toch nog zuurstof uit de navelstreng! Naast die uit het vuur in zijn longen. En heel langzaam past hij zich aan de nieuwe bron aan, totdat hij het branderige gevoel kan verdragen.

Opnieuw stopt hij, en opnieuw begint hij. Hij raakt eraan gewend; en dan ademt hij diep. Nog even: en dan krijgt hij plezier in wat hem eerst zo wreed pijn deed.

Het duurt niet lang, of de ademhaling is diep, rustig, vrij en opgewekt.

Al met al heeft het kind één kreet uitgestoten. Of twee. Of drie. En het enige wat we te horen hebben gekregen is zijn krachtige, diepe ademhaling, wat onderbroken door kleine kreetjes die zijn verrassing en zijn bruisende energie tot uiting brengen. Zoiets als het 'hüh' dat we horen bij houthakkers of worstelaars.

Wat we ook nog horen zijn de geluidjes die de baby maakt met zijn lippen, neus en keel.

Alles bij elkaar toch een heleboel. Een heel taaltje. Maar we horen geen angstig huilen. Nooit een noodkreet, nooit een gehuil van wanhoop of hysterie.

Als een kind ter wereld komt, moet het dan huilen?

Zeker.

Maar snikken? Nee!

14

Nu de kleine plezier krijgt in zijn nieuwe ervaringen, heeft hij heter niet moeilijk mee, de wereld te vergeten die hij net verlaten heeft.

Hij kijkt niet achterom. Hij betreurt niets.

De baby is nu geboren, ongeveer zoals iemand die wakker wordt uit een heerlijke slaap.

Waarom zou hij zich vastklampen aan wat hij verlaten heeft als hij zich zo goed thuis voelt in zijn nieuwe omstandigheden?

Dan, als de bloedklop in de navelstreng op is gehouden, wordt die doorgeknipt.

In feite wordt er nu eigenlijk niets doorgeknipt. De streng is een dode verbinding geworden, die vanzelf uitvalt.

Het kind is niet aan zijn moeder ontrukkt. Ze hebben zich van elkaar gescheiden.

Als de kleine later zijn eerste stapjes gaat doen en op onderzoek uitgaat in de wereld van de rechtoplopers, krijgt hij van haar de kracht die hemzelf nog ontbreekt. Zolang hij op zijn eigen beentjes nog wankelt, zoekt hij de hand van zijn moeder als steunpunt. Hij laat die weer los, pakt hem weer vast, net zolang totdat hij op een gegeven dag stevig genoeg op zijn eigen benen staat, en dan vergeet hij dit steunpunt voorgoed – deze hand die hem zo lang werd aangeboden. Dan kan die hulp verdwijnen. Het kind heeft hem niet meer nodig.

Maar stel dat een moeder haar hand eens terug zou trekken terwijl het kind zijn allereerste stapjes doet, in de hoop dat het daardoor sneller alleen zou leren staan? In de hoop dat het er dan gauwer plezier in zou krijgen om zelfstandig te lopen? Hoogstwaarschijnlijk zou zo'n kind er voor de rest van zijn leven tegenzin in hebben om zijn benen te gebruiken!

Hetzelfde gaat op voor de navelstreng. Door het intact laten van de navelstreng begeleidt de moeder de 'eerste stapjes' van haar kind in de wereld van de ademhaling. Ze ademt nog voor hem totdat hij het in zijn nieuwe wereld aankan.

Als we de navelstreng bij de eerste schreeuw doorknippen, doen we precies hetzelfde als de moeder die haar hand terugtrekt bij het allereerste stapje van haar kleine.

15

Laten we dat ogenblik van de geboorte met schroom en eerbied benaderen!

Het kind staat tussen twee werelden. Op een drempel. Het aarzelt.

Wees er dan niet ruw mee! Dwing hem niet. Laat hem op zijn eigen manier komen.

Hoe wonderbaarlijk is dat ogenblik! Dat kleine wezentje is eigenlijk al geen foetus meer, en het is ook nog geen baby.

Hij zit niet meer in zijn moeder; die heeft hij verlaten. Maar zij haalt nog adem voor hem.

Het is als het ogenblik waarop de vogel rent, de vleugels al open, om dan, plotseling, drukkend op de lucht, te gaan vliegen.

Wanneer precies heeft hij de grond verlaten en is hij opgestegen? We kunnen het niet nauwkeurig zeggen.

Net zomin als we precies kunnen zeggen wanneer de vloed begint te dalen en eb wordt.

Het is een ongrijpbaar ogenblik, dat je niet precies aan kunt wijzen – dat ogenblik van de geboorte waarop het kind zijn moeder verlaat...

Laten we dit tere, onwaarneembare ogenblik respecteren, en er niet aan zitten met onze grote, grove handen die zo weinig begrijpen.

Laat het over aan het kind. Laat het zijn gang gaan.

Wij zijn zo lomp. Wij begrijpen niets meer van de levensmysteriën.

Het kind komt er zojuist vandaan. Hij Weet.

Kijk, nu is hij bij de oever. Nog dragen de golven hem. En ze duwen hem telkens een klein stukje hoger op het zand. Om hem daar tenslotte alleen achter te laten.

Daar is hij vrij. En buiten zichzelf, door deze angstaanjagende vrijheid.

Verwar hem dan niet. Laat hem begaan. Geef hem de tijd. Gaat de zon ineens op?

Schenkt de natuur ons niet tussen nacht en dag de voorzichtig tastende, trage, maar majesteitelijke glorie van de dageraad?

Gun de geboorte zijn trage tempo en zijn ernst.

Dit wonderbaarlijke ogenblik dat aan onze waarneming ontsnapt is als het eind van een slaap. Hoewel je slaapt, komt er plotseling een ogenblik waarop je weet: 'Ik wordt wakker.'

Daar bevinden we ons ook tussen twee werelden.

Met één been sta je nog in de wonderlijke wereld van de droom.

En het andere stoot al tegen de rand van het bed.

Hoe lang duurt zo'n ogenblik?

Daar kan niemand een antwoord op geven. Het is een tijdloos gebeuren.

Die onbegrijpelijke wereld van voorbij de tijd, is de wereld waar het kind zojuist vandaan komt.



16

De rest van dit verhaal betreft details.

Als de ademhaling eenmaal in zijn natuurlijke bedding stroomt, zijn we er. Alles is klaar. En geslaagd. Of verknoeid. Voor een heel mensenleven.

Maar zoals altijd, zijn ook hier de details belangrijk.

Hoe moeten we de pasgeborene op de buik van zijn moeder leggen? Moeten we hem op z'n zij leggen? Op rug of buik? Nooit direct op de rug! Want daarmee zouden we de wervelkolom in een ruk rechtekken die de kleine zo'n lange tijd heeft moeten krommen en steeds meer krommen. De energie die er in op ligt gesloten zou allemaal tegelijk met zo'n geweld worden losgelaten, dat de klap bijna niet te dragen is. Opnieuw moeten we het aan het kind overlaten, in welk tempo het zijn rug weer recht wil trekken, en hoe het die wil gebruiken.

Iedere pasgeborene heeft zijn eigen karakter en zijn eigen temperament.

Er zijn er die zich trots oprichten als ze nog maar nauwelijks geboren zijn, en die dan meteen al hun armen voor zich uit strekken.

Dat zijn de sterken. Ze nemen bezit van hun nieuwe domein als vorsten.

Hun wervelkolom die zich in één klap strekt, doet ons deken aan een strak gespannen boog.

Het komt ook voor dat ze, overrompeld door de schok en schijnbaar geschrokken door hun eigen durf, daarna weer een stap terug doen, en zich weer opvouwen en afsluiten.

Anderen rollen zich eerst op, en vouwen zich dan geleidelijk open.

Ze verkennen de dingen heel voorzichtig voordat ze dat doen. Het is dan ook het beste om het kind op zijn buik neer te leggen, armpjes en beentjes onder hem gevouwen.

Dat is de oude, bekende houding. Zo is de buikademhaling het gemakkelijkste. En zo kan het kind het gemakkelijkst, en naar zijn eigen smaak, de weg gaan naar het ontspannen, opengaan, uitrekken en languit liggen.

Bovendien brengt deze houding het voordeel met zich mee, dat wij zijn rug kunnen zien, en de ademhaling in de gaten kunnen houden.

Het rechte van de wervelkolom, het gebruiken van de rug en de ontplooiing van de adem zijn in feite één en hetzelfde gebeuren.

We kunnen die ademhaling duidelijk volgen, en waarnemen hoe die het hele lijfje van de kleine binnenstroomt. Niet alleen de borstkas, maar ook de buik en de flanken, opzij. Bij de volwassenen zit er al jarenlang geen leven meer in die flanken.

Nog even, en dan is de pasgeborene niets anders meer dan alleen nog adem. We zien hoe de krachtige golfbeweging de rug doorstroomt van boven naar beneden, van het topje van de schedel tot aan de stuit!

Je zou bijna geloven, nog die afspiegeling te zien van die golfjes die hem deze oever op hebben gestuwd, of van die golven, krachtig als in de branding, van de baarmoeder. En terwijl de adem langzaamaan in het lichaam van de pasgeborene doordringt is het verrassend te zien hoe hij als een plant, of als een boom, lijkt te groeien.

Eerst komt er een armpje – meestal het rechter – van onder de buik uit!

Het armpje wordt langer. Het handje glijdt door, en streelt de buik van de moeder.

Dan komt het terug. En het andere gaat op onderzoek uit...

Heel langzaam. Alsof het verbaasd is dat er nergens iets in de weg zit. Verbaasd dat de ruimte zo wijd is. Het is werkelijk net alsof er takken aan het uitgroeien zijn, geboren uit de kracht van de ademhaling en gevoed door de overvloedige sappen in de stam!

En nu komen de beentjes. Een voor een worden ze uitgestrekt.

Maar die zijn veel banger! Ze rennen, duwen van zich af, gooien zich de ruimte in, helemaal in de zenuwen omdat ze niets meer vinden dat ze tegenhoudt en hun weg verspert. Hoe hebben ze pas nog moeten vechten en duwen om geboren te worden... !

Om ze weer tot rust te brengen moeten we ze een steuntje aanbieden: dat van een lichte hand die wat weerstand biedt, maar die zich wel weg laat duwen.

Dan verdwijnt de schrikaanjagende indruk dat hij 'geen grond heeft om op te staan'.

En dan beginnen de verschillende lichaamsdelen met elkaar in harmonie te komen, en alles begint te bewegen in een samenspel. Dan is er van dat kleine lijfje geen stukje meer dat er niet aan meedoet.

Het zijn allemaal bewegingen van de kleine om zich uit te rekken, steeds enthousiaster, steeds energieker. De slaper ontwaakt uit zijn betovering.



Nu kunnen we de kleine op z'n zij leggen. Dat ligt gemakkelijker voor de armpjes en beentjes. En de wervelkolom kan zo de houding opzoeken die hem het beste bevalt.

We doen dat alles heel langzaam, want we willen de ontwakende helpen om beetje bij beetje uit zijn droom naar buiten te komen.

Nog steeds geven we de baby wat steunpunten. Eén hand leggen we zachtjes onder zijn billetjes, en met de andere ondersteunen we zijn rug bij de schouder-tjes.

Het is beter om niet aan het hoofd te komen. Dat is namelijk overgevoelig. Het hoofdje heeft immers het hele gewicht 'gedragen' van het geboortegevecht en van het indalen in de hel. Het hoofdje heeft de weg moeten banen. En door elk contact wordt het aan die al te pijnlijke gebeurtenissen herinnerd.

Als we zien dat alles goed functioneert, leggen we de baby tenslotte op zijn rug.

Niet om hem daar te laten. Hij verdraagt dit gebruik van zijn rug nog slecht. Maar eenvoudig als etappe van zijn reis.

Nu is de kleine aan zijn nieuwe toestand gewend.

De navelstreng is doorgesneden toen hij ophield te kloppen.

En dan zijn we klaar voor de volgende etappe. We gaan rechtop zitten, en éven verlaten we het horizontale tijdperk...

Even gaan we proberen aan het verticale.

Dit is de karakteristieke houding van de mens, en dat zoekt hij tenslotte.

Maar ook hier moeten we een handje helpen. Uiterst langzaam en behoedzaam moeten we het kind in de zithouding brengen, terwijl we het wankele kopje ondersteunen. Want de spieren kunnen het hoofd nog niet rechtop houden, en zonder onze steun zou het omrollen.

Wat pijn zou doen.

17

Wat een weg hebben we afgelegd!

We zijn naar boven gekomen uit de wateren, we hebben vaste grond onder de voeten gekregen, we zijn overeind gekomen...

En we hebben de kruiphouding al weer achter ons, die het leven aannam toen het zich buiten de zeeën begon te wagen, en daarmee buiten een lang, lang verleden in de oceanen.

We zijn overeind gekomen.

De aarde draagt ons.

De aarde steunt ons.

Maar het leven danken we aan de hemel, aan het licht.

Pas als we overeind komen vinden we onze richting, onze bestemming.

Om deze weg van mineraal tot mens af te leggen is er een onmetelijke tijd nodig geweest.

Duizenden, nee, miljoenen jaren.

Maar het kind legt deze zelfde weg af, in verkorte vorm, in een oogwenk. Terwijl hij geboren wordt, herhaald hij in enkele ogenblikken de biologische geschiedenis van de hele mensheid.

Het is toch wel het allerminste dat wij enkele ogenblikken gunnen aan dit gebeuren, waar het leven zelf miljoenen jaren over heeft gedaan?

Dat we er even bij stilstaan.

We bidden toch ook niet als we over straat hollen?

En wat is een gebed anders dan in omgekeerde richting de weg gaan die het kind bij de geboorte gekomen is?

18

Nu een paar woorden over de handen die het kind vasthouden. Door deze handen spreken we met de baby – leggen we contact met hem.

De aanraking is de eerste taal die ons verbindt, en die de andere, de woorden-taal, lang, lang voorafgaat.



Ook het bewuste zien en begrijpen komt pas na het voelen. Met het gebruik van woorden en verstand.

De verfijnde tastzin en aanraking komt nog tot zijn recht bij blinden.

En we kunnen gemakkelijk begrijpen, hoe belangrijk dit contact is, en de manier waarop we de baby vasthouden.

Het is een gesprek van huid-tot-huid. Uit de huid zijn de andere zintuigen voortgekomen. Die zijn als raampjes in de muur die de huid is, en die ons scheidt van de rest van de wereld. Het zijn de openingen waardoor we in contact kunnen treden met wat 'buiten' is.

De huid van de pasgeborene heeft een eigen intelligentie, en een gevoeligheid waar we ons nauwelijks een voorstelling van kunnen maken.



Door deze huid heeft de kleine de wereld leren kennen die hem omringde: zijn moeder. De hele oppervlakte van zijn rug legde het contact met de baarmoeder. Daar deed hij zijn kennis op. Als we zeggen dat het verleden achter ons ligt, is dat niet zo maar een manier van spreken. Het is een feit. Het zit in onze rug! En als de wereld – de moeder – iets meedeelde, deed ze dat aan die rug.

Dan, plotseling, als het kind geboren is... niets meer.

Dan is hij net zo naakt als eens onze stamvader Adam. En dan komen handen die hem aanraken. Handen die in niets nog lijken op de baarmoederwand. Noch wat de warmte betreft, noch wat de druk betreft, of het ritme, of de kracht. Of de zachtheid.

Die handen vormen het eerste contact met het onbekende, met de wereld, met de 'ander'. De eerste verrassing en de eerste schrik.

Want de handen die het kind nu aanraken en hem bewerken zijn dom en ongevoelig, en ze hebben niet het vaagste idee van wat het kind tot nu toe heeft gekend.

Onze handen zijn organen die in dienst staan van onze intelligentie en onze wil.

Ze gehoorzamen aan behendige spieren, die ons bewustzijn in hoog tempo omzetten in activiteit. De bewegingen die ze maken zijn levendig, kort, en eigenlijk heel grof. Voor de baby die tot nu toe alleen maar de zachte, constante bewegingen kende van het inwendige van zijn moeder, zijn ze angstaanjagend.

Het kan toch niet anders of het ongelukkige kindje raakt in paniek bij deze onbekende manier van aanraking?

Hoe kunnen we dan het best een pasgeborene met onze handen ontmoeten?

Heel eenvoudig: door er steeds aan te denken, waar hij vandaan komt. En door er ons elk ogenblik rekenschap van te geven dat alles wat nieuw is en onbekend, angst aanjaagt. Terwijl alles wat herkenbaar is en bekend lijkt, kalmeert en geruststelt.

Om het kind weer tot vrede te brengen in deze vreemde onbegrijpelijke wereld waar hij zojuist in is getuimd, zijn er daarom handen nodig die, terwijl ze hem vasthouden, een taal spreken als die van de baarmoeder. Ze moeten hem aanraken en met hem spreken, zoveel mogelijk op dezelfde manier als het binnenste van zijn moeder hem aanraakte en met hem sprak.

Dat wil zeggen dat de handen langzaam, heel langzaam, maar onafgebroken de beweging moeten ontdekken, als van het regelmatige samentrekken van de baarmoeder: de peristaltische golfbeweging, die het kind maand na maand heeft meebeleefd en die hem als het ware in zijn vel zit.

Dat is nog een reden waarom we de kleine eerst op de buik leggen. Zo kunnen we hem zachtjes masseren en tegen zijn rug 'spreken'.

Wat moeten de handen zeggen? Hetzelfde wat de baarmoeder zei.

Niet wat ze 'schreeuwde' aan het eind, toen ze hem tijdens de weeën als een furie aanviel om hem naar buiten te werken en te verjagen. Maar wat ze fluisterde in het begin, in de mooie dagen.

Toen omhelsde ze hem, vol liefde. Ze omringde en beschermde hem. Ze was niets dan liefde.

Die verhouding is een echte liefdesverhouding, van een onbegrensde sensualiteit, daar tussen moeder en kind, tussen de baarmoeder en haar bewoner.

Die moeten we nu terugvinden. Die zachtheid moeten we het kind geven als geruststellende naklank van wat hij zo lang geleden kende en beleefde. Van wat hij plotseling is kwijtgeraakt – een verlies dat hem tot radeloosheid brengt. Het is geen wrijving en geen streling. Het is een betrekkelijk stevige massage die hem heel langzaam met haar druk ondersteunt. De handen glijden over de rug van de baby, een voor een. Ze komen achter elkaar aan als golven, zonder onderbreking, eindeloos.

Nog voordat de ene hand zijn baan heeft afgelegd, begint de andere. Ze houden hetzelfde ritme, de hele beweging door. Dat ritme moeten we herontdekken en opnieuw leren.

Als we het trage tempo van ons inwendige lichaam niet instinctmatig hervinden, zoals geliefden doen, zal het ons niet lukken, werkelijk contact met het kind te leggen.

'Maar.... !' zullen sommige misschien zeggen – 'u zit het kind op te vrijen!'

Bijna.

Een vrijage is een terugkeer naar het paradijs – een terugkeer naar de wereld van voor de geboorte, van voor de grote afscheiding. Het houdt het terugvinden in van het langzame oertempo, het blinde en almachtige ritme van binnen ons lichaam, en van de grote oceaan. In die zin is de liefde een onmetelijk teruggaan.

Maar hier is de richting tegengesteld. Hier gaan we in de richting van de wereld, en wat we proberen, is de overgang wat gemakkelijker te maken, en aanvaardbaar, prettig zelfs, in plaats van angstaanjagend en dwingend. Wat we hier doen is de angst die een dergelijke alomvattende verandering met zich meebrengt, te kalmeren door de oude toestand geleidelijker te doen overgaan in de nieuwe... door een episode uit de nieuwe toestand te verlengen. We doen niets anders dan het kind begeleiden. We geven hem zijn vrede terug door hem met behulp van de golvende beweging op zijn rug, te herinneren aan de toestand die hij zo lang geleden in de baarmoeder heeft gekend, en waarvan hij zolang heeft gehouden.

Deze langzame en bewust uitgevoerde massage moeten we later herhalen.

Lief zijn met elkaar, vrijen, is een bovenaards geneesmiddel tegen de angst: daar vind je de vrede en de harmonie terug. En ligt het niet voor de hand om dit beste van alle geneesmiddelen in de ramp die de geboorte is, toe te passen – beter: mee-te-delen?

19

Dat wat het ritme en de beweging betreft.
We kunnen de handen ook eenvoudig stil laten liggen.
Via de handen die hem aanraken voelt de kleine alles: onrust of rust, onhandigheid of zekerheid, tederheid of hardheid.
Hij weet of die handen van hem houden. Of dat ze afwezig zijn, 'er niet bij'. Of, nog erger: of ze hem niet willen hebben.
Tussen handen vol aandacht en liefde geeft een baby zich over, en opent zich.
Tussen stijve en vijandige handen werpt hij een scheiding op, blokkeert zich, en sluit zich af.
Met andere woorden, het is voldoende als we onze handen eerst onbeweeglijk op de kleine laten rusten, voordat we de golfbeweging volgen die door zijn lichaampje stroomt.
Niet met passieve, onaandachtige, afwezige handen, die de kleinste trilling in het kind opmerken en opvangen.
Lichte handen. Die niet commanderen. Die geen eisen stellen.
Die er alleen maar zijn.
Leeg, en toch vol: vol tederheid. Vol stilte.

20

Wiens handen moeten het kind vasthouden? Die van de moeder natuurlijk. Vooropgesteld dat die handen kunnen, wat we zo-even hebben beschreven.
Dat zijn dingen die je niet uit een boek kunt leren, en die heel dikwijls in vergetelheid verloren zijn gegaan



Hoeveel moeders hebben we niet gezien die hun kinderen op zo'n manier liefkoosden dat het bijna op klappen leek? Hoeveel hebben we er niet gezien die het wilden wiegen, maar op zo'n manier dat het kind bijna door elkaar werd geschud? Hoeveel moeders zijn er niet, wier handen stijf en dood zijn geworden, en die hun natuurlijke intelligentie zijn kwijtgeraakt? Anderen die verdrinken in hun eigen emoties, houden het kind zo stijf vast dat ze het letterlijk verstikken. Gelukkig is de vrouw, die er in slaagt haar bevalling zonder pijn te doorstaan; een vrouw die de reacties van haar lichaam kent... Zo iemand is in staat, haar kind op de juiste manier aan te raken en vast te houden. Want om die moeilijke oefening van de pijnloze bevalling tot een goed einde te brengen is ze genoodzaakt geweest haar eigen lichaam opnieuw te ontdekken. En ze is er in geslaagd ongewenste reacties onder controle te brengen. Een dergelijke vrouw zal zonder de geringste twijfel in staat zijn zich over te geven aan de vreugde die haar doorstroomt, zonder als gevolg daarvan haar kind fijn te knijpen. Zou ze niet in staat zijn te bedenken, terwijl het pasgeboren kindje op haar buik wordt gelegd en iemand haar handen op zijn ruggetje legt: 'Mijn grote opgave is volbracht. Maar die van de baby nog niet'.

Want de bevalling is wel afgelopen, maar de eigenlijke geboorte begint pas. Het kindje ontwaakt uit zijn eerste slaap. Het moet de eerste stap gaan zetten op een weg die waanzinnig avontuurlijk is. Het is verstijfd van schrik – van een schrik die ik zelf ook heb doorgemaakt; en waarvan ik weet hoe onnodig die is, met al het kwaad dat hij aan kan richten.

Die schrik wil ik het kind besparen.

Stil... Laten we de paniek van de baby niet nog groter maken.

Ik zelf heb het belang van de stilte beleefd, en van de onbeweeglijkheid.

Laat ik er gewoon zijn. Zonder dat ik me beweeg. Zonder ongeduldig te worden. Zonder eisen te stellen.

Vóór alles, zijn angst niet nog groter maken. Hem op geen enkele manier schrik aanjagen.

Zo kan deze vrouw haar handen op het kind leggen, vol respect, vol liefde en zonder egoïsme. Onbeweeglijk.

Stille handen, die niet opgewonden zijn en niet trillen van ontdaanheid, maar die rustig zijn, en licht. Vredeshanden.

Door zulke handen stroomt liefde die het heimwee van de baby verandert in vrede.

21

Heiwee? Spijt?

Ja, berouw zelfs! Nòg een verrassing. Dat een pasgeborene bang kan zijn of verdrietig, wil er desnoods bij ons nog wel in. Maar spijt? Schuldgevoel?

En toch is dat zo.

De meesten van ons hebben het idee dat het kind zelf nauwelijks aan de geboorte deelneemt. We zien hem als een passief wezentje dat zijn naar buiten gewerkt worden alleen maar ondergaat.

De moeder doet het werk, of exacter: de samentrekkingen van de baarmoeder doen het.

Maar de feiten liggen heel anders!

De oude Grieken dachten met Hippocrates dat het kind het initiatief nam als het geboren wilde worden.

Ze beweerden dat het 't kind aan voedsel begon te ontbreken tegen het eind van de zwangerschap. Omdat het meende dat zijn leven hierdoor werd bedreigd, wilde het de donkere grot

verlaten die het tot nu toe als schuilplaats had gediend. En dus stelde het pogingen in het werk, om er uit te komen. Om dat voor elkaar te krijgen begon het met de voetjes te duwen, en zich een weg te banen naar de vrijheid.



We hebben om deze bakersprookjes moeten lachen, net zoals we lachten om die verhalen over gevoelens van zwangere vrouwen, en de invloed die zulke gevoelens op het kind zouden hebben. Om ten slotte tot de ontdekking te moeten komen, dat al die verhalen volkomen waar zijn!

We hebben nog niet lang geleden ontdekt dat de prikkel die in het begin de weeën opwekt, van de baby komt... precies zoals de Ouden beweerden. En we weten nu ook dat de baby een complete slag levert en erg zijn best doet om geboren te worden.

Zijn versnelde hartslag wijst tegelijk op dit harde werk, en op de angsten die hij uitstaat.

En moeders die aandachtig hebben leren luisteren naar wat er in hun lichaam gebeurt, voelen heel duidelijk hoe ook het kind wanhopige pogingen onderneemt terwijl de weeën bij de moeder aan de gang zijn.

Het kind vecht dus. Het vecht als een bezetene. Het vecht voor zijn leven tegen de weerstanden die het ontmoet. In dit gevecht op leven en dood gaat het om 'jij of ik'!

En als hij plotseling naar buiten komt en de slag dus gewonnen heeft, dan is zijn moeder verdwenen!

Dan ondergaat hij een ondraaglijke angst:

'Ik ben er levend afgekomen, maar ik heb mijn moeder gedood!

Ik ben er, maar mijn moeder is er niet meer!'

Dat moge ongeloofwaardig lijken – toch is het zo. Mensen die hun geboorte herbeleefd hebben, kunnen dit bevestigen.

En daarom moeten we de kleine onmiddellijk geruststellen zodat hij zijn vrede terug kan vinden.

Zonder woorden zegt de moeder tegen haar baby, met de tederheid die door haar stille handen stroomt:

'Je hoeft niet bang te zijn, ik ben bij je. We zijn allebei gered, we leven, jij en ik, allebei.'

22

We kunnen nauwelijks het belang overschatten van dit eerste contact, deze eerste ontmoeting, tussen moeder en kind!

Veel moeders hebben er geen idee van, hoe ze hun baby moeten aanraken. Beter gezegd: ze durven het niet. Ze zijn als verlamd.

Velen zullen dat niet toegeven. Of zijn er zich zelfs niet van bewust. Maar wie geleerd heeft scherp waar te nemen, ziet dat verschijnsel zonneklaar voor zijn ogen afspelen.

Daarom is het belangrijk dat we er even bij stilstaan.

Het is niet zozeer dat de vrouw niet weet hoe het moet. Maar er is iets in haar dat haar belet zich vrij te uiten. Iets heel diep in haar, zoiets als een gevoel van gêne, van schaamte, om haar tederste gevoelens te laten zien.

Het kind dat zo-even geboren is, is tot haar gekomen via wat we met een curieuze uitdrukking voorzichtig aanduiden als 'de natuurlijke weg'.

Het kind is bovendien nog warm en plakkerig. En het ligt daar nu, dank zij veel inspanningen en, hè nee, 'ergens' iets gemeen hebben met wat je anders doet op een WC.

En 'dat' moet zij nu aanraken.

Hoe zou je je hand kunnen leggen op iets dat uit je eigen buik komt... eigenlijk bijna uit je ingewanden...

De vrouw ligt als verlamd.

Een diepe verwarring maakt zich van haar meester, en ze weet niet meer wat ze nu eigenlijk vindt van dat kleine ding daar op haar buik. Walging...? Of een betrokkenheid die alle andere dingen te boven gaat?

In zulke gevallen moet men de hand van die vrouw dan ook nemen, en die op het kind leggen.

De weerstand is duidelijk te voelen. Maar als die een keer is overwonnen gebeurt er met deze vrouw iets bijzonders.

Ze overwint zichzelf.

En daarmee stort er een muur in elkaar die haar scheidde, zowel van het kind als van haarzelf.

Een onbeschrijflijke vreugde stroomt haar binnen.

De oude scheiding van goed en kwaad, schoon en vies, tussen wat verboden is en wat mag is plotseling opgeheven.

En ineens wordt alles onbegrijpelijk eenvoudig. De dingen zijn gewoon, zoals ze zijn! Niets meer en niets minder. Voor de allereerste keer, sinds héél lang geleden!

Van al die angst is er geen spoortje meer over.

Met het aanraken van haar kind lijkt het alsof de vrouw ook zichzelf eindelijk terugvindt. Alsof ze zich verenigt met de tot nu toe niet aanvaarde andere helft van haar wezen.

De wereld van buiten en de wereld van binnen zijn weer één geworden.

23

Wat is er nog meer te doen? Het kind haalt adem. De navelstreng is doorgeknipt. Dus we zijn al een heel eind. De tijd is omgevlogen!

Hoe lang heeft het geduurd? Het lijkt alsof er jaren voorbij zijn gegaan – zelfs eeuwen. Maar op het horloge? Een minuut of drie – op z'n allermeeest vijf of zes. Doordat we onze volledig aandacht bij de kleine hadden, zijn we samen met hem de tijdloosheid ingegaan.

Waar zijn we nu? Het is wel een andere wereld, als je de stilte en rust van dit gebeuren vergelijkt met de gebruikelijke drukte bij bevallingen...

Net zoals we ons nog niet helemaal vertrouwd voelen bij de rust die er uitgaat van een pijnloze bevalling, zo ook zijn we wat ondersteboven van de vredigheid, de sereniteit, van deze geboorte.

En nu, natuurlijk, durft er niemand meer te praten.

Hoe aangrijpend deze rust en deze stilte ook zijn, er wacht nog iets anders dat nog veel aangrijpender is.

Het kind verlaat zijn moeder nu. Opnieuw.

Ze hebben elkaar nu weer ontmoet, herontdekt. Nu gaan ze weer van elkaar.

Het kind staat op het punt, een nieuwe stap te zetten op zijn weg naar vrijheid.

Ook bij deze volgende stap moeten wij uiterst omzichtig te werk gaan. Waar laten we de kleine nu? Hoe kunnen we er voor zorgen dat deze scheiding geen schokkende gebeurtenis wordt, maar iets goeds?

Kunnen we de angst, die nog voelbaar dichtbij is voorgoed verjagen? Er zijn nog resten van spanningen die we alleen op kunnen merken als we heel goed waarnemen; er zijn nog knobbels te voelen in de rugspieren. Hoe krijgen we die weg? Dat is niet moeilijk: het kind bevindt zich in de lauwe, zachte moederbuik. We brengen hem daarom opnieuw in een omgeving die dezelfde, prettige temperatuur heeft, en die even zacht is.

We leggen hem dus niet op de koude, harde weegschaal. En ook niet op luiers – op stoffen die veel te ruw zijn als onmiddellijke opvolgers van de zachte, warme buik.

Wat dan?

Ligt dat niet voor de hand? We leggen het, eigenlijk opnieuw, in het water.

Daar komt hij immers vandaan? Het water van zijn moeder heeft hem maandenlang gedragen, gestreeld, gewiegd. In het water was hij zo licht als een vogeltje.

Daarom staat er al een badje te wachten – een klein kinderbadje. Het water is op lichaamstemperatuur of iets hoger: achtendertig of negenendertig graden.

We nemen de kleine op en laten hem er in zakken.

Uiteraard opnieuw héél langzaam en voorzichtig.

Hoe verder de baby het water in zakt, hoe lichter hij wordt door de tegendruk. Hij wordt weer gewichtloos. Dat lichaam waar hij zo van te lijden heeft gehad, dat nieuwe lichaam, nog volgestouwd met angst, verdwijnt weer.

Hij drijft! De materie, alles wat log en zwaar was, is verdwenen. Alles is weer licht als een veertje. En hij is weer net zo vrij als in die mooie dagen, lang, lang geleden, tijdens de eerste helft van de zwangerschap, toen hij kon spelen en zwemmen zoals hij maar wilde, in een oceaan zonder grens.

Zijn verrassing en zijn geluk zijn onbeschrijfelijk.

Terwijl hij zijn element en zijn lichtheid terugvindt, vergeet hij wat hij zo-even heeft verlaten. Hij vergeet zijn moeder. Want hij zit weer in haar binnenste!

Zo wordt deze eerste scheiding allesbehalve een losscheuren en een angstig gebeuren: het wordt een blij en gelukkig spel.

De handen die de kleine in het water ondersteunen, voelen al gauw hoe het kind zich helemaal overgeeft, zich laat gaan. Wat er nog over was van de angsten en den spanning en stijfheid smelt nu als sneeuw voor de zon. Alles wat nog bangig of stijf of geblokkeerd was in dit kinderlijfje, begint nu te leven en te dansen.

En, ongelooflijk wonder: de kleine opent zijn heel wijde ogen.

Deze grote, ernstige, diepe, geconcentreerde ogen zeggen:

‘Waar ben ik? Wat is er met me gebeurd?’

Er ligt zo’n aandacht en zo’n tegenwoordigheid in, zo’n verrast zijn en zoveel vragen, dat de toeschouwer er van ondersteboven is.

Het is onontkoombaar duidelijk dat er daar een persoontje ligt.

Dat zich had verschanst achter zijn angst. En het wordt duidelijk dat het door die angst kwam, dat de oogjes gesloten bleven.

Het wordt duidelijk (alsof dat al niet lang duidelijk was!) dat de geboorte allerminst het begin is, maar een overgang, en dat dit wezentje dat ons nu aankijkt en ons ondervraagt, al een hele poos bestond.

Al degenen die deze geboortes hebben meebeleefd, en die zulke oogjes hebben zien opengaan, en die de ernst van die vragen hebben gevoeld die in die ogen te zien was, hebben zonder uitzondering met hetzelfde naïeve ongeloof dezelfde verbazing ervaren, en ze ervoeren dan:

‘Maar hoe bestaat het... hij kijkt!’

Kijken, in de zin waarin we dat woord gewoonlijk gebruiken... nee, vast niet. De pasgeborene kan uit zijn zintuigprikkelers nog geen beelden maken zoals wij dat doen. Maar hij onderhoudt zijn contact met ons op zijn eigen manier, waar wij helaas nog maar een heel vage herinnering van hebben. Maar het feit dat hij een verbinding met ons legt staat boven alle twijfel verheven.

'Zo'n pasgeborene, die is blind, die hoort nog niets, die voelt nog niets. Die heeft nog geen bewustzijn. En wat verwacht u dan op die leeftijd...'

Terwijl je die ondervraging ondergaat van die geconcentreerde ogen, moet je om dergelijke opmerkingen wel lachen. En je er tegelijk diep over schamen.





24

Ook hierna blijven er verbijsterende dingen gebeuren. Nadat de kleine is bevrijd van zijn angst, en als hij zijn verrassing te boven is, aanvaardt hij zijn nieuwe omgeving alsof hij het paradijs zelf cadeau kreeg. Volkomen op zijn gemak begint hij nu zijn nieuwe rijk te onderzoeken.

Nu gaat alles bewegen.

Hij draait zijn hoofd, naar rechts, naar links. Heel langzaam, maar heel ver: hij kijkt zover opzij als zijn halsje toelaat.

En nu zien we hem 'en profile'.

Dan komt er leven in een handje. Het gaat open, en het gaat weer dicht. Het beweegt alsof het naar boven komt, uit het water. En het armpje gaat mee naar boven. Het handje streelt de hemel, betast de lucht, en komt weer naar beneden.

Dan komt het andere aan de beurt, en gaat naar boven.

Beschrijft een figuur in de lucht; komt naar beneden.

Waarop de twee samen gaan spelen. Ze ontmoeten elkaar, ze knijpen even in elkaar; gaan dan weer elk hun eigen weg.

Het ene gaat er vandoor, het andere holt er achteraan. Dan vinden ze elkaar weer, knijpen elkaar opnieuw even, en laten elkaar weer los.

Soms houdt er een stil en staat even te dromen. Het opent zich, sluit zich weer – en dat alles met een zachtheid en kalmte alsof het diep onder water gebeurde.

Dan begint de ander te dromen. En de twee dromen vinden samen een evenwicht. Die handjes zijn als bloemen die je open ziet gaan. Het is alsof ze, net als zeeanemonen, open en dicht gaan op het zachte en golvende ritme van de oceaan, heen en weer gewiegd door een onzichtbare stroming.

En daarna de beentjes. Die waren eerst nog wat bang en durfden niet mee te doen met het spelletje. Maar nu komt er leven in. Plotseling gaat er één voet vandoor. En dan de ander, die op zijn reis tegen de rand van het badje stoot, en hup, daar gaat het hele lijfje naar achter. De kleine krijgt steeds meer plezier in het avontuur. Hij begint opnieuw. Hij is ooit al geweest, en toen vis, en nu garnaal!

Hij speelt!

En het is nog geen tien minuten geleden dat hij geboren werd! Dit hele ballet speelt zich af in diepe stilte. Het enige wat we horen zijn af en toe een paar kreetjes, heel kort en heel licht, die ons vertellen hoe verrast en gelukkig de kleine is.

En zo zet hij zijn onderzoek voort, soms met een dodelijke ernst, soms als spelletje. Hij peilt de ruimten, van binnen en van buiten. Met een diepe aandacht die geen ogenblik wordt onderbroken. Met een aandacht die zich niet laat storen.

Hij is er hélemaal bij, onderzoekt zijn lichaam met volledige overgave, het ene deel na het andere, en ontdekt wat hij er mee kan doen.

Hij is nu echt gelukkig, en nog helemaal één: een ononderbroken stroom, een geheel. Er is geen stukje van zijn lichaam dat niet bij de activiteit wordt betrokken. Alles beweegt. En al bewegend leeft alles samen in een totale harmonie.

Het is moeilijk om niet een beetje jaloers op deze baby te zijn. Zijn we zelf niet een samenraapsel van allemaal stukken en brokken geworden?

Wij zijn die oorspronkelijke eenheid kwijtgeraakt. Wij zijn alleen nog maar verstrooidheid, versnippering en chaos. Wij zijn gevlucht in onze dromen, en zijn altijd ergens anders.

We weten niet eens meer hoe dat is, 'hiër zijn' gewoon: eenvoudig.

Nu komt het gezicht aan de beurt. Het mondje gaat open; het mondje gaat dicht. De lippen komen naar voren. Daar komt een tongetje naar buiten. En... wèg tongetje.

En als eindelijk, als bij toeval, een handje het gezicht ontdekt, en er langsglijdt, en het mondje vindt, dan wordt de duim er prompt ingestopt, en de kleine begint verrukt te zuigen!

Dan gaat de hand weer op reis. Doorkruist opnieuw de ruimte, om zich ten slotte weer in dat heerlijkste van alle plekjes te nestelen: de mond!

Het blijft niet bij de duim: als ie kon zou hij zijn hele hand er in stoppen.

Deze nieuwe wereld is een mengeling van speeltuin en paradijs. Het is een betoverende sprookjeswereld. Zou hij dan echt nog heimwee kunnen hebben naar zijn verleden? Nee. In het heden is hij volmaakt gelukkig.

Natuurlijk zitten er in dit paradijs wel een paar slangen verstopt: de slang die Honger heet, en die een afschuwelijk beest is. Maar die heeft zijn geknaag nog niet laten voelen. Erg belangrijk is dat alles nu niet meer. Het begin is zo goed geweest, dat de kleine voor de rest van zijn leven de smaak van vitaliteit, van het avontuur, te pakken heeft. Hij is nu niet meer te verschrikken: laat alles maar komen. Hij zal het 't hoofd weten te bieden.

Hoe lang laten we de nieuwe burger in zijn badje? Dat moet hij zelf maar besluiten.

We moeten eerst kunnen voelen dat hij volmaakt ontspannen is; dat er geen enkele weerstand meer in dit kleine lijfje zit, en geen enkele aarzeling, geen enkele spanning of verstijving, geen enkele knoop, geen spoor van twijfel. We moeten duidelijk kunnen zien dat alles beweegt, dat alles levendig is, en openbloeid; dat alles pret is, en geluk.

25

Nu alle angst en afgrijzen is verdwenen en de moeilijke reis en de rest van het verleden zijn vergeten, is het goed om de verleidelijke vloeibare wereld te verlaten.

Opnieuw komen we opduiken uit de zee. We gaan aan wal. We zetten onze voet stevig op de oever.

Dat wordt de vierde stap op de reis die de geboorte is. De vierde pleisterplaats.

Opnieuw zal hij naar buiten komen; nog eens geboren worden. Op zijn nieuwe element: de vaste grond. Maar nu gebeurt het bewust.

En terwijl hij het water uitkomt, ontmoet hij zijn nieuwe baas, zijn nieuwe tiran: de zwaartekracht. De nieuwe kwelling van zijn lichaam.

Om te voorkomen dat hij er door wordt overmeesterd, en om hem de gelegenheid te geven, deze nieuwe beperking als een vriend te aanvaarden, moet de ervaring opnieuw worden ondergaan als een spel. Hij moet er plezier in krijgen.

Zo tillen we hem dus heel langzaam het water uit. Net zo langzaam als we hem er in hebben laten zakken. Dan





voelt hij het gewicht van zijn lichaam weer. Hij slaakt een kreet. Dan laten we hem weer in het water zakken. Het lichaam verdwijnt weer! En we tillen hem er weer uit. Het is een heftige gewaarwording. Maar niet nieuw meer. Ze wordt prettiger naarmate ze wordt herkend. Het wordt zo'n nadrukkelijke, duidelijke, en zo'n prettige gewaarwording dat alle kinderen op de hele wereld die steeds weer willen ondergaan. Het overall bekende verstoppertje-spelen is uiteindelijk niets anders dan jezelf verliezen en weer terugvinden.

Net als op de schommel die het lichaam beurtelings heel zwaar en heel licht maakt, en waar dus alleen maar een spelletje met de zwaartekracht gespeeld wordt, gaat het hier, de eerste dag, als je je bekneld voelt, en dan bevrijd, en dan weer bekneld, en dan weer bevrijd...

Nu de baby helemaal op zijn gemak is, en geniet van zijn nieuwe gewaarwordingen, is het gunstige ogenblik aangebroken om uit het badje te komen.

We leggen hem op een luier die we eerst tot op een prettige temperatuur hebben voorverwarmd.

We kleden hem in katoen en wol. De wereld is koud! Alleen het hoofdje blijft onbedekt, en de handjes, want die moeten vrij kunnen spelen.

Dan leggen we de baby op zijn zij. Niet op z'n rug – we weten nu, waarom dat niet moet.

Terwijl hij op zijn zij ligt, kunnen armpjes en beentjes vrij bewegen. De buik kan vrij ademen. En het hoofdje kan zonder beletsel draaien.

We hebben er goed op gelet dat we het ruggetje de hele tijd hebben ondersteund. Want als dat 'iets'voelt, moet dat iets vertrouwds, iets geruststellends zijn.

En dan laten we hem liggen. Zonder onze ondersteuning. Dat is dan de vijfde stap – de vijfde pleisterplaats op de geboortereis. Voor het eerst is de kleine nu op zichzelf. En ontdekt... de onbeweeglijkheid.

Alweer een buitengewone ervaring!

En opnieuw angstaanjagend, vanwege het onbekende van deze ervaring.

Negen maanden lang heeft het kind, als Odyssees, de zeeën doorkruist. Zijn bewegende heelal stond geen ogenblik stil. Soms waren de golven zacht en vol tederheid; dan weer waren ze verpletterend. Het lichaam van zijn moeder bewoog doorlopend. Zelfs als ze zat of stilstond of sliep onderging hij de bewegingen van haar ademen, van haar op-en-neer-op-en-neergaande middenrif.

De baby kent alleen een wereld van ononderbroken beweging. Soms zacht en vriendelijk, soms agressief. En de storm kwam vaker voor dan het 'spiegelend meer' en het 'zachtkens' uit het oude kinderliedje.

En nu opeens komt er een afschuwelijke en diep ingrijpende verandering: opeens staat alles stil!

Voor het eerst!

Niets beweegt.

De wereld lijkt op slag dood – lijkt plotseling gestold.

Tijdens zijn lange reizen, in heel zijn verre verleden is dit een ervaring die de kleine nog nooit heeft opgedaan...

Het onbekende.

Vol angst, gruwend van dit onbekende, en terugvallend in zijn maar al te bekende paniekgevoelens, begint hij te brullen.

Dezelfde paniek zal hem nog dikwijls overvallen, ook later, elke keer dat hij zich weer geconfronteerd voelt met de onbeweeglijkheid en de eenzaamheid van deze wereld. En hij zal opnieuw huilen, schreeuwen. Niet zozeer uit angst om alleen te zijn, als uit afschuw voor dit gevoel van in een versteende wereld te liggen. Alsof hij vastgevroren zit in een ijsklomp waar geen beweging in mogelijk is.

Dan wordt hij gewiegd. En daarmee vindt hij zijn geliefde en tegelijk vervloekte storm terug. Dat brengt hem weer tot rust. In het begin valt hij van de ene angst in de andere, elke keer nadat hij, uit de armen van de ouders, weer in zijn wiegje alleen wordt gelaten. Telkens weer.

Maar met die kleine avonturier van ons gaat het anders! Die is bevrijdt van zijn angsten. Die is van de ene verandering in de andere getuimeld, van de ene ontdekking en nieuwe ervaring in de volgende beland, maar zó zacht,



zo omringd met liefde en gedragen door aandacht die recht uit ons hart kwam, dat hij nu gelukkig en vol vertrouwen alles kan aanvaarden wat er op zijn weg komt. Er is niets meer dat hem angst aanjaagt.

Waar andere pasgeboren baby's beginnen te huilen of te snikken, blijft onze kleine stil en rustig.

Tijdens de grote overgang heeft hij misschien zijn ogen dicht gedaan en een kreet uitgestoten.

Maar dat was een kreet van verrassing.

Geen ogenblik heeft-ie wanhopig treurig gesnikt. Hij is niet in paniek geraakt, is nooit door afgrijzen overmand. Hoogstens heeft hij een kreet van woede geslaakt als protest bij het ophouden van iets wat hij prettig vond. Zo heeft hij

geprotesteerd toen het baden was afgelopen. Hij drukte zijn gevoelens uit.

Maar bij de ontdekking van een nieuw, en nog groter plezier, en tijdens een nieuwe ervaring, nog verrassender dan de voorgaande, doet hij zijn ogen weer open. En blijft zwijgen.

Terwijl hij, in deze stilte, vol verbazing proeft aan dit onbekende: de onbeweeglijkheid.

Zijn bestaan van ononderbroken golving is vervangen door een wereld van stabiliteit – van blijvend evenwicht. Met de storm is het voorgoed afgelopen.

De gevaarlijke klippen, waar de storm op z'n hevigst woedde, zijn voorgoed voorbij, en de kleine is veilig aangekomen in de 'Zee der Stilte'.

Op zijn zwerftocht kan onze kleine zich nu helemaal overgeven aan zijn tevredenheid en zijn ontdekkingen. En al gauw merkt hij dat de beweging eigenlijk niet helemaal verdwenen is: maar die is niet meer buiten: die is nu vanbinnen.

In deze baby is alles in beweging. In volkomen harmonie. Zijn ogen blijven wijd open staan, met geconcentreerde aandacht. Armpjes en beentjes gaan door met hun ballet. En de handjes zijn steeds op onderzoek uit.

Het angstmasker is voorgoed verdwenen.

We bevinden ons nu echt op vaste grond. Onze zwerftocht is ten einde.

De honger en talloze ander avonturen in en om het lichaam mogen nu hun kop opsteken. Nu kunnen we ze aan!

Hij is volmaakt wakker, 'hier en nu', hij is 'er bij', waakzaam; en hij straalt.

De hele atmosfeer rond dit kind ademt een diepe, bijna tastbare vrede.

Hier betreden we het gebied van de mysteriën.

Stilte, vrede en mysterie hangt als een aureool om elk kind dat op deze manier in ons midden komt.

Deel III

*'wie aan studie doet
weet dag na dag
meer.
Op de weg van het ware weten
ontdekt men elke dag
de deugden van de onbeweeglijkheid.
ten slotte wil men niet langer
tot elke prijs
iets doen.
en juist dan
gebeuren de dingen!
Ja
als men niets verstoort
vindt alles
uit zichzelf
zijn eigen plaats
en zo
volbrengen de dingen zichzelf.'*
Lau-Tze, Tau Teh Tsjing

1

En hier staan we nu zelf ook aan het slot van een groot avontuur. Gelukkig zoals destijds Odysseus geweest moet zijn... We gaan de baby nu verlaten. En hem voor een poosje aan zijn moeder teruggeven, nadat hij eerst wat heeft genoten van de eenzaamheid en de onbeweeglijkheid.

Terwijl hij op de borst van zijn geliefde ligt, het oor tegen haar hart, vindt hij de bekende trommelslag terug in het vertrouwde ritme.

De taak is volbracht. Alles gaat uitstekend.

De twee die daarstraks woest met elkaar hebben gevochten, zijn nu weer één geworden.

En wat ons betreft: wij zijn voldaan: wij hebben veel begrepen. We wilden toch weten waaruit nu eigenlijk dat afschuwelijke bestond van het geboren worden?

En we zeiden:

'Als we nu eens konden begrijpen wat die ongelukkige pasgeboren kinderen nu eigenlijk bedoelen met hun gehuil...'

'Wat willen ze toch zeggen, die baby's met die armpjes en die voetjes, met hun hoofd, en met hun schreeuwen; met hun rug en met hun handjes?'

Ze zeggen daarmee:

'Ik heb pijn. Ik lijd.'

Maar nog veel meer:

'Ik ben BANG!'

Ja.

"Ik ben BANG! Ik ben BANG!'

Angst en pijn – eigenlijk is het allemaal precies hetzelfde.

De ongelukkige baby's zeggen precies hetzelfde als de moeders vroeger zeiden bij de bevalling.

Die gebruikten ook lang niet altijd die drie eenvoudige woorden. Wie is zo onschuldig, zo ondubbelzinnig, dat hij openlijk durft zeggen:

'Ik ben bang!'

Die moeders meestal niet.

Maar hun lichamen schreeuwden het 'van de daken'! Het lichaam van die vrouwen 'in barensweeën' waren één brok

kramp, spanning, en geblokkeerdheid. Die lichamen waren een en al vlucht, weigering. En wat zeiden ze daarmee? Dat ze gek van angst en paniek waren! Om de vrouw te bevrijden van de pijn bij bevallingen, zelfs in zo'n mate dat het nu wel eens een extatische beleving wordt, moest eerst die angst worden verdreven.

Door de baby diezelfde angst te besparen lukt het om hem zijn geboorte tot een groots en betoverend gebeuren te maken.

2

Wat is de angst anders dan de ontmoeting met het onbekende, met het volkomen nieuwe? Met wat we niet kunnen herkennen of in een of ander hokje indelen?

Om te voorkomen dat de pasgeborene bang wordt, moeten we hem zijn wereld zo langzaam mogelijk laten ontdekken, zo langzaam dat het bijna lijkt alsof er geen beweging in zit. En we moeten hem maar net zoveel nieuwe gewaarwordingen laten opdoen als hij kan verwerken.

Dat kunnen we doen door hem dikwijls te herinneren aan zijn indrukken uit de goede tijden van vroeger. Zulke herinneringen vormen de brug waar hij veilig op kan oversteken. Deze nieuwe wereld is hem helemaal onbekend, en dus ervaart hij die als vijandig, bedreigend. Iets bekends stelt hem dan gerust, en maakt hem vredig.

Laten we nog eens op een andere manier proberen om ons in te leven in het afschuwelijke van deze grote overgang.

De zintuigen van de volwassenen hebben alle scherpte verloren, alle gevoeligheid. En bovendien zijn ze omheind door schuttinkjes.

Alles werkt voor eigen rekening.

Een heel fijn en gecompliceerd systeem filtert en organiseert onze gewaarwordingen, onze waarnemingen. En geeft er een speciale betekenis aan.

We zijn zo aan die beperkingen gewend, dat we ze helemaal niet meer opmerken.

Wat 'zien wij' als we voor een landschap staan?

De boer ziet goede of slechte grond. De ondernemer ziet er de kavels al in uitgestippeld. De waterbouwkundige ingenieur ziet hoe een weg kan worden aangelegd, en waar er een brug zou moeten komen. De schilder ontdekt honderden landschappen,

het spel van licht en schaduw, het reliëf, en allerlei perspectieven. En de artillerist ziet prachtige plekken om zijn geschut op te stellen!

Maar wie ziet het landschap in zijn geheel?

Niemand!

De hemel zij dank. We zouden er in stikken.

Zo houden onze beperkingen en onze taal de werkelijkheid voor ons verborgen. Ze beschermen ons tegen dat verpletterende totaal.

Maar bij de baby, bij de pasgeborene, is daar geen sprake van. Zijn gewaarwordingen zijn totaal, niet gefiltreerd en nog ongeorganiseerd.

En daarom hebben we, om dit kleine wezentje de wal op te helpen, de zekere en de gevoelige hand nodig als van bijvoorbeeld een ervaren glasblazer.

Eén onhandige beweging, een ogenblik van verslachte aandacht, een ongeduldig ogenblik... en alles breekt.

En het kindje begint te brullen.

3

We hadden os ook afgevraagd:

'Wat is toch dat mysterieuze iets in ons, dat ons belet om de dingen te zien zoals ze zijn? Om de ander te zien zoals hij is?'

Nu weten we dat we zelf dat mysterieuze 'iets' zijn. Ons ik, ons ego, is onze beperking. Dat wat we zelf zijn.

Het ogenblik waarop gewoonlijk de navelstreng wordt doorgeknipt, als het kind nog nauwelijks buiten is, werpt daar een duidelijk licht op.

We hadden ons afgevraagd: 'Hoe komt het dat de Mens, het met rede en zede toegeruste dier dat intelligent heet te zijn, op zo'n uiterst belangrijk ogenblik te werk gaat als iemand zonder verstand?'

'Hoe bestaat het, dat hij daar precies het tegengestelde doet van wat er zou moeten gebeuren?'

Want dat die navelstreng op een zo volkomen ongeschikt ogenblik wordt doorgeknipt is toch iets verbazingwekkends?

Het geheim? Misschien is het dit.

Iemand die helpt bij de geboorte kan niet voorkomen dat hij diep in zichzelf verontrust wordt. Dat geldt net zo goed voor de

dokter als voor de vroedvrouw, en ook al hebben ze honderden of zelfs duizenden kinderen geboren zien worden.

De oorzaak kan nauwelijks iets anders zijn dan het feit dat wij zelf dat alles ook door hebben moeten maken. En dat daar, ergens op de bodem van ons bestaan, nog resten van zijn overgebleven... zoiets als een nagalm. Een heel krachtige, maar die niettemin verstopt ligt.

Want in werkelijkheid vergeten we niets. En dít al helemaal niet. Alleen zijn de sporen aan de oppervlakte wat overgroeid. Daarom is de dokter of de vroedvrouw zonder het te weten tot in het diepste van zijn of haar wezen bij elke geboorte betrokken.

In ogenblikken van heftige spanning verandert onze ademhaling. Ook dat, zonder dat we er iets van merken. En hoe verder de bevalling verloopt, hoe sterker de spanning.

Afgezien daarvan: spanning is heel besmettelijk, en ze groeit door de spanning in anderen!

Hoe dan ook, als de baby naar buiten komt zijn de emoties bij alle aanwezigen op hun hoogtepunt. En de ademhaling, die tot op dat ogenblik gespannen was, komt tot stilstand.

‘Zal het ademen?’

Iedereen houdt de adem in. En vereenzelvigd zich, zonder het te weten, met de baby.

En daar zitten ze opeens weer midden in hun eigen geboorte!

Ademloos, net als deze baby. En al half stikkend. Want zij hebben geen navelstreng om hun van zuurstof te voorzien!

Zodat hun positie al gauw ondraaglijk wordt. Er moet ‘iets gebeuren!’

Wat er zou moeten gebeuren, hoogst eenvoudig, bijzonder redelijk en intelligent, zou zijn: adem te halen.

Maar in plaats daarvan wordt de navelstreng van de baby doorgeknipt.

Door de diepe emoties verliest men zijn verstand.

En natuurlijk begint het pasgeboren kind te krijsen.

Dan roept de dokter of vroedvrouw opgelucht:

‘Het ademt!’

De verblinden! Alleen hij of zij is opgelucht. Wat ze eigenlijk zeggen is: ‘Ik’ adem!

Wat belet ons, de waarheid te zien?

De dokter is weer adem gaan halen. De baby had geen haast. Dankzij de navelstreng had die alle tijd.

Maar terwijl de experts geloven dat zij iets doen om het kind te helpen, helpen ze in feite alleen zichzelf.

Zonder dat iemand er iets van gemerkt heeft, is er een overdracht ontstaan, zoals de psychologen dat noemen: ze hebben zich van hun angst ontdaan, door die op de baby te projecteren.

En het 'offerlam'? Nu is die het, die plotseling bijna stikt, beroofd van zijn navelstreng.

En die daarom dus schreeuwt.

Tot geweldige opluchting van de longen van de anderen! Arme onschuldige! Nog nauwelijks in ons midden word je al belast met het gewicht van onze angsten, onze dwaasheden en onze misstappen.

Dat proces dat 'overdracht' genoemd wordt, kent geen grenzen. Het totaal noemen we in onze kinderlijkheid: de opvoeding.

4

Ontbreekt er nog iets?

Op het gevaar af van vervelend te worden moeten we toch nog een keer terugkomen op die kreet. Dat was immers ons uitgangspunt?

'Moet de pasgeboren baby huilen?'

De vraag is te belangrijk om hier de mogelijkheid tot welk misverstand dan ook te laten bestaan.

Het antwoord is eenvoudig en duidelijk:

'Het kind moet schreeuwen'.

Niet alleen dat: het is zelfs belangrijk dat het, zoals men dat noemt, een goede schreeuw geeft. Helder en krachtig. Een ongeremde schreeuw, waar het hele lichaam van het kind aan deelneemt.

Die kreet is een antwoord van het hele lichaam, en ze bewijst ons dat het kind veerkrachtig is.

Als de baby bij de geboorte te zwak reageert en maar een klein geluidje maakt, moet onmiddellijk alles in het werk gesteld worden om zo snel mogelijk een ongeremde en volle schreeuw te krijgen.

Dat moet duidelijk zijn, en daarover mag geen enkel misverstand bestaan.

En als een kind ter wereld komt, stikkend door de navelstreng om zijn hals, dan mag er geen ogenblik worden gearzeld, en

dan moet die navelstreng ogenblikkelijk worden doorgeknipt om de kleine te bevrijden.

Dit zijn hele gewone dingen waar we ons gezonde verstand moeten volgen. We bereiden een aanstaande moeder toch ook niet voor op een pijnloze bevalling, als we al van te voren met feilloze zekerheid weten dat ze verlost zal worden door een keizersnee?

Hebben we onszelf hiermee niet tegengesproken, en weer enkele dingen herroepen van wat we hiervoor hebben beweerd? Daar is geen sprake van.

Het is absoluut noodzakelijk dat een kind bij de geboorte schreeuwt.

Een keer. Of twee keer.

Dat is meer dan voldoende.

Dan moet hij ademhalen. Of moeten de kreten die hij slaakt krachtige, vitale kreten van voldoening zijn.

En geen kreten van pijn of angst of paniek of wanhoop.

Hij moet niet huilen, niet snikken.

Om het onderscheid te kunnen horen hoeft een dokter of vroedvrouw geen fijn of geoefend oor te hebben. Wie aandachtig luistert, ontdekt vanzelf hoe breed en gevarieerd het gamma van geluiden is dat pasgeboren kinderen tot hun beschikking hebben. En hoeveel verschillende dingen een baby kan zeggen... zonder een woord.

Een arts of vroedvrouw die daar aandachtig naar heeft leren luisteren, zal nooit de levenskreet, de kreet van voldoening, verwarren met de kreten van verdriet en pijn en angst.

Betekent dat, dat ieder kind dat wordt geboren even vredig ter wereld kan komen als in de voorafgaande hoofdstukken is beschreven?

Kunnen we bereiken dat ieder van hen niet meer dan een of twee kreten uitstoot, om dan rustig te gaan ademhalen en brabbelen?

Dat kunnen we niet.

Net zo min als we aan iedere vrouw kunnen beloven dat ze met volledig succes een pijnloze bevalling zal beleven.

In beide gevallen staan we soms voor verrassingen.

Ieder wezen is anders. Iedereen is uniek, mysterieus en onvoorspelbaar.

Er zijn vrouwen die, wat hun lichamelijke structuur betreft, niet erg begaafd lijken en ons toch met bewondering vervullen over

hun moedige aanpak. Zulke vrouwen slagen dan, waar anderen die door de natuur beter uitgerust lijken, een steek laten vallen of een onverwachte moeilijkheid tegenkomen.

Zo brengt ook ieder kind zijn eigen temperament mee, en zijn karakter, naast zijn aanleg en allerlei erfenissen. Iedereen reageert op zijn eigen manier. Het wekt een peilloze verwondering in je op, als je je er rekenschap van geeft hoezeer ieder levend wezen uniek is, en van de anderen verschilt.

Twee pasgeboren baby's zijn even verschillend van elkaar als de Eskimo is van de Papoea. En toch...

Wonderlijk genoeg lijken alle pasgeboren baby's op de een of andere manier toch op elkaar tijdens hun eerste ogenblikken. Even lijkt het alsof ze nog volkomen onpersoonlijk zijn. Maar dat duurt maar heel kort. Al heel gauw komen de persoonlijke trekken te voorschijn, en dan kun je ze niet meer met elkaar verwarren. Toch lijken ze tot onze verbazing de eerste ogenblikken wel allemaal kinderen uit één gezin.

De reden ligt voor de hand: ze dragen allemaal hetzelfde masker: het onpersoonlijke masker van de angst.

Zodra dit masker afvalt, komt het persoontje te voorschijn. En ook, hoe uniek en verschillend ieder kind ook moge zijn, allemaal moeten ze dezelfde etappes afleggen die beginnen bij het angstig als een egel opgerold zijn, en die moeten eindigen bij het opengaan. Zo gaan ze van het in zichzelf teruggetrokken zijn naar het open contact met de omgeving.

Deze weg legt elke baby op zijn eigen manier af.

Wat niet altijd wil zeggen dat degene die het hardste 'loopt' ook in de beste conditie aankomt.

Sommigen schijnen het leven binnen te springen, om zich dan plotseling weer terug te trekken en zich te verschansen achter een muur van woede.

Anderen houden de ogen dicht, en lijken bij zichzelf te overleggen – leveren een innerlijke strijd en kunnen maar steeds niet geloven dat het gevecht afgelopen is en dat ze geboren zijn. Het kost de grootste moeite om ze uit hun nachtmerrie en uit hun angst los te krijgen.

Weer anderen lijken op een stuitende bal zonder zorgen. Ze hebben nauwelijks hun kreet uitgestoten of ze beginnen al te spelen!

En er zijn er die heel langzaam etappe na etappe afleggen, kalm en waardig, op een vorstelijke manier.

Zo uiteenlopend zijn de karakters van kinderen bij de geboorte. Al met al kunnen we zeggen dat de strijd tot een goed einde is gebracht, zodra de kleine zijn ogen open doet.

Pas op dat ogenblik kunnen we echt zeggen dat hij geboren is. Op dat moment heeft hij de oppervlakte bereikt, is hij boven water.

En dat kan sneller gebeuren of minder snel. Precies zoals we 's ochtends als we uit de diepe slaap of uit de droom wakker worden, nog even kunnen blijven doorsudderen, met gesloten ogen.

Dat is ook het ogenblik waarop het masker afvalt. En dat de eigen persoonlijkheid te voorschijn komt.

Pas als de kleine zijn ogen wijd openhoudt weten we dat hij eindelijk stevig op de wal staat, dat hij er is, dat hij geboren is. En dan wacht ons nog een verrassing: er zijn geen lelijke baby's.

Dat, ondanks het feit dat veel kleintjes er als ze naar buiten komen uitzien om weg te gooien. Zo lelijk zijn ze dan soms, dat je even de neiging krijgt, een stap achteruit te doen; dat je een gevoel van weerzin krijgt bij het zien van zo'n mormel.

Sommige baby's zijn de eerste ogenblikken werkelijk foeilelijk. Maar dat is alleen maar een masker. Het masker van de angst. Altijd!

Het is niet voor te stellen, hoe een gezichtje daardoor misvormt en vertrokken kan worden. Maar zodra die angst is verdwenen en het masker is afgevallen, wordt zelfs het lelijkste gezichtje onherkenbaar.

Zelfs dat lelijkste kind wordt dan als bij toverslag in een nieuw wezen veranderd. En wat eerst een monstertje leek, onthult ons nu zijn schoonheid.

Lelijke baby's zijn er echt niet. Er zijn er, die hun angstmasker hun hele leven dreigen te houden. Dat komt dan, doordat niemand genoeg van hen hield, en hen accepteerde zoals ze waren.

5

Natuurlijk zullen er mensen zijn die zich afvragen: 'Is de geboorte nu echt een gebeuren van zulk geweldig belang?'

En ze overwegen dan bij zichzelf: 'Het is toch eigenlijk maar een ogenblik. De geboorte is voorbij voordat je het weet. Tussen de lange periode van de zwangerschap daarvoor, en de nog veel langere periode van de opvoeding.'

'Laat het waar zijn dat een baby huilt bij de geboorte, maar wat dan nog? Het zal best een pijnlijk moment zijn, maar waarom moeten we daar zo'n trammelant over maken?'

Een pijnlijk moment... dat lijkt in dit verband een beetje lichtvaardig uitgedrukt. Er is nog zo'n 'pijnlijk moment', ook maar kort, en waar we ook allen doorheen moeten. Dat is de dood. Maar zijn grote schaduw valt over ons hele leven!

Hoe dan ook: het is waar dat de geboorte maar 'n ogenblik duurt.

Maar het is wel een heel bijzonder ogenblik!

Geboren worden betekent: overschakelen op de ademhaling. Zich vertrouwd maken met dit komen-en-gaan, met dat heen-en-weer dat pas ophoudt als wijzelf ook ophouden.

De ademhaling is het ragfijne notendopje waarin we van de ene oever naar de andere worden overgevoerd.

Alles wat leeft, ademt.

De schepping is één en al ademhaling.

Ieder mens haalt adem. Maar hoe...!

Het verschil tussen vrij en ruim ademen en een beklemde borst is even groot als tussen dag en nacht. Hoeveel van ons lijden een half verstikt leven? Niet eens in staat tot een diepe zucht? En nog minder in staat tot een diepe, bulderende lach? Vrij leven houdt in, vrij ademen. Niet alleen met de schouders of de borst. Maar ook met de buik en de flanken. En met de rug.

Wie wil dat alles in hem vrij kan leven en ademen, moet er voor zorgen dat hij een rechte rug heeft, en een vrije wervelkolom. Die soepel moet zijn, levendig, buigzaam.

Maar hoeveel onder ons gaan het leven door met een soort zwabber in plaats van een echte rug?

Geesteszieken zijn niet in staat tot een diepe, vrije ademhaling! Zodra ook maar het kleinste stukje langs de wervelkolom verstijfd is, geblokkeerd, is er een belemmering voor de ademhaling en daarmee voor het hele leven in ons. Door een dergelijke blokkering kan iemand voor zijn hele leven onvolwaardig zijn.

En daar zijn we dan: de manier waarop het kind en de latere mens zal ademen wordt bepaald bij de geboorte. Nu wordt beslist of die ademhaling vrij zal zijn, of geblokkeerd en halfslachtig.

Zoals we allemaal een ander gezicht hebben, zo hebben we ook allen een verschillende manier van ademhaling. Ieder mens ademt op zijn, hele eigen manier. En de meeste van ons ademen zondermeer slecht.

Veel mensen voelen dat en zeggen:

‘Ik adem niet zoals het moet. Ik moet het leren.’

En er zijn er zelfs die dat ook echt proberen!

Alsof ademen iets vreemds en onnatuurlijks is, dat je moet worden bijgebracht...

Het ogenblik dat we er voor moeten zorgen ligt bij de geboorte.

6

Er zijn anderen die zeggen, en dat is heel wat erger:

‘Natuurlijk drukt de geboorte zijn stempel op het kind. Maar het leven in deze wereld is geen feestje. Het is een gevecht zonder genade. De wereld is een oerwoud, en je hebt maar te kiezen tussen opvreten of opgevreten worden. Je moet de strijd geen ogenblik opgeven.’

‘Agressiviteit is iets onmisbaars. Of dat nou prettig nieuws is of niet, een baby hoort meteen bij de geboorte al te begrijpen in welke boevenbende hij terecht is gekomen.’

Is de wereld een oer-woud, en de maatschappij een boevenbende? Daar kunnen onze meningen verdeeld over zijn – maar zo zeker lijkt dat toch niet. Als we even een blik om ons heen werpen, hebben de meesten van ons toch geen reactie die hun haren recht overeind doet staan of die maakt dat we aan een stuk door om ons heen kijken om niet verslonden te worden.

Is dat eigenlijk niet vreemd: het risico om op de hoek van de straat een tijger tegen te komen, of een beer of een wolf, of een slang, is toch niet zo verschrikkelijk groot...

En toch sluipt de angst door onze steden.

We speculeen misschien, als we ons afvragen of dat een toestand is die altijd wel zo zal blijven. En het schijnt, dat we ons wat verwijderen van ons onderwerp – de geboorte. Dat lijkt

maar zo. De Spartanen smeten hun pasgeboren baby's op de grond.

Willen wij ook soldaten fokken?

Bij deze vraag zullen velen van ons hun mond dicht houden. Om liever niet te roepen: 'Ja'. Want in het geheim koesteren wij het geweld vaak.

Maar we moeten toch eindelijk eens wakker worden. De mammoeten zijn verdwenen. En de diplodocussen. En alle monsters en de duizend-en-een andere gevaren die de mens in de loop van de eeuwen bedreigden.

Dat de mammoeten echt verdwenen zijn schijnt tot velen nog niet helemaal te zijn doorgedrongen, althans als we af mogen gaan op de vertedering die zij diep in hun hart nog voor die kolossen koesteren.

Maar om bij ons onderwerp te blijven: wie denkt dat een geboorte zonder geweld halfzachte, slappe, slaperige kinderen oplevert, vergist zich grondig. Het tegendeel is waar. Kinderen die op de wereld gekomen zijn door een geboorte zonder geweld, zijn krachtige kinderen omdat ze vrij zijn, en geboren zonder het leven al met een conflict te moeten beginnen. Ze zijn vrij en vitaal.

Kracht ligt niet in agressiviteit – integendeel. Agressiviteit en geweld zijn zwakheden; het zijn de maskers voor onze onmacht en angst.

Kracht is zeker van zichzelf, vrij en onafhankelijk. Kracht glimlacht.

Maar het zou wel eens moeilijk kunnen blijken om de voorstanders van agressiviteit te overtuigen van hun ongelijk. Zij hebben zelf moeten lijden, en ze denken dus: 'Mijn leven is hard geweest. Ik heb klappen op moeten vangen. En dat heeft mij gevormd. Laat mijn kinderen daarom ook maar door klappen worden gevormd.'

Eigenlijk zeggen ze, zonder dat ze zich dit zichzelf toegeven: 'Ik heb moeten lijden. Waarom zouden anderen ook niet lijden?' Dat is de afschuwelijke wet van 'oog om oog, tand om tand'. Het zijn dezelfde hardnekkigen en wraakzuchtigen die zeggen: 'Moet de vrouw lijden bij een bevalling? Dan betekent dat, dat dit erbij hoort.'

Een goedkoop soort logica dat achter de feiten aanloopt. Dit soort 'zo is het nu eenmaal' betekent: lijden is gevolg van het kwaad, van de zonde. De verheerlijking van het lijden dateert

niet van vandaag. Het is een heel oude weg, die regelrecht, en zonder het minste gewetensbezwaar naar de brandstapel en de inquisitie en allerlei andere moordpartijen leidt.

Er bestaat niet zoiets als zonde.

Er bestaan fouten, dwalingen, onwetendheid. Onze verblindheid.

En onze gelatenheid.

Lijden dient tot niets. Het is pure verspilling. Geen enkele god is er blij mee.

Lijden is een gebrek aan intelligentie. Is de pijnloze bevalling daar niet een bewijs van? Dat geleverd is ondanks de tegenstand van de gewelddadigen, de autoritaireren, de verdedigers van de 'flinke manier?'

Ten behoeve van zulke starre lieden zou ik willen herhalen wat Lau Tzu zei:

'Als hij ter wereld komt
is de mens soepel en zonder kracht.
En als hij dood is,
Is hij stijf en stram.
Wanneer rozenstruiken en grote bomen
Nog klein zijn
Zijn ze teer, en ze buigen.
En als ze dood gaan
Zijn ze droog geworden
En breekbaar.
Daarom zijn kracht en hardheid
Vrienden van de dood.
Maar gedweeheid en soepel zijn
Zijn de vrienden van het leven.
In feite heeft geweld
Nog nooit iets overwonnen.'

Maar nu begin ik zelf te ontsporen: ik draag argumenten aan. En dat heeft geen enkele zin. Argumenteren heeft nog nooit iemand echt overtuigd. Mensen die sceptisch of asociaal zijn wel het minst van allen.

7

Want ten slotte kan ik maar een ding zeggen: 'Probeer het zelf.'

Alles wat hier beschreven is, is eenvoudig. Zo eenvoudig dat het pijnlijk zou worden om er nog verder op in te gaan. Misschien hebben we de smaak voor het eenvoudige verloren. We hebben bij dit alles zo weinig nodig. Geen van die dure instrumenten die de trots zijn van de technologie: geen monitor, niets van dat alles. Dat is leuk speelgoed, en geweldig in de mode.

Wat wij nodig hebben is geduld en nederigheid. En stilte. Een ononderbroken aandacht zonder zwaarwichtigheid. Wat intelligentie en wat respect voor de ander. En het vergeten van onszelf.

Het belangrijkste van alles:

Liefde.

Zonder liefde zijn we hoogstens bekwaam.

De kamer waar de bevalling plaatsvindt wordt perfect, met precies de juiste verlichting, geluiddichte muren, de temperatuur van het badje op de graad af zoals die moet zijn... en toch blijft het kind huilen.

Geef dan niet de schuld aan deze methode, asjebliedt.

Maar gaat u na in uzelf of er misschien nog een restje zenuwachtigheid is achtergebleven. Of een heel klein brokje slecht humeur, of een stukje ongeduld. Of een paar gram woede die naar binnen is geslopen.

Het kind weet het ogenblikkelijk.

Het heeft een wonderbaarlijk gevoel waarmee het u feilloos en meedogenloos beoordeelt.

Het weet alles. Het voelt alles.

Het kijkt tot op de bodem van ons hart. Het kent de kleur van onze gedachten.

En dat alles zonder woorden.

De pasgeborene is een spiegel. Hij laat u zien wat u bent. Op u komt het aan. Laat hem niet huilen.

8

- U vergeet nog iets!
- Wat dan?
- Wat wordt er van zulke kinderen, die in stilte en liefde zijn geboren? Zijn ze anders dan de anderen?
- Daar kan ik moeilijk een antwoord op geven. We zouden hen moeten zien.

- Zou dat een duidelijk antwoord zijn?
- U herinnert zich dat we u verteld hebben hoe het kind bij de geboorte een masker draagt, die het verbergt en misvormt en lelijk maakt...
- Dat tragische masker, met knobbels in de wenkbrauwen en met de mondhoeken omlaag.
- Precies.
- Is er dan ook een ander? Een masker van vrolijkheid en plezier?
- Dat is er!
- Met de mond ontspannen, opgetrokken mondhoeken, gladde wenkbrauwen en verkneukelde plezier-oogjes?
- Dat is wat ik bedoel, ja.
- Dat is dan natuurlijk een masker dat we nog nooit bij baby's hebben gezien. Nee. Zoiets is niet mogelijk...
- Denkt u dat? Kijk hier eens naar...





- Hééé! Dat kind glimlacht niet – het lách! Hij schatert zelfs.
- Dat is wat u ziet?
- Ongelooflijk toch, zo'n baby. Maar ik zie het verband nog niet met die geboorte.
- Waarom niet?
- Wij hadden het over de pasgeboren baby, en u laat me een foto zien van een kind van zes maanden.
- Van zes maanden?
- Maar u weet toch zelf ook wel dat een zuigeling voor de tweede maand nauwelijks glimlacht. Anderhalve maand is al heel mooi. Maar schateren...
- Dat wordt algemeen beweerd ja, dat weet ik. Maar deze baby is nog geen vierentwintig uur oud.
- Wat? Dat bestaat niet.
- En toch is het zo!
- Dat kan ik niet geloven...
- Ik geef onmiddellijk toe dat dit niet het gebruikelijke beeld is. Tenminste, *nog* niet.

Weet u dat er nog een masker is? Of liever, nee, geen masker. Een echt gezicht.

- U gaat me te ver.
- De gevoelens, waar wij zo op gesteld zijn, zijn eigenlijk tijdelijke 'toestanden'. In die zin duren ze niet lang. Ze verschijnen. En verdwijnen weer. Ze volgen elkaar op, en het ene vervangt het andere. Van sommige gevoelens houden we, en anderen stellen we minder op prijs. Maar ten slotte zijn ze allemaal een. Lachen en huilen liggen niet ver uit elkaar. En in zekere zin is dat stralende gezichtje dat bij u zo'n diepe en bewonderende weerklank oproept niet zó veel meer waard dan iets verdrietigs. Want beide zijn nog maar maskers.
- Wat blijft er dan over als de baby geen masker meer opheeft? Als plezier en verdriet beide zijn verdwenen? Niets meer?
- Bijna niets. Kijkt u maar...