

# Zwangerschap, de overgang van twee naar drie.

Wim Laumans

Haptonomische zwangerschapsbegeleiding ondersteunt de aanstaande ouders in een ingrijpende overgang van hun leven van 'slechts' partners voor elkaar, naar ook ouders. Deze begeleiding in de overgang van twee naar drie is meer dan een kwestie van techniek, of van praten. Het is vooral en basaal een kwestie van aanraken. Over het belang van dat aanraken voor de relatie tussen mensen überhaupt, maar ook tussen ouders en kind gaat dit artikel.

## **Inleiding: aanraken als de ethische kern van haptonomische zwangerschapsbegeleiding**

Haptonomische zwangerschapsbegeleiding is niet alleen een voorbereiding op de bevalling, maar is ook het begeleiden van de relatie naar een nieuwe situatie, namelijk: de situatie van vader en moeder zijn en van het gezamenlijke ouderschap. Dus ook de voorbereiding op de nieuwe werkelijkheid die ontstaat door de komst van het kind. De grote overgang van twee naar drie.

De taak van de begeleider is dan ook om de condities te scheppen voor de groei van een ieder binnen de relatie en voor de groei van de relatie zelf, waardoor de partners de nieuwe werkelijkheid aankunnen, samen de belasting van die werkelijkheid kunnen dragen. De relatie van de partners zal zich tijdens zo'n begeleiding verdiepen.

De inspiratie voor de begeleiding die tot groei voert vind ik bij de filosofe Luce Irigaray. En wel omdat zij de filosofe is van het *worden*, van het *ontstaan* en van de *vruchtbaarheid*. Haar filosofie behelst het ontstaan van nieuw leven in biologische zin en in existentiële zin:

1. In biologische zin is voor het ontstaan van nieuw leven het samenkomen van man en vrouw noodzakelijk. Het geslachtsverschil is de biologische basis van nieuw leven.
2. In existentiële zin is echter, om het nieuwe leven een kans van slagen te geven, meer nodig dan de geslachtelijke omgang alleen. Daarvoor is ook liefde nodig. Liefde voor elkaar en liefde voor het kind. Het geslachtelijke moet dus overstegen (getranscendeerd) worden.

Door de feministen is Irigaray nogal eenzijdig biologisch geïnterpreteerd en was er onterecht weinig ruimte voor de transcendentie die haar filosofie de diepte geeft voor het ethisch samenleven met ruimte voor de ander.

De relatie wordt door Irigaray niet geïnterpreteerd als een eenheid, maar als de tweehed van het verschil. Dat is niet een relatie waarbij de een wordt beschouwd als complementair, aanvullend voor de ander. Zoals tot uitdrukking komt in het woord wederhelft, wat aangeeft dat de andere helft nodig is om heel te worden. Integendeel, het gaat om een relatie waarbij de identiteit van de een *verschillend* is van de ander en waarbij dat verschil nodig is om zich te kunnen profileren t.o.v. elkaar. Het verschil werkt, als het goed is, wederzijdse groei in de hand.

Verder is Irigaray de filosofe van de betekenis van het lichaam en de aanraking als communicatiemiddel tussen mensen. Die communicatie is aanvankelijk alleen lichamelijk en pas later talig.

Het is precies deze lichamelijke communicatie die in de zwangerschapsbegeleiding de volle aandacht krijgt. Zowel bij Irigaray als in de haptonomie is de betekenis van de aanraking, de werking van de aanraking, de bevestiging van de ander. Irigaray is het eens met Levinas dat

het woord raken de basis is van het aanraken<sup>1</sup>. Zij onderkent dus dat de ethische raakbaarheid, de gevoeligheid voor het leed van de ander, mij in beweging zet om de ander aan te raken, mijn beweegreden tot handelen is. Verantwoordelijkheid begint, zegt Levinas, met de uitdrukking van het “gelaat”, de wijze waarop de ander zich lichamelijk uitdrukt en dat voor mij een appèl betekent. Een in relatie gesteld worden door de ander, waardoor ik al niet meer onverschillig ben.

Tegelijkertijd voegt Irigaray als linguïst nog iets toe. Ik citeer op p. 102<sup>2</sup>:

“De liefkozing maakt ook het gebaar ( le geste) en het gebeuren (la geste) van de vruchtbaarheid en reikt zo naar het oneindige van de ander als altijd anders. Nabijheid en oneindigheid, liefkozing en vruchtbaarheid- Luce Irigaray leest hun intrinsieke betekenis voor Levinas’ beschrijving van de erotiek met instemming. Ze brengt de termen samen in een meerzinnig woord, het (aan)raken, le toucher, dat haar verschil met Levinas steeds meer zal doen uitkomen. Le geste en la geste, gebaar en gebeuren, het (aan)raken is voor Luce Irigaray ‘la source de tous sens’, de bron van alle zin(nen).”

Met het werkwoord ‘gebeuren’ wordt de werking van het gebaar aangegeven en die werking is de bevestiging. Zo wordt door Levinas het ethisch fundament van de haptonomie blootgelegd en door Irigaray de werking van de bevestigende aanraking aangetoond. Een duidelijker en degelijker verklaring van de haptonomie ken ik niet. Het is, zo wordt hier gezegd, de lichamelijke tactiele communicatie, die de ander *bevestigt*. De betekenis van de aanraking is de bevestiging van de ander. Ik citeer Tonja van den Ende uit *In levende lijven* pagina 77:

“Om je eigen verhaal en je eigen lichamelijkheid ‘een plaats te geven’ is er een ander nodig die luistert, geraakt wordt en jou (be)roert”.

In figuurlijke zin kan zo iedere relatie, ongeacht het geslacht, een bron van vruchtbaarheid, van leven zijn. Iedere relatie kan zo de bron zijn van persoonlijke groei en van de groei van de relatie zelf. De *bevestiging van de ander* is de bron is van deze groei. Bevestiging is de positieve werking die mensen op elkaar hebben en die het goede in de samenleving tot stand brengt. De bevestiging is de gelukbrengende wijze van omgang tussen mensen.

Deze bevestiging is ten diepste een ethisch gebeuren. Bij de ouders is dat het moment in het leven waarop het egoïsme overstegen wordt en de partners bereid en in staat zijn verantwoordelijkheid te gaan dragen voor een kind. Moment waarop het leven in dienst komt te staan van de ander. Niet meer alleen de zorg voor zichzelf, maar ook de zorg voor het kind. Niet voor niets wordt de ouder-kind relatie het archetype van de verantwoordelijkheid genoemd en wordt het gezin beschouwd als de hoeksteen van de samenleving.

Van twee naar drie betekent ook de overgang van medeverantwoordelijkheid voor de ander, de partner, naar totale verantwoordelijkheid voor de ander, het kind. Voor de partner kun je bijdragen aan bevordering van geluk, maar uiteindelijk is hij/zij zelf verantwoordelijk. Voor het kind ben je in eerste instantie totaal verantwoordelijk.

Die verantwoordelijkheid behelst het worden van het kind, op grond van de bevestiging. De term ‘worden’ spreekt mij meer aan dan uitdrukkingen over het kind zoals ‘nog niet zijn’ of ‘er nog niet aan toe zijn’ of ‘nog niet rijp genoeg zijn’. Die benadrukken in

---

<sup>1</sup> In ‘Fécondité de la caresse’ (de vruchtbaarheid van de liefkozing) gaat Luce Irigaray in gesprek met Emmanuel Levinas. Zie het proefschrift *Bij de gratie van de transcendentie* van Atie Brüggeman-Kruijff (Amsterdam, 1993) waarin de filosofie van Emmanuel Levinas vergeleken wordt de filosofie van Luce Irigaray.

<sup>2</sup> Uit: *Bij de gratie van de transcendentie*.

negatieve zin de positie van de persoon waar het oordeel over uitgesproken wordt en die situeren tegelijk de persoon die het oordeel uitspreekt op het hogere niveau. Zo komen personen in een ongelijkwaardige verhouding tot elkaar te staan, wat het gevaar van kleinering van de beoordeelde mens met zich meevoert. Het worden benadrukken geeft daarentegen perspectief, opent de weg naar groei en ontwikkeling en geeft hoop op een toekomst. De bevestiging is dan de *handreiking* naar de ander, die in staat gesteld wordt te groeien en van waaruit confrontatie mogelijk is. Deze bevestiging is ook de basis van een kritiek. Alleen kritiek op basis van bevestiging brengt geen schade toe aan de ander, maar maakt integendeel groei van leven mogelijk.

De bevestiging van Luce Irigaray is de liefdevolle bestaansbevestiging van de ander. het is de bevestiging waardoor de ander groeien kan en uiteindelijk, voorbij het egoïsme, verantwoordelijk leert zijn voor anderen. Het is dus de bevestiging die voorwaarde is om het bestaan te ontgrenzen tot zijn, hetgeen betekent verantwoordelijk zijn. De liefde is de voedingsbodem van de bevestiging en leidt tot verantwoordelijkheid. Deze liefdevolle bestaansbevestiging vormt de kern, het brandpunt van de haptonomische zwangerschapsbegeleiding, die juist zo veel meer is dan alleen maar het aanleren van een techniek.

### **Bevorderen van de interactie tussen de partners**

Bevorderen van de interactie tussen de partners betekent de haptonomische begeleiding zodanig geven dat de liefde voor elkaar steeds tastbaarder wordt waardoor beide partners zich steeds makkelijker kunnen openbaren naar elkaar en er een *wij-gevoel* ontstaat als een duidelijke werking van de *bevestiging van elkaar*.

Een groot deel van de interactie tussen mensen is niet direct zichtbaar. Zo kan ik niet altijd van buitenaf aflezen wat een aanraking innerlijk doet. Is het gemoed van de ander nu wel of niet geraakt? Een belangrijke vraag, omdat het hier in wezen bij contact om gaat. Om de relatie bloot te leggen is het belangrijk om juist stil te staan bij dit aspect van de aanraking. Hoe wordt iets beleefd? Is er sprake van daadwerkelijke betrokkenheid of proef je een zekere mate van onverschilligheid. Wordt de liefde, die mensen t.o.v. elkaar voelen, tastbaar en zichtbaar in hun handelen? Is die liefde af te leiden uit hun handelen? Dit laatste is de boodschap die partners dagelijks in hun handelen jegens elkaar duidelijk moeten maken, en waar moeten maken: wij houden van elkaar en we laten deze liefde aan elkaar zien en voelen in de zorg die we voor elkaar hebben. Kortom, de liefde voor elkaar voelbaar maken. En, bij zwangerschap en daarna, ook die voor het kind. Het is *de gevoelde liefde* die het handelen draagt en de relatie bestendigt.

Ik moet hier denken aan een stel dat kwam voor een begeleiding en waarbij de man met duidelijke tegenzin aanwezig was. Toen ik hem vroeg om zijn jasje uit te doen reageerde hij door te zeggen dat hij niet van plan was zijn handen vuil te maken. De bevalling was een zaak van zijn vrouw. Basta.

De betrokkenheid als basis van de relatie ontbrak hier, waardoor de basis voor het handelen ontbrak. Was de betrokkenheid slechts 'verstopt', dan kon die wellicht door de begeleider naar boven gehaald worden. Bij ontbreken echter heeft zoeken geen zin. Het is de taak van de begeleider de liefde, het gevoel dat mensen met elkaar verbindt, tussen de partners zichtbaar en voelbaar te maken voor elkaar, waardoor ze steeds beter leren op elkaar af te stemmen. Leren voelen bijvoorbeeld wanneer de ander je steun nodig heeft of wanneer de ander juist met rust gelaten wil worden.

Een simpele actie, zoals het kindje in de handen van de man leggen, heeft voor de deelnemers aan het contact een eigen gezichtspunt en een eigen beleving van zichzelf en van de ander.

- De vrouw ervaart de betrokkenheid van de man en ervaart dat de man haar daadwerkelijk kan ondersteunen en het kindje even mee kan dragen, waardoor hij haar ontlast en het kind de weg wijst naar het kleine bekken.
- De man ervaart dat de vrouw het kindje even aan hem toevertrouwt. Ze wordt zich bewust van de spanning waarmee ze het kindje draagt – ze ervaart even de ontspanning die dat meebrengt- en leert beter met deze spanning om te gaan.
- De afstemming op elkaar wordt door beiden als een weldaad ervaren. Een weldaad voor zichzelf en voor de ander. De aanraking brengt ze dicht bij elkaar. De ervaring van nabijheid en intimiteit groeit. Zoals ook het gevoel groeit dat de komst van het kind de partners niet alleen confronteert met hun verantwoordelijkheid voor elkaar, maar ook met hun eigen en hun gezamenlijke verantwoordelijkheid voor hun kind.

Schrijven over voelen betekent noodzakelijk een koppeling aan de ik-positie.

Ik kan alleen voelen wat ik zelf voel. Wat een ander voelt kan ik me indenken, maar niet voelen. Door een ander aan te raken kan ik bij mezelf voelen en bij de ander voelen. Aanraken geeft dus de mogelijkheid voeling te hebben met de ander en dat geldt ook omgekeerd. Het is de taak van de begeleider dit voeling hebben met elkaar bloot te leggen en te versterken, de weg naar elkaar toe vrij te maken en te zorgen dat de partners van het onderlinge contact genieten. Ik gebruik hiervoor de volgende contactervaring:

De man zit achter de vrouw en omarmt haar en het kind. Het eerste deel van de instructie is het steun vinden bij elkaar zonder dat de ene persoon hangt op de ander. De partners zitten eerst op zichzelf en vervolgens zoeken zij contact met elkaar zodat de rug van de vrouw over de hele lengte aansluit met de voorzijde van het lichaam van de man. Door het contact gaan ze elkaars lichaamswarmte voelen en de eventuele druk voelen als ze die op elkaar uitoefenen. Gevraagd wordt elkaar te ondersteunen zonder druk te ervaren. Ze leren dus non-verbaal steeds subtieler met elkaar om te gaan en te luisteren naar elkaar. Neemt de man nu de leiding in de beweging dan volgt de vrouw hem vanzelf. En omgekeerd.

Vervolgens geeft de man aan de bovenbenen aan dat de vrouw de knieën kan spreiden. Daardoor ontstaat er ruimte om met zijn handen de schaal van het bekken te completeren tot een kom, waardoor hij het kindje in het centrum van deze kom kan plaatsen.

In een relatie wordt iedere periode van ‘bij elkaar’ zijn noodzakelijk gevolgd door een periode van ‘op zich zelf’ zijn. Iedere periode van samen dingen doen, wordt gevolgd door perioden dat ieder zijn eigen ding doet. De periode van behoefte aan contact, samen zijn, wordt afgewisseld met perioden met behoefte aan afzondering. In een relatie is het belangrijk aan te voelen van elkaar waar de behoefte ligt. En daarmee ook het verschil tussen een claim en een verzoek te leren onderscheiden. Door deze vormen van omgang met elkaar te leren, leren de ouders steeds beter naar elkaar te luisteren en elkaar steeds beter aan te voelen. Dit betekent ook meer respect voor de zelfstandigheid en de persoonlijke vrijheid van de ander. Ook het verschil in behoefte aan intimiteit of aan seksualiteit wordt gevoeld en een verschil in behoefte wordt niet meteen als een afwijzing geïnterpreteerd. Deze subtiliteit in de omgang met elkaar geeft een echte *verdieping van de relatie*.

Wat de ervaring van voelen ons zo over de relatie vertelt is dat de relatie inderdaad de tweeheid als een verschil is. Wat Levinas en Irigaray beweren lijkt daarmee overeen te stemmen: de ander is niet complementair, waardoor hij of zij mijn wederhelft is, en ik in de ander mijn heelheid of eenheid of fusie vind. Nee, geen fusie, maar verschil: in de relatie is ieder op zichzelf, en toch in verbinding. In de relatie is ieder een zelfstandigheid, en toch afhankelijk. Onafhankelijk en afhankelijk. Beide tegelijk. En de paradox is dat in deze gevoelige relatie de wederzijdse onafhankelijkheid van partners zich voedt aan een wederzijdse afhankelijkheid. Afhankelijkheid die de onafhankelijkheid versterkt. Het summum van intimiteit kan het summum van zelfstandigheid opleveren. Dat is de relatie als verschil. Ik ga niet op in de ander, ik word mijzelf via de ander. Geen eenheid: de ander is anders, en wordt ook als zodanig gerespecteerd. Liefde in de ware zin is dan die liefde die de ander zichzelf laat zijn, die het verschil, het anders zijn, respecteert en lief heeft.

## Samenleven

De filosofe Luce Irigaray neemt in het boek *Ik, jij, wij*<sup>3</sup> het samenleven van de moeder met het kind in de baarmoeder als model voor het geweldloze samenleven. Het 'baarmoederlijke samen' is namelijk een vorm van samenleven waarin het anders-zijn van de ander gerespecteerd wordt. Dit is mogelijk omdat er een 'tussen', een 'verschil' bestaat dat moeder en kind met elkaar verbindt en van elkaar scheidt. Dit tussenliggende orgaan is de placenta, de moederkoek. Ik citeer Irigaray:

“Ik zal eerst in herinnering brengen wat de placenta is. Het is een weefsel gevormd door het embryo dat, terwijl het zich nauw met het baarmoederlijk slijmvlies vervlecht, ervan gescheiden blijft. Ik moet het inderdaad in herinnering brengen, omdat het een ruim verspreide mening is dat de placenta een gemengd, half moederlijk, half foetaal product is. Welnu, ook al is de placenta een product van het embryo, zij gedraagt zich als een orgaan dat er nagenoeg onafhankelijk van is. In dubbel opzicht speelt zij een bemiddelende rol. Aan de ene kant betekent zij een tussenruimte tussen moeder en foetus, wat wil zeggen dat er nooit fusie is tussen moederlijke en embryonale weefsels. Aan de andere kant vormt zij een systeem waardoor de uitwisselingen tussen de twee organismen gereguleerd worden.”

In de moederkoek wordt de uitwisseling van het bloed van de moeder met het bloed van het kind mogelijk gemaakt zonder dat vermenging op kan treden. Zie hier: in biologische zin wordt al geduid op de relatie als verschil. De vaatwand is doorlaatbaar voor de stoffen die het kind van de moeder nodig heeft, de zuurstof en de voedingsstoffen en niet doorlaatbaar voor de lichaamseigen stoffen, die vreemd zijn voor de ander: er is verbinding en scheiding.

Heel mooi komt hier ook de betekenis van de *hapsis* naar voren: het onderscheiden wat vreemd voor mij is. Dit betekent niet alleen het *herkennen* van de ander, maar tegelijkertijd het respecteren van de ander als ander en daardoor in staat zijn geweldloos met elkaar samen te leven. Kortom: respecteren van verschil als wat een ware verbinding mogelijk maakt. En de paradox blijft hier de sleutel tot het inzicht.

Na de bevalling verandert het letterlijke tussen in een figuurlijk 'tussen'. Dit figuurlijke 'tussen' is de *verwondering* over het anders zijn van de ander. De verwondering over het verschillend zijn van de ander is de reden dat de ander voor mij boeiend blijft, een mysterie blijft. Het verschil bepaalt de aantrekkingskracht van de ander, waardoor de verwondering ook in liefde over kan gaan. Onlangs is een boek van Irigaray in het Nederlands

---

<sup>3</sup> Kampen 1992

vertaald met de titel *Tussen Oost en West*<sup>4</sup>. Hierin gaat ze in op de betekenis van het lichaam en het geslachtsverschil. Ik citeer:

“Daarin ( het lichaam) kan ook de fundering liggen van de relatie met de ander, die we altijd ook als lichaam ervaren, een fundering van een “wij” en van een samenleving waarin we de verschillen daadwerkelijk accepteren, waaronder het fundamentele verschil- dat ook door alle culturen, rassen en nationaliteiten heen loopt- tussen man en vrouw.”

En vervolgens:

“De menselijke soort bestaat uit twee geslachten, die onherleidbaar anders zijn, die tot elkaar aangetrokken worden door het mysterie dat ze voor elkaar zijn, een mysterie dat niet te onthullen is, maar een bron is van natuurlijk en spiritueel leven.”

Tijdens de zwangerschap ademt de moeder voor het kind. Na de geboorte moet het kind zijn eigen leven gaan leven, dat is zelfstandig gaan ademen. Los van de moeder gaan ademen. Vergelijken we de situatie in de baarmoeder met de situatie buiten de baarmoeder dan zijn er een paar enorme verschillen. In de baarmoeder krijgt het kind via de bloedsomloop continu zuurstof en eten aangevoerd. Na de geboorte wordt het ademen en ‘eten en drinken’ gesplitst. Het lichaam van elk mens is door het *diafragma* in tweeën gesplitst met boven het diafragma het orgaan voor de ademhaling en onder het diafragma de organen voor de spijsvertering. Ademhaling en eten worden losgekoppeld, waardoor het ademen - onze eerste en meest radicale levensbehoefte - tijdens het eten door kan gaan.

Deze splitsing tussen adem en voedsel is het verschil tussen lucht en aarde, het verschil tussen, metaforisch gesproken, immateriële en materiële werkelijkheid. Tussen onzichtbaarheid en zichtbaarheid:

1. De lucht (adem) staat voor de onzichtbare werkelijkheid, die ons allemaal omhult en die we met z’n allen delen. Hij is niet te pakken en niet het bezit of eigendom van iemand. Het is de werkelijkheid die voorhanden is en die ik meteen opneem, *inspireer*.
2. De aarde (voedsel) staat voor de zichtbare werkelijkheid die we ons eerst eigen moeten maken alvorens we hem kunnen delen met een ander.

Deze werkelijkheid van onzichtbaarheid en zichtbaarheid, van onstoffelijkheid en stoffelijkheid staat weer symbool voor de ik-splitsing. Het begrip ik-splitsing is het verschil tussen het zichtbare ik en het onzichtbare ik verenigd in de persoon. Een splitsing die eenvoudig als volgt voor de lezer is vast te stellen : als je probeert jezelf waar te nemen is er onmiddellijk een waarnemend ik (1) en een waargenomen ik (2). Het waarnemende ik (1) is en blijft onzichtbaar, als het punt van waaruit waargenomen wordt. Alleen het waargenomen ik (2) is zichtbaar, waarneembaar. Dat is de ik-splitsing waarbij de lezer voor zichzelf het onzichtbare ik (adem, lucht) en het zichtbare ik (aarde, voedsel) kan vaststellen. Ik citeer<sup>5</sup>:

“Dat ik het over de adem heb met betrekking tot het moederschap, is omdat het moederschap vaak wordt gewaardeerd als een materiële gift: van haar bloed, haar lichaam en haar melk, en niet als het delen van haar adem: haar leven en haar ziel.

De moeder deelt haar adem met de ander en laat deze gaan: ze geeft hem leven en autonomie. Ze geeft hem vanaf het begin af aan een fysiek en metafysiek bestaan.”

---

<sup>4</sup> Kampen 2009. Ik citeer van pagina 13, en vervolgens van pagina 112.

<sup>5</sup> Uit *Tussen Oost en West*, hoofdstuk *De weg van de adem*, pagina 109.

Een fysiek bestaan: materieel, zichtbaar, voedsel. Een metafysiek bestaan: immaterieel, onzichtbaar, adem. Deze adem, inspiratie, staat ook voor het *bezielende* dat ik elke menselijke, humane relatie een kernrol speelt. Het bezielende dat in de aanraking als bevestigend optreedt.

## **De wij-beleving**

Er is geen ik zonder een jij en geen jij zonder een ik. In de relatie scheppen wij elkaar, worden we wie we zijn. Alleen doordat er een ander is kan ik 'ik' zeggen. De relatie is dus de bron van de persoonswording. En er is meer. Door de relatie ontstaan niet alleen een ik en een jij, maar ontstaat ook een nieuwe werkelijkheid, een gezamenlijk beleefde werkelijkheid. En dat is een wij. Dit is de figuurlijke vruchtbaarheid van iedere menselijke relatie. Het ontstaan in de relatie van een nieuwe realiteit, een gezamenlijke realiteit. Een samen. Een intersubjectieve realiteit die door ieder gebaar van liefde versterkt wordt. Iedere liefdevolle blik wordt ontvangen en beantwoord met een glimlach. Ieder teder gebaar voedt de relatie en is zo een geschenk dat we elkaar geven.

Het is door deze *bevestiging* van de ander waardoor ieder iemand zich heel gaat voelen. Waardoor het leven van de ander bevordert, dat wil zeggen genoten kan worden. De relatie beantwoordt dan aan datgene waar de relatie voor dient: bijdragen aan het geluk van elkaar. Heel bewust zet ik hier niet neer: de ander, want het bijdragen aan het geluk van de ander is het vinden van de ware bestemming van de mens. Het vinden van de ware bestemming: vandaar dat een liefdevolle relatie het gevoel van *heel worden* geeft.

Het heel worden is dus iets dat gebonden is aan de relatie, dus iets waar ik de ander voor nodig heb en de ander mij voor nodig heeft. Het is een geschenk van de ander aan mij of van mij aan de ander. Wat we ook moeten beleven als een geschenk.

De geslachtelijke relatie tussen man en vrouw is uiteindelijk letterlijk de bron van nieuw leven. Maar iedere relatie tussen mensen, ongeacht het geslacht, kan figuurlijk een bron van leven zijn. Seksuele liefde geeft, letterlijk, het leven. Liefde in de brede zin van het woord geeft, figuurlijk, het leven. Voor de zwangerschapsbegeleiding is het van belang in te zien dat dit figuurlijke 'het leven geven' de basis dient te zijn van het letterlijke.

## **De wij-beleving, die zich uitbreidt tot de derde**

Gezien vanuit het echtpaar dat begeleiding zoekt is, is de begeleider de buitenstaander wiens hulp ingeroepen wordt. Het paar vormt een relatie die gekenmerkt wordt door een wij. Daar dring je jezelf als begeleider niet tussen, maar je zorgt ervoor dat beide partners je toelaten waardoor de kring van het wij in de begeleiding groter kan worden.

Als mannelijke begeleider maak je dit wijdere wij mogelijk door eerst contact te leggen met de man en vervolgens via de man contact te leggen met zijn vrouw. Je zorgt er voor dat dit contact goed verloopt waardoor de begeleider indirect ook contact krijgt met de vrouw. Door de uitbreiding van het contact tot drie personen is daarna ook direct contact met de vrouw alleen mogelijk. Deze volgorde wordt ingegeven door zorgvuldigheid en uit respect voor de relatie van de ander waardoor als het ware de begeleider bij de vrouw geïntroduceerd wordt via de man. Het is de prudentie die mij als begeleider de weg wijst in de 'intieme' relatie van een echtpaar, waar ik toe 'uitgenodigd' ben. Voor een vrouwelijke begeleider is het andersom.

## **Delen (hechten en onthechten)**

De valkuil in iedere samenleving is het gevaar iets niet te willen delen, iets voor zichzelf willen houden. Met name betreft dit de liefde voor het kind.

Het kind voor zichzelf willen houden betekent moeite hebben het kind aan een ander te geven. Dit afgeven is een vorm van loslaten, onthechten, van delen met de ander waardoor het kind zich kan richten op, en hechten aan, een ander. Deze beweging van afwending van het kind van de een en toewenden van het kind naar de ander is wat ook in de praktijk van de begeleiding “geoeffend” moet worden.

Aanvankelijk wordt het leren hanteren van het kind en het overgeven van het kind aan de andere ouder geoeffend met een pop om een handigheid te kunnen ontwikkelen. De ouder leert te ervaren hoe hij of zij een kind vast moet pakken, op de juiste wijze moet ondersteunen en toch vrijheid moet bieden om het kind de eigen zelfstandigheid te laten ervaren. Als de ouder daar bedreven in is leert zij/hij het kind over te geven aan de ander. Dit overgeven wordt geïntroduceerd met het kind afwenden van de een en toewenden naar de ander, waardoor het kind afscheid kan nemen van de een en kan anticiperen op de ander. Het afwenden van het kind van de ene ouder kan omschreven worden als een vorm van onthechten, die het zich toewenden naar de ander als een vorm van zich hechten aan de ander mogelijk maakt. Het toewenden naar de ander kan beschouwd worden als een vorm van geven, is het gunnen van de liefde van het kind aan de ander. De ander de kans geven zich te hechten is ouderschap delen. Dat is ruimte geven aan de ander. De ander zijn plek gunnen: het kind heeft mij op dat moment niet nodig omdat er een ander is. Het kind kan los van mij, onafhankelijk van mij, vrij zich richten op de ander. Eigenlijk is dit: jezelf overbodig maken. Zorgen dat de ander los van jou, onafhankelijk van jou, kan bestaan. Het is het stimuleren van het zelfstandig bestaan, wat een bestaan hoort te zijn. Onzelfstandigheid is uiteindelijk een pathologisch verschijnsel. Ik citeer<sup>6</sup>:

“In de psychoanalyse wordt de relatie tussen moeder en kind voorafgaand aan de tussenkomst van de vader wel symbiotisch genoemd.

Dat wil zeggen dat de relatie wordt getypeerd als een van versmelting, waarbij de grenzen tussen ‘ik’ en ‘de ander’ niet duidelijk zijn. Dit geldt niet alleen voor het kind, dat nog geen onderscheid maakt tussen binnen- en buitenwereld en tussen ‘ik’ en ‘de ander’. Dat geldt ook voor de moeder, die het kind na de geboorte nog een tijd als een verlengstuk van zichzelf kan ervaren. Er is dan sprake van een identificatie die de ander niet als ander laat bestaan.”

Deze identificatie moet uiteindelijk doorbroken worden, ter wille van een zelfstandig, onafhankelijk bestaan. Dit ‘doorknippen’ van de symbiose, deze losmaking, deze onthechting is een voortzetting van de al biologisch vast te stellen onthechting met het loskomen van de moederkoek. Montagu A. beschrijft in *De tastzin*<sup>7</sup>:

“Als de baby onmiddellijk na de geboorte aan moeders borst wordt gelegd om te drinken, zelfs voordat de navelstreng wordt afgebonden als hij lang genoeg is, zal het zuigen van de baby alle drie processen versnellen.

Door aan de borst te zuigen brengt de baby veranderingen in de moeder te weeg; zijn zuigen verhoogt de afscheiding van oxytocine uit de hypofyse, dat heftige samentrekkingen van de baarmoeder veroorzaakt, met als gevolg dat:

1. de spieren van de baarmoeder tegen de bloedvaten drukken 2. de bloedvaten van de moeder gelijktijdig dichtgedrukt worden. 3 de baarmoeder in omvang begint af te nemen. 4 de moederkoek van de baarmoeder wordt losgemaakt en 5 door de samentrekkende baarmoeder de moederkoek naar buiten wordt gebracht.”

---

<sup>6</sup> Uit *In levende Lijven* p. 163.

<sup>7</sup> Uit *De tastzin* p. 67



Na de bevalling zal de fysieke hechting, het letterlijk vastzitten aan de moeder, plaats maken voor een psychische hechting, waarbij de moeder de fysieke bron van de voeding blijft. Een voedingsbron die niet meer continu beschikbaar is, maar waar het kind ook gescheiden van wordt als teken van zelfstandigheid.

### **Tot slot**

Met de bovenstaande improvisaties heb ik geprobeerd naar voren te halen hoe belangrijk aanraken en voelen zijn in een liefdevolle relatie, ook naar het (ongeboren) kind. Bij uitstek de haptonomische begeleider is ook vakmatig gesproken uitgerust om dit lichamelijke voelen 'zichtbaar' te maken, te benadrukken, tot 'groeimiddel' voor de relatie te maken. Aan deze gevoelige deskundigheid hoop ik met dit stuk een bijdrage geleverd te hebben.

### **Literatuur:**

- Brüggemann-Kruijf Atie Th. Bij de gratie van de transcendentie, proefschrift  
Amsterdam VU boekhandel 1993
- Ende van den Tonja: In levende Lijven. Identiteit en verschil in het werk van Luce Irigaray.  
proefschrift UH , Uitgeverij Damon, Leende, 1999
- „ : Discussie: In levende Lijven, het risico van verschil , in  
Haptonomisch Contact nr.3 september 2003
- Irigaray Luce: Ik,jij,wij. Voor een cultuur van het onderscheid, Kampen, Kok Agora 1992
- Irigaray Luce: Tussen Oost en West. Van singulariteit naar gemeenschap, Agora reeks,  
uitgeverij Ten Have, 2009
- Montagu A.: De Tastzin, Aula 478, Utrecht, het Spectrum 1972
- Veldman Frans: Levenslust en Levenskunst, Blaricum, uitgeverij v.d.Veer, 2007