

Geboorte verhaal Jullia

Dinsdagavond 3 mei. Alles staat klaar of dat denk ik toch. Veel voorbereiding en nog die laatste stress die eruit moet. Ja, we zijn er (bijna) klaar voor zo denkt mijn hoofd. Onze living voelt als een warme veilige plek gevuld met een slinger met lampjes en affirmatie kaartjes enkel de mooie foto's die ik nog omhoog wou hangen ontbreken nog. Het bad wordt alvast klaar gezet en de lichtjes branden. De kaarsjes steken aan. De chauffage staat alvast warm genoeg en ik heb alle geboortewensen nog eens met je papa overlopen. Het het voelt als een plek waar we samen kunnen komen, ik dacht aan zoveel details zodat ik mentaal alle rust kon vinden om in die bubbel te gaan, dat ik kon loslaten. Onze lieve geboortefotograaf Linde werd ook alvast ingelicht.

Die sessie voetreflex bij Leentje en de acupunctuur van de dag ervoor zette ons dan toch mee in gang bedacht ik mij die avond. Mijn lijf geeft vaker aan dat het begonnen is. Ook onze kindjes Lukas en Margot voelen aan dat er verandering op komst is. Na hun bedtijd geef ik me eindelijk over aan de golven in mijn lijf. Na enkele uren van toch stevige 'oefen weeën' voel ik dat er iets is dat ons nog tegenhoudt, het zet maar niet echt door. Na lang twijfelen neem ik toch 's nachts contact op met met de vroedvrouw en krijg ik Leentje aan de telefoon. Al snel wordt me duidelijk dat dit niet voor vannacht of de komende ochtend zal zijn. Even een grote teleurstelling en met veel terug houding geef ik me over en ga ik in rust en slapen we de rest van de nacht.

De dag nadien voelt raar. De 'oefenweeën' zinderen nog na en mijn lijf is moe. Ik voel verdriet en gemis. Wat staat me te wachten, de twijfel slaat toe. Kan ik dit wel, kan jij dit lief kindje van me? Is er iets mis? Die dag was moeilijk en ik probeerde om de rust op te zoeken, maar tevergeefs. Ik snelde die dag nog naar de Holland & Barrett in Lier voor de vrouwenmantel thee ter ondersteuning van de kracht van mijn baarmoeder en verdere voorbereiding voor de bevalling. Ik had door dat controle ons tegenhield. Hoe het zou lopen en wanneer, zoveel vragen, zoveel to do's.

Ik besepte dat ik nog heel wat los te laten had. Op aanraadge van Leentje begon ik ook met de walnut bachbloesem om het loslaatproces aan te sterken en dichterbij mezelf te kunnen blijven. Zodat er weer meer plaats kon komen om in vertrouwen te gaan.

Het was moeilijk, want de drukte won al te veel en mijn hoofd verkoos ook om altijd te blijven gaan.

Die uitgerekende datum kwam steeds dichterbij. Ik bereide mijn controle brein al voor dat we wel eens wat langer op jou zouden moeten wachten dan eerder gedacht. De spanning nam nog vaak toe. Rust en drukte wisselde elkaar af. Die laatste details werden toch nog afgevinkt en ontlading kreeg meer ruimte.

Maandag 9 mei nog een afspraak bij de acupunctuur. Dat gaf rust en weer wat hou vast. Jij stelt het goed en beweegt nog lekker en ik voel wel wat verandering in mijn buik en bekken.

Dinsdag 10 mei we namen 's morgens samen nog een lekker lang warm bad want de golven in mijn buik en bekken namen weer toe en de nacht was weer woelig. Al de hele voormiddag voel ik de weeën weer opkomen. Ik nam ze niet zo serieus en ze vloeide mee doorheen de dag met mijn bewegingen en ademhaling. Ze voelden zoals vorige week dus we waren weer aan het oefenen dacht ik. Tegen 13u30 hadden we afgesproken in de Geboortepraktijk. Een warm gesprekje met Rosanne maakte dat de emoties konden stromen. Het loslaten werd in gang gezet. De laatste angsten kwamen eruit. Nog een onderzoekje als laatste controle

momentje om volledig in de overgave te kunnen komen. We reden naar huis en toen vloeide de tranen er uit zodat er ruimte kwam voor houvast en geloof. De liefde werd groter voor mijn lijf, het geboorteproces en voor jou komst. Het was moeilijk om het helemaal toe te laten. Door de muziek tijdens de autorit werd het sterker en sterker.

Ondertussen was het al 15u in de namiddag. Nog een stressvol telefoontje van de school van Lukas net voor we thuis aankwamen en dus werden we even uit onze roes getrokken van wat deze keer de echte aanzet en weeën golf zou zijn? Het stopte weer even en de twijfel in mijn hoofd kwam weer op. Is het nu dat we er aan gaan beginnen, wil je komen of gaan we nog even een ander moment zoeken.

Ik besluit van in het proces te geloven en neem de bal erbij, zet onze muziek op en wieg zachtjes met jou in mijn buik. Tegen 15u15 bel ik naar je papa. Met enige twijfel kondig ik weer aan dat het begonnen is en ik niet meer graag alleen ben. Ik vraag of hij alvast even langs komt. Bij zijn thuiskomst voel ik aan dat de weeën heviger worden. Jou broer zou weldra gaan thuis komen van school met de bus en jou zusje was nog bij de onthaalmoeder. Ik vroeg jou papa om Margot toch nog even op te gaan halen. Ik stuurde alvast weer een berichtje naar onze geboortefotograaf dat het weer stil aan begonnen was.

In tussentijd kwam je broer thuis.

Ik maakte snel nog wat spaghetti en zocht de zitbal op om de weeën golven verder op te vangen. De muziek creëerde verder onze bubbel en zo kon ik verder wegzinken in mijn ademhaling. Ik had niet door dat ons geboorteproces zo snel verliep. In mijn hoofd ging dit nog tot 's nachts of zelfs de volgende ochtend duren. Margot en je papa kwamen thuis rond 16u45.

We zaten snel wat te eten aan tafel, ik kon niet bij dit moment blijven en zakte dieper en dieper weg in het opvangen van de weeën. De zitbal verminderde de druk en het wiegen gaf rust. Mijn ademhaling werd intenser en dieper. Rond 17u15 gaf ik aan dat het echt heel snel ging en vroeg ik aan je papa om naar de vroedvrouw te bellen. Hij twijfelde en wou nog afwachten. Maar ik geloofde in ons proces en drong echt aan om nu te bellen. Ik reageerde kort en voelde dat het nu aan ons was, het was zover en het zou geen uren meer duren. Ik riep fel: ' Stop nu eens met eten, je hebt al een bord spaghetti op!' Het bracht ons aan het lachen.

Papa belde dan maar meteen naar de wacht telefoon van de vroedvrouw en Leentje nam op. Het gesprek viel deels voor me weg de weeën namen me mee. Vaag hoorde ik nog iets van een wandelingetje maken en riep nog fel nee hoor ze gaat nu komen. (Later bleek dat hij dus zei dat we zeker geen wandelingetje meer zouden gaan maken.)

Zittend op de bal en gebukt op de keukentafel ving ik de volgende weeën op. Jouw papa begon het bevallingsbad alvast met warm water te vullen. De drukte rondom mij werd moeilijker te verdragen en ik probeerde om bij mijn ademhaling te blijven.

Een andere houding of even rondlopen bedacht ik me. Ik stond recht en voelde het water meteen stromen.

Heel nuchter en met wel een onderliggende angst zei ik: ' Ja mijn water is gebroken bel maar terug dat ze vlug moeten komen! Ooh ja en bel maar snel naar de geboortefotograaf Linde dat ze ook maar meteen vertrekt. En is het bad al gevuld? Zet de chauffage aan en leg de tetra doeken warm! De controle nam het even over de angst nam wat toe, het ging snel.

Rond 17u45 kwam Leentje aan. Ik zat nog steeds op de zitbal, ondertussen in de living aan jou kleerkastje dat voelde veilig en zo kon ik de weeën zacht opvangen. Samen met Lukas en Margot luisterde Leentje nog eens naar jouw hartje om te kijken of alles goed ging. Ik had volledig het vertrouwen gevonden hierin en onze connectie was heel intens. Dit moment was zo mooi, ik knuffelde tijdens de weeën met je zusje terwijl ik op de zitbal zat. Lukas reed druk rond op de driewieler en stelde oneindig veel vragen. Jouw papa ruimde intens de keuken verder op en lade de vaatwasser in, die had nog lang niet door dat je er al bijna aankwam. Het ging echt snel zo snel dat had ik niet verwacht. Leentje vroeg om nog even naar het toilet te gaan. Ik wou niet, het ging echt heel snel en ik voelde dat rechtstaan de druk zo hard ging verhogen dat ik bang werd dat je er meteen uit zou komen. Een diepe ademhaling en toen besloot ik om toch naar het toilet te gaan samen met je papa. Een intense wee overviel me. De controle hield de weeën verder tegen. Ik besepte dat ik zo graag wou dat Linde er op tijd was. Ik wou jou geboorte zo graag op foto en hield elke wee verder tegen door niet volledig door te ademen.

Na het toiletbezoek namen de weeën het over. Michou kwam ook toe het was 18u15. Ik nam jou papa vast rond zijn nek en ving de komende weeën op. Nadien leunde ik op jou kleerkastje in de living. De bel ging dat had ik gehoord. In een waas zag ik Linde toe komen en de kindjes verwonderd rond zich heen kijken. Ik sloot me helemaal op in mijn weeën vloed. Ik ving de laatste wee rechtstaand op en zwierde daarna mijn kleren uit. De druk in mijn bekken werd groot. Ik stapte het bad in en de ontlading was groot. Ik voelde je hoofdje zakken en drukken naar beneden. De kracht werd groot in mijn bekken. Mijn ademhaling werd heel diep en het geluid dat ik erbij begon te maken zorgde ervoor dat ik verder vertrouwde in ons proces. De oergeluiden stroomde eruit de warmte in mijn keel gaf een verdoofd gevoel. De intense druk naar mijn vagina overspoelde mij. Angst en paniek kwam in mij op. Mijn gezicht trok samen en zocht een vertrouwde blik. Ik zag de blik van Lukas en Margot. Ik voelde papa's handen op mijn arm en nog helpende handen op mijn schouder. Vaag ontving ik de blik van de vroedvrouwen rondom mij. Ik voelde me zo sterk, zo vol vertrouwen en overgave. Dit was ons moment. Jou hoofdje zette door en de felheid epte al weg. De ontlading kwam al aanzetten. Ik voelde jou gezichtje onder water en de eerste tranen van intens geluk en verlangen stroomde over mijn wangen. Daar kwam je dan. Het voelde goed, de rest van je lijfje kon komen bij de volgende wee. Ik hoorde vaag op de achtergrond een aanmoediging en steunden woorden. Ze kwamen binnen zonder ze echt te verstaan maar ik voelde dat ik geen woorden nodig had, het vertrouwen was ontzettend groot. De aanwezigheid van iedereen gaf kalmte en ik liet de volgende wee jou verder naar buiten glijden. Zacht in het water bracht ik jou rustig naar boven. Ik zag de spanning in je armpje en handje en omringende meteen je lijfje met mijn handen. Ik had je vast, eindelijk sloot ik jou in mijn armen. Een korte glimp maakte mij al intens verliefd. De liefde stroomde door mijn lijf. Mijn hart werd meteen vergroot.

De ruimte werd gevuld met jouw geboorte kracht. Wat een ontlading voor iedereen. Wat ging het snel. Onvoorstelbaar wat we deden, de adrenaline stroomde door mijn lijf. Kort hierna begon ik wat te beven. Mijn lijf voelde slap en de weeën voor de nageboorte voelde scherper. De tijd vloog voorbij maar voor mij stond die stil. Ik had jou vast in mijn armen, je bent beeldschoon en hebt ontzettend veel haartjes.

Je papa kan het nog niet bevatten dat je er nu al bent. Jullie eerste contact is prachtig.

Je broer kon het niet geloven en keek met een ontzettend verliefde blik in mijn ogen. Zijn woorden: 'wauw mama dat heb je goed gedaan!'

Je zusje was even helemaal ontredderd en wou zo snel mogelijk door mij gepakt worden. Na een tijdje drong het tot haar door, ze kwam jou intens aaien en kusjes geven. Je werd bewonderd en omhuld door haar eerste liefde voor jou.

Lieve Jullia je werd geboren in een huis vol liefde waar je elke dag opnieuw jouw weg mag zoeken en jezelf mag zijn. Welkom in het leven!