






GROEIEN ALS MOEDER
OP *jouw* MANIER

Happy

mom



RUTH
SCHWENK



Inhoud

Heb ik hiérvoor getekend?	9
Ik heb geen idee waar ik mee bezig ben	21
Alles hangt van mij af	30
Ik wil het perfecte thuis	39
Wie ben ik nou helemaal?	50
Ik mis mijn vriendinnen	61
Ik moet altijd op mijn tenen lopen	72
Niemand waardeert wat ik allemaal doe	83
Ik vind deze fase maar niks	94
Nu is het tijd voor mezelf	104
Ik vind het vreselijk om te falen	113
Ik maak me voortdurend zorgen	126
Het moederschap berooft me van...	133
Ik weet niet naar wie ik moet luisteren	143
Ik kan niet zien waar ik heen ga	156
Ik heb wat tijd voor mezelf nodig	169
Ik heb bijna geen tijd meer	180

Ik wil verschil maken	190
Ik wil genieten van de reis	199
Dankwoord	209
Noten	213

Hoofdstuk 1

Heb ik hiérvóór getekend?

‘Hé, wacht even, zeg je nu dat jij zo’n geweldige moeder bent?’ Een vriend van onze zoon hoorde mijn man en mij praten over mijn website The Better Mom en kon zijn nieuwsgierigheid niet bedwingen. Waarschijnlijk wilde hij zijn eigen moeder verdedigen toen hij zei: ‘Dus volgens jou ben jij beter dan alle andere moeders in de buurt?’

Ik schoot in de lach en legde hem uit dat The Better Mom niet betekent dat ik, Ruth Schwenk, de allerbeste moeder ter wereld ben. The Better Mom is een community, een site voor moeders die samen willen leren en groeien. En die moeders denken niet dat ze beter zijn dan anderen, maar willen wel graag beter wórdén.

The Better Mom gaat over ons allemaal. Ook over jou. Het is een wereldwijde community voor moeders van

verschillende leeftijden en in de meest uiteenlopende omstandigheden. Ze willen allemaal beter worden in een roeping die even schitterend is als slopend: het moederschap.

Niets geeft meer vreugde dan echtgenote en moeder zijn. Ik ben bijna twintig jaar getrouwd met Patrick, die predikant is. We hebben vier geweldige kinderen van wie ik zielsveel hou. Tyler is onze relaxte, goedgeoede oudste zoon. Hij straalt een rustig vertrouwen uit en is vrijwel nergens bang voor. Zijn voorbeeld inspireert me om dapper te zijn en soms gewoon ergens voor te gaan! Bella, onze oudste dochter, is vrijgevig. Zij laat me zien hoe waardevol het is om te dienen: andere mensen te verrassen met kleine, liefdevolle daden. Om Noahs droge opmerkingen blijven we lachen. Hij is de grappenmaker bij ons thuis en leerde me om het leven – en mezelf – nooit al te serieus te nemen. En Sophia, met haar levendige fantasie en uitgesproken persoonlijkheid, verwelkomt elke nieuwe dag alsof het de beste van haar leven is! Ze is altijd enthousiast en helpt me om te blijven hopen, leren en dromen.

Ik vind het heerlijk om echtgenote en moeder te zijn. Jij vast ook. Maar hoe geweldig we het ook vinden, het is onvermijdelijk dat er soms dingen gebeuren die diepe, voorheen onbewuste gevoelens naar de oppervlakte brengen:

Ik heb geen idee wat ik aan het doen ben!

Ik heb een hekel aan deze periode.

Ik mis mijn vriendinnen.

Alles komt steeds op mij neer.

Als we geconfronteerd worden met zulke hartenkreten, snakken we naar het geheim van blije en gelukkige moeders. Wil je weten wat dat geheim is? Het is misschien wel heel iets anders dan je denkt!

Dit boek gaat niet alleen over de manier waarop jij je kinderen opvoedt, met ze knutselt, geld bespaart, gezonde maaltijden kookt of leuke verjaardagspartijtjes organiseert. Een goede en gelukkige moeder zijn gaat over iets veel groters en beters. Het gaat namelijk niet alleen om wat wijzelf doen, maar om wat God doet in ons – en hoe hij ons vormt in dat proces.

Als je moeder bent, kan het verleidelijk zijn om de boel maar de boel te laten. Of om juist te streven naar perfectie. Maar dat zijn twee ongezonde extremen. In dit boek beschrijf ik hoe God ons karakter vormt en kneedt, en ons laat groeien in genade tussen perfectie en puinzooi in. God nodigt ons uit om niet alleen te doen alsof we beter zijn, maar om daadwerkelijk beter te worden en te zijn, om meer op Christus te gaan lijken.

Je hoeft echt geen ervaren moeder te zijn om te weten dat je hart moet veranderen. Voor mij begon die ontdekkingstocht zelfs al voordat ik moeder werd.

Bepaald geen babypop

Na enig geworstel lukte het me om het campingbedje uit te vouwen. Ik deed een paar stappen achteruit en keek tevreden naar mijn werk. Ik had wat speelgoed neergelegd, een paar prentenboeken en een knuffeldoekje. Er stond ook een babyschommel. Ik gaf hem een duwtje en hij ging heen en weer op de melodie van 'Slaap, kindje, slaap'.

'Top,' zei ik tegen mezelf. Mijn 'crèche' was nog leeg,

maar ik wist dat dat snel zou veranderen. De ouders konden elk moment aanbellen!

Mijn eerste oppasbaantje stond op het punt te beginnen. Niet te vergelijken met het moederschap natuurlijk, maar ik was veertien jaar en enthousiast dat ik het moederen nu in praktijk zou kunnen brengen – iets waarvan ik altijd al gedroomd had. Moeder zijn associeerde ik op die leeftijd met wandelingen door het park met de kinderwagen, lekker in de zon. Met kleertjes uitzoeken, een kinderkamer schilderen en knuffelen op de bank. Ik stelde me voor hoe mijn kinderen later zouden leren lopen, hoe ze hun eerste woordjes zouden zeggen en zelf boeken zouden gaan lezen. Net als ik zouden ze natuurlijk dol zijn op sport, zingen en musicals.

De deurbel ging en maakte een eind aan mijn dagdromerij. De ouders legden hun kleine mannetje in mijn armen en gaven wat aanwijzingen. De komende uurtjes was hij van mij. Ik las hem voor, zette hem een tijdje in de schommel, gaf hem de fles – en toen stonden zijn ouders alweer voor de deur om hem op te halen.

Dat was wel heel gemakkelijk! Hij huilde en poepte niet, eigenlijk deed hij sowieso weinig. Het campingbedje was niet eens nodig geweest. Ik dacht dus dat ik wel in de smiezen had hoe dat hele moederschap werkte – het was een eitje.

Dat waren mijn eerste stapjes, het begin van de lange reis. Die reis had ik nodig om werkelijk te gaan begrijpen wat het betekent om moeder te zijn. Bijna tien jaar na mijn eerste oppasbaantje hield ik voor het eerst mijn eigen zoon in mijn armen. Hij leek totaal niet op de babypoppen waarmee ik als kind had gespeeld. Hij was echt.

Ik herinner me dat ik lang en verwonderd naar hem keek. Ik nam zijn babygeluidjes en babygeurtjes in me op, keek naar zijn handjes en piepkleine teentjes. Hij was nauwelijks zeven pond en als het om huilen ging stond hij zijn mannetje, maar in mijn ogen was hij perfect. Hij was stevig in een dekentje gewikkeld en ik hield hem warm en knus tegen me aan. Mijn droomwens om moeder te worden was eindelijk vervuld. Het was goed.

In ieder opzicht goed

Ik weet dat veel jonge moeders datzelfde innig tevreden gevoel hebben dat het goed is. Dat gevoel is nog sterker dan hun opluchting en vreugde over het feit dat ze een zoon of dochter op de wereld hebben gezet. Het heeft te maken met verwondering: hoe is het mogelijk dat een baby, een echt mensje, binnen in je kon groeien? Alle verwachtingen, opwinding en dankbaarheid rond die nieuwe schepping komen omhoog – diepe emoties die we voelen op het moment dat we onze eigen kinderen voor het eerst zien.

Daarom herken ik zo goed wat de Bijbel vertelt over de moeder van Mozes, toen ze haar zoon voor het eerst zag. Er staat: ‘Toen ze zag hoe mooi hij was.’ (Exodus 2:2, BGT) Letterlijk staat er in het Hebreeuws: ‘Ze zag dat hij goed was.’ Het verwondert me dat ze haar pasgeboren zoon beschrijft met hetzelfde woord dat God in Genesis 1 gebruikte toen hij zijn schepping zag. Ook God riep uit over zijn schepping: ‘Het is goed!’

Net als God willen we het overal bekendmaken: onze pasgeboren baby is goed! We maken foto’s van onze kinderen en zetten ze op alle sociale media, zodat de hele

wereld ze ziet. We willen niet alleen zelf van onze kinderen genieten; we willen dat iedereen – of in elk geval onze volgers – deelt in de vreugde.

Niet alleen wijzelf zijn verrukt over onze kinderen: God houdt van gezinnen en hij is dol op kinderen. Hij vertrouwt ze ons toe als een groot geschenk. Het geweldige van kinderen is dat ze ons niet alleen vervullen met liefde en blijdschap, maar ook helpen om Gods doel in deze wereld te verwezenlijken.

De Bijbel zegt veel over de vreugde en zegen van het krijgen van kinderen. Ik ontdekte twee krachtige woorden die God in verband daarmee gebruikt: *beloning* en *pijlen* (Psalm 127). Wie krijgt er niet graag een beloning? Het oorspronkelijke woord betekent 'loon' of 'betaling'. Ik heb nog nooit iemand ontmoet die het ontvangen van salaris als een last ervoer. Kinderen zijn als een betaling die we met blijdschap mogen ontvangen – en waarmee we wijs moeten omgaan.

Daarnaast zijn kinderen als pijlen. Pijlen en zwaarden waren de belangrijkste oorlogswapens in de oudtestamentische tijd. In Gods handen kunnen kinderen opgroeien tot werktuigen om zijn doel te verwezenlijken: het doorboren en verlichten van de duisternis in de wereld waarin ze leven – ze zijn als wapens van waarheid, leven en licht in een wereld vol gebrokenheid en pijn.

Als moeders hebben we alle reden om onze kinderen goed te vinden. Toch kan het moederschap, ondanks alle goedheid en vreugde die kinderen brengen, een van de moeilijkste taken in ons leven zijn. Het kost bloed, zweet en tranen om kinderen op de wereld te zetten, maar dat geldt minstens evenzeer voor de taak om ze in diezelfde wereld groot te brengen. Vaak lijden we extra door onze

eigen onrealistische ideeën over hoe het gezinsleven eruit zou moeten zien. We vragen ons af: hoe kan iets wat zo goed is, zó moeilijk zijn?

Droombeeld aan diggelen

Als kind ging ik bijna elke zondagavond mee naar opa en oma. Na het eten bleven we vaak aan tafel zitten praten, of we gingen wandelen in de buurt. Soms legden we een puzzel of deden we een spelletje. Dus toen ik droomde over volwassen worden, trouwen, een gezin stichten en een gezellig thuis, zag ik altijd taferelen voor me zoals bij oma: vredig en perfect. Nou ja, bijna perfect.

Er was maar één probleem: oma's kinderen woonden niet meer bij haar. Ik dacht ten onrechte dat huwelijk en gezinsleven altijd vol betekenis en plezier waren. Ik zag mijn toekomstige thuis voor me zoals het bij oma was op die zondagavonden, met leuke spelletjes, gezellig lang tafelen, boeiende gesprekken en veel tijd om samen op te trekken als gezin. Er was natuurlijk niets mis met dat droombeeld. Het was goed, erg goed zelfs, maar het was niet het hele plaatje. Mijn verwachtingen waren onrealistisch en daardoor werd ik al in een vroeg stadium teleurgesteld.

Ik ervoer snel genoeg dat de werkelijkheid heel anders was dan mijn vredige en romantische droombeelden van het moederschap. Allerlei gebeurtenissen verstoorden mijn verwachtingen van het gezinsleven. Gesprekken aan tafel ontvaardden soms in bonje tussen de kinderen. Als we met onze vier jonge koters en twee honden een wandeling maakten, leek het alsof er een circus door de buurt trok. Rustige puzzelavondjes maakten plaats voor gehaaste maaltijden – soms zelfs in de vorm van een broodje

hamburger in de auto – om op tijd bij sportwedstrijden en andere buitenschoolse activiteiten te kunnen zijn. Om de wanorde compleet te maken, was daar het jongleren met de taken thuis en op het werk, alle hindernissen die er waren in onze pogingen om samen goede ouders te zijn en natuurlijk de kunst om van mijn man te blijven houden in een druk huis vol kinderen. Een kind op de wereld zetten doet pijn, maar ook een kind gróótbrengen kost soms meer pijn en moeite dan we hadden verwacht.

Mijn droom om moeder te worden van een groot gezin met zes kinderen, werd eveneens aan diggelen geslagen door de realiteit. Ik kreeg vijf hartverscheurende miskramen: na elk van onze vier nog levende kinderen kreeg ik een miskraam, en na de geboorte van onze jongste dochter Sophia zelfs twee. De artsen wisten niet waarom. Mijn plan om zes kinderen te krijgen viel in duigen en ik wist dat ik die droom moest opgeven.

Ik weet niet op welke manier jouw dromen over en verwachtingen van het moederschap door de werkelijkheid zijn vermorzeld, maar het is gewoon zo dat moeder zijn heel anders is dan de meesten van ons vooraf denken. Wie ziet zichzelf vooraf een hele nacht waken bij een ziek kind? Of droomt van het wassen en vouwen van schijnbaar eindeloze bergen wasgoed? Onze dromen van gezellige avonden met het gezin, spelletjes doen en boeiende gesprekken worden snel verdrongen door de alledaagse en zelfs pijnlijke aspecten van het ouderschap.

Te veel hooi

Wist je dat de zin ‘God geeft je nooit meer te dragen dan je aankunt’ niet in de Bijbel staat? Veel mensen denken

dat dat wel zo is. Ikzelf ook! Eerlijk gezegd zou ik willen dat het zo was, omdat de meesten van ons veel te veel hooi op hun vork hebben. Dingen lijken ons boven het hoofd te groeien.

Meestal is dat aanvankelijk niet zo. Maar wanneer we meer kinderen krijgen, wordt de kalmte van onze eerste dagen als moeder – met die ene, rustig slapende baby – vervangen door het gevoel dat we tekortschieten. Naarmate onze kinderen opgroeien, krijgen we andere verantwoordelijkheden. Toch zijn we, al hebben we het misschien zwaar, in goed gezelschap.

Daarbij denk ik als vanzelf aan de moeilijkheden waarmee in de Bijbel mensen werden geconfronteerd als ze door God waren geroepen. Abraham verliet zijn vaderland. Mozes leidde Israël uit de slavernij in Egypte. Esther redde een heel volk door gunsten te vragen van een koning die kon beslissen over haar leven en de levens van haar volksgenoten. Nehemia liet zijn leven in een paleis achter zich om een stad te restaureren die in puin lag. Noach leefde tussen verdorven mensen.

Ze deden allemaal inspannend en riskant werk waarvoor ze veel offers moesten brengen. Maar het ging om de aard van het werk. In elk van de bovenstaande gevallen was God met iets goeds bezig. Hij veranderde levens, gaf nieuwe wegen aan, wijzigde de afloop van gebeurtenissen en herstelde wat verwoest was. Het was inspannend werk omdat het belangrijk was. God vervulde zijn doelen en verdreef met zijn licht de duisternis.

Weet je wat ik zo geweldig vind aan al deze verhalen? Niet alleen hoe God door die taken heen werkte, taken die vol geloof en gehoorzaamheid werden volbracht, maar

vooral ook hoe hij de mannen en vrouwen die hij gebruikte voor altijd veranderde. God had hun meer te dragen gegeven dan ze aankonden, maar hij vroeg hun niet om het allemaal in hun eentje te doen.

Stel eens dat je nu precies bent waar God je wil hebben. Ook wanneer je je als moeder vertwijfeld afvraagt hoe je orde in de chaos van je leven moet scheppen. Stel dat het feit dat je hondsmoe, angstig en afgesloofd bent, het gevoel hebt dat alles je boven het hoofd groeit en dat je de kinderen het liefst achter het behang zou plakken – dat juist déze situatie het begin is van een totale metamorfose? Stel dat je precies bent waar God je wil hebben, maar dat hij niet wil dat je daar blijft? Stel dat de uitdagingen waarvoor het moederschap je stelt Gods methode zijn om je aandacht te vangen, zodat je kunt groeien in het moederschap – op zijn manier?

Beginnen met een betere vraag

Onze jongste dochter Sophia stelt graag vragen. Ze is vrijwel altijd als eerste wakker, dus haar vragen beginnen al vroeg – en ze gaat er de hele dag mee door. Hoe geweldig ik haar fantasie en leergierige instelling ook vind, af en toe is het uitpuittend om haar moeder te zijn, want ik ben degene die de meeste vragen op haar bord krijgt.

Toen Sophia me onlangs weer bestookte met vragen en ik het gevoel had dat ik geen enkel antwoord meer over mijn lippen kon krijgen, bedacht ik dat ik zelf ook vaak veel vragen stel. Als moeder stel ik vragen over slaap, voeding, school, vrienden... noem maar op. Mijn vragen gaan doorgaans over wat we zouden moeten dóén. Het zijn goede en nuttige vragen, ze zijn praktisch gericht en

meestal belangrijk voor het welzijn van ons gezin (of misschien zelfs onze overleving). Maar in alle drukte vergeten we vaak een echt belangrijke vraag te stellen: de vraag wie we worden. Wat doet God in mij? Hoe gebruikt hij de uitdagingen en omstandigheden van het moederschap om me meer op Jezus te laten lijken? Op welke manieren geef ik hem de gelegenheid om mij te veranderen? Wie word ik?

Moeder zijn is een hoogstaande roeping, vol goede dingen, avontuur, plezier, hard werken en opoffering. Ja, het is chaotisch, onvoorspelbaar en soms zelfs overwelddigend. Maar juist in die chaos wil God ons ontmoeten. Niet om ons daar te laten, maar om ons te laten groeien. God nodigt ons niet uit om meer te dóén, maar om meer te wórden. Er is een betere manier van leven, die meer inhoudt dan moe, overbelast en gestrest zijn, meer dan het gevoel dat je helemaal klaar bent met de wanorde in je leven.

God heeft iets beters in petto voor ons. Een betere moeder worden begint niet met het doen van allerlei dingen, maar met de vraag wie God graag wil dat we worden. Toen we moeder wilden worden, dachten we vooral aan babygeschater, knuffelen voor het slapengaan en gezellig eten met ons gezin. Wat we kregen waren baby's met kolieken, huiluurtjes en strijd rond de bedtijden. Maar daarbovenop kregen we meer, zoveel meer. Meer genade. Meer groei. Meer liefde.

Om een voorbeeld te noemen: toen ik moeder werd, ging ik ervan uit dat het geen enkele moeite zou kosten mijn baby borstvoeding te geven. Per slot van rekening is moedermelk de beste voeding die je je kind kunt geven, en ook nog de meest natuurlijke! Na veel hulp van de

lactatiekundige in het ziekenhuis, een hoop gehannes met het gehuurde kolfapparaat en diverse borstontstekingen, accepteerde ik eindelijk dat dat aspect van het moederschap niet was wat ik me ervan had voorgesteld. Ik had mezelf dit probleem enorm kwalijk kunnen nemen. In plaats daarvan hield ik mezelf voor dat er een hoop goede moeders zijn die worstelen met borstvoeding. Velen van hen moeten hun kind als aanvulling de fles geven. Ik leerde dit feit te erkennen – en te accepteren.

Zie je wat God doet? Zoek jij lichtpunten van hoop en groei, zelfs midden in de chaos van het moederschap? Heb je ervaren hoe verrukkelijk het is om te groeien in genade, gevoeld dat God je daarbij hielp, hoe hij je kracht gaf en in en door jou heen werkte? Als dat zo is, dan zeg je bij de eerstvolgende uitdaging misschien niet snikkend: ‘Heb ik h ervoor getekend?’ maar pak je de dichtstbijzijnde pen en roep je stralend: ‘Zeg maar waar ik kan tekenen!’

HOE KOM JE TOT EEN GOEDE balans IN HET MOEDERSCHAP?

Moeder zijn is een rommelige aangelegenheid. Hoewel het een prachtig geschenk is om kinderen te mogen grootbrengen, kan het ook frustrerend, stressvol en vermoeiend zijn. Het goede nieuws is: zoals God jou gebruikt om je kind(eren) te vormen, gebruikt Hij je kinderen en het moederschap om jÓú te vormen.

Ruth Schwenk - zelf moeder van vier kinderen en oprichter van de site TheBetterMom.com - moedigt je in dit boek aan op een realistische manier. Ze spiegelt geen perfectie voor: dat is onmogelijk. Evenmin vindt ze dat je de chaos hoeft te omarmen. Je hoeft hun kindertijd niet te overleven. Je kunt erin groeien.

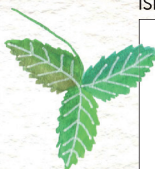
Met verrissende eerlijkheid helpt Ruth je om:

- ♥ Ongezonde en destructieve emoties zoals boosheid en angst te overwinnen
- ♥ Af te stappen van perfectionisme of juist het verheerlijken van rommel
- ♥ Vrijheid en vertrouwen te ontdekken in je eigen kunnen



Toen ze zwanger was, stelde **Ruth Schwenk** zich het moederschap voor als een sprookje. Ze zou met haar kind in de wandelwagen in de zon lopen en zich blijven verwonderen over die prachtige baby. Dat gebeurde, maar er gebeurde nog veel meer. Over de realiteit van het moederschap schrijft ze openhartig en opbouwend in dit boek.

ISBN 978 90 2395 807 9 NUR 707



9 789023 958079



KokBoekencentrum
UITGEVERS | UTRECHT

www.kokboekencentrum.nl