



Nr. 80

De overgang, een brug of een ravijn

Een zoektocht naar de betekenis van de overgang door Jeanne Meijs

Een overgang is een soort brug tussen twee verschillende gebieden. Eerst ben je ergens en erna ben je kennelijk ergens anders. De overgang in een vrouwenleven is

ook een soort brug van het ene levensgebied naar het andere. Die overgang wordt ook menopauze genoemd, maar dat woord betekent eigenlijk alleen dat de maandelijkse menstruatiecyclus is gestopt en er een laatste bloeding is geweest. Je kunt dus wel in de overgang zijn, maar niet in de menopauze, daar ben je misschien nog voor of er al aan voorbij. Het hele proces van lichamelijke en psychische verandering dat samenhangt met de door hormonen ingezette overgang van de vruchtbare fase naar die erna wordt hier bedoeld met het begrip 'de overgang'. Ook belangrijk voor mannen om daar kennis van te nemen.