

## Drie met 3 vragen

"Mijn naam is Jos van den Bos." Helaas ben ik hier véél te laat mee. Drie eerdere kansen heb ik laten liggen en nu is het wel heel erg aan de late kant. Feitelijk hadden we op onze trouwdag de switch moeten maken. Met dat Jannie op die dag, trouw aan de traditie, mijn achternaam ging dragen, had ik vanaf die datum kunnen kiezen voor haar familienaam. Of zoiets in die jaren al door de juridische beugel kon weet ik niet, voor zover ik na kan gaan dacht nog niemand hierover na. Terwijl het wél voor de hand ligt: twee personen besluiten samen door het leven te gaan, zien de ander als onmisbare aanvulling op het eigen bestaan en staan beide voor dezelfde grote onbekenden: Wat heeft de toekomst voor ons in petto? Hoe stelt mijn partner zich dan op? En ikzelf? Hoe beter je dan elkaars wordingsgeschiedenis kent des te gemakkelijker je op nieuwe uitdagingen kunt inspelen. Uiteindelijk is een huwelijk niet de exclusieve privézaak van twee verliefden die zich aan elkaar gaan aanpassen, het is ook het samengaan van twee familietradities, twee levensstijlen. Elkaars achternaam dragen maakt voor jezelf, je partner én de totale buitenwacht volkomen duidelijk, dat je als duo aan een nieuwe werkelijkheid begint. Maar dit idee had ik toen nog niet.

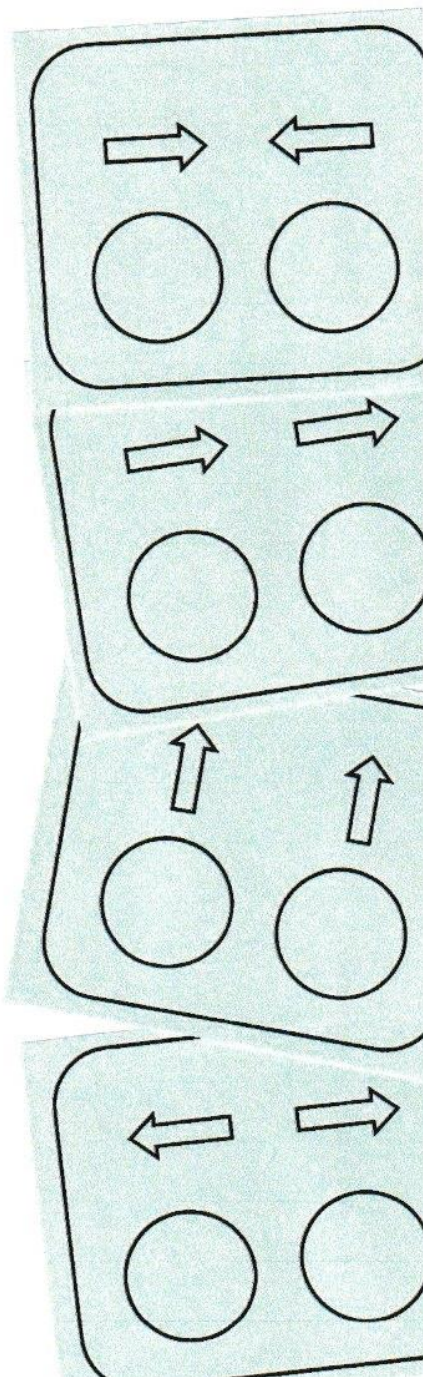
Vier jaar later had het goed gekund. We waren samen vastgelopen. Was ik tot dan de locomotief die onze gezinstrein op koers hield, Jannie, als het kolenwagentje daarachter, had zich volledig leeg gegeven en dus stonden we opeens stil. Trouwens niet alleen 'opeens', maar ook geruime tijd. Een complete herbezinning was nodig, wat tot principieel andere keuzes leidde. Exit stoomtrein! Binnen een spoormetafoor zijn we sindsdien als twee onderscheiden stukken rails, die dezelfde kant op willen. Om dat te kunnen, leggen we continu de benodigde dwarsverbindingen met bielen-van-tijd-en-aandacht voor elkaar. Onze grote vondst in die tijd: al verschillen we behoorlijk, we zijn volstrekt gelijkwaardig. Elkaars familienaam gaan dragen had dat fraai kunnen uitdrukken.

Een derde kans om mijn achternaam te veranderen diende zich aan toen we naar Dordrecht verhuisden. Ik herinner me nog levendig hoe verrast ik was bij een kennismakingsgesprek. De tot dan toe nog onbekende Ineke benaderde me met: "Oh, dan ben jij dus de man van Jannie van Dijken." Fantastisch toch? Jannie werd erkend om wie zij was en ik hoorde bij haar. Supertrots was ik. Nog steeds trouwens.

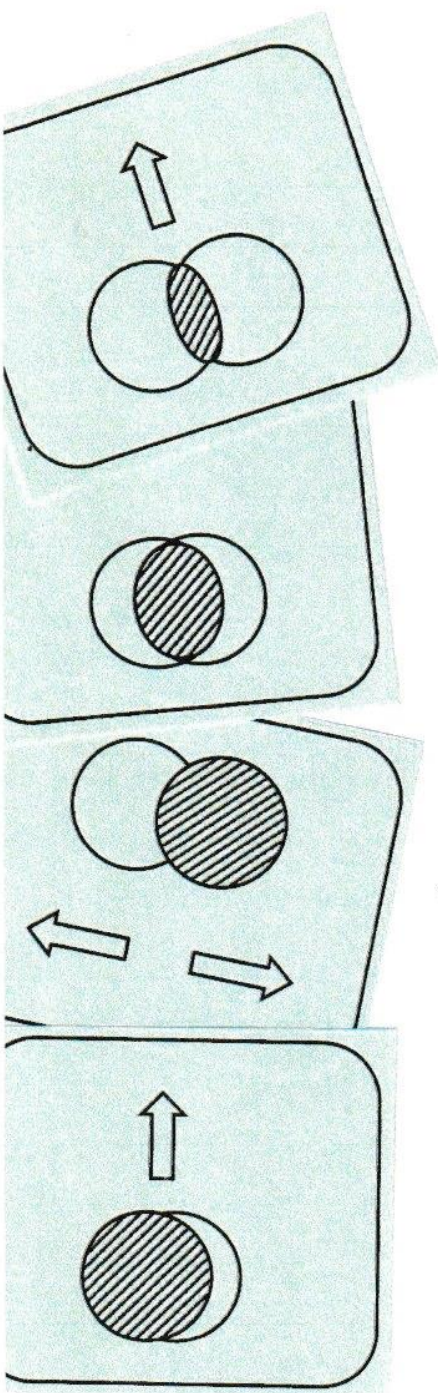
### Meer dan 8 mogelijkheden

Wat kunnen mensen toch creatief zijn! Een tijd geleden begeleidde ik een stel met relatieproblemen. In ons eerste gesprek gaf ik beide het setje illustraties, die ik hier en op de volgende pagina verkleind weergeef. Op mijn verzoek aan allebei om die 8 kaartjes eens rustig langs te gaan en dan even voor jezelf een keus te maken welk plaatje het beste je huidige beleving van de relatie weergeeft, verraste de vrouw me. Na een paar minuten vroeg ze: "Heb je een blanco blaadje voor me? En misschien ook een pen?" En ja hoor, even later kwam ze met een eigen tekening, die volgens haar hun situatie helemaal typeerde.

Prachtig! Want hier gaat het natuurlijk om. Werkelijk tot bezinning komen als je er doorheen zit betekent eerst eerlijk je eigen conclusies trekken. Dat dan openleggen naar je partner en goed luisteren waar de ander op uit is gekomen. Het ligt voor de hand om dit in drie rondes te doen. Eerst elkaar bevragen op de actuele beleving van de onderlinge verhouding. Daarna opnieuw schuiven met de kaartjes en nu met de vraag: Welk plaatje geeft voor mij het begin van onze band goed weer? Hoe beleefde ik onze start? Tot slot het vooruit kijken: Welk beeld geeft aan hoe ik de toekomst voor me zie? Waar wil ik op uitkomen? Hoe kijkt de ander hiernaar?

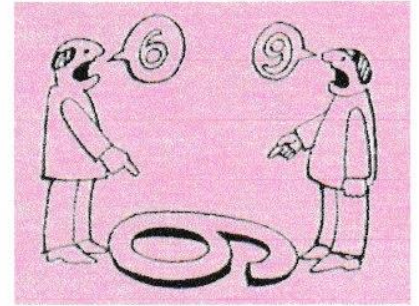






### Een laag dieper komen

Naar hetzelfde kijken, dan iets anders zien en dáár frustratie over ervaren. In een notedop kan dat de aanleiding zijn partnerrelatiegesprekken te willen. Hopelijk kan dan een derde, als buitenstaander, eraan bijdragen, dat er wat verder gekeken wordt dan enkel de feiten. Wat maakt nou dat we elkaar dreigen kwijt te raken? Wat speelt er zoal aan gevoelens, beweegredenen, innerlijke beleving? Hoe het nu is. Hoe we begonnen. Hoe nou verder.



Met die drieslag wordt een boel inzichtelijk. Beider kijk op het heden, verleden en de toekomst van de onderlinge band is nodig als je vastloopt. De hamvraag is: Kun je elkaar (terug)vinden als het over de toekomst gaat?

Eén gesprek zal vermoedelijk niet volstaan, maar het kan wél de aanzet geven voor het gaan bewandelen van een aangetoond vruchtbare route met de naam: 'Emotion Focused Therapy' (zie daarvoor <https://www.anderz.info/Recept.pdf>).

### 'Een koord uit drie strengen gevlochten'

Nog een laag dieper afsteken dan wat met EFT bereikt kan worden, dat is niet met elk stel mogelijk. In allerlei relatieperikelen speelt er mijns inziens meer dan enkel het sociale. Dan gaat het om het willen onderkennen van de transcendentie dimensie van de onderlinge band tussen mensen. Prediker zette dat mooi uiteen (4<sup>e</sup> hoofdstuk, de verzen 9 t/m 12) en vat het samen met 'Een koord dat uit drie strengen is gevlochten, is niet snel stuk te trekken'. Of, zoals een vriend me schreef over zijn pas gesloten huwelijk: 'Voor ons was het een 'match made in heaven.' Natuurlijk, hier spreekt ook hun beginnersgeluk en wie zou hen dat misgunnen? Maar als ervaringsdeskundige – tot voor kort weduwnaar, sinds lang vader en opa – weet hij als 60-plusser, dat er ook andere tijden kunnen aanbreken. Maar zijn focus en dat van zijn vrouw gaat verder dan enkel en alleen hen tweeën. Ook als het over hun toekomst gaat.

Prediker heeft een punt met zijn uitspraak hierboven en het terugkerende zinnetje in zijn boek: 'Geen mens kan in de toekomst zien.' Dat roept bij mij onderstaand beeld op. Ik kreeg het 18 jaar geleden van een vriend die ik jarenlang wekelijks ontmoette. We zagen ons genoodzaakt de band te verbreken. Hij schonk me dit afscheidscadeau. Ik zie erin ons beider voornemen om elkaar weliswaar los te laten, maar ieder op zijn eigen manier zich te blijven oriënteren op ons Midden, het Licht, de Warmte, het Vuur.

