

# Een relatieweekend

## De sleutel tot verdieping

**Hoewel Julia van Veen een goede relatie heeft, zou ze wel wat meer verdieping willen. Samen met haar man woont ze een Encounter-weekend bij, waarin ze een schrift volschrijven over hun relatie, hun seksleven en hun toekomst. "Dit weekend is een onderhoudsbeurt voor onze relatie."**

Mijn zus is razend enthousiast. Zij en haar man hebben net een Encounter-weekend achter de rug en ze vertelt me stralend hoe goed dat is geweest voor hun relatie. "Je moet dit niet doen als je relatie slecht is", legt ze uit. "Het weekend is bedoeld om beter in contact te komen met elkaar en om je relatie te verdiepen." Dat klinkt me als muziek in de oren! Emiel en ik maken namelijk voor alles en iedereen tijd, behalve voor elkaar. Hij staat normaal gesproken vrij sceptisch tegenover dit soort dingen, maar tot mijn verbazing zegt hij ja.

### Vrijdag

Het weekend begint vrijdagavond, na een hectische dag. Emiel moet veel moeite doen om op tijd thuis te zijn en zelf gooi ik op de valreep nog wat kleding in mijn koffer. De kinderen logeren bij goede vrienden. Het is twee uur rijden naar het Noord-Brabantse Helvoirt en we zijn erg moe. Emiel geeft met een chagrijnig gezicht aan dat hij spijt heeft dat hij heeft toegezegd om mee te gaan. Ook ik vraag me intussen af of het weekend iets zal toevoegen aan onze relatie.

### Authentiek

Om acht uur stellen drie echtparen zich voor aan de groep. Zij zijn degenen die dit weekend gaan leiden en ons aan de hand van verschillende thema's zullen vertellen over hun relatie. "Alles wat je tegen elkaar wilt zeggen, wordt opgeschreven in een schriftje", legt een van de begeleiders uit. "Het komt erop neer dat je dit hele week-

end met niemand anders over je relatie spreekt of schrijft dan met elkaar." Het eerste begeleidende echtpaar begint te vertellen. Hun verhaal is heel herkenbaar. De essentie: met wie je ook een relatie aangaat, je neemt altijd jezelf mee. Uit hun verhaal komt heel sterk naar voren dat het een illusie is dat de ander je gelukkig kan maken. Het valt me op dat hun verhaal zo echt is, zo puur. Ik ben van het begin tot het eind geboeid. Geen flitsende

'Deze dagen spreek of schrijf je met niemand anders over je relatie dan met elkaar'

trainers voor de groep. Van die types waar je zelf alleen maar schril bij afsteekt. Doordat het zo authentiek is, komt het ook echt bij me binnen. Na hun verhaal trekken Emiel en ik ons terug met een aantal basisvragen die we meekrijgen, namelijk: Wat hoop ik dit weekend te bereiken in onze relatie? En: Wat waardeer ik in jou? Wat waardeer ik in mezelf? De antwoorden schrijven we aan elkaar in een schrift. >

# Met elkaar lezen en schrijven

## Onwennig

Ik schrijf op ons slaapkamertje, Emiel in de eetkamer. Het voelt eerst nog een beetje onwennig. Ik schrijf op dat ik hoop meer inzicht te krijgen in wat er in zijn hoofd omgaat. Hij zit soms zo in zijn eigen wereld dat ik hem nauwelijks kan bereiken. Na ongeveer een kwartier horen we een signaal dat de tijd om is en komt Emiel op 'mijn' kamer. Ik ben nieuwsgierig naar wat hij geschreven heeft. Ik lees in zijn schrift dat hij niet iets specifiek wil bespreken, maar hoopt dat we wat vaker ongestoord kunnen praten.

## Zaterdag

Ik word uitgerust wakker en zie op de wekker dat het ontbijt over tien minuten is. Heerlijk dat er voor je wordt gezorgd. Geen kinderen, boodschappen, telefoon of andere verplichtingen. Alle tijd voor elkaar! Na het ontbijt doet een ander leidend echtpaar hun verhaal. Ze zijn wat jonger dan het echtpaar van gisteren en hebben nog kleine kinderen. Ze houden zichtbaar van elkaar, maar haar perfectionisme veroorzaakt veel spanning in de relatie. Ik ben onder de indruk van hun openhartigheid. Wat durven ze zich kwetsbaar op te stellen. Heerlijk om te zien dat we niet het enige stel zijn dat er af en toe een rommel-tje van maakt. Door het luisteren naar deze verhalen zie je alles weer in het juiste perspectief. We krijgen wederom vragen mee, zoals: Welke gevoelens heb ik bij onze seksuele relatie?

## Vicieuze cirkel

Op deze vraag schrijf ik in mijn schrift over een discussie die met regelmaat terugkomt, namelijk over het feit dat ik minder vaak zin in seks heb dan Emiel. Gek genoeg heeft dit alles te maken met zijn zwijgzaamheid. Op het moment dat ik emotioneel niet intiem met hem ben en afstand voel, wordt mijn behoefte aan lichamenlijk contact ook veel minder. Mannen schijnen heel anders in elkaar te zitten wat dat be-

treft. Al is de sfeer overdag nog zo zuur, het mannenlijf heeft er geen last van. Nou bij mij werkt dit niet zo. Meestal is dit een onbewust proces, maar als ik eerlijk ben, neem ik ook weleens bewust lichamenlijk afstand. Ik besluit dit ook op die manier op te schrijven. Als Emiel het leest, zie ik aan zijn gezicht dat hij blij is met die onthulling. "Dat voel ik heus wel Julia", zegt hij stellig. "En daardoor trek ik me alleen maar méér terug." We houden die situatie dus zelf in stand. Geen idee hoe we zo'n vicieuze cirkel moeten doorbreken, maar het voelt wel alsof er een begin is gemaakt. We praten er nog lang over door.

## Zondag

Emiel heeft een goed gevoel over de afgelopen twee dagen, maar vraagt zich af of een derde dag iets zal toevoegen. Toch trekt hij zich terug om de volgende vraag te beantwoorden: Met welk gevoel ga ik de toekomst tegemoet? Als we elkaar onze antwoorden voorlezen, wordt Emiel emotioneel. "Als ik denk aan de toekomst, voel ik angst", vertelt hij. "Hoewel ik drie jaar geleden vol energie aan mijn eigen bedrijf ben begonnen, heb ik nu het gevoel dat ik mezelf steeds meer kwijtraak. Het is me enorm tegengevallen en daarom ben ik de laatste tijd zo afwezig. Het liefst pak ik mijn oude werk weer op, maar dit durf ik je nauwelijks te vertellen, Juul. Ik heb het gevoel dat ik heb gefaald, en dat is het laatste wat ik wil." Ik weet meteen waar hij op doelt. Toen Emiel tien jaar was, is zijn vader vertrokken met een andere vrouw. Vanaf toen was Emiel de man in huis. Hij zou het anders doen dan zijn vader en later voor zijn gezin blijven zorgen. Natuurlijk wist ik dat het niet altijd lekker ging op de zaak. Niet alleen vanwege de recessie; ook het personeel gaf de nodige problemen. Maar dat het zó diep zat, had ik niet verwacht. Als ik zijn verdrietige gezicht zie, neem ik Emiel in mijn armen. Wat hij ook beslist, ik zal hem blijven steunen, zeg ik hem. Wat goed dat we deze dag nog

hebben meegepakt. Ik heb nu echt het gevoel dat de angel eruit is. Als ontlading krijgen we enorm de slappe lach. Ik realiseer me dat het een tijd geleden is dat ik hem zo ontspannen heb gezien.

## Koestering

Aan het eind van de dag rijden we naar huis. Ik bedenk me dat elk stel dit eigenlijk om de vijf jaar zou moeten doen, als een soort onderhoudsbeurt van de re-



'Als we elkaar onze antwoorden tonen, wordt Emiel emotioneel'

latie. Waarom je auto wel laten keuren en je relatie niet? Tegenwoordig hoor je zo vaak dat mensen uit elkaar gaan omdat 'de koek op is'. Maar ja, als je tussendoor niets bij bakt, heb je op een gegeven moment een lege trommel. Dat bijbakken doe je tijdens een Encounter-weekend. De afgelopen dagen hebben Emiel en ik echt naar elkaar leren luisteren. Emiel is nog enthousiaster dan ik. Hij stelt zelfs voor om naar de vervolgvonden te gaan! Wat ik van dit weekend het meest koester, is het schrift dat Emiel heeft volgeschreven. Als er ooit brand uitbreekt in ons huis en ik mag tien dingen meenemen, dan zit dit schrift erbij. Zeker weten! <