

DE DAG NADAT..

... ik weer verliefd werd op mijn man

Quinta Heijbroek (45): “Een brede glimlach om mijn mond. Het is lang geleden dat ik zo blij wakker ben geworden. Ik kijk naast me en zie mijn man liggen, hij slaapt nog. Ik voel een grote liefde voor hem. Ik voel me rijk en gelukkig. Ook moe, het was een heftig weekend. We hebben in jaren niet zo veel met elkaar gepraat. Ik kwam op het idee voor het ‘huwelijksweekend’ door een klein berichtje in Libelle. De strekking was zoiets als: een auto geef je elk jaar een grote beurt, waarom je huwelijk niet? Ik ben gaan googelen op encounter.nl. Het is een opfriscursus voor je relatie, gegeven door vrijwilligers. Je zit een weekend in een hotel en neemt in dertien vragen je relatie door. Het zijn kleine en grote vragen. Van ‘wat waardeer ik in de ander?’ tot vragen over seks, macht, geld en de dood. En de opdracht is steeds: zoek elkaars kwaliteiten. Het is geen groepstherapie, je neemt de thema’s met zijn tweeën door in de hotelkamer. De vuile was hoeft niet buiten te worden gehangen. Dat is prettig en veilig. Ik stap uit bed om het ontbijt klaar te maken. Dat deed ik nooit meer voor mijn man. Ik zorgde ervoor dat de kinderen naar school konden en dat ik zelf klaar was om naar mijn werk te gaan. Zo ging het eigenlijk met alles. We hadden geen slecht huwelijk, maar de sleur was ingetreden. Het leek wel of ik niet meer bij de liefde kon komen. Er was altijd wel wat. Logisch met drie kinderen, familie, allebei een baan

en een sociaal leven. Mijn man was bij alles sluitpost. Ik maak zijn ontbijt klaar en zie ineens wat ik heb. Ik waardeer zijn rust en zijn charme. Dat is wel even geleden. Zonder dat ik het merkte, sloop er heel veel irritatie in onze relatie. Ik kon bijvoorbeeld boos worden als hij thuiskwam met de verkeerde appels. Dan zei ik: “Waarom heb je nou déze gekocht? Ik had toch die andere gevraagd?” We hebben afgelopen weekend leren luisteren. En dan bedoel ik écht luisteren. Dat is zo heftig. Als je echt hoort wat je partner zegt, ga je zelf eerlijker reageren. Het dwingt je ook te kijken naar je eigen reacties. Waarom word ik eigenlijk woedend over ‘verkeerde’ appels? Welke angst schuilt daarachter? Ik realiseer me dat mijn focus in de loop van de jaren negatief is geworden. Ik vond het vervelend als mijn man, handige klusser die hij is, een weekend de buurman ging helpen. Dan dacht ik: en ik dan? Als mijn man naar zijn werk gaat, omhelzen we elkaar heel lang en innig. Ik zou willen dat we samen konden blijven. Normaal kussen we elkaar bij het weggaan vluchtig, kijken we elkaar niet eens aan. Nu doen we dat wel. De

hele dag moet ik aan hem denken. We mailen of sms’en nooit, maar vandaag krijg ik een lieve mail van mijn man. Hij komt ook eerder thuis. We zullen intensiever met elkaar leven. Closer en ook eerlijker. Andere mensen zullen tegen ons zeggen: ‘Goh, wat hebben jullie het leuk samen.’ Ik denk dan: misschien komt dat omdat we elkaar af en toe weer eens een liefdesbrief schrijven, zoals we geleerd hebben op het weekend. We worden echt geen perfect stel, maar ruziemaken is er nauwelijks meer bij. We zullen elkaar meer vragen stellen en luisteren naar de antwoorden. Het huwelijksweekend zal een ommekeer in onze relatie betekenen. We zullen elkaar weer echt zien en echt horen. Voortaan zullen we bijna elke maand een avond reserveren voor de opfriscursus. In de auto zeggen we al lachend tegen elkaar: ‘Ha lekker, een avondje werken aan de relatie!’ Ik zal zo enthousiast zijn dat ik reclame maak bij iedereen en zelfs op mijn werk promotieposters ophang. Na drie jaar aanmoedigen zullen ook onze burens op weekend gaan. Als ze terugkomen, zullen ze ons huilend in de armen vallen, zo’n cadeau zal het zijn.”

“We hadden geen slecht huwelijk, maar de sleur was ingetreden. Het leek wel of ik niet meer bij de liefde kon komen”