[Geef een citaat uit het document of de samenvatting van een interessant punt op. Het tekstvak kan overal in het document worden neergezet. Ga naar het tabblad Hulpmiddelen voor tekenen als u de opmaak van het tekstvak voor het blikvangercitaat wilt wijzigen.]

**Gebroken harten**

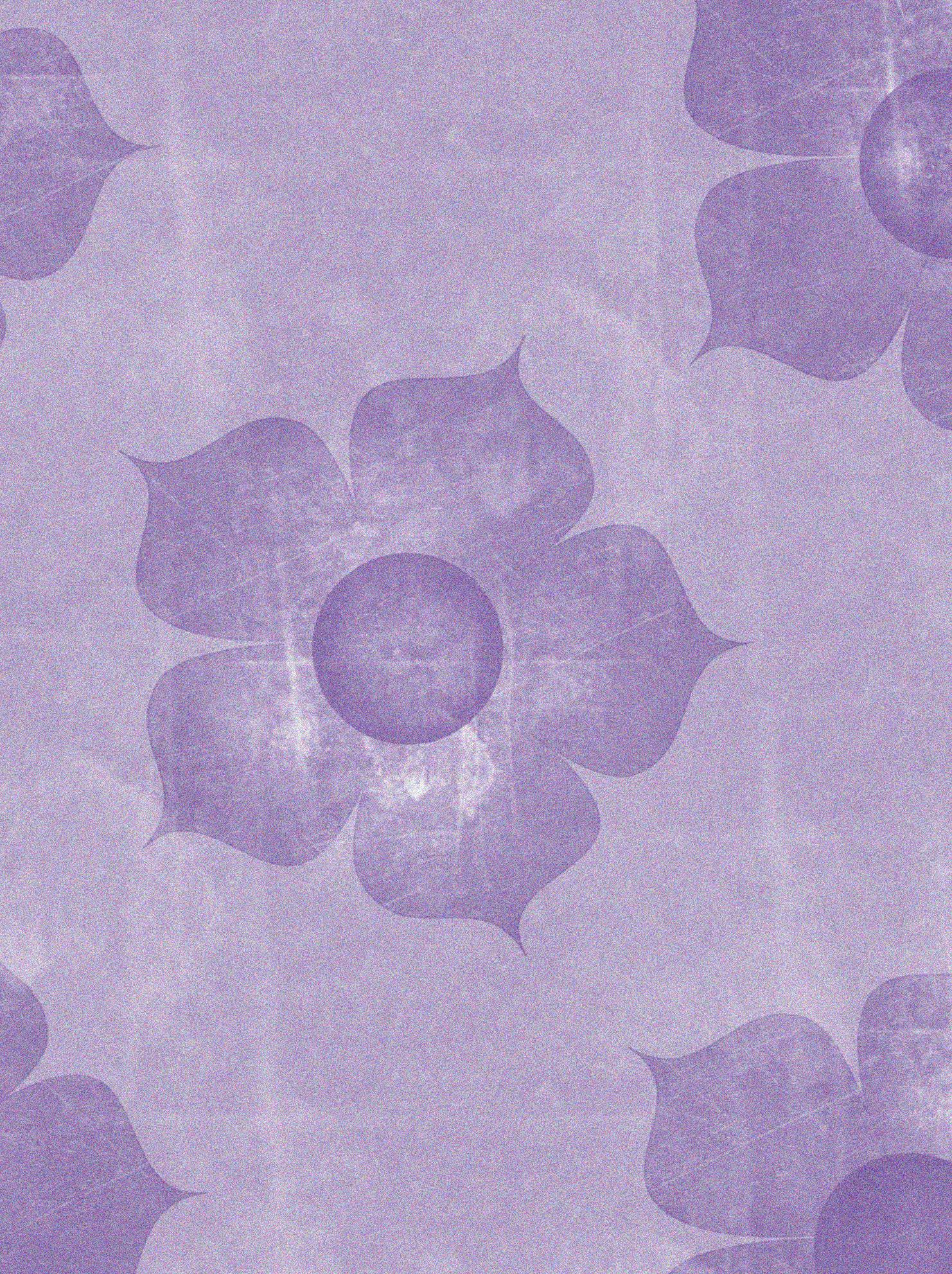
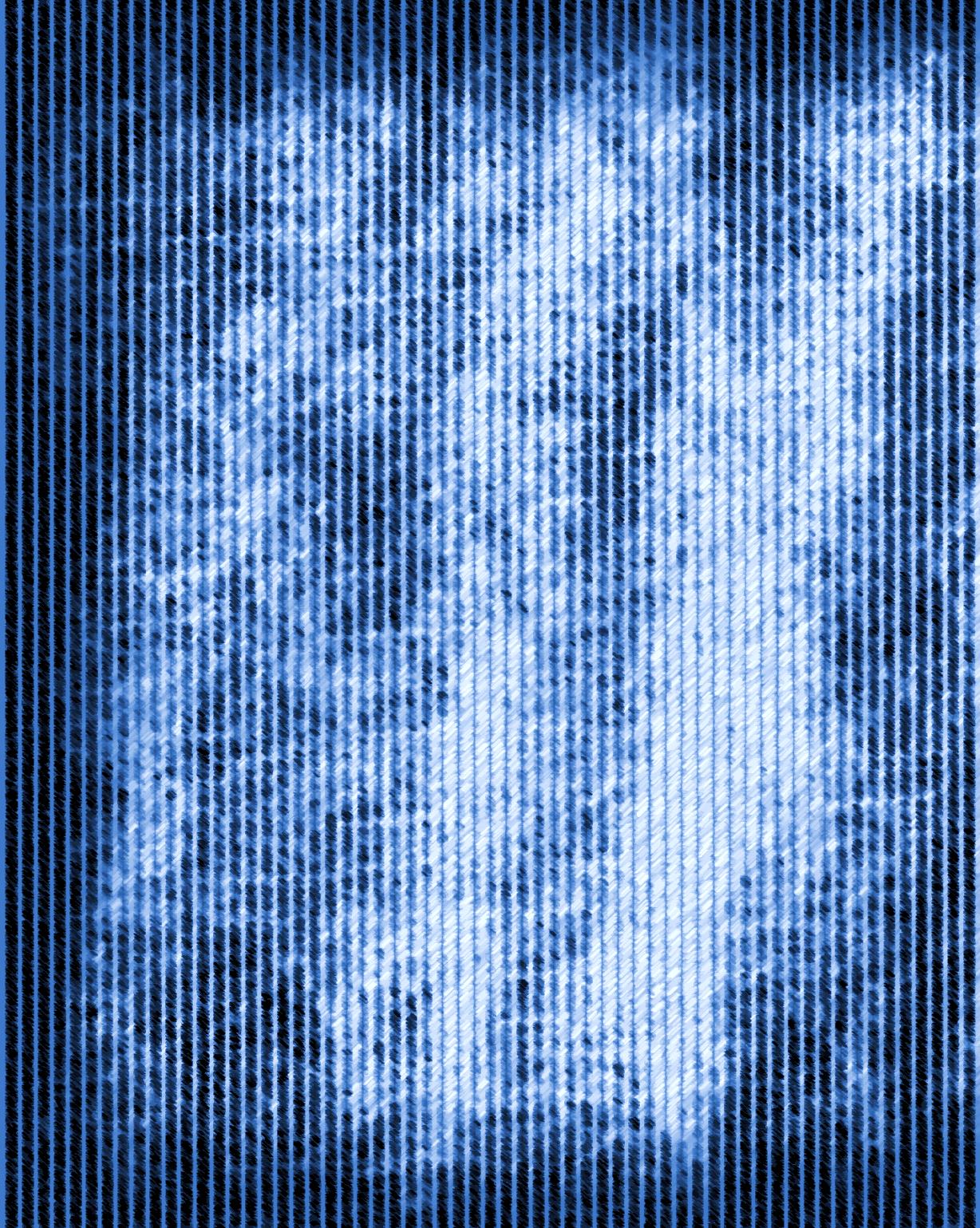
**en liefdesperikelen**

**Marian Dieterman**

*[Geef een citaat uit het document of de samenvatting van een interessant punt op. Het tekstvak kan overal in het document worden neergezet. Ga naar het tabblad Hulpmiddelen voor tekenen als u de opmaak van het tekstvak voor het blikvangercitaat wilt wijzigen.]*

***Prayerbook***

***Part 1***

oPPnnnn

****

**Overlopen van liefde en gebroken harten**

**Lessen voor geliefden en in afscheid nemen**

Inleiding

Niets in het leven blijft hetzelfde, relaties veranderen soms tegen wil en dank. Die dank betreft de liefde die er ooit was, maar is verdwenen en uitgedoofd. Dat accepteren en verdergaan is een grote opgave, waarbij vaak veel verdriet naar boven komt en weerstand moet worden overwonnen.

Weerstand om te accepteren dat wat was, voorbij is en met alle willen van het ego niet meer is terug te halen, of te krijgen. Dat mooie, lieve, gelukkige innerlijk weten van bij elkaar horen en er voor altijd voor elkaar en meestal zelfs in de echt verbonden zijn, is verbroken. Het sprookje lijkt uit. Wat geleefd en nu verbroken is, laat alleen brokstukken met scherpe kanten achter. Deze scherven van geluk zijn niet meer te lijmen en een zware last om te dragen. Om zelf weer een geheel en sterk te zijn, is een bijna onmogelijke opgave.

In elk mensenleven spelen relaties die van oppervlakkig tot zeer intens kunnen zijn. Elke vorm van relatie brengt gevoel naar boven in welke vorm dan ook. In een werksituatie, een ontmoeting op straat, in een supermarkt, steeds is het anders. Hiermee omgaan en anticiperen door er zelf aan deel te nemen, vraagt veel inzet, flexibiliteit en bekwaamheid in omgangsvormen. Wanneer het er werkelijk op aan komt en het leven door een gebroken hart onleefbaar lijkt, zijn omgangsvormen de basis om te kiezen relaties in het leven vorm te geven. Waar en welke vorm van relatie is het meest bevredigend en waar is het toneelspel tegen de eigenheid in. Door dit te onderzoeken en hierin keuzes te maken, kan het leven op een constructieve manier verder worden geleefd. Wat in welke relatie met wie speelt, stelt dan geen onmogelijke eisen meer aan het zelfbeeld.

Werkelijk geluk zit altijd in het innerlijk, maar het uiterlijk en het willen moeten wel alles naar buiten brengen. De harmonie hierin vinden en de innerlijke gevoelsbelevingen een plaats geven door dit zelf in alles te bepalen, lijkt ideaal. Toch is daarbij in de liefde durven gaan, met overgave en alles loslaten altijd een riskante onderneming. Dan kan alle grond onder de voeten weg zijn, na eerst in de hemel te zijn geweest. Een zachte landing is meestal niet gegarandeerd als er heftige gevoelens zijn geweest, die niet zomaar volledig zijn uit te wissen. De schade beperken en ervan leren voor de rest van het leven is een ferme klus, waarbij alle zeilen moeten worden bijgezet en hulp welkom is. Inzicht in waar het om gaat, wat liefde met mensen kan doen en hoe een gebroken hart te lijmen, is nodig om het eigen innerlijk te begrijpen. Wat de diepe wens is in het leven en weer gelukkig te kunnen leven met of na een gebroken hart.

INHOUDSOPGAVE

Hoofdstuk 1 DE LIEFDE LEVEN

Hoofdstuk 2 WAAR IS WAT IN DE LIEFDE VERKEERD GEGAAN

Hoofdstuk 3 WELKE WEG IS HET LIEFDESPAD BEWANDELEN

Hoofdstuk 4 GEVEN EN NEMEN IN LIEFDE EN GELUKKIG ZIJN EN BLIJVEN

Hoofdstuk 5 WELKE WEG IS DE BESTE OM IN DE LIEFDE TE GAAN

Hoofdstuk 6 BEHALVE GEVEN EN NEMEN OOK LOSLATEN IN VERTROUWEN

Hoofdstuk 7 WAAROM OOK IN DE LIEFDE ALLES INGEWIKKELDER IS DAN HET LIJKT

Hoofdstuk 8 WAAROM DE BELANGEN VERSCHILLEN VAN GELIEFDEN

Hoofdstuk 9 DE GEDEELTELIJKE OVERGAVE AAN DE LIEFDE

Hoofdstuk 10 WAAR HET ALLEMAAL BEGINT IS NIET ZOALS HET BLIJFT OF EINDIGT

Hoofdstuk 11 BETEKENIS IN DE LIEFDE VAN KARAKTEREIGENSCHAPPEN

Hoofdstuk 12 WETEN WAAR DE LIEFDE BEGINT EN EINDIGT

Hoofdstuk 13 WETEN WAT ER NODIG IS OM DE LIEFDE TE LEVEN

Hoofdstuk 1. DE LIEFDE LEVEN.

In de liefde is het allemaal gemakkelijk, het leven lijkt zelfs vaak vanzelf te gaan. Alles wat gedeeld en gedacht wordt, lijkt aan te sluiten bij wat er speelt en goed is voor alle betrokkenen. Dissonanten worden als kleinigheden vaak niet opgemerkt en goedmoedig over het hoofd gezien. Meestal alleen maar geconstateerd en vervolgens bijna vergeten. Het zou ook bijna van wantrouwen getuigen om deze kleinigheden te noteren als een minder leuke eigenschap. Toch zijn het deze kleinigheden die vanaf het begin duidelijkheid geven en die uiteindelijk aanleiding zijn voor veel innerlijk verzet.

Iets wel geweten, of aangevoeld en er niets mee gedaan hebben, geeft achteraf zelfverwijt. Het gaat voelen als beter hebben geweten. oftewel gewoon stom geweest! De mantel der liefde strijkt veel plooien glad, door de roze bril wordt veel over het hoofd gezien en in een ander licht bekeken. Iets wat fijn is bederven ligt niet in de menselijke aard, wel hopen dat het over gaat en beter wordt. Dat is ook mogelijk wanneer er door beide partijen hard aan gewerkt wordt en niet zoals dat wat eraan schort onder het tapijt wordt geschoven.

Het is heerlijk om blij te zijn en in liefde te leven, geaccepteerd te worden om wie we zijn en wanneer alle wegen open liggen om te gaan bewandelen. Deze vrijheid in het leven is bijna eenmalig, iedereen heeft overal een mening over met af- of goedkeuring, maar in de liefde is dat grotendeels afwezig. Het verstand lijkt op nul gezet, het kritisch vermogen afwezig en de ander wordt ontdekt in vreugdevolle acceptatie. Zoals een baby ter wereld komt en in blijdschap wordt ontvangen, geknuffeld en gepamperd, zo gebeurt dit ook in de liefde. Door geliefd te zijn wordt er een nieuw geloof in de eigen mogelijkheden geboren. Natuurlijk weet iedereen die verliefd is, dat het niet altijd zo in het leven is en zal blijven, want de eigen karaktereigenschappen zijn niet zo fantastisch, als ze nu door de ander worden gezien. Relativeren is in dit geval op de lange baan schuiven van een verstandige en zuivere gedachtegang, die een andere werkelijkheid lijkt te zijn.

Dit voorkomen en verstandig blijven zou het onwerkelijke en overweldigende gevoel van de liefde teniet doen en de realiteit boven de liefde stellen. De ervaring van de liefde is als een warm bad en het straaltje koude water wordt amper opgemerkt, tot het water lauw en steeds kouder wordt. Bijvullen is alleen mogelijk tot de badrand en daarna is het tijd om andere stappen te ondernemen. Deze realiteit is dan als met het gevoel en weten van verliefdheid, het bad verlaten en de omhulling in gedachten blijven koesteren. De liefde is er altijd om weer op te pakken en is als een bad vol behaaglijke koestering en vreugde, maar dat leeg mag lopen als het te koud is geworden. Als de liefde niet meer is te leven, zijn er alternatieve invullingen om in liefde te blijven leven. Waarom in een koud bad verkleumen, als de douche of de sauna prima alternatieven zijn.

Zo gemakkelijk is het niet, even het een voor het ander in de plaats te zetten, alsof alles in het leven inwisselbaar is. Een mens is vrij om te genieten en te treuren, want beide tegenpolen leiden weer naar het midden, geluk om het leven in liefde te leven. De top van verliefdheid is even onwerkelijk als het dal van de treurnis. De weg naar boven is altijd spannender dan het loslaten en inkeren. Dan lijkt het in treurnis terug naar af te moeten gaan, tegen de eigen zin in en zonder liefde te moeten leven. Als een mislukking van de liefde die geweest is en ten onder is gegaan.

Hoofdstuk 2: WAAR IS WAT IN DE LIEFDE VERKEERD GEGAAN.

Wanneer de liefde stopt met stromen en het hart er niet meer vol van is, krijgen andere hartszaken voorrang. Liefde in het leven bij alles en altijd op de eerste plaats zetten, vergt een andere inzet in de levensinvulling. Niet alleen om de ander in liefde te omringen als in dienstbaarheid, maar voortdurend en eeuwigdurend ten dienste van de liefde leven. Dit is een onmogelijke opgave en zal geleerd moeten worden in het leven, waarbij de eigenheid en het innerlijk weten niet tekort worden gedaan.

Het woord liefde is op zich te begrijpen, al is het erg breed en voor alles en op iedereen toepasbaar, altijd en overal. Vanuit liefde het leven invullen in dienstbaarheid, is anders leven zonder het eigen willen centraal te stellen. Als dit de geliefde betreft en dus voor die persoon alles opzij wordt gezet om te behagen en in liefde te omringen, is dit te beperkt. De liefde voor en uit het eigen innerlijk negeren kan nooit tot diepe liefde leiden voor een ander, al lijkt het soms meer te zijn. Echte liefde vermeerdert zich als er twee of meer dit beleven, maar dit kan alleen in werkelijke overgave aan die liefde. Als die liefde tanende en over het hoogtepunt heen is, gaat de vermenigvuldiging niet meer op en verslechtert de situatie desastreus. Alleen ware overgave en vermeerdering van de liefde die er is, kan deze liefde in standhouden. Mensen zijn over het algemeen op aarde niet in staat tot deze onbaatzuchtige liefde.

Het is beter om de terminologie te verfijnen en in het begin liefde anders te benoemen, er is dan immers sprake van verliefdheid. De werkelijke liefde is hier nog niet gemanifesteerd in overzien van onvolkomenheden, de roze bril versluiert de realiteit. Zo is er ook in de seksualiteit meer sprake van herkend en geliefd worden in diep verlangen met begeren. In de waarachtige liefde is de lust tot begeren en overweldigende behoefte gekanaliseerd naar diepere beleving. Veel en vaak is in de echte liefde minder belangrijk dan de intense behoefte aan in tederheid bemind te worden. Dit betekent vooral niet dat er aan vurigheid wordt ingeboet, maar dat het vuur komt vanuit een diepere innigheid. Bij verliefdheid heeft dit vuur vaak een overspoelend, soms bijna vernietigend karakter met in bezit willen nemen en beheersen vanuit het ego. De verworven verliefdheid bestendigen in liefde heeft een ander karakter dat verbonden is met het innerlijk voelen en weten. In al die gevoelens van verliefdheid die worden aangeraakt en overgewaardeerd, is het heel ingewikkeld de eigenheid te behouden. De eigen wensen en verlangens worden in het samenkomen versmolten tot een liefdeselixer dat nog moet worden uitgevonden. Alleen de eigen smaak en behoefte, of alleen die van de ander werkt niet en zal uit verschillende componenten moeten worden samengesteld. In de verliefdheid onderhandelen met een roze bril op geeft vaak resultaten die met de mantel der liefde worden overdekt. Als de bestendigheid uitgewerkt wordt in de liefde doet dit een groot beroep op de persoonlijkheden en het werkelijke willen en verlangen.

Eigenlijk zou er bij elke verliefdheid een neutrale coach als belangenbehartiger moeten zijn, om de verliefdheid in goede banen te leiden naar LIEFDE.

Hoofdstuk 3 WELKE WEG IS HET LIEFDESPAD BEWANDELEN.

De vrijheid van de mens stelt hem in staat zijn eigen weg te kiezen en zelf alle keuzes te maken. Dit vraagt dan verantwoordelijkheid nemen voor die keuzes, zichzelf hiertoe in staat achten. De liefde overvalt deze persoonlijkheidsinvulling op een vreemde manier. Aan de ene kant stijgen de gevoelens voor de eigenheid boven het gewone uit en aan de andere kant lijkt het gewone soms bijna niet de moeite waard meer te zijn. Alsof de levensinvulling voordat de liefde toesloeg niet de moeite waard was met de eigen keuzes. Hierin een evenwicht vinden en de essentie is tijdens de verliefdheid met de roze bril op erg ingewikkeld. Met een innerlijke gedrevenheid elkaar te vaak en veel te willen zien en betasten en samen toekomstplannen smeden in deze nieuwe eenheid. Er is vanuit een soort opgewondenheid haast om de liefde te willen vormgeven, alsof uitstel leidt tot afstel. Door die roze bril helpt zelfs regelmatig rationaliseren niet echt als het hart en gevoelens de boventoon voeren.

Het verstand is eigenlijk zoek, staat op een lagere plaats dan al die gevoelens die de boventoon voeren. Het is hetzelfde als door een film worden geboeid en na het einde de gewone wereld zich weer aandient. Opgenomen worden door de liefde, is als overgave aan koesterende vleugels die opdoemen om in het leven te worden ervaren. Het is het oude gevoel van gekoesterd worden als bij de hulpeloosheid van een baby, waaraan geen weerstand kan worden geboden. Dit ervaren van koestering geeft een verliefd mens vleugels en tilt hem uit boven zichzelf in vreugdevol ervaren van het leven. Het lieve, bijzondere zien in de ander en dat de ander dit in jou ziet, stijgt uit boven gewone, liefdevolle aandacht en waardering. Weten dat het hele leven niet leefbaar is als baby, of in rozengeur en maneschijn, maakt niet uit. Deze unieke zelfexpressie geeft een mens die vleugels om creativiteit en liefde voor alles en iedereen te zijn. Helaas doemen er dan aardse zaken op in de vorm van gegevenheden of menselijke eigenschappen die hieraan niet voldoen. De diepe innerlijke wens tot deze hemelse ver binding met anderen blijft dan aanwezig als verlangen en een wens om te worden vervuld. Zelfs al is het hard neerkomen als deze vleugels verdwijnen, de hunkering naar dit ervaren van gelukzaligheid is als ervaring van levensbelang. Daarom wordt de liefde steeds weer opgezocht en wordt soms bepalend voor het geluk in het leven. Niet het sociaal, maatschappelijk sterker staan door een relatie is dan aan de orde, maar afhankelijk zijn van de liefde om te leven.

Als er iets was dat sterker was dan gevoelens van liefde zonder uit het liefdesveld te hoeven gaan, zou dit gemakkelijk zijn in te leven. Gevoelens van haat, jaloezie, achteruitgesteld en afgewezen te worden zijn moeilijk te verenigen met liefde. In de verliefdheid spelen deze extremen meestal niet, maar wel irritatie, kriebeligheid en tegenzin als een afgietsel van deze extremen. Het zou heel plezierig zijn als alle extremen in de liefde nooit naar voren zouden komen. Licht onbehagen is gemakkelijker te verhelpen als jaloezie die ziekelijk kan worden. Eigenlijk zijn alle signalen te stoppen in deze lichte vorm door er aandacht aan te schenken en ze wel of niet van belang te laten zijn. Meestal is het ego de boosdoener om lichte irritaties tot de bodem uit te graven en dan is er van de liefde weinig over als het gelijk is gehaald. Daarom is het tijdens de verliefdheid allemaal niet zo belangrijk en eigenlijk zou dat het hele leven zo moeten kunnen zijn. De wereld zou er een stuk lichter door worden, in verdraagzaamheid en overal niet zo zwaar aan tillen en veel weglachten. Dus eigenlijk gewoon het hele leven door de roze bril opzetten om in liefde te kunnen leven.

Hoofdstuk 4 GEVEN EN NEMEN IN LIEFDE EN GELUKKIG ZIJN EN BLIJVEN.

Geluk is nooit altijddurend en in de liefde is er altijd sprake van verandering. In de tijd betreft dit gevoelens, omstandigheden en mogelijkheden. Telkens veranderen prioriteiten in het leven en dat hangt af van de eigen wensen die veranderen. Alles en in alle facetten van het leven verandert voortdurend, zoals de mode nieuwe trends heeft en elke levensfase een andere insteek heeft. In de fase dat schoolresultaten van groot belang zijn, zal de liefde soms moeten wijken, als een keuze waaraan de aandacht wordt gegeven: studeren voor een goed resultaat, of de liefde in afspraakjes maken voorrang geven. Verstandige keuzes moeten juist ook in de liefde worden gemaakt en de roze bril kan niet altijd worden gedragen. Deze keuzemogelijkheid heeft de mens in tegenstelling tot een dier dat zijn instincten altijd onmiddellijk wil volgen.

Toch is het bijna dierlijk overrompelend hoe de liefde kan toeslaan en het hele leven gaat beheersen als de belangrijkste motivatie in het leven. Alsof het eigen denken en weten door die roze bril wordt overschaduwd en geen reëel zicht meer op het leven kan geven. Hier niet voor kiezen en er niet in meegaan is niet mogelijk, het is als een wurggreep die steeds strakker wordt. Gelukkig doen zich langzamerhand in de liefde kleine, vaak onbelangrijke verschillen voor die telkens vorm moeten krijgen. Bij de uitwerking hiervan komt de eigenheid wel weer terug, maar het kost veel energie om dit zuiver te houden. Te veel uit balans raken door meegaan, of juist te streng de scheidslijn trekken om het evenwicht te vinden is vermoeiend. Op alle slakken zout leggen en elke oneffenheid benadrukken, is telkens weer de keuze die moet worden gemaakt. Het is vooral niet onbelangrijk, elke keuze heeft consequenties met gevolgen voor de eigen persoonlijkheid. Kiezen om op de wolken mee te blijven drijven, als het gaat regenen en stormen vraagt inhouden van het eigen weten. Samenvloeien in liefde, met altijd alleen maar rozengeur en maneschijn is het grote sprookjesideaal, maar op aarde niet haalbaar. Onderdrukken of juist teveel bepalen door het ego is voor een persoon zelf al een hele klus, dealen met het ego van een ander is ondoenlijk.

Daarom is er maar een remedie, de eigenheid, het eigen ego bewaken in elk samenzijn, of het nu in diepe liefde is, of vriendschap. Leren aanvoelen waar de eigen grenzen liggen is niet eenvoudig, omdat dit per situatie en persoon kan verschillen. Er is als het ware een radar nodig om efficiënt te detecteren waar die grens ligt en de eigenheid neergezet moet worden. Dan gaat de liefdesstroom in de gewenste richting en niet ten koste van de een of de ander. Vooraf afspraken hierover maken voorkomt veel onbegrip en uitleg, want waarom is het leuk om de ene dag wel bloemen te krijgen en de andere dag niet. Het gevoel laat zich nooit misleiden, het gevoel laten spreken is een ander verhaal en acties hierop nemen vereist vertrouwen, moed, maar vooral respect voor de eigenheid.

Hoofdstuk 5 WELKE WEG IS DE BESTE OM IN DE LIEFDE TE GAAN.

Op elke weg is er in het begin de onzekerheid, of dit gaat leiden tot de gekozen bestemming en hoe het zal gaan. Denken dat alles volgens bepaalde regels gaat zoals een GPS de weg aangeeft, lijkt een zekerheid, waarbij er toch ook vaak verrassingen zijn. Een file is dan de meest denkbare tegenslag die te overwinnen is zonder al te veel oponthoud en weersomstandigheden kunnen zelfs worden ingecalculeerd. Met alle denkbare stremmingen rekening houden is niet altijd noodzakelijk, maar er kunnen zich vreemde tegenstanden voordoen. Een brug of spoorboom die niet meer open of dicht kan, geeft onverwachte wendingen om deze gekozen weg af te leggen.

Zo is het ook in de liefde, onverwachte wendingen kunnen het adagium”liefde voor altijd” verstoren. Dit kan leiden tot totaal andere richtingen dan het uitgestippelde levenspad en of het wel, of niet gepaard gaat met tegenstand. Zelf een nog grotere liefde tegen het lijf lopen is al heel anders dan dat de partner dit overkomt. Dealen met liefde die voorbij is gegaan is weer anders, dan een verloren liefde die opeens uit het leven verdwenen is. Fantasiegedachten over ontrouw zijn op zichzelf niet schadelijk, maar ze verbeelden wel iets dat in het binnenste leeft. Als er altijd en overal liefde en trouw was, dan was de prostitutie een minder bloeiende bedrijfstak. Nu kan er ook nog vrijblijvend op datingsites worden gestruind op mogelijke andere partners die ook wat twijfelen over de eigen relatie. Ware liefde voor altijd wordt veel met voeten getreden en is als diepe wens in elk mens aanwezig, maar moeilijk uitvoerbaar. Alle voetangels en klemmen die aan de waarachtige liefde kleven, kunnen door een gezin te stichten ook niet worden overwonnen. Het enorm aantal scheidingen geeft hiervan een beeld, want dan is de liefde immers over en voorbij.

De mens is ook in de liefde anders dan voorheen, het zelfbewustzijn is in een vrije geest en alert op wat er gebeurt. Zowel in het eigen zelf, als in dat van een ander is er geen gelaten accepteren van liefde die lijkt veranderd, of verdwenen. Als de liefde er niet meer is, wordt er al lang niet meer gekozen bij elkaar te blijven voor de kinderen. Dit heeft voor- en nadelen, want soms kan de liefde weer terugkomen als de scherpe randjes zijn afgesleten. Hernieuwing van de kansen in een andere liefdesrelatie brengt vaak toch veel dezelfde strubbelingen mee. Jaloersheid zal niet in de ene liefdesrelatie meespelen en in de andere niet, het is immers een gevoel van zichzelf kleiner maken. Er zijn altijd kapers op de kust om te infiltreren in een liefdesband, of die wel of niet is verslechterd.

Dit heeft te maken met de stroom van het leven, soms gaat alles in een stroomversnelling en vraagt liefde vormgeven alle ruimte. Als er strubbelingen zijn, moet er over kliffen worden geklauterd om de boel bij elkaar te houden. Wanneer deze verschillen, onenigheden of ruzies zijn beslecht, kan de stroom weer op gang komen, of stagneert definitief de echte stroom. De onderstroom is dan veranderd en het oppervlaktewater lijkt rimpelloos, maar is het niet, of krijgt snel schuimkoppen. Zo is het in het hele leven, niets blijft zonder beweging gewoon zoals het was en zal zijn. De liefde kan in heftigheid zich voordoen, groeien of verdwijnen. Een mens staat er niet bij en kijkt ernaar, maar ervaart. Dit is deel hebben aan het proces door weten wat er aan de hand is en voelen hoe het met de liefde is gesteld. In alertheid, zonder zichzelf in slaap te sussen het liefdespad te bewandelen.

Hoofdstuk 6 WAT WIL DE LIEFDE ONS LEREN

Verliefd worden, altijd gelukkig zijn en samen in liefde leven is in sprookjes heel simpel en ze leefden nog lang en gelukkig.

Het dagelijks leven heeft veel meer haken en ogen dan vol liefde te kunnen zijn in het leven. Er zijn zorgen en plichten, kortom er moet brood op de plank om monden te kunnen voeden en een huis om in te wonen. Was het vroeger duidelijk wie daarvoor moest zorgen als plicht, daarin is veel veranderd en samen regelen wie, wat, waar, wanneer en hoe moet doen, is een ingewikkelde planning. Tijd voor de liefde, elkaar vol liefde uren aan kijken is er niet en de behoefte hieraan is ook anders geworden. Het is niet eens een uitgesleten pad, maar de prioriteiten zijn totaal veranderd. Elkaar vredig aanstaren en alle tijd voor elkaar inruimen, is nu een efficiënte tijdsindeling waarin er veel moet gebeuren. Want wie haalt de boodschappen, moet het eerst op het werk zijn en is het laatst thuis is nu aan de orde. Het zijn vragen om het leven samen te leven en niet alleen de liefde die stroomde naar waar het altijd goed was. Dit is weliswaar een praktische afsprakenvorm die wel in liefde geleefd wordt, maar de romantiek is hierin ver te zoeken.

Waar gaat het om bij de liefde, wezenloos in elkaars ogen kijken en nauwelijks tot enige actie en daadkracht in staat zijn, of is het een verlammende verliefdheid. Staren naar het plafond als dit over is, is dan het tegenovergestelde en ook weinig productief. Wat wil de liefde ons leren in relatie met onszelf als duidelijk is, dat het niet om de voortplanting gaat. Het nestje bouwen om de soort in stand te houden lijkt op de kalverliefde en aan inhoud weinig in te houden. Toch is dit wat ware liefde tot datgene maakt dat de moeite om te leven waard is. Het gevoel en niet alleen het weten is wat de waarde is, met een verdubbeling dat dit in de ogen van de ander besloten ligt. Weten geaccepteerd, gewaardeerd, mooi, aantrekkelijk en lieftallig te worden gezien, maakt ons gelukkig. Als dit toevallig wederkerig blijkt te zijn, wordt deze verdubbeling als de hemel op aarde beleefd. Helaas zijn er vaak ook wolken aan die hemel en gaat het er in de liefde evenals bij het weer soms stormachtig aan toe. Als beide partijen met hun gezichten op onweer blijven zitten, verdwijnt het goede en liefdevolle en lijkt de liefde weg te glippen. Door een flitsende bliksemschicht die de onweersbui begeleidt voor het gaat stortregenen zich, kan dit de situatie behoorlijk opfrissen.

Elke liefdevolle actie komt niet altijd bij een ander zo over als het is bedoeld, ondanks breedvoerige uitleg van het hoe en waarom. Schuldig voelen past niet in de liefde, maar overheersen en de zin doordrijven ook niet. Het zijn vormen van het ego manifesteren, in kleinheid of in beter weten waarbij de gelijkwaardigheid in de liefde op het spel wordt gezet. In de liefde is de goede trouw uitgangspunt, weliswaar door de roze bril bekeken. De realiteit is voor iedereen anders door allerlei bijkomstigheden als normen en waarden. Een enorm bos rozen geven of krijgen, kan zowel als geldverspilling worden gezien, als ultieme uiting van liefde, of als afkoping van schuldgevoel bij nalatig gedrag. Door de roze bril gezien lijkt het allemaal duidelijk, maar als die wordt afgezet wordt dit een vraag. De werkelijkheid ligt in het gevoel om te kunnen geven en ontvangen in liefde, de vorm is niet zo belangrijk. Het innerlijk weten vertrouwen en bij twijfel de bos rozen op de juiste manier interpreteren, getuigt meer van inzicht. De rozen als vorm en goede bedoeling waarderen kan door innerlijke wijsheid toe telaten met een alertheid die ook in de liefde van belang is.

Hoofdstuk 7 BEHALVE GEVEN EN NEMEN OOK LOSLATEN IN VERTROUWEN

De vorm van de relatie maakt niet uit, er is altijd de eigenheid van de ander die meetelt in een relatie. Het eigen weten en willen ondergeschikt maken aan het gezamenlijk belang, voorkomt veel discussie en de noodzaak om in het verweer te komen. Elkaar ter wille zijn in alle opzichten en de eigenheid met eigenschappen aan de ander laten. Opeisen van de eigen rechten als plichten aan de ander, staat haaks op de liefde invullen. Niet mee bemoeien, of willen veranderen van de ander is een onduidelijke, dunne grens waar het de eigen grenzen en eigenheid overtreedt.

Bij de ander iets willen veranderen zal nooit lukken, want die ander moet dit zelf willen en kunnen in deze volgorde. Accepteren van eigenschappen van de ander is een moeizaam proces als het tegen het eigenbelang is gaat. De eigen ergernis overwinnen, de ander niet meer een duwtje willen geven is terughouden van de eigen kracht. Deze kracht in acceptatie omzetten is een enorm proces van terughouden van het ego, het eigen beter weten. Accepteren dat de ander mag zijn zoals hij dat verkiest en altijd was, heeft ook een andere kant. Eigenschappen komen niet direct in het begin naar voren, zoals vergeten het dopje weer op de tube tandpasta te doen. Dit kan pas later aan het licht komen, of eerder was het onbelangrijk. De gedachte met het gevoel hierover, kan veranderen. Onachtzaamheid over het dopje wordt dan gekoppeld aan andere eigenschappen die er wel toe doen, zoals verjaardagen vergeten. Dit alleen maar loslaten in vertrouwen, staat haaks op de liefde en de zorgvuldigheid naar elkaar. De liefde staat immers op een hoger plan, zonder de roze bril is het dan moeilijk om niet te gaan mopperen en vitten.

Liefde laten stromen en de eigenheid in vertrouwen naast die van de ander zetten, vraagt zuiverheid in afwegen wat van wie is. Zijn de eigen gedachten duidelijk en niet beïnvloedt door oude patronen en gewoontes hoe het hoort, of wordt er oud zeer aangeraakt. Dat dopje van die tube tandpasta kan immers een signaal zijn van iets heel anders, waar het mee te maken heeft. Iets wat vaker of al eerder is gebeurd en ergernis heeft opgeroepen, maakt dit dopje groter. Leren voelen en innerlijk weten wat er speelt en waar het mee te maken heeft, bespaart veel ellende. Door alles direct in ergernis allemaal uit te spreken en het een met het ander te verbinden in bitterheid, maakt iets kleins te groot en daar wordt niemand beter of vrolijk van. Woorden hebben effect en blijven altijd bij de ander hangen, die hier dan weer iets mee moet. Het dopje staat dan voor veel wat er niets mee te maken heeft, of een klein beetje en is het niet waard er zoveel aandacht aan te besteden. Zaken die wel belangrijk zijn eerlijk bespreken zonder vooringenomenheid, kunnen tot helderheid, begrip en verandering leiden. Verwijten, bitterheid en vaststaande gedachtepatronen moet in de liefde zeker onder de loep worden genomen. Wanneer de communicatie hiervan gezuiverd is, kan het weer stromen door het vertrouwen dat er moet zijn en blijven. Dat vertrouwen is een innerlijk proces dat in elke relatie speelt en is een voorwaarde om van elkaar op aan te kunnen in eerlijkheid, zuiverheid en liefde. Liefde eist een openheid van het eigen innerlijk, dit verscholen houden leidt tot geheimen, inconsequenties en onduidelijkheid.

Overgave aan de liefde, dit willen leven is een mogelijkheid waarvoor gekozen moet worden. Het gebeurt allemaal niet zomaar of vanzelf. Ze leefden nog lang en gelukkig als einde van het sprookje, is in het aardse leven voor mensen het begin. Die prins en prinses in het sprookje hebben meestal al veel ervoor voor hun liefde opgeofferd of doorstaan en meegemaakt. Gewone mensen maken dit in de liefde in het dagelijks leven mee en dat houdt nooit op. Zolang die liefde er is, zal die moeten worden gevoed en bijgesteld op alle veranderingen om te blijven bestaan.

Hoofdstuk 8 WAAROM OOK IN DE LIEFDE ALLES INGEWIKKELDER IS DAN HET LIJKT

Verreweg de meeste onenigheden ontstaan door misverstanden van het ego dat van de ander iets verkeerd interpreteert. Dit geldt zowel voor lief bedoelde acties, als voor minder aangename of vrolijke gedragsuitingen die gerespecteerd zouden moeten worden. De gewone dingen in het leven hoeven niet allemaal respect af te dwingen om te worden geaccepteerd. Vreemde gewoontes vallen in het begin op en worden uiteindelijk geaccepteerd, maar niet gerespecteerd. In het begin van de verliefdheid wordt alles met de mantel der liefde bedekt, ook wat even buiten de eigen norm valt.

Allereerst zal de roze bril afgezet moeten zijn om de eigenheid in een vreemde gedraging van de ander te ontdekken. Daarbij is er met de roze bril geen opkomen voor de eigenheid, omdat alles met elkaar is versmolten in een roze brij. De dingen die de kop opsteken, langzaamaan duidelijk worden, of gaan irriteren worden in het begin afgedaan als overdreven overgevoelig en terzijde geschoven. Zelfs het antwoord op de neutrale vraag aan de ander hierover, wordt als een gegeven feit bijgezet in gedragingen die er nu eenmaal zijn. Het is een soort gelatenheid die niet veel aandacht krijgt op dat moment, maar het is een addertje onder het gras.

Steeds alert zijn doet de liefde teniet, maar alertheid is wel van belang. Dat kan gewoon door bij twijfel even het verstand te gebruiken. Als het gevoel niet goed is bij iets wat er gebeurt, is het altijd beter hier even goed aandacht aan te schenken. Dit is in de liefde belangrijk, want er is immers al de beperking van die roze bril. Steeds alles onder het tapijt vegen, geeft een opeenhoping die als het naar buiten komt, een enorme lading heeft. Al deze dingen die gebeuren na drie herhalingen doorspreken is veel eenvoudiger dan wachten tot de bom barst. Het vervelende is, dat de angst voor ruzie en de magie te verbreken er meestal weinig commentaar op de ander wordt geleverd. De gevolgen van de betreffende gedraging te bespreken, verdwijnt de liefde meestal niet. Het gedrag inperken is een mogelijkheid eraan te wennen, met de uitleg die dan duidelijk is. Toch blijft het riskant, niemand vindt het leuk om op zijn vingers te worden getikt, maar de eigenheid negeren is niet de bedoeling van de liefde. Juist die eigenheid vindt de ander speciaal. Als er dan geen vraag of weerwoord mag zijn op het gedrag, is dit een ontkenning van de eigenheid.

Het blijft ingewikkeld het spel van de liefde met persoonlijkheden die allebei zijn ontwikkeld. Wat de een als norm of waarde heeft gekozen, kan door de ander precies andersom zijn gekozen. De gulden middenweg is dan niet gemakkelijk te vinden en er zal veel eigenheid moeten worden ingeleverd. Wie dit gemakkelijk en liefdevol kan, zal de eigenheid sneller op het spel zetten dan de volharder die vecht voor zijn waarden en normen. Inleveren van het eigen gedachtegoed is hier al erg vermengd met egobelangen en gelijk willen hebben. Als dit vanuit het hart gestalte kan krijgen en beiden water in de wijn doen is het liefdevol onderhandelen, wat zelfs als spel kan. Eerlijk delen, elk een beetje meer, of minder afhankelijk van wat de ander wil en waar de grens van de eigenheid ligt. Geen enkele eigenschap of kenmerk kan op dezelfde manier worden beoordeeld, er zitten altijd mitsen en maren aan alles. Steeds opnieuw zal vanuit het eigen gevoel de waarde binnen de eigenheid moeten worden vastgesteld en als dit verandert zelfs weer opnieuw. Dat is dan geen wispelturigheid, maar groei in alles wat er gebeurt in de liefde en om die in stand te houden. Soms moet er wel eens water bij de wijn worden gedaan en met dit resultaat kan alles weer opnieuw in een stroomversnelling komen. In de liefde is rust niet gegarandeerd, zelfs al zijn eigenschappen als jaloezie onder controle.

Hoofdstuk 9 WAAROM DE BELANGEN VERSCHILLEN VAN GELIEFDEN

Door de jaren heen veranderen de rollen die partners spelen in het liefdesleven. Tijdens de Franse revolutie waren vrouwen behaagzieke roddeltantes en draaide alles om het strikken van de man met het meeste aanzien en geld. Gelukkig is dit veranderd, maar in veel vrouwen zit nog het besef verankerd dat ze behaagziek zijn. Deze diskwalificatie stamt uit een oude tijd, maar in de overerving is dit aanwezig gebleven. Niet zo verwonderlijk, in aanmerking genomen dat vrouwen met jong geschopt werden en er dan als vanzelfsprekend verantwoordelijk voor waren. Deze bijna erfzonde is in een liefdesrelatie niet expliciet, maar wel impliciet meestal aanwezig. In de vorm van behagen en het een ander naar de zin maken. Ervoor zorgen en verantwoordelijk voelen voor het welbevinden. Op zich zijn dit kwaliteiten die de hele mensheid niet kan ontberen, van de wieg tot het graf zijn het noodzakelijke basisbehoeften om in leven te blijven en dus als overleving van de soort noodzakelijk.

In de liefde zijn dit eigenschappen die grensoverschrijdend zijn in goede bedoelingen en angst om te kwetsen of gekwetst te worden. Het lijkt gemakkelijk om de een iets te laten doen waar hij goed in is en dit te waarderen zonder egobelangen. Dat kan naar twee kanten ego zijn, de eigenheid niet zelf kunnen profileren en dit ook te willen of kunnen, of dit als aanvulling op het eigen ego te zien. Onder het mom van samen in de liefde alles delen en uitwerken, versmelten belangen vaak in eenheid. Pas als de ander er niet meer is om die invulling te geven, wordt er door de leemte pas echt duidelijk waar de eigen kracht is of stopt. Helaas kan dit slechts zonder de geliefde worden ervaren en daar is dan al het nodige aan vooraf gegaan.

Samensmelten in liefde, het altijd met elkaar eens zijn en een aanvulling zijn op elkaar is een enorme ervaring. Gevaar om de eigenheid te verliezen is niet aan de orde en kan zich pas later manifesteren als de verliefdheid is getemperd. Wanneer er dan iets niet klopt en de ander zich de eigenschappen en mogelijkheden toe-eigent die niet de zijne zijn ontstaat er wrevel. Omgekeerd is dit ook nog eens het geval. De mogelijkheden van de ander niet honoreren door alles zelf te doen en te weten wat goed is voor de ander. Het is niet gemakkelijk hierin een zuivere basis te vinden waar evenwicht en overeenstemming is, al gaat het om vuilnis buiten zetten, of dat dopje van de tandpasta. Steeds zal er met de ander en niet voor de ander moeten worden gedacht. Zelfs al is de uitkomst vooraf duidelijk. Het is altijd van belang de eigenheid van de ander te eren en te honoreren waar en wanneer dit mogelijk is. Dan zou de mening, of het gevoel van de ander er niet meer toe doen, zelfs als dit al eerder is besproken. Elke situatie is anders, als het regent is de vuilnis buiten zetten een andere klus dan dat het eerder aan de orde is geweest. Hierbij komen er hele andere eigenschappen naar voren, belangeloos elkaar dienen en compassie voor elkaar ontwikkelen. Een eerlijke verdeling van onplezierige taken moet regelmatig op consensus worden getest. Als er ontevredenheid over deze dingen ontstaat, is dat meestal het topje van de ijsberg en dit kan gemakkelijk worden uitgepraat.

De eigenheid van elke persoonlijkheid heeft voor- en nadelen, zoals alles meer dan twee kanten heeft. Van belang is de liefde te kunnen blijven zien en ervaren in en van de ander. Niet meer blij worden van een bos rozen, dat als teken van liefde wordt gegeven is een teken aan de wand. Dit is het moment om de bakens te verzetten en de liefde weer toe te laten, of deze mogelijkheid te negeren. Het volgende bos rozen zal misschien een nieuwe mogelijkheid zijn, maar kan ook de onmogelijkheid en het einde van de relatie betekenen.

Hoofdstuk 10 DE GEDEELTELIJKE OVERGAVE AAN DE LIEFDE

Het verstand en het gevoel spelen altijd en overal een rol, maar vooral in de liefde. Lijkt het in het begin alleen gevoel te zijn die de wederzijdse liefde aanwakkert. Al snel kan dit veranderen. Iets uit liefde doen voor de ander heeft met het gevoel en het verstand te maken, want er wordt een keuze gemaakt. Pas als deze keuze niet goed voelt, wordt dit geprobeerd te begrijpen, want de liefde is het belangrijkste gevoel. Honoreren voor de liefde alles te doen om dit in stand te houden is als blinde verliefdheid te bestempelen. Gelukkig komt daar weer verandering in als met een roze bril op, alles niet blindelings meer wordt geaccepteerd, maar met liefde bekeken.

Dit is al de eerste stap waar de volledige overgave aan de liefde wordt gekanaliseerd en de essentie van de overbodige inzet wordt ingeperkt. Alles voor de ander doen heeft altijd meer kanten dan alleen het goede, want er komt altijd ego bij. In het goed doen voor de ander komt het eigen ego niet volledig tot zijn recht in zelfstandig de eigenheid neerzetten. Het versmelten is niet inleveren van de eigen kwaliteiten, maar deze versterken met de eigenheid. Dit lijkt bijna niet te ontwarren, maar in volledige overgave zijn voor de ander, heeft dit vaak de beperking zichzelf te kort doen in wegcijferen. Die grens ontwarren en de eigenheid blijven zien, weten en leven is alleen in het gevoel te trekken. Waar het goed is en in balans, tot waar de grens wordt overschreden ligt in een groot grijs gebied.

Voor iedereen is de vervulling van de liefde een diep gekoesterd verlangen om geliefd en begrepen te worden en voor altijd gelukkig te zijn. Helaas is slechts weinig mensen dit gegeven, het zal altijd met vallen en opstaan moeten worden verworven. Invullen van de eigen persoonlijkheid met geven en nemen in balans krijgen en houden, vraagt een enorme bewustheid. Steeds weten en voelen combineren en leren wat eraan schort voor de eigenheid, legt dit evenwicht nooit bij de ander. Elk mens is zelf verantwoordelijk voor de eigen balans en de stappen die nodig zijn om in balans te komen en blijven. De uitgangspunten van de verliefdheid te handhaven en bij te stellen, zodat de liefde de eigenheid recht doet zonder schaden.

De liefde is niet simpel in te vullen en alles gaat niet vanzelf. De werkbare vorm vinden en leven is een samenspel tussen gevoel en verstand. De ander kan daarin de spiegel zijn waarmee met liefhebbende ogen gekeken wordt alsof het de eigen gedragingen zijn. Deze wel of niet aanpassen, continueren, veranderen, of als waardevol voor de eigenheid gaan zien, is een eigen keuze. Deze kan ook in de liefde nooit voor de ander worden gemaakt, want dit is de persoonlijke eigenheid die altijd blijft bestaan. De levenslessen die geleerd worden, zijn alleen door eigen ervaringen en keuzes te leren en zelfs in de liefde heeft ieder ook zijn eigenheid. Aanpassen aan de ander heeft altijd ook andere consequenties en het oude gedrag handhaven, of veranderen moet met de persoonlijkheid overeenstemmen. Flexibiliteit en overgave zijn fantastische eigenschappen als de eigenheid niet tekort wordt gedaan. Anders is het miskennen van de eigen waarden en normen en dat gaat maar een poosje goed, ieder zal toch in zijn eigenheid de eigen les leren. Veranderen is daarbij prima als het onhebbelijkheden betreft, maar aangepast leven is niet wenselijk voor de eigenheid. De ander is dan bovendien de geliefde kwijt waar deze liefde mee tot stand kwam.

Hoofdstuk 11 WAAR HET ALLEMAAL BEGINT IS NIET ZOALS HET BLIJFT OF EINDIGT

Alles is in beweging en verandert steeds weer op verschillende manieren, te begrijpen zoals een sneeuwpop smelt wanneer het gaat dooien. Relaties veranderen ook, omdat mensen veranderen en anders in het leven komen te staan. Een jong en verliefd stel verwacht andere dingen van de partner, omdat het leven als een open boek samen gaat worden geschreven.

Elk hoofdstuk van het gezamenlijke boek vraagt andere inzet om de liefde te laten zegevieren. Soms is dit inleveren van een beetje meer eigenheid van de een en soms wat meer van de ander. Zolang dit met wederzijdse instemming gebeurt, kan dit evenwicht naar tevredenheid worden geleefd. De disbalans ontstaat als er te veel wordt gebruikt, of gevraagd en dit als misbruik wordt ervaren. Altijd de vuilniszakken moeten buiten zetten en denken hier alleen nog goed genoeg voor te zijn, is een disbalans. In de taakverdeling lijkt dit erg gemakkelijk op te lossen als de ander deze taken gaat doen, maar vaak is er meer aan de hand. Hieraan geen aandacht besteden en deze ergernis groter laten worden dan waar het om gaat, is dan de eigen verantwoordelijkheid niet nemen. Wanneer beide partners dit ervaren en niet oplossen, of uitspreken maar tolereren, slaat de balans door. Dan is het evenwicht uit de relatie en raakt de balans en de liefde snel zoek.

Elkaar serieus nemen voorkomt veel strubbelingen, luisteren naar de ander is een eerste vereiste. Het verhaal van de ander serieus nemen, betekent die ervaringen niet kleuren met eigen gedachten en er zelf een verhaal van maken. De eigen visie over de vuilniszakken doet op dat moment niet ter zake, wel hoe de ander dit beleeft en wil ventileren. Misschien is het noodzakelijk hierin tot een compromis te komen en te voorkomen dat de ander geen rugpijn meer krijgt door zware zakken te tillen.

Wanneer kleine problemen gedeeld worden, groeien deze niet uit tot onoverkoombare situaties en escalatie van gevoelens. Dan blijft het bij de oorzaak en wordt de wortel van het vervelende gevoel uitgeroeid, zoals denken altijd alle vieze karweitjes te moeten doen. Deze gedachtegang een halt toeroepen en daadwerkelijk in actie te komen en alles bespreekbaar maken, voorkomt veel narigheid die de liefde stagneert. De klokken gelijk zetten en allebei een stapje terug doen met de mening van de ander, geeft een gevoel van opluchting. Er is dan weer lucht en de vastgelopen situatie kan achteraf worden gerelativeerd. Waar ging het helemaal over en hoe belangrijk was dat, als er dan ook nog met humor naar kan worden gekeken, geeft dit zelfs een vreugdevol gevoel. De mening van de ander is immers belangrijk en de situatie van de eigen kant bekijken, geeft meestal geen verrijking meer. Al is er geen volledige overeenstemming te bereiken over de situatie, dan zijn dit nu gedeelde zorgen. Deze samen dragen, kan dan met een knipoog van verbondenheid de liefde weer doen groeien in onvermogen om het op te lossen.

Zelfs de meest onwaarschijnlijke dingen in het leven kunnen leiden tot grote problemen en als het blijft zitten zal het niet vanzelf verdwijnen en uitgroeien. Alles onder het tapijt vegen, of zoals een kies verder laten rotten, is hetzelfde als onvrede accepteren van elkaars gewoonten en gedragingen. Niet om het allemaal te veranderen, maar vanuit begrip hoe het zo is gekomen. Het gezamenlijke pad van de liefde is een samenvoeging van verschillen en overeenkomsten. Er zijn nooit alleen maar fijne eigenschappen, zoals niets altijd alleen maar leuk kan zijn. Door de ander ook de schaduwkanten te tonen kan ook de ander er beter wijs uit worden en er wat van leren.

Hoofdstuk 12 BETEKENIS IN DE LIEFDE VAN KARAKTEREIGENSCHAPPEN

In het leven wordt veel met de mantel der liefde bedekt, maar overal op ingaan en alles aan de kaak stellen, geeft geen vreugde in het leven in liefde. Zo gauw er een spatje wrevel ontstaat, lijkt dit zich door andere ergernissen te vermenigvuldigen en wordt het onhoudbaar. Het lijkt alsof het door er aandacht aan te besteden, zich steeds vaker en overal voordoet. Als iets duidelijk wordt is het overal in te zien, vooral wat voordien met een roze bril werd versluierd.

Karaktereigenschappen maken een mens tot wie hij is, als iedereen hetzelfde was, zouden mensen als robots zijn en hun eigenschappen niet kunnen verfijnen. Juist die verschillen maken de ander zo geliefd en aantrekkelijk en om van te leren. Spiegelen van de eigen karaktertrekken geeft inzicht in het eigen doen en laten, wat ergert bij de ander is meestal ook een eigen eigenschap. Het is als de splinter zien bij een ander, maar niet de eigen balk in het eigen oog. Dit kan duidelijk worden door ermee te worden geconfronteerd en ervan te leren en door de confrontatie niet uit de weg te gaan. Met iemand die niet veel invloed heeft of onbelangrijk is, zal deze confrontatie niet worden aangegaan. In een liefdesrelatie kan dit niet worden ontweken en geeft een confrontatie strubbelingen. Beide hebben ermee te maken en vanuit het eigen gezichtspunt gelijk in hoe het wordt ervaren. De kunst is tot een compromis te komen waarin beide zich kunnen vinden en de liefde willen laten stromen. Als een van beide hiertoe niet bereid is, is het uit met de liefde.

Bij elke persoonlijkheid en voor iedereen gelden verschillende regels en bij de eigenheid horen ook nog de eigen gedachten. Niemand anders kan de gedachten bepalen, alleen het eigen ik kan het denken bepalen, of een gedachtestroom onderbreken. De eigen gedachten zijn wie een mens is en hoe hij zich manifesteert in het leven en verantwoording aan zichzelf aflegt. In elk mens is die eigen gedachtestroom aanwezig en hoe deze wordt gereguleerd, beslist hijzelf. Een ander kan hierin niet indringen, maar wel meegaan, storen of suggesties doen. Uiteindelijk bepaalt elk mens voor zichzelf wat hij kiest en hoe hij het leven in wil vullen. Ook in de liefde is het dit proces dat vorm moet krijgen en worden uitgewerkt, al lijkt het in de verliefdheid hetzelfde en fantastisch te zijn. De eigenheid moet vorm krijgen om het leven in te vullen, de ander staat altijd aan de zijlijn. Iedereen beslist voor zichzelf en een ander kan de keuzes accepteren, verwerpen of veroordelen.

De verschillende karaktereigenschappen staan niet op het voorhoofd geschreven en gaandeweg zullen deze zich manifesteren. Gelukkig is er de liefde die het mogelijk maakt als een ontdekkingsreis deze eigenschappen van de ander te leren kennen. Erna worden het vaak afwegingen om behalve gevoelsmatig, ook verstandelijk de liefde erin te kunnen blijven zien. Als de een losse handen heeft en snel om zich heen slaat en de ander lange vingers heeft en dwangmatig steelt, lijkt dit elkaar in evenwicht te houden. Maar het is dan een hels karwei om de liefde over deze eigenschappen te laten zegevieren en voor altijd gelukkig te zijn met elkaar.

Hoofdstuk 13 WETEN WAAR DE LIEFDE BEGINT EN EINDIGT

Een nieuw begin is een mogelijkheid om alles te ontdekken en te beleven en met deze ervaring wijsheid te vergaren. In de liefde is dat hetzelfde als leren op school, al is liefde leren een ervaring die is opgebouwd uit eerdere ervaringen. Het is dus nooit helemaal met een schone lei beginnen, want er zijn al eerdere ervaringen. Elk schooljaar is anders en oude cijfers tellen niet meer mee in het erop volgende jaar. Ervaringen in de liefde blijven het hele leven aanwezig en het is de kunst om met een nieuwe ervaring, de mogelijkheid tot liefhebben te vergroten. Met oud hartzeer is dit moeilijk te verwezenlijken. Iedereen heeft in een afwijzing wel een eigen, minder vreugdevolle liefdeservaring meegemaakt in het leven. Hoe de eerdere ervaring is verwerkt, is van belang om de volgende ervaring toe te staan en ervan te leren. Tienerliefde lijkt minder verstrekkend, maar kan diepe wonden en littekens achterlaten op de mensenziel.

Een nieuw begin met een nieuwe liefde heeft alle mogelijkheden in zich om oude verwerkte ervaringen een andere wending te geven. Door verworven wijsheid kan alles anders ervaren worden en het is heel verhelderend om te weten, dat gekwetst voelen met het ego te maken heeft. De ander kwetst dus niet, maar het eigen ego voelt zich gekwetst. Door zich onkwetsbaar te weten geeft een ander beeld van de eigenheid en in het omgaan met een ander. De eigen innerlijke waarheid trouw blijven en weten van de eigen zuiverheid, is niet laten kwetsen vanuit een dieper zijn. Wat de ander verkiest te doen is aan de ander, zelfs al is dit te betreuren en wordt de liefdesrelatie er door beëindigd.

Voor elke liefdesrelatie geldt dat het geen knechten van elkaars kwaliteiten is, maar in de liefde mag de ander er zijn in de eigen persoonlijkheid. Leren in liefde betekent ook accepteren dat de ander niet volmaakt is, maar op weg is hier naar toe. Hardnekkige misverstanden zijn soms moeilijk te hanteren en dit vraagt veel energie om in liefde te blijven. Wanneer de angel niet uit de tegenstrijdige belangen en meningen is te halen, zal dit het einde van het gezamenlijke liefdespad betekenen. In een volgende liefdesrelatie zal dan hieraan verder gewerkt kunnen worden met een andere partner. Ook hier zal weer geleerd worden en met deze ervaring die niet de juiste weg is geweest, voor vervulling van deze liefdesrelatie.

Elk mens is zijn eigen rechter en mag leren door fouten, al heeft de samenleving hieraan wel grenzen gesteld. Moorden uit passie is niet toegestaan, maar het aantal scheidingen zegt meer over de persoon zelf dan de partners. Hardnekkige overtuigingen en denken door de partner misbruikt te worden, zal uiteindelijk bij elke persoon zelf terugkomen. De vraag waarom gaat het altijd zoals het gaat bij mij, is dan aan de orde en niet wat de ander verkeerd doet. Wat aanvankelijk in de liefde een feest is om samen te vieren, kan uitmonden in wederzijdse ergernis en dat komt de liefde niet ten goede. Een bos rozen of een diamanten ring lost dat niet op, er zal in eerlijkheid naar gekeken moeten worden wat er is gebeurd. Waar het niet meer liefdevol voelde en waardoor, zal zonder verwijten naar elkaar kunnen worden uitgelegd. Soms zijn het kleine misverstanden die door ze te negeren, later tot hardnekkige overtuigingen uitgroeien.

TOT BESLUIT WETEN WAT ER NODIG IS OM DE LIEFDE TE LEVEN

Liefdesrelaties hebben door de wederzijdse belangen in de loop van de eeuwen veel aangericht, zowel in de zin van bevoorrechting als vernedering. Het laatste geldt ook bij het beëindigen van de relatie, waarbij wraak en recht halen vaak aan de orde is. De verschillende belangen die zijn gaan spelen worden tegen elkaar gebruikt. Het is immers niet meer hetzelfde belang dat wordt nagestreefd. Er kan ook sprake zijn van rolpatronen of andere verschillen tussen mannen en vrouwen die gelijkwaardigheid in de liefdesrelatie belemmeren en tot strubbelingen leiden.

Begrip en vertrouwen zijn een voorwaarde voor elke relatie, achterdocht, wantrouwen en onbegrip zijn funest. Maatschappelijke, financiële en sociale factoren kunnen ook hun impact hebben en een soort bevoorrechting geven. Vroeger werd er getrouwd binnen de stand en belangen van overerving, ouders en bezit stonden voorop. Als er macht en landverdeling aan de orde was en er in families getrouwd werd uit andere belangen, begon vaak de bevoorrechting al eerder dan de aanvang van de relatie.

Als er andere doelen, of belangen zijn zal de liefde anders gekleurd zijn en spelen andere motieven bij de invulling van de liefdesrelatie. Onvoorwaardelijke overgave is dan niet mogelijk en wenselijk, omdat dit het grotere belang zal schaden. Spioneren wat de partner onderneemt en met welk doel heeft dan vaak niets met jaloezie te maken. De plannen van de partner kunnen dan in het geheim strijdig zijn met de zogenaamde liefdesrelatie. Intriges en bedrog, macht en vernedering zijn en worden vaak in liefdesrelatie uitgewerkt. Ook problemen en angsten uit de kindertijd, oude patronen en gewoontes. Alle thema’s komen aan het licht in een liefdesrelatie.

Door de liefde mag dit licht alles zuiveren en vernieuwen, als een frisse start in het leven. Weinig mensen durven deze onbevangenheid verwezenlijken in een relatie. Oude patronen als achterdocht, beter weten en meer willen, zijn nog aanwezig en spelen vooral op in intense relaties. Dit is een leerproces om te zuiveren en oude ballast te verwijderen. Door de liefdespartner te durven vertrouwen en te kunnen bouwen op de eigen innerlijke onkwetsbaarheid.

Verraad en vooroordelen, allerlei intriges en bedrog hebben de puurheid van de liefde aangetast en er een overlevingsangst voor het eigen zelf ingebouwd. Zomaar zonder meer de liefde instinctief er laten zijn en leven is meestal alleen in films te zien en dan loopt het ook vaak slecht af. Sprookjes kunnen leven heeft meer met het eigen innerlijk te maken dan met de partner. Bij onvoorwaardelijke overgave en blinde verliefdheid vraagt dit een enorm vertrouwen, behalve in het eigen onkwetsbare zelf. Van de partner wordt dan dezelfde overgave verwacht, maar de uitwerking in het leven vraagt ook andere dingen. Gelijkwaardigheid is er in eerste instantie bij verliefdheid, maar waardering en vertrouwen moeten groeien door respect en liefde. Na de overweldigende vreugde van verliefdheid kan de liefde dit stabiliseren in gehechtheid en van elkaar op aan kunnen.

Elk mens heeft zijn persoonlijke eigenheid, samen met een ander zijn dit twee eigenheden met allebei eigenaardigheden. Als deze persoonlijkheden hun eigen aardigheden samen kunnen combineren en verschillen accepteren, dan kan de liefde zegevieren. Zo niet, dan is er een keus om aan te passen en overwinnen van de tegenstand, of om alleen verder te gaan of met iemand anders een relatie aan te gaan.