

2. Hoe je de verbinding opzoekt en vasthoudt

Verbonden geliefden

Zo nu en kom je een stel tegen, bijvoorbeeld op een feestje of tijdens een barbecue bij vrienden, waarvan je meteen ziet dat het een stel is. En hiermee bedoel ik niet een 'ANWB-stel', waarbij beide partners steeds meer op elkaar zijn gaan lijken wat betreft hun kleding of kapsel. Nee, ik bedoel een stel waarbij het overduidelijk is dat ze *geliefden* zijn. Het is voor iedereen duidelijk te zien dat ze samen zijn. Niet omdat ze samen aankomen en samen weer vertrekken, maar omdat ze uitstralen samen door het leven te gaan. Ook als ze even in gesprek zijn met iemand anders, er is altijd wel ergens een moment waarop ze elkaar even opzoeken met een liefdevolle blik, of korte aanraking tijdens het voorbijgaan.

Dit zijn de stellen waaraan je opvalt dat ze (nog) veel lol met elkaar hebben ook al zijn ze al jaren bij elkaar. Ze ogen vaak jeugdig ongeacht hun werkelijk leeftijd. Ze gedragen zich wat plagerig en ze voelen zich overduidelijk nog seksueel aangetrokken tot elkaar. Je zou bijna denken dat ik hier een pril liefdeskoppel beschrijf maar je voelt wel aan dat dat niet het geval is. Toch hebben ze er zeker wel iets van weg, met name wat betreft de speelsheid en het plezier dat ze uitstralen. Maar deze stellen - die soms al vele jaren samen zijn - hebben daarbovenop nog iets extra's: iets dat de prille stellen (nog) niet (kunnen) hebben.

Dit 'iets extra's' is maar moeilijk te beschrijven maar het zit in de hoek van: een sterk fundament, het elkaar door-en-door kennen en bovenal heeft het te maken met *bewust-zijn*. Ze kiezen namelijk heel bewust voor elkaar, en dat stralen ze uit. En dit is zowel *ondanks* als *dankzij* het feit dat ze bekend zijn met elkaars pijnpunten, angsten, triggers en alle rafelrandjes die het ego voor ze in petto heeft. Deze mensen *begrijpen* niet alleen de dynamiek van hun relatie, ze hebben er zelfs controle over. En daardoor raken ze, in plaats van langzaam op elkaar uitgekeken, alleen maar sterker verbonden met elkaar.

Naast het beeld van de hierboven beschreven relatie wil ik nogmaals een herinnering met je delen uit de tijd van mijn scheiding. Of misschien beter gezegd: uit de tijd vlak vóór de scheiding toen ik nog samen met mijn toenmalige partner relatietherapie deed. Ik had net verteld aan onze therapeut dat we, voordat we kinderen kregen, wél nog vaak leuke dingen samen deden en dat ik dat heel erg miste. We gingen van een