

Hoezo, smoorverliefd?

Gedachte-oefeningen bij de recepten uit de keuken van Amor, Eros en Cupido!

Door Wytze Vonder, psychotherapeut

'Thank you for hearing me, thank you for loving me
Thank you for seeing me, and for not leaving me
Thank you for staying with me, thank you for not hurting me
You are gentle with me, thank you for silence with me
Thank you for holding me, and saying I could be
Thank you for saying baby, thank you for holding me
Thank you for helping me'

'Thank you for breaking my heart
Thank you for tearing me apart
Now I've a strong strong heart
Thank you for breaking my heart'

Sinead O'Conner uit 'Universal Mother'

Voorwoord

Mede aan de hand van bovenstaande op muziek gezette hartenpijn (en blijken van diep inzicht) wil ik in dit artikel een fragmentje van het geheim, wat liefde en verliefdheid heet, nader te onderzoeken. Ik zal dat doen aan de hand van 'de klassieken', en daarbij baseer ik me waarschijnlijk op hetzelfde gedachtengoed als waar ook Harry Mulisch zijn 'Ontdekking van de Hemel' op heeft gebaseerd. Hij laat ons o.a. zien dat er in de Hemel hard gewerkt wordt en dat er veel onderling overleg is met diverse engelen om de mensen op aarde te geven / te bezorgen ('over ons en zonder ons') waar ze op het eerste gezicht niet om gevraagd hebben.

En gelet op de pijn en de moeite die er vaak is in de relatie vrouw(welijk)-man(nelijk) vermoed ik dat Goethe het over hetzelfde heeft, als hij i.v.m. zijn Faust zegt: 'Het belangrijkste feit van het leven, de scheiding in het mannelijke en het vrouwelijke, wordt tot sleutel voor het raadsel 'mens'.

Inleiding

Als je de weekbladen en de TV moet geloven en je oor te luisteren legt bij de spreekkamers van huisartsen en psychotherapeuten dan lijkt de ondertitel van dit verhaal toch niet zo overdreven als het in eerste instantie misschien bij u overkomt. Ook al zijn problemen in een relatie van alle tijden, en wat dat aan gaat is er inderdaad 'niets nieuws onder de zon', het gaat in dit artikel vooral om de intieme liefdesrelaties in hun vroegste ontstaansvorm (de conceptie), van deze tijd met zijn eigen typische kenmerken.

De inhoud en vorm van de huidige relaties zijn m.i. vooral mede door de emancipatie van de vrouw en de man na de tweede wereldoorlog wezenlijk veranderd. De verminderde invloed van het dogmadenken m.b.t. normen en waarden (kerk en staat en traditie, heeft o.a. het vrije denken en handelen (individualisering) een sterke impuls gegeven. De snelle ontwikkeling en gebruik van voorbehoedsmiddelen en met name de pil heeft in het liefdesleven grote veranderingen gebracht (al het denk- en wensbare wordt maakbaar en het maakbare is beschikbaar voor iedereen en lijkt soms waardenvrij). Je zou ook kunnen zeggen dat de grote hoeveelheid kennis en mogelijkheden die we in zo'n relatief korte tijd hebben verworven niet gelijk opgaat met onze vaardigheid om daar goed mee om te kunnen gaan (van uit ons hart te denken, te voelen en te handelen), waardoor er een discrepantie kan ontstaan tussen ons denken, voelen en handelen. Deze drie lijken te vaak op losse eilandjes zonder enige vorm van communicatie. We zijn in staat heel wat anders te denken dan wat we voelen en ons handelen wordt niet altijd bepaald door wat we voelen en/of denken. Het doen en laten in de relatie wordt veel vaker bepaald door gevoel van onzekerheid bijv. uit angst afgewezen te worden, dan we ons bewust zijn.

De geweldige ontdekkingen en ontwikkelingen die we aan de (natuur)wetenschap hebben te danken, geeft

jong en oud het idee van een maakbare wereld, ook in de micro-wereld waarin wij als individu leven. Met name in de intermenselijke relaties komen we vaak van een koude kermis thuis en worden we meer dan ooit met onze beperkingen geconfronteerd, 'en dat is een frustrerende ervaring voor een calculerende burger die geen frustratie-tolerantie in zijn pretpakket heeft' zo zei eens iemand.

Liefde maakte blind

(dat wat ons eerst aantrekt in de ander blijkt later maar al te vaak datgene te zijn geworden wat ons ook weer afstoot in de ander)

In dit artikel wil ik in een poging wagen om een invalshoek te beschrijven die vooral zal gaan over: waarom het toch zo vaak voorkomt dat men een relatie, die met heftige, zo u wilt vurige verliefdheid begint, al na een paar jaar met een zelfde heftigheid op de klippen dreigt te lopen. Voor minder heftige types kan het ook nog wel wat langer duren voordat er een grens bereikt is. (Let wel, het gaat hier vooral over de bijzondere aantrekkingskracht tot elkaar die we verliefdheid noemen, liefde, Liefde en houden-van, komt in een ander artikel nog aan de orde. In de psychoanalytische literatuur kan men lezen dat geliefden tot elkaar aangetrokken worden omdat ze hetzelfde ontwikkelingsstadium hebben overgeslagen. In de volgende bijdrage zal deze theorie meer aandacht krijgen wanneer ik meer over de specifieke relatieproblemen zal schrijven.)

Hoe letterlijk moeten we 'liefde maakt blind' nemen, en hoe leg je de bijbeltekst uit als je het helemaal gehad hebt met je echtgenoot en je kerkelijk bent opgevoed met de woorden: -'wat God samenvoegt zal de mens niet scheiden'. -Als men voor elkaar bestemd is voor hoe lang dan? - Bestaat er wel zoiets als 'de enige echte' en -'je kunt de hele wereld toch niet haten om een!'.

Of was het toch zo gek nog niet van die oude Grieken en Romeinen dat zij zich voorstelden dat (Amor/Eros)Cupido, zonder vooroverleg vanuit de hemel/kosmos, met een pijl in het hart van de geliefde en beminde schoot? (Bestaat er een zoetere pijn dan verlangen naar je geliefde?) Waarom zou het voor ons beter zijn dat we in deze amoreuze situatie niet zelf mogen bepalen met wie we ons lief en leed willen delen voor nu en de rest van ons leven.

Kortom als een relatie begint met verliefdheid, en men gaat er van uit dat liefde blind maakt, dan is er van vrijheid van partnerkeuze niet zoveel meer over. Je zou beter kunnen spreken van een magnetisch veld waarin de aantrekkingskracht 'bovenmenselijk' is. Het lijkt een soort onoverkomelijk moeten. Het doet zich voor als een soort geheime lotsbestemming waar we in eerste instantie niets over in te brengen lijken te hebben.

Mythologische en recentere benadering van het schepsel mens (androgyn, andros = man gyn = vrouw) en de mogelijke ontstaansgeschiedenis van het vrouwelijke(de vrouw) en het mannelijke (de man)

In het Symposium van Plato (427-347v.Chr.) laat de schrijver Aristophanes aan het woord, (het was zijn beurt tijdens een diner, om een lofrede over Eros te houden):

"Want hij (Eros) is van de goden de meest mensenlievende, omdat hij een helper is van de mensen en een geneesheer van die kwalen waarvan de genezing het grootste geluk kan brengen aan het mensdom'. Daarna begint Aristophanes zijn betoog over de menselijke natuur en de lotgevallen daarvan: '.... want toen bestond het man-vrouwelijke geslacht, in gedaante en in naam samengesteld uit de twee anderen het mannelijke en het vrouwelijke...Verder was ieder menselijk wezen geheel rond met rondom rug en zijden. Hij had vier armen en evenveel benen, twee geheel gelijke gezichten op een ronde hals en op de tegenover elkaar staande gezichten een schedel.... Zij hadden een vreeswekkende kracht en sterkte en een trotse geest en zij vielen de goden aan(zij trachtten de hemel te beklimmen).

Zeus overlegde met de andere goden en ze besloten dit geslacht niet zoals ze met de Giganten gedaan hadden, door de bliksem te laten vernietigen, want dan gingen voor hen ook de eerbewijzen en de offers van de mensen verloren. Uiteindelijk besluit Zeus om hun opstandigheid te breken door ze zwakker te maken.'Voorlopig zal ik hen een voor een in tweeën snijden. Dan zullen zij niet alleen zwakker zijn maar

ook nuttiger voor ons wegens hun groter aantal....' Zodra hij iemand had doorgesneden, beval hij Apollo het gezicht en de halve hals naar de snede toe om te draaien, opdat de mens met de snede voortdurend voor ogen ootmoediger zou zijn en hij gelastte hem de wonden te helen. ...Toen nu hun oorspronkelijk lichaam in tweeën was gesneden ging ieder vol verlangen op zoek naar zijn eigen helft...

Sinds zo lange tijd is dus de liefde voor elkander aan de mensen ingeplant en is Eros de hereniger van de oorspronkelijke natuur en tracht hij uit twee één te maken en de menselijke natuur te genezen.... De begeerte nu en drang naar het éénworden heet Eros."

Tot zover Plato's Symposion.

Ook andere bronnen spreken over het oorspronkelijke mannelijk-vrouwelijke oerprincipe:

- Zeus bijvoorbeeld wordt vaak ook afgebeeld met vrouwelijke borsten. In een hymne uit de orfische mysteriën wordt Zeus bezongen als 'Zeus is een man –Zeus is een onsterfelijke maagd'.
- In het Oude Testament wordt gesproken dat uit Adam (androgyn?) Eva geschapen wordt en Mannin genoemd wordt.
- Steiner spreekt over die vervlogen tijdsperiode: 'wat toen plaats vond was de bevruchting van de moederlijke aarde met de vaderlijke geest'.
- Bij de Indiërs heeft men de androgyn oer-mens Shiva-Shakti. In de Veden wordt de androgyn oerpolariteit van Poeroesja-Prakriti bezongen.
- Ditzelfde principe noemen de Perzen: Gayo-Maretan.
- Bij de Chinezen kennen ze het Tao-beginsel waaruit het tweevoudig Yang-Yin beeld is ontstaan.

Vanuit onze eigen westerse biologische wetenschap weten we al een jaar of veertig dat gedurende de eerste vijf tot zes weken dat het embryo zich in de baarmoeder ontwikkelt en elke cel de mogelijkheid heeft om vrouwelijk of mannelijk te worden, alle embryo's van mens en zoogdier qua vorm meer vrouwelijk zijn dan hermafrodit (= tweeslachtig wezen) of neutraal. De invloed van de X en Y chromosomen (wordt het een meisje of een jongen?) wordt pas merkbaar na de vijfde of zesde week. In de eerste weken zijn alle embryo's vrouwelijk!

Met bovenstaande citaten uit vervlogen en minder vervlogen tijden wil ik u gevoelig maken voor het feit dat er 'meer is tussen hemel en aarde' als het gaat over verliefdheid en aantrekkingskracht, die zo'n sterke 'magnetische' kracht/drang op ons uitoefent dat we met onze geliefde/minnaar, met blindheid geslagen, niet belemmerd door enige kennis en inzicht, voor jaren onze gezamenlijke toekomst ingaan.

Maar waarom en waartoe mag of kan de mens blijkbaar niet, met zijn volle bewustzijn, zijn toekomstige liefdes-partner kiezen (tot de dood hen scheidt'), als zij/hij dat nu persé zo graag wenst ! ?

Welnu ook daar hadden o.a. onze oude Grieken en heel duidelijke mening (via inzicht) over: ze zeiden dat de ergste straf die de goden de mens konden geven was: dat hij alles zou krijgen wat zij of hij zou wensen!

Uitgangspunten/werkhypothese

In deze denkoefening die ik U en mezelf opleg ga ik er niet vanuit dat de wereld van toevalligheden aan elkaar hangt en dat de mens per ongeluk is ontstaan, dat we dus een ongelukje van de evolutie zijn, inclusief de overtuiging dat daarom het leven als zodanig niet zinvol kan zijn. (Max Pam, 13 dec. 2002, NRC)

De hier gekozen werkhypothese is voornamelijk: 'Het menselijk leven heeft zin en bedoeling en de dingen die in ons leven ontstaan of gebeuren zijn niet 'toevallig' maar 'vallen ons toe'.

- 'Een ons toe-gevallen ontmoeting met de ander', kan getransformeerd worden in een niet-moeten, in een ont-moeten oftewel in een vrij wilsbesluit.
- De mens is als schepping/creatie compleet geschapen. (zowel vrouwelijk als mannelijk) -De mens is in potentie een ontwikkelingswezen waardoor hij zijn hele leven in staat is zich te ontwikkelen en zich daar door te vervolmaken (completeren) – De mens is bewust of/en onbewust op zoek naar liefde,

heelheid en vrijheid – Zonder de ander kunnen we ons op bovenstaande gebieden niet ontwikkelen.

- Zonder ervaring kan er geen ontwikkeling plaats vinden.

Karakteristieke kenmerken van het vrouwelijke en het mannelijk (bij C. Jung heet het resp. Anima en Animus) ter oriëntatie.*

Vrouw(elijk)	-Man(nelijk)
eenheid	-polariteit
een-zijn	-gedifferentieerdheid
onderling verband	-individualisering
gemeenschap	-hiërarchie/orde
voedster	-bevruchter
niet oordelend	-oordelend
zonder doel	-met doel
intuïtief/gevoelsmatig	-rationeel
ruimte	-tijd

-Het 'mannelijke' zou dan te ervaren zijn als het scheppende, doelgericht, onderscheidend, naar buiten gekeerd. Ook als rationeel, verbaal, logisch redenerend, bezig met structuren, organisatie en techniek. Het 'vrouwelijke' daartegenover is het actief ontvangende en vruchtdragende, het omvattende voortbrengend, naar binnen gericht, koesterend, zorgend. Het schept eenheid in plaats van onderscheiding, het beleeft de inhoud, het wezen, niet allereerst de vorm. Het is zelf vormgevend.- (Karel Douven in Mens: man-vrouw-wezen)

*Deze opsomming van 'kwaliteiten' kom je in veel boeken tegen die over het vrouwelijke en het mannelijke gaan. (o.a. S.Colegrave) en het populaire 'Vrouwen komen van Venus en Mannen komen van Mars'). De psyche van de vrouw wordt wel eens beschreven aan de hand van het verhaal van Amor en Psyche; het Parcival-verhaal zou kenmerkend zijn voor de psyche van de man. Je kunt ze natuurlijk eindeloos aanvullen en verder uitwerken maar voor deze bijdrage is het niet nodig. In volgende artikelen kom ik hier nog uitvoerig op terug.

Stel nu dat de twee hier bovenstaande kolommen in elkaar geschoven zouden kunnen worden, dan zou er sprake kunnen zijn van een vorm van heelheid/volmaaktheid.

Voeg dan het beeld uit de mythe van Plato erbij waarin hij schrijft dat Zeus de eenheid/heelheid van de mens (een ronde bol met vier armen en vier benen etc.) splitst, opdat de mens verzwakt: 'Want sinds die tijd is de mens op zoek naar zijn wederhelft' om weer tot heelheid te komen, zich te ver-enigen. Zeus zou eerder zeggen dat ze dan weer op volle kracht komen. En als zij of hij denkt/voelt zijn wederhelft gevonden te hebben op dit ondermaanse, 'vliegen de vonken er van af', zou ik er aan willen toevoegen.

Gerrit Komrij schrijft in 'Het Chemisch Huwelijk':

'Hoop ben ik en liefde ben ik,
Maar wat kan ik zonder jou?
Als ik mij niet zelf verlos, hoe kan ik dan verlossing brengen?
Is het lam iets zonder monster,
Licht iets zonder duisternis? '

Let maar eens op andere paren die u kent en ga ook eens bij uzelf na, voor zover u al een wat langerdurende relatie heeft; -wat waren toch de belangrijkste punten die u in de ander aantrekkelijk vond/vindt, en welke zijn op dit moment de meest terugkerende irritatiepunten waar u het samen maar niet over eens kunt worden waarbij er om het minste of geringste strijd ontstaat waar u zich onbegrepen, vaak eenzaam en machteloos door voelt. Wat maakt toch dat we helaas zo vaak moeten vaststellen dat er zo'n afstand/verwijdering in de relatie is ontstaan die onoverbrugbaar lijkt.

In veel situaties die ik in mijn werk tegen kom blijkt o.a.: dat wat we in de ander zo aantrekkelijk vonden (wat ons aantrok), na enkele jaren, nu juist de onderwerpen te zijn waar relatieconflicten door ontstaan.

Probeer maar eens na te gaan hoeveel mensen die tenderen naar introvertie, een partner hebben die

meer extrovert is. Hoe vaak zie je niet dat een meer rationeel georiënteerd iemand een partner heeft die opvalt door warmte en gevoel. (denkers en voelers ?) Hoe vaak komt het voor dat iemand die graag een ander wil helpen een partner heeft die graag geholpen wil worden. En zo zijn er nog wel legio koppels die we bij dit paar voorbeelden kunnen toevoegen.

Mogelijke ingrediënten

die gebruikt worden in het verliefdheidsrecept in de hemelkeuken van Amor Eros en Cupido

Welnu, ik verdenk de medewerkers in de keuken van Amor en Eros ervan dat zij met name juist dit aspect op het oog hebben als ze bezig zijn met het koppelen van wederhelften omdat ook zij weten dat een plus en een plus en een min en een min geen elektriciteit/energie doen ontstaan, maar wel een plus met een min! (tegenpool, wederhelft, weerstand of hoe ze verder genoemd kunnen worden.)

Voorbeeld

(receptuur voor het maken van blindheid en bewustzijnsvernauwing bij aspirant geliefden)

Bereidingswijze:

'men neme een menspersoon die opvalt door terughouding en verlegenheid en zoek daarbij een menspersoon die opvalt in dominant en/of sociaalvaardig gedrag'(ook wel aangeduid met de termen extravert en introvert') Laat vervolgens de een genieten van de initiatiefkracht van de ander en zorg er voor dat de ander zich gewaardeerd voelt door zijn naar buitentredend gedrag zodat zij elkaar aanvullen en samen sterk zijn en niet in de gaten krijgen dat zij daardoor afhankelijk worden van elkaar'

En voor wat die heftige en vurige verliefdheid betreft, die zo typerend is aan het begin van een relatie, hebben ze in diezelfde keuken bedacht:

' Indien er maar een lauw warm vuurtje zou ontstaan tussen die beide geliefden, de wederhelften veel te weinig relatiebinding zouden ontwikkelen aan elkaar en daardoor in een veel te vroeg stadium, wanneer ze ont-dekt hebben dat er ook essentiële verschillen / tekorten in de relatie zichtbaar geworden zijn, 'ze er niet meer voor gaan' zoals dat tegenwoordig heet. Zou daar ook niet de uitdrukking 'het ijzer smeden als het heet is'vandaan komen? . 'Er wordt ons dus een trucje geflikt'zei een wederhelft die ook tot deze ont-dekking kwam tijdens de therapie.

Epiloog

Met dit verhaal heb ik een poging gedaan om aan de hand van o.a. bestaande mythes en bescheiden literatuuronderzoek, die zaken woorden te geven die we misschien wel vermoeden of die we via karma en reïncarnatiegedachten gehoord of gelezen hebben, maar nooit voldoende op ons eigen leven van toepassing hebben kunnen brengen.

Hopelijk brengt bovenstaande gedachtenoefening u in beweging om de vragen die u eventueel zelf mocht hebben i.v.m. uw relatie (met uw wederhelft) in vrijheid samen te onderzoeken om zo mogelijk tot meer eenheid en vrijheid te komen. En elkaar de mogelijkheid te bieden de on-voorwaardelijke liefde te ontwikkelen.

Conclusie: Liefde is een werkwoord en heeft daar verliefdheid bij nodig.

Voor inlichtingen en evt .literatuuropgaven:

Wytze Vonder psychotherapeut
Praktijkadres: Prinsesselaan 52 1861 EP Bergen
Telefoon: 072-5816000