

Anders denken over liefde

**HET IDEE DAT JE ALLES KUNT HEBBEN ZOALS JIJ HET HEBBEN
WILT, BLIJKT IN DE LIEFDE NIET ZO GOED TE WERKEN.
STERKER NOG, HET TREKT ONS LIEFDESLEVEN BEHOORLIJK
OVERHOOP. ZIJN WE TE VEELEISEND GEWORDEN?**

Op een warme dag in Iowa, 1965, vertrekken Francesca's man Richard en hun twee tienerkinderen Carolyn en Michael voor een trip van vier dagen naar een zomermarkt. 'Ik kan helemaal niet slapen zonder jou naast me,' zegt Richard bij het vertrek in Francesca's haar. 'Wat ga je doen als wij weg zijn?' 'Hetzelfde als altijd, maar met minder hulp,' lacht ze met haar wang tegen Richards borst. Meryl Streep speelt Francesca in de filmklassieker *The bridges of Madison County* (1995). Francesca gaat helemaal niet doen wat ze altijd doet, maar dat weet ze dan nog niet. Een half leven geleden nam Richard haar mee vanuit het Italiaanse Bari naar de woeste leegte van Iowa, waar iedereen alles van elkaar weet en het leven bestaat uit het kloppen van de matten en koken voor het gezin. Dat het niet is waarvan ze ooit droomde, neemt ze voor lief. Richard is een zorgzame, aardige man, een harde werker en een goede vader, en ze koestert de liefde voor haar kinderen. Tot fotograaf Robert (Clint Eastwood) voorbij komt. Hij is op zoek naar een brug voor een reportage in National Geographic. Francesca wijst hem de weg en voelt langzaam haar levenslust aanwakkeren onder zijn ogen. Ze lachen, ze eten samen, hij vertelt over zijn avonturen in Afrika, haar dromen komen bovendien en als ze de volgende dag weer

mee op pad gaat, is het niet meer te stoppen. Er groeit een liefde die veel groter is dan de zindering die vanaf de eerste minuut te voelen was, een liefde waar volgens Robert sommige mensen hun hele leven op wachten. 'Ik had gedachten over hem waarvan ik niet wist wat ik ermee moest,' schrijft Francesca in het dagboek dat haar kinderen na haar dood zullen lezen. 'Ik ging me gedragen als een andere vrouw, en tegelijkertijd was ik meer mezelf dan ooit tevoren.' Op de avond voordat haar gezin terugkomt, staan haar koffers klaar om voorgoed met Robert te vertrekken. Maar dan kijkt hij haar aan en ziet: 'Je komt niet mee hè?' Francesca schudt haar hoofd. Ze kan het niet. Ze wil het ook niet. Ze blijft.

DE LUIE LIEFDE

"En dat is het punt waarop menige jonge vrouw tegenwoordig denkt: JE BENT GEK!" vertelt scriptschrijver Richard LaGravenese in een achter-de-schermenvideo. Toen hij het boek waarop de film is gebaseerd begin jaren negentig las, begreep hij eerst niet waarom het zo populair was. De twintigers in zijn omgeving vonden het niks: 'Waarom gaat ze niet gewoon met hem mee?!' riepen ze. "En juist dat maakte het interessant," zegt LaGravenese, "want dit was een generatie die was opgegroeid met het idee: je kunt alles krijgen wat je wilt." >



**'ONZE ENORME BEHOEFTE AAN
AUTONOMIE MAAKT HET HEBBEN
OF VINDEN VAN EEN RELATIE
NIET MAKKELIJK'**

'HET IS EEN ROMANTISCH MISVERSTAND DAT DE LIEFDE AUTOMATISCH HELEMAAL GOED MOET VOELEN'



Je kunt alles hebben zoals jij het hebben wilt: precies dat idee trekt ons liefdesleven tegenwoordig behoorlijk overhoop, vertelt filosoof Jan Drost. “We leven in een consumptieve tijd – onze hele maatschappij is ingericht op behoeftebevrediging. Je kunt kiezen. En die consumptieve houding combineren we met een romantisch misverstand: de liefde moet automatisch helemaal ‘goed voelen’. Die combinatie is dodelijk. Daarmee komt de gedachte ‘is het ergens anders beter?’ bijna nog eerder dan: ‘kan ik er nog wat van maken?’”

Drost schreef het boek *Het romantisch misverstand* en trekt daarin ten strijde tegen de luie liefde, de passieve romantische houding die ons laat denken dat je relatie niet goed is als je gevoel niet altijd goed is. Hij maakt duidelijk hoe machteloos we onszelf daarmee maken. “Dat schijnbaar ongrijpbare gevoel komt namelijk meestal voort uit een gedachte, of een overtuiging, of een oordeel over iets wat is gebeurd. En dat vind ik hoopgevend, want aan je gedachten en oordelen kun je nog iets veranderen.”

KIJKEN NAAR JEZELF

Om ons geworstel met relaties te boven te komen, moeten we dus werken aan onze gedachten over de liefde, vindt Drost. “Nadenken over de vraag: wat is een goede liefdesrelatie voor mij? Wat voor geliefde wil ik zijn – in plaats van alles bij de ander te zoeken.” Want dat is het lastige van romantiek: die verwacht alles van de ander. “Het is een soort messianistisch wachten op de verlosser,” zegt Drost. “Als de juiste maar voorbij komt, voelt het vanzelf goed. Daarmee ga je voorbij aan je eigen aandeel. Dat heeft ook zo zijn voordelen natuurlijk,” lacht hij, “maar er komt een moment waarop je naar jezelf moet kijken. Misschien vind je het wel prettig om iemand naast je te hebben omdat je er zo rustig van wordt, maar ben je eigenlijk helemaal niet zo geïnteresseerd in die ander.” Wat verwacht je eigenlijk van een liefdesrelatie, kun je je afvragen. Niet van ‘de liefde’ dus, maar van een relatie,

benadrukt Dost. “De liefde is geen vervullende staat van welzijn die over je heen valt – het is altijd een relatie.” Wat het hebben of vinden van een relatie in deze tijd niet makkelijker maakt, is onze enorme behoefte aan autonomie. Fotograaf Robert uit *The bridges of Madison County* vertegenwoordigt die vrije, onafhankelijke levensstijl: hij heeft niemand nodig. Niemand in het bijzonder tenminste. Drost: “Het is een enorme verworvenheid dat mannen én vrouwen nu grotendeels voor zichzelf kunnen zorgen. Dat ze financieel onafhankelijk kunnen zijn. Maar in de liefde kun je niet onafhankelijk zijn. Ik hoor de laatste tijd vaak zeggen: ‘Ik wil iemand die mij wil, maar niet nodig heeft.’ Dat heeft totaal niets met een liefdesrelatie te maken. Je zou je emoties ervoor moeten ontkennen, je deels moeten afsluiten en onkwetsbaar maken, en dat is de pest voor elke relatie. We zijn afhankelijke wezens. Vanaf het moment dat we geboren worden, hebben we anderen nodig om bevestigd te worden in wie we zijn. Volwassen zijn zie ik als een balans vinden tussen die afhankelijkheid en onze behoefte aan autonomie. Tussen het alleen kunnen, en weten dat je anderen nodig hebt.” Aan tafel tegenover Robert vraagt Francesca zich dan ook af: ‘Hoe kun je alleen leven voor wat jij wilt?’ ‘En anderen dan?’ Hun relatie moet nog beginnen als ze dit gesprek voeren, maar het luidt het begin van het einde in. Wie bindingsangst heeft of het gevoel vast te zitten in een relatie, kan de ander als bemerkerend zien, denkt Drost. “Maar dat gevoel beperkt te worden, zou weleens kunnen voortkomen uit de gedachte dat we niemand nodig hebben. Vraag je eens af wat je mooie of belangrijke eigenschappen vindt aan jezelf. Bestaan die eigenschappen zonder anderen?” Begrijp hem niet verkeerd: Drost vindt niet dat we eindelijk door moeten ploeteren en denken, om maar koste wat kost bij elkaar te blijven. “Ook zo’n romantisch misverstand: dat een relatie alleen goed is geweest als ze een leven lang heeft geduurd. Het is vooruitgang dat we tegenwoordig de keuze hebben om weg te gaan,” licht hij toe.

“Maar het brengt ook een nieuw probleem. We moeten nog leren omgaan met de nieuwe vrijheid waarin we leven.” Drost wijst op de stress die we ervaren door al die keuzemogelijkheden die overal zijn. En de gelukzaligheid die een simpel vakantiedorpje kan brengen omdat er maar één bakker is, en één terras. “Dat werkt ook zo in een relatie. Wie zichzelf continu blijft voorhouden dat hij de keuze heeft, kan nooit echt toegewijd zijn. Eigenlijk heeft een langdurige relatie pas kans van slagen als beide partners ervoor kiezen geen keuze meer te hebben,” stelt Drost. Dat geeft een enorme rust en aandacht. Maar echt met aandacht voor elkaar leven is niet meer een vaardigheid die we aangeleerd krijgen in deze tijd.”

RELATIEGEWORSTEL

Een goede relatie hebben is ook niet iets wat je kunt leren, maar hangt af van je cultuur en sociale omgeving, schrijft socioloog Eva Illouz in haar overal ter wereld geprezen boek *Waarom liefde pijn doet*. En de veranderingen die onze cultuur heeft doorgemaakt, maken het niet makkelijker. Hoewel ook Illouz niet terug zou willen naar de tijd waarin de keuzevrijheid in de liefde – voornamelijk voor vrouwen – zeer beperkt was, gaven de normen en rituelen in die tijd relaties wel richting. “Tegenwoordig beginnen we aan een relatie zonder ook maar een idee te hebben van het doel en de regels ervan, van de vorm die de relatie zou moeten hebben,” legt ze uit aan de telefoon vanuit Israël, waar ze als hoogleraar werkt. “Dit gebrek aan duidelijkheid gaat samen met torenhoge verwachtingen. Neem seks: die moet er steeds zijn en die moet steeds goed zijn, terwijl het best moeilijk is om je verlangen gaande te houden. Wat we nodig hebben, is de capaciteit om met teleurstelling te leven,” denkt Illouz. “Accepteren dat we door de ander en onszelf teleurgesteld worden. Vroeger was lijden iets wat je karakter vormde; in deze tijd zien we lijden als iets wat tegenovergesteld is aan liefde. Maar lijden is onvermijdelijk. Een liefdesrelatie zit vol pijnlijke ervaringen. En dat betekent niet dat er iets mis mee is.” Het is wat Drost zegt: dat het af en toe botst, dat je het soms niet met elkaar eens bent, dat je je af en toe ook gewoon ongelukkig en eenzaam kunt voelen terwijl je naast elkaar ligt – dat allemaal is niet een teken dat het slecht is, het is een teken dat je een relatie hebt. Dat je samen bent met iemand die een ander is. En altijd een ander zal blijven, hoeveel wensen en verwachtingen je ook bij die ander hebt. Toch doen we niet anders dan problematiseren. Zouden wij een verscheurde Francesca zijn, dan zouden we naar

een therapeut gaan om ons leven weer op de rit te krijgen. We zouden langdurig over onze pijn hebben gedacht en gepraat met vriendinnen, en op zoek zijn gegaan naar de bron van deze ontsparing – ongetwijfeld ergens in onze jeugd. Het staat Illouz tegen: ondanks het wijdverbreide en bijna collectieve karakter van lijden in de liefde, stelt onze cultuur nadrukkelijk dat het relatiegeworstel het resultaat is van gemankeerde of onvoldoende gerijpte psychen. Er moet wel iets mis met ons zijn. “Maar misschien is er wel iets mis met onze maatschappij,” aldus Illouz. Wat we nodig hebben, is dat het romantische denken plaatsmaakt voor het liefdevolle denken, vindt Drost. “Dat we weer gaan zien dat een relatie alles behalve een geschenk is dat we onszelf zomaar kunnen toe-eigenen. We zouden de aandoenlijkheid van de liefdesrelatie weer iets meer voorop kunnen zetten. Een personage in de film *Revolutionary road* laat dat mooi zien, als hij na al zijn najagen van een beter leven zijn vrouw ’s morgens aan tafel ziet zitten, met een slaperig hoofd en een sinaasappelvlek op haar ochtendjas, en denkt: zij is met mij. Hij ziet even weer heel helder wat er wél is. En ondertussen moeten we ons erbij neerleggen en leren dat de liefde ook af en toe een vorm van geweld is die we onszelf moeten aandoen. Soms heb je geen puf om te luisteren naar een verhaal, maar moet het toch. Soms voel je het even niet, maar kun je toch ‘doen’ – gewoon maar een kop thee voor je geliefde gaan maken bijvoorbeeld, ook al is hij vandaag een zeurkous. *Making love*, zoals de Engelsen zeggen, kun je ook breder opvatten.” Francesca kiest, dwars door haar verdriet heen, voor dat liefdevolle denken. Ze voelt zich dankbaar, en veilig. ‘Franny, ik weet dat je je eigen dromen had,’ zegt haar man Richard ten slotte, als ze hem verzorgt op zijn sterfbed. ‘Het spijt me dat ik ze niet kon waarmaken. Ik hou zo ontzettend veel van je.’ ●

MEER LIEFDESLESSEN

- * ‘Het romantisch misverstand – Anders denken over liefde’ en ‘Denken helpt’ van filosoof Jan Drost
- * ‘De herontdekking van de liefde – De kunst van het leven met anderen’ van filosoof Wilhelm Schmid
- * ‘Liefde in tijden van eenzaamheid – Over drift en verlangen’ van psychiater Paul Verhaeghe
- * ‘Liefde – Een onmogelijk verlangen?’ van psychiater en hoogleraar Dirk De Wachter



TEKST PEGGY VAN DER LEE ILLUSTRATIES KATE PUGSLEY