

Mira Kirshenbaum

# Tijd voor elkaar

Vertaald door Trudy Schermer-Lodema



## 1 Wat is een weekendrelatie?

Het heeft jaren gekost voordat het eindelijk tot mij doordrong: o mijn God, ik heb geen tijd voor mijn huwelijk! Hoe heb ik dat over het hoofd kunnen zien? Ik wist immers dat het moeilijk is om een relatie te hebben als je krap in je tijd zit. Tijd is de zuurstof die liefde nodig heeft om te ademen. Maar als je langzaam stikt, kan het een hele poos duren voordat je beseft wat er eigenlijk aan de hand is.

Het was heus niet zo dat ik constant aan het werk was. Maar ik zag dat het tempo van mijn leven in combinatie met het drukke leven van mijn man betekende dat we te vaak als schepen waren die elkaar in de nacht passeerden. Nee, laat ik dat anders formuleren. Als twee taxi's in een drukke stad die af en toe samen voor hetzelfde rode licht staan te wachten.

Dat is *de weekendrelatie*. Het is de relatie die de meesten van ons tegenwoordig hebben: in een doorsneeweek heb je slechts minuten, geen uren, om samen als stel door te brengen – om weer nader tot elkaar te komen, samen plezier te hebben en je vertrouwd met elkaar te voelen. Het is níét een van die zeldzame situaties waarin een van de partners van maandag tot en met vrijdag aan de andere kant van het land werkt. In een weekendrelatie slapen jij en je echtgenoot meestal onder hetzelfde dak, maar jullie hebben zelden voldoende tijd voor elkaar behalve in het weekend. En zelfs dan is het nog maar de vraag.

Slechts weinigen van ons ontkomen aan deze situatie. Wie het drukst bezet is of het meest uitgeput is, bepaalt hoeveel tijd jullie tweetjes samen hebben. Als hij of zij slechts een paar minuten per dag heeft voor de relatie, dan zal de relatie het daarmee moeten doen.

Toen ik zag wat er in mijn huwelijk gebeurde, schrok ik daar-

van, zoals dat velen van ons vergaat. Ik voelde vlijmscherp aan dat verwaarlozing de dood betekent voor een relatie, net zo goed als verwaarlozing de dood betekent voor huisdieren, planten en andere kwetsbare levende wezens. En het is terecht dat we schrikken. Ik heb ontdekt dat de weekendrelatie tegenwoordig de belangrijkste en minst begrepen reden is waarom twee mensen die aanvankelijk een liefdespaar vormden uiteindelijk gaan scheiden.

Zoals velen van ons voelde ik me schuldig. Wat voor mens was ik dat ik zo weinig prioriteit gaf aan mijn relatie?

Maar ik was ook boos. Op de eerste plaats op mijn man. Kon het hem niet genoeg schelen dat hij niet probeerde het waanzinnige tempo van ons leven een halt toe te roepen? Maar het punt is dat hij dat had gedaan. Dat hadden we allebei gedaan. 'We moeten er eens tussenuit,' zeiden we dan. 'We moeten meer tijd samen doorbrengen.' Maar we deden niet veel om ons voornemen te realiseren – we hadden het veel te druk met plannen maken! Vervolgens was ik, dwaas genoeg, boos op het leven. Het leek zo oneerlijk dat er geen tijd overbleef voor liefde als je leefde zoals het hoort – hard werken, je huis op orde houden, tijd met je familie doorbrengen en alle andere dingen doen die van een verantwoordelijk mens met een normaal leven verwacht worden.

Maar het ging niet uitsluitend om het feit dat we geen tijd voor elkaar hadden. Het viel mij op dat er iets merkwaardigs gebeurt als er een verschuiving plaatsvindt van een situatie waarin je meer dan genoeg tijd samen kon doorbrengen, zoals in het begin van je relatie, naar een situatie waarin je nauwelijks tijd voor elkaar hebt. Je zou denken dat goede en slechte interacties tussen jullie in evenredigheid zouden afnemen. Het vrijen en fijne, ontspannen gesprekken voeren zouden afnemen, maar jullie zouden ook minder vaak ruzie hebben en boos op elkaar zijn.

De verhouding blijft echter niet hetzelfde. De slechte dingen – de meningsverschillen, de irritaties, de misverstanden – lijken meer tijd op te slokken dan voorheen. Het zijn de goede dingen waar geen ruimte meer voor is. De Kirshenbaum-variantie op de Wet van Murphy luidt dan ook: hoe minder tijd je voor elkaar hebt, hoe meer dingen er fout gaan in je relatie.

Geen wonder dat tegenwoordig veel relaties op de klippen lo-

pen die eigenlijk alle stormen hadden moeten overleven. We strijden tegen krachten die te veel voor ons zijn: te veel stress en te weinig tijd. Als dit patroon zich voortzet, zal het aantal gestrande relaties alleen maar groeien. En dat zal mensen ontmoedigen om een duurzame verbintenis aan te gaan.

Daar moet iets aan gedaan worden. Maar wat?

Het zou fantastisch zijn indien we als maatschappij de koppen bij elkaar konden steken en het probleem verhelpen. We hebben ontzettend behoefte aan een gezinsvriendelijker klimaat dat mensen meer tijd geeft voor elkaar. Als we ons er op nationaal niveau voor zouden inzetten, weet ik zeker dat het aantal gestrande relaties met meer dan de helft kan worden teruggebracht. Maar niets aan de horizon wijst erop dat we ook maar een poging willen doen om een gezinsvriendelijker maatschappij te creëren. Integendeel, wereldwijde economische krachten zetten mensen in de landen waarmee we concurreren aan om harder te werken. Hoe kunnen wij in een dergelijk klimaat minder werken?

Dus zit er niets anders op dan dat we op individueel niveau naar oplossingen zoeken. En op dat vlak heb ik goed nieuws te melden. Uit ervaring weet ik dat mensen wel degelijk kunnen leren om hun relaties te beschermen tegen de vernietigende invloed van chronisch tijdgebrek, en als zij dat inderdaad doen, dan neemt het aantal scheidingen gegarandeerd af.

Ik geloof in duurzame relaties en bovendien geloof ik dat de meeste relaties van tegenwoordig veel beter kunnen zijn dan mensen zich kunnen voorstellen. Het feit dat we te maken hebben met een nieuwe realiteit is een enorme uitdaging. Maar we hebben enige begeleiding nodig.

Denk eens na over hoe jullie twee vandaag de dag met elkaar omgaan. Zijn jullie daar content mee? Waarschijnlijk niet. Het wordt tijd om iets anders te proberen. We kunnen het effect dat ons leven op onze liefde heeft niet blijven negeren. We kunnen niet net doen alsof tijdgebrek niets uitmaakt. We kunnen niet alle verzorging die onze relatie toch echt nodig heeft om gezond te blijven, uitstellen tot 'ooit', het moment in de toekomst dat tijd niet langer een probleem is. Ons huidige leven is een recept voor eenzaamheid, verbittering, schuldgevoelens en angst omdat we

niet bij machte zijn verbetering in de zaak te brengen en niet weten in wat voor situatie we door onze vervreemding en woede terechtkomen.

Om die reden gaan veel mensen uit elkaar. Ik heb het niet over een scheiding die het gevolg is van een domme partnerkeuze. Nee, ik heb het over een triestere en vaker voorkomende scheiding waarbij mensen elkaar achteraf vragen: ‘Waar is onze liefde gebleven?’ Eens was er echte liefde, maar die is verloren gegaan in de mallemolens van ons hectische bestaan.

Tot nu toe hebben we niet begrepen hoe het leven dat we leiden onze liefde schaadt, en niet geweten wat we eraan kunnen doen. Hoe los je problemen op die tussen jullie beiden ontstaan, als er geen tijd is voor een gesprek? Hoe ga je met woede om als de tijd ontbreekt om de wonden te helen? Hoe kun je aan je relatie werken en zorgen dat er goede dingen gebeuren als de weinige tijd die je hebt altijd opgaat aan het blussen van brandjes? Hoe creëer je het juiste evenwicht tussen je eigen behoeften en die van je partner?

Ook ik zat met die vragen. Dus begon ik onderzoek te doen. Ik nam aan dat er koppels moesten zijn die konden bewijzen dat we geen liefde tekort hoeven te komen, alleen omdat we tijd tekort komen. Het heeft me jaren gekost, maar ik heb hun geheimen ontdekt.

Nu weet ik dat jij en ik ondanks chronisch tijdgebrek kunnen gedijen.

En dat is waar je dit boek voor kunt gebruiken. Het biedt de inzichten en middelen die je nodig hebt om je liefde te beschermen en sterk te houden. Daarom heb ik het geschreven. Zolang we de manier waarop we leven niet op maatschappelijk niveau veranderen, zullen wijzelf onze gestreste en hectische relatie moeten beschermen.

In dit boek zul je zien hoe je de echte problemen tussen jou en je partner aanpakt én hoe je ervoor zorgt dat je behoeften worden bevredigd én hoe je de vreugde, intimiteit en overvloedige liefde hervindt waar je naar verlangt. Eén ding kan ik je vertellen: het blijkt veel gemakkelijker te zijn om het goed te doen dan om het fout te doen.

## 2 De weekendrelatie in de praktijk

Er waren eens een prins en een prinses. De naam van de prins was Bill. Natuurlijk was hij geen echte prins. Maar zijn maatjes vonden hem zo'n fijne vent dat hij in hun ogen een prins was. En hij had dromen die echte prinses ook hebben, zoals de droom om op een dag zijn eigen prinses te vinden en nog lang en gelukkig met haar te leven.

De naam van de prinses was Laura. Ze was ook geen echte prinses. Maar ze leek wel enigszins op een prinses, vooral op haar goede dagen, en sommige jongens met wie zij verkering had gehad, vonden dat ze de status van prinses verdiende. Hoewel zij zich geen air aanmat, wilde ze soms een beetje als een prinses behandeld worden. En zij had dromen die echte prinsessen ook hebben, zoals de droom om op een dag haar eigen prins te vinden en nog lang en gelukkig met hem te leven.

En op een dag vonden prins Bill en prinses Laura elkaar, net als in een sprookje, net alsof het lot het zo had gewild. Na veel avonturen waarbij zij soms dachten dat ze elkaar kwijt zouden raken, trouwden ze. Ze hadden alle kans op een lang en gelukkig leven.

Terwijl ze samen de zonsondergang tegemoet reden, keken zij het meeste uit naar een van liefde vervuld leven. Niet alleen liefde als feit, iets waarvan je weet dat het er is, net zoals je weet dat je trouwboekje ergens tussen je papieren ligt. Bill en Laura wilden vasthouden wat ze hadden – een liefde die leeft, die ze dagelijks ervaren.

'Als liefde leeft,' zei Laura (en Bill was het met haar eens) 'is er echte genegenheid. Je loopt hand in hand, je knuffelt en kust elkaar. Je voert lange, liefdevolle gesprekken waardoor je een hechte band smeedt en van elkaar geniet. Door het plezier dat je samen

hebt krijg je het gevoel dat je bijzonder bent. Je zit tegenover elkaar aan een klein tafeltje in een rustig restaurant te praten, te lachen en in elkaars ogen te kijken. Je gaat samen lange wandelingen maken en je bent volkomen gelukkig zonder een woord te zeggen. In bed kun je tevreden in elkaars armen liggen. Als je tijd genoeg hebt kun je vrijen, zodat het meer is dan iets wat je tussen de bedrijven door doet.'

Maar toen onze prins en prinses eenmaal probeerden nog lang en gelukkig te leven, gebeurde er iets verschrikkelijks. Een donker en boosaardig monster deed zijn intrede in hun leven. Dit monster kon dagenlang onzichtbaar op de loer liggen, maar dan kwam het plotseling tevoorschijn en probeerde hen omlaag te trekken in een zwarte poel van ellende. Zo af en toe wisten Bill en Laura eruit te ontsnappen. Maar na een poosje kreeg het monster hen opnieuw te pakken. Ze konden nooit op adem komen.

Wat is dat monster waar ik het over heb?

Het monster is niet de weekendrelatie op zich. Sommige stellen hebben uitgevonden hoe ze ondanks hun chronische tijdgebrek kunnen gedijen. Nee, het monster is de manier waarop de meeste mensen zich door hun weekendrelatie laten beïnvloeden. Let maar op...

HET IS MAANDAGOGHTEND vroeg. Bill en Laura's wekkerradio begint te spelen en plotseling lijkt het wel een gekkenhuis. Er is geen tijd om onder de dekens tegen elkaar aan genesteld langzaam wakker te worden. In plaats daarvan springt Bill uit bed en holt naar de keuken om het koffiezetapparaat aan te zetten. Laura stapt slaapdrongen onder de douche.

Dit is wat er in het krankzinnige uur gebeurt nadat Bill en Laura wakker zijn geworden. Ze sleuren hun twee protesterende kinderen uit bed en hijsen hen in de kleren. Het ontbijt wordt in elkaar geflanst en de belegde boterhammen worden in lunchtrommeltjes gemikt. Bill blaft voortdurend vragen en bevelen naar Laura die zich alleen maar voor de zoveelste keer afvraagt: waarom heb ik geen rustige, vredige ochtend met niemand die me aan mijn hoofd zeurt? Ik ben nog niet eens goed wakker. In een van de weinige verloren ogenblikken slokken ze hun koffie naar binnen.

En alweer werkt Laura haar geroosterde boterham boven de gootsteen weg om de tijd te sparen die het zou kosten om een bord af te wassen.

Bill en Laura hebben nu toevallig kinderen. Maar het monster achtervolgt ook kinderloze stellen. Ook zij hebben met tijdgebrek en te veel stress te kampen. Ik begrijp het: kinderen kosten ontzettend veel tijd. Ik heb zelf twee kinderen. Maar koppels zonder kinderen accepteren vaak extra verantwoordelijkheden op hun werk. Ze ontwikkelen dikwijls artistieke of zakelijke nevenactiviteiten. Misschien volgen ze een cursus. En daar gaat hun vrije tijd. Dus zitten we allemaal min of meer in hetzelfde schuitje.

En het monster achtervolgt net zo fanatiek stellen van wie slechts een van beiden buitenshuis werkt. Laura werkt elke dag buiten de deur, maar zelfs als ze fulltime huisvrouw zou zijn, zou degene die het hardst of het langst werkte bepalen hoeveel tijd ze over zouden hebben om samen door te brengen.

Bill en Laura kunnen zich niet meer herinneren wanneer ze voor het laatst op een doordeweekse ochtend tijd hadden voor een kletspraatje aan de ontbijttafel of tien minuutjes overhielden om gezellig samen een kopje koffie te drinken. Wat zij meer dan wat dan ook 's ochtends van elkaar te horen krijgen is: 'Loop me niet in de weg – anders kom ik te laat.'

Overdag werken Bill en Laura harder dan ooit in de geschiedenis der mensheid. Je komt gewoon niet meer door je werk heen als je niet van alles tegelijk doet. Het contact met elkaar onderhouden ze via hun mobieltje of via e-mail. Maar ze wisselen geen lieve woordjes uit. Hun berichtjes gaan over hinderlijke huishoudelijke kwesties of gezinsprobleempjes, zoals wie er bij de stomerij langs gaat, wie wanneer welk van de kinderen ophaalt, wie de loodgieter gaat bellen, wie de nieuwste crisis in hun hectische leven moet aanpakken.

Als ze eindelijk thuiskomen, is het al laat. Ze hebben honger, maar er is geen tijd om een echte maaltijd klaar te maken. Ze kunnen zich niet meer herinneren wanneer ze op een doordeweekse dag voor het laatst een echte warme maaltijd hebben bereid. Tegenwoordig wordt het avondeten vaker in elkaar geflanst of telefonisch besteld dan gekookt. Vanavond komt Bill en Laura's war-



me hap van de plaatselijke pizzeria. Ze dromen van gourmetmaaltijden, maar leven op fastfood.

Bovendien komen ze volkomen gestrest thuis. Elk verzoek dat iemand die dag aan hen heeft gedaan, elke vraag die iemand heeft gesteld, elk probleempje waar ze tegenop zijn gelopen – dat alles was als water dat op een spons druppelt die aan het begin van de dag nog droog was. Wat maakt hier en daar een druppeltje water meer nu uit? Maar de spons kan slechts een bepaalde hoeveelheid opnemen en inmiddels hebben Bill en Laura hun portie gehad. Ze kunnen geen druppeltje stress meer absorberen.

Na hun lange werkdag lopen hun behoeften uiteen. Laura zou niets liever willen dan vlug de vele klusjes afwerken die ze nog moeten doen, zodat ze later op de avond wat vrije tijd hebben. Maar dit is het moment van de dag waarop Bills energie tot een dieptepunt is gedaald. Het eerste wat hij nodig heeft is rust en kalmte.

Door hun verschillende behoeften is de sfeer gespannen tegen de tijd dat Bill en Laura hun hele programma hebben afgewerkt: keuken opgeruimd, kinderen met huiswerk geholpen en naar bed gebracht, kat te eten gegeven en hond uitgelaten, rekeningen betaald, telefoontjes voor het werk gepleegd en e-mailberichten gecheckt. Inmiddels is het al laat. Het enige wat ze allebei willen is voor de tv neerploffen. Het lijkt alsof televisie is uitgevonden om de tijd te vullen als je niet meer op je benen kunt staan van vermoeidheid, maar het nog te vroeg is om naar bed te gaan.

En dat was alleen nog maar maandag. Zo is het elke dag van de week, behalve dat Laura op dinsdag moet overwerken, er op woensdag een ouderavond is op school en Bill op donderdagavond bij zijn zus langs moet. Ze is een alleenstaande moeder en hij heeft beloofd haar te helpen met het repareren van de gootsteen.

Hoe is het voor Laura en Bill om hun relatie met dit jachtige bestaan te moeten combineren? Het is geen wandeling op het strand bij zonsondergang, dat kan ik je wel vertellen. Maar dat hoeft ik je niet te vertellen, omdat je dat al weet. Je ondervindt het aan den lijve.

Maar iedereen ervaart het op een iets andere manier. Op een

gegeven moment zei Bill: 'Ik zal je vertellen hoe het voor mij is. Ik kom thuis, we begroeten elkaar vlug met een kus, we brengen in dertig seconden verslag uit van onze dag en daarna praten we voornamelijk over problemen. Het is een en al: "Heb je eraan gedacht om...?" "Heb je nog gelegenheid gehad die en die te bel-len?" "We moeten echt iets doen aan..." "Wanneer ben je van plan om...?" "Heb je nog nagedacht over...?" "Waarom heb je niet...?" "Waarom wil je niet...?" "Waarom kun je niet...?" Waar is de liefde in dit soort gesprekken?

Laura ervoer het anders: 'Ik ben 's avonds net zo moe als jij. Maar jij wil niets liever dan voor de tv neerploffen. Dat zou ik ook best willen, maar er zijn zoveel dingen die afgehandeld moeten worden en iemand zal het toch moeten doen. Hoe denk je dat ik me voel als ik word gedwongen me over al die dingen zorgen te maken? Het is gewoon niet eerlijk.'

Zoals de meesten van ons beseffen Bill en Laura dat er iets mis is met hun hectische leven. Dit kan nooit de bedoeling zijn geweest van 'en ze leefden nog lang en gelukkig'. Ze houden nog steeds van elkaar, natuurlijk. Ze weten zelfs vrij zeker dat ze nog verliéfd zijn. Maar allebei denken ze: vroeger waren we zo'n fantastisch stel. Zelfs al was onze relatie niet volmaakt, toch deden we leuke dingen samen en we hadden echt belangstelling voor elkaar. We konden zo goed met elkaar overweg. Wat is er met ons gebeurd? Ik kan mezelf niet meer terugvinden in ons leven en ik weet ook niet waar het stel is gebleven dat we vroeger waren.

Het is een misvatting dat intelligente mensen die gewend zijn hun problemen uit te praten, zich al pratende van hun chronische tijdgebrek kunnen bevrijden. Hoe slim je ook bent, je komt in dezelfde vicieuze cirkel terecht. Hoe minder tijd je samen hebt, hoe meer problemen er binnensluipen. Hoe meer problemen je hebt, hoe meer je erover praat. Hoe meer tijd je in het bespreken van problemen investeert, hoe meer je relatie wordt beheerst door 'probleempraat' en hoe minder zin je hebt om tijd samen door te brengen. Geen wonder dat veel stellen niets zo frustrerend vinden als het feit dat ze geen kans zien intimiteit op te bouwen en van elkaar te genieten.

Maar door hun hectische levensstijl en hoge werkdruk wordt

alles wat Bill en Laura hebben geleerd over werken aan hun relatie al gauw nutteloos. Het is als iemand die verrukkelijk kan koken voor zijn vrienden wanneer hij alle tijd van de wereld heeft en niet onder druk staat – maar zet hem op vrijdagavond in de keuken van een bomvol restaurant en de kans is groot dat er niet veel meer van hem overblijft dan een trillende gelatinepudding.

MAAR WACHT EENS even. Zaterdags en zondags heb je toch meer tijd en rust? Zou dat geen uitkomst moeten bieden? In theorie wel. Maar in de praktijk is het niet veel beter. Op zaterdag moeten Bill en Laura vroeg opstaan en zorgen dat de kinderen op tijd klaar zijn, omdat ze op bezoek gaan bij Laura's ouders. Ze komen laat thuis en zijn weer moe. Zondagmorgen moet een van de kinderen voetballen. Voor zondagmiddag staan er een paar klusjes op het programma.

Je kunt je afvragen of de tijd die met het hele gezin wordt doorgebracht – zoals wanneer Bill, Laura en de kinderen een dagje bij Laura's ouders doorbrengen of samen boodschappen doen of klusjes opknappen – niet min of meer op hetzelfde neerkomt als tijd voor de relatie.

Zeker, niets beter dan gezellig samenzijn met je gezin. Maar door tijd met je gezin door te brengen bouw je als liefdespaar niet die warme, sexy, romantische intimiteit op waar we allemaal behoefte aan hebben. Vraag maar aan mensen van wie de kinderen het huis uit zijn of aan gescheiden stellen die al hun beschikbare tijd hebben geïnvesteerd in het creëren van een gezellig thuis voor hun kinderen en vervolgens tot de ontdekking kwamen dat ze nog maar weinig hadden wat hen bond. Waarom? Omdat ze erg weinig tijd aan hun liefde hadden besteed. Het is een absolute noodzaak dat man en vrouw tijd samen doorbrengen zoals ze dat deden toen ze net verliefd op elkaar waren. Alleen op die manier houd je de liefde levend, maar helaas schiet de tijd die je samen kunt doorbrengen er het eerste bij in als je een druk-druk-drukrelatie hebt.

Natuurlijk lukt het Bill en Laura wel degelijk om tijd samen door te brengen in het weekend. Maar jammer genoeg is die meestal verre van harmonisch. Door het tempo en de stress van

hun werkweek zijn er heel wat keren geweest dat ze op elkaars tenen hebben getrapt, dat het tot een woedeuitbarsting is gekomen, waarna ze zich niet meer van hun teleurstelling konden bevrijden. Telkens weer was hun geduld ver te zoeken. Hun frustratie uitte zich echter niet altijd in de vorm van woede. Soms kwam ze tot uitdrukking in stilte – ze leken beleefd tegen elkaar, maar inwendig voelden ze zich bedroefd en koud.

En er waren voortdurend gemiste kansen voor een klein blik van genegenheid of vertrouwelijkheid – de hand die niet werd vastgepakt, de kus die te snel werd afgebroken, het woord van steun dat niet werd uitgesproken. Als de afstand zo groot is geworden, kan het lang duren voordat je de weg terugvindt naar warmte en intimiteit.

Die zondagavond zijn de kinderen wonder boven wonder moe genoeg om vroeg naar bed te willen. Plotseling hebben Bill en Laura drie uur helemaal voor zichzelf. Maar eerst moeten alle ergernissen uit de weg worden geruimd.

Laura is niet in de stemming om in de huiskamer op hun lievelingsmuziek te schuifelen. Eerst wil ze kwijt hoe gekwetst ze zich voelde toen Bill afgelopen donderdag haar zorgen over de kinderen achteloos wegwuifde, alsof ze een zeur was. Bill is nog razend omdat Laura de papieren voor hun nieuwe hypotheekaanvraag niet op tijd naar de bank heeft gebracht. En ze moeten nog uitgebreid praten over de eventuele aanschaf van een nieuwe auto en daarbij zouden gegarandeerd allerlei onplezierige geldkwesties aan de orde komen.

Dus wordt er niet geschuifeld. Er wordt ook niet ontspannen gepraat – die lange, relaxte gesprekken over van alles en nog wat, zoals Bill en Laura die hadden toen ze net verliefd op elkaar waren. In plaats daarvan wordt er over problemen gesproken. Het is om te beginnen al niet erg leuk om problemen te bespreken, maar het gevoel dat ze onder tijdsdruk staan maakt het allemaal nog een graadje erger.

Eindelijk zijn ze weer goed op elkaar. En ergens laat op de zondagavond zien ze kans om te vrijen. Maar Bill en Laura geven beiden toe dat het niet was omdat ze inmiddels in de stemming waren voor seks of zich zo hecht met elkaar verbonden voelden. Het

was alleen dat ze niet nog een week voorbij wilden laten gaan zonder te vrijen.

Later liggen ze naast elkaar in bed en proberen ze in slaap te vallen. Ze voelen zich een tikkeltje bedroefd en vervreemd van elkaar, alsof ze een prachtige kans hebben laten schieten.

HET PUNT IS dat als ze echt zouden zeggen wat ze voelden, ze zouden merken dat ze het volkomen met elkaar eens waren: 'Het is al vervelend genoeg dat het zo moeizaam gaat tussen ons, maar het ergste is dat ik van alles heb geprobeerd en me nu geen raad meer weet. Ik probeer mijn mond te houden en even later sta ik erop dat we praten tot we uitgeput zijn. Ik probeer niet egoïstisch te zijn en even later bedenk ik dat het misschien beter is als ik me op mijn eigen behoeften concentreer. Maar ik doe écht mijn best. Het is onbegrijpelijk dat we desondanks zoveel problemen in ons huwelijk hebben.'

Bill en Laura staan niet alleen. De details kunnen uiteenlopen, maar miljoenen mensen delen hun verwachtingen en inspanningen en verwarring.

'Maar wacht eens,' zeg je misschien. 'Kan het echt waar zijn dat de meeste relatieproblemen voortkomen uit het feit dat we zo weinig tijd samen kunnen doorbrengen?'

Tja, jij mag het zeggen...