

Mira Kirshenbaum

Het geheim  
van een gelukkige relatie

VERTAALD DOOR TRUDY SCHERMER-LODEMA



*Waarom ik dit boek heb geschreven en waarom  
jij het moet lezen*

Te veel vrouwen kiezen de verkeerde mannen om de verkeerde redenen en blijven vervolgens veel te lang bij hen. Wat een tijdverspilling!

Al heel lang heb ik het gevoel dat het anders en veel beter kan. Het zaad voor dit boek werd gezaaid op de dag dat Michelle bij mij kwam. Ze werd gek van haar liefdesleven. Sinds twee jaar had zij een relatie met een man van wie zij had gehoopt dat hij de liefde van haar leven was. Soms maakte hij haar gelukkig. Maar uiteindelijk had zij geaccepteerd wat ze te lang had ontkend – hij was te vaak boos, egoïstisch en negatief.

‘Mira,’ zei ze, ‘hoe weet je *in godsnaam* of een man de ware voor je is? Ik ben het zo zat om tijd te verspillen aan relaties die nergens toe leiden.’ Ze zuchtte. ‘Waarom is het allemaal zo moeilijk? In bepaalde opzichten is hij fantastisch. Maar ik wil niet bij hem blijven als het einde van het liedje is dat we toch uit elkaar gaan. En ik wil niet alleen zijn. Ik vind het eng om een man te dumpen, alleen omdat ik twijfel.’

Michelle – intelligent, warm en lief – had iets waarmee ze mijn hart raakte. Ze verdiende beslist het beste wat het leven te bieden had. Ze vervolgde: ‘Is er iets mis met mij? Mijn vermogen om mannen te vertrouwen is ondertussen minimaal geworden. Ik schaam me zo dat ik me in deze situatie bevind. Zou ik het niet moeten weten als hij de ware voor mij is?’ Ze pauzeerde even. ‘Misschien moet ik niet langer zeuren en met hem in zee gaan.’

Ik zal je de onsmakelijke details besparen, maar achteraf bekeken had Michelle op min of meer dezelfde manier de ver-

keerde mannen gekozen zoals we de verkeerde meloenen kiezen. We kloppen erop, knijpen erin en snuffelen eraan, maar we weten niet waar we op moeten letten. Ik dacht: wauw, als Michelles keuze van mannen typerend is voor wat je krijgt als je normaal functioneert, wat gebeurt er dan als je je zaken iets minder goed op een rijtje hebt?

Op een gegeven moment flapte ik eruit: 'Je hebt elke fout uit het boekje gemaakt.'

'Welk boekje?' grapte Michelle.

'Tja, ik wou dat er een boek wás,' zei ik.

'Dan moet je het schrijven,' zei Michelle. Ik heb haar beloofd dat ik mijn best zou doen.

Al jaren had ik van een kristallen bol gedroomd die je een reële kijk op mannen zou verschaffen. Als therapeut heb ik duizenden vrouwen gesproken die hun tijd hebben verspild aan mannen met wie zij nooit ofte nimmer een relatie hadden moeten beginnen. Ik vind dat heel triest. En deze vrouwen vormen slechts een fractie van de miljoenen vrouwen die in hetzelfde schuitje zitten. Twintig procent van de eerste huwelijken loopt in de eerste vijf jaar op de klippen. Dat is nog maar het topje van de ijsberg van al die mensen die iets met elkaar beginnen en eigenlijk niet bij elkaar horen. Dat is te gek voor woorden! Waarom is het zo moeilijk de man die ons gelukkig kan maken te identificeren?

Dus heb ik mijn mouwen opgerold en mezelf tot taak gesteld uit te vinden wat het allerbelangrijkste is als je iemand kiest om je leven mee te delen. Samen met mijn partner, dr. Charles Foster, heb ik vrouwen geïnterviewd die blij waren met hun beslissing om een verbintenis voor het leven aan te gaan en vrouwen die daar spijt van hadden, vrouwen van Los Angeles tot New York, van Seattle tot Atlanta, van Amsterdam tot Tokyo. Blank, zwart, Aziatisch en Latijns-Amerikaans. Van het platteland, uit de stad en uit de provincie. Lesbisch en hetero. Arm en rijk. Afgestudeerden van prestigieuze universiteiten en afgestudeerden van de keiharde levensschool. Ik heb al hun oorlogsverhalen gehoord, doorspekt van humor en van al hun

woede en verdriet om wat zij hebben moeten doormaken terwijl ze probeerden te ontdekken of een bepaalde man de ware voor hen was. Ik heb ook veel mannen geïnterviewd.

Dit alles heeft geleid tot *De Prins op het Witte Paard*? Dit boek is de kristallen bol waar ik van heb gedroomd. Het biedt je alles wat je nodig hebt om te zien of j<sup>o</sup>úw vriend de ware Jacob is en niet de verkeerde Jacob. Of hij niet slechts een tussendoortje is of de klootzak van wie je je later afvraagt: o, mijn God, hoe kon ik ooit zo gestoord zijn geweest om me met hem in te laten?

Aan dit boek ligt een splinternieuw inzicht ten grondslag in de allerbelangrijkste factor die bepaalt of een man de ware voor je is – chemie. Bovendien is dit het eerste boek waarin je kunt lezen wat chemie precies is en hoe je weet of die in jouw relatie aanwezig is. Je zult het geheim ontdekken van vrouwen die uiteindelijk de liefde van hun leven vinden. Je zult zien hoe je onderscheid kunt maken tussen wat echt en wat nep is. Je zult begrijpen waarom je telkens weer relaties hebt gehad die niet bevredigend waren. Je zult het verschil kunnen zien tussen mannen met wie je moet doorgaan en mannen met wie je moet kappen. Je zult de tekenen herkennen waaruit blijkt of je een man kunt vertrouwen of niet. Je zult leren voorkomen dat je zo verblind wordt door je eigen problemen dat je de ware laat lopen. Je zult zien waar je in elk individueel stadium op moet letten. Aan het einde van het boek weet je álles wat je moet weten voordat je een belangrijke stap voorwaarts zet in je relatie.

Ten slotte zul je de duidelijkheid krijgen waar je naar hebt gehunkerd. Natuurlijk ligt de uiteindelijke beslissing bij jou, maar ik zal niet aarzelen om ‘Dump die vent!’ tegen je te zeggen, als alle tekenen daarop wijzen. Ik zal je de slechte tekenen leren herkennen, maar ook de vele goede tekenen, want er zijn goede mannen genoeg. Misschien heb je er al een gevonden!

## Een blik in je toekomst

Op elk willekeurig moment tussen je eerste afspraakje en je vrijgezellenavond kan je hart worden gegrepen door de vraag: *Is deze man mijn droom of wordt hij mijn nachtmerrie? Is hij de man die van meet af aan voor mij bestemd was of verspil ik alleen maar mijn tijd met hem? Iemand om mee door te gaan of te kappen?*

Zou het niet geweldig zijn als je in een kristallen bol kon kijken en, zeg, *vandaag* al het antwoord zou weten op de vraag: ‘Zal deze man mij gelukkig maken? Is deze liefde blijvend? Of ga ik met hem door bij gebrek aan beter? Is er iemand met wie ik veel gelukkiger kan worden? Ik zou de liefde van mijn leven niet willen mislopen! Of is deze man mijn prins op het witte paard?’

Er zijn twee mogelijkheden:

1. Hij kan fantastische kwaliteiten bezitten en van je houden, maar *hij is gewoon niet de juiste man voor jou*. Hij zal je niet gelukkig maken. Als je besluit je leven met hem te delen, loopt het fout. Dus moet je afscheid van hem nemen, een paar traantjes laten en op zoek gaan naar een betere kandidaat.
2. Zelfs al is je vriend een malloot met spleetjes tussen zijn tanden, hij is nog altijd *jóúw malloot met spleetjes tussen zijn tanden*. Op de een of andere manier voelt de combinatie van wie hij is en wie jij bent goed, en het klikt tussen jullie. Hij zal je gelukkig maken. Als je besluit je leven met hem te delen, gaan jullie een geweldige toekomst tegemoet. Dus moet je met hem verdergaan.

*Maar welke van deze twee geldt voor jou?*

Deze vraag kan zelfs de intelligentste vrouw het gevoel geven dat ze dom is. Natuurlijk is je vriend een mengelmoes van eigenschappen. Voor zover jij het kunt beoordelen is hij niet de goede of de verkeerde Jakob. Hij is een mogelijke Jakob. Ze zeggen dat je geen appels met peren kunt vergelijken – tja, hij is als een hoed van Carmen Miranda en hoe beoordeel je een hoed met allemaal verschillende vruchten?

Kelly, 31 jaar, zei: ‘Goed, eens kijken. Wat erop lijkt te wijzen dat hij de ware is, is dat we allebei van barbecues, honkbal en grote honden houden. We hebben allebei een hekel aan ’s ochtends opstaan en ’s avonds naar bed gaan. We hebben allebei op de John F. Kennedy Middle School gezeten, zij het in verschillende steden! Wat erop lijkt te wijzen dat hij de verkeerde is, is dat we heel vaak ruziemaken over domme dingen. Ik wil drie kinderen; hij weet niet eens zeker of hij er één wil. We willen zelden op hetzelfde moment vrijen. We werken elkaar op de zenuwen als we allebei in de keuken zijn.’

*Zucht...* Waren relaties maar niet zo verwarrend! En in het beginstadium is de verwarring het grootst. Angsten vieren hoogtij. Verwachtingen steken de kop op en piepen als krokussen door de sneeuw. En het ergste van alles is dat je zo moeilijk aan betrouwbare informatie kunt komen. Als vriendinnen vragen wat we van hem vinden, reageren we met een ratjetoe van tegenstrijdige gevoelens. Het enige wat we weten is dat we zekerheid zoeken, maar hoe we die kunnen vinden is ons niet echt duidelijk. We hebben zo weinig waar we op af kunnen gaan. Hij lijkt aardig, maar is hij in werkelijkheid Hannibal Lecter in schaapskleding? Hij lijkt afstandelijk – is hij kil of alleen maar verlegen?

Zelfs al krijg je een aanwijzing te pakken, je weet niet altijd wat die betekent. Stel dat jij dól bent op het strand en je ontdekt dat je vriend er juist een hekel aan heeft, wat doe je dan? Je vriendinnen hebben elk hun eigen mening (‘Maar hij verdient zoveel!’ ‘Maar het strand is je lust en je leven!’). Zal hij bijdraaien, vraag je je af. Zul jij genoeg krijgen van het strand? (Nóóit!)

Zul je een bevredigende oplossing kunnen vinden? Zal het een wig tussen jullie drijven?

*Op de tweesprong*

Bijna elke vrouw die in het beginstadium van een relatie zit, hunkert tegenwoordig naar zekerheid. Neem Laura, 33 jaar. Ze wachtte tot we aan boord van ons vliegtuig konden gaan. Er was vertraging aangekondigd. Aangezien we hier God weet hoe lang zouden zitten, begonnen we een praatje.

Ze vertelde dat ze het stadium had bereikt waarin ze het gevoel begon te krijgen dat zij en haar vriend Jack eens over de mogelijkheid moesten gaan praten om een duurzamer tintje aan hun relatie te geven. Samenwonen misschien. ‘Maar ik ben bang dat Jack niet de ware voor mij is,’ zei Laura met de benauwde blik die ik al duizenden keren heb gezien. Een blik die je ziet op de gezichten van mensen die hun allereerste parachutesprong gaan maken. ‘We gaan nu vijf maanden met elkaar om en hebben vaak telefoongesprekken waarbij je urenlang over van alles en nog wat praat. Dat is het goede deel.’

Laura boog zich naar mij toe. ‘Maar ik ben niet smoorverliefd op Jack. Ik geef om hem, maar zou ik op dit punt van onze relatie niet gek op hem moeten zijn? Er ontbreekt iets – ik weet alleen niet wat. Magie of zo. Maar ik ben toch geen tiener meer? We hebben toch geen beiderende klokken en zingende vogels meer nodig? Ik ben bang dat mijn verwachtingen irreëel zijn. Hij is een goeie vent. We zijn een goed stel samen. *Hij heeft een ring voor me gekocht.*’ Laura zweeg even. ‘Maar wat als dit gewoon iets is wat ik mezelf wijsmaak omdat ik, laten we eerlijk wezen, wil trouwen? Ik sta echt op een tweesprong. Als Jack en ik niet geschikt zijn voor elkaar, dan zou ik, als ik slim was, nu met hem kappen. Toch?’

Zou het niet geweldig zijn als er een manier bestond om pas gevoelens voor een man te ontwikkelen als hij tot over zijn oren verliefd op je was en je precies wist wat voor vlees je in de

kuip had? Maar bij vrouwen werkt dat nu eenmaal niet zo. We zetten ons hart op het spel en... ik weet niet – het maakt je zo vreselijk kwetsbaar en dat vind ik afschuwelijk. Ik bedoel, ik vind het heel leuk om verliefd te worden, maar die onzekerheid vind ik vreselijk.’

### *De zoektocht naar zekerheid*

Beginnende relaties zijn verwarrend, maar we doen ons best. Het wordt frustrerend als de dingen die wij doen om zekerheid te krijgen onze verwarring alleen maar groter maken.

We hebben geprobeerd ons af te vragen: ‘Houd ik van hem?’ Zou je dat per slot van rekening niet moeten weten? En als je het inderdaad weet, zou dat dan niet alles duidelijk moeten maken? Maar nadat je er een tijd lang je gedachten over hebt laten gaan... het is zo ingewikkeld. Natuurlijk, je houdt van hem, maar hoe meer je erover nadenkt, hoe minder je snapt wat het woord *liefde* precies betekent. Dat je op hem valt? Dat je ‘gevoelens’ voor hem hebt? Dat je vaak aan hem denkt? Dat je de leuke dingen mist wanneer hij niet bij je is? (En wat heb je daaraan, als je gek van hem wordt wanneer hij wel bij je is?)

Laten we wel wezen, nadenken over liefde kan een erg verwarrende manier zijn om uit te vinden of hij de prins op het witte paard is. Denk maar eens terug aan de waardeloze figuren op wie je in het verleden verliefd bent geweest.

Iets anders wat we hebben geprobeerd is hem en de relatie tot in de kleinste details te analyseren. Hoe zit het met die blik waarmee hij je aankijkt als jullie elkaar kussen of met elkaar vrijen? Wat is dat fluitende geluid in zijn linker neusgat en zul je hem daar op een dag om willen vermoorden? Hoe komt het dat jullie intieme momenten altijd in ruzie ontaarden?

Het lijkt op koffiedik kijken, maar tot nog toe zie je niets anders dan een drabbige prut die geen inzicht schept in je verwarring.



DE MAN AAN HET WOORD: *‘Ik vind het vreselijk als een vrouw voortdurend elk detail van onze relatie analyseert. Het is zo ontmoedigend en eerlijk gezegd krijg ik dan het gevoel dat ze me niet mag. Als we samen gelukkig waren, als we voor elkaar bestemd waren, dan zouden we toch niet alles tot uittentreuren hoeven te analyseren?’\**

Ook hebben we eindeloos geprobeerd onze eigen motieven te analyseren. Waaróm wil je een relatie met hem? Is het omdat je een laag gevoel van eigenwaarde hebt? Word je onder druk gezet door familieleden en vriendinnen? Ben je bang dat je niets beters kunt vinden? Het probleem is dat als je je schedeldak zou kunnen lichten, je een hele *wirwar* van motieven zou aantreffen, en hoe schep je orde in de chaos?

En natuurlijk hebben we geprobeerd iemand te zoeken op basis van gelijkgezindheid. Je weet wel, als jij van honden houdt, zou het leuk zijn om een relatie met iemand te hebben die ook van honden houdt. Het probleem is dat je misschien al heel wat keren hebt meegemaakt dat je een vriend vond die je normen, waarden en smaak deelde, maar met wie het toch totaal niet klikte. Het blijkt dat gelijkgezindheid eigenlijk helemaal niet zo'n goed criterium is om te bepalen of iemand de ware voor je is.

Waar het op neerkomt is dat je zoekt en zoekt en zoekt in de hoop dat je een teken vindt, net zoals een brandkastkraker het cijferslot draait en draait en draait tot hij de juiste combinatie heeft gevonden en, *klik*, de deur openspringt. Misschien zul je met je vriend die ene volmaakte dag beleven die al je vragen beantwoordt. Misschien hebben jullie die ene afschuwelijke ruzie waardoor je ziet wat een gluiperd hij in werkelijkheid

\*Van tijd tot tijd tref je commentaar aan vanuit het standpunt van de man. Deze opmerkingen zijn ontleend aan wat de mannen met wie ik heb gesproken mij hebben verteld.

is. Maar nú heb je dat teken nog steeds niet gevonden. En begin je je af te vragen of het ooit zal opdoemen. Het is beangstigend. Wat als je doelloos blijft ronddolen en nooit zekerheid krijgt?

En dus raak je verstrikt in tegenstrijdige gevoelens. Je verkeert in het ongewisse. Je raakt op drift. Je gaat je afvragen of je misschien duidelijkheid krijgt als je je verstand op nul zet en je gewoon met de stroom laat meedrijven. Maar natuurlijk vind je op die manier geen duidelijkheid. Als je je met de stroom laat meedrijven, raak je alleen maar nog meer op drift. Het is net als een verslaving aan een verdovend middel – het is moeilijk om je ervan te bevrijden.

Maar je voelt je ellendig als je in het ongewisse ronddoelt. Het is een aanslag op je energie en je emoties. En het kan tot ernstige problemen leiden. Al dolende kun je in een duurzame relatie verzeild raken die je nooit echt hebt gewild. Al dolende kan er echter ook verwijdering ontstaan tussen jou en de man van wie je later beseft dat hij de ware voor je was.

*Maar wat als we het helemaal verkeerd aanpakken?* Natuurlijk, je vriend heeft plus- en minpunten, maar stel dat we naar de verkeerde dingen kijken als we proberen uit te vinden of hij de ware is? Dat zou toch vreselijk zijn. Het zou verklaren waarom we geen stap verder komen met onze zoektocht naar zekerheid.

Wat als er een manier zou zijn om nu, meteen, je vriend onder de loep te nemen en te weten hoe jullie gemeenschappelijke toekomst eruit zou zien? *Die manier bestaat.* Blijf bij de les!

### *Oeps, verkeerde man*

Zekerheid is iets wat we hard nodig hebben. Het feit dat we vaak niet weten waar we op moeten letten voordat we ons binden, kan ons veel problemen in het leven bezorgen. Laat ik mezelf als voorbeeld nemen. Het heeft mij veel problemen in mijn leven bezorgd.

Mijn moeder is een fantastische vrouw, maar voor haar

was het net zo moeilijk om uit te vinden wie de juiste man voor haar was als het voor de meesten van ons is. Mijn moeder kwam van het platteland. Toen zij de man ontmoette die mijn vader zou worden, vond ze hem geweldig. Niet alleen was hij lang, knap, romantisch, artistiek en van goede familie, hij was ook een rebelse avonturier.

Maar waren ze voor elkaar geschikt? Helaas was het enige wat ze gemeen hadden dat ze allebei tot dezelfde species behoorden. Hij was voor haar een statussymbool. Voor hem was zij iemand die hij dacht te kunnen overheersen (tjonge, had hij het even mis!). Resultaat? Ze gingen scheiden toen ik vier was en tot mijn zestiende heb ik hem niet meer gezien. Mijn moeders kleine misser, *oeeps, verkeerde man*, had tot gevolg dat ik nooit een vader heb gehad.

Mijn moeder vergiste zich opnieuw toen ze een relatie aanging met mijn stiefvader. Ondertussen was ze een alleenstaande moeder die in een kledingfabriek werkte. Ze had geen belangstelling meer voor knappe, artistieke rebellen – ze wilde een man die voor haar en haar kinderen kon zorgen.

Stel je het volgende tafereel voor. Ik ben vijfenhalf, ik speel op straat in de Lower East Side van Manhattan, en ik wil een vader, net als alle andere kinderen. Er komt een man door de straat aanlopen met een panamahoed op, een lichtbruin pak aan en bruin met witte schoenen; hij was de best geklede man die ik ooit had gezien.

Ik kwam onmiddellijk in actie. Met mijn liefste maniertjes wist ik hem te charmeren en hem zover te krijgen dat hij een praatje met mijn moeder ging maken. Het kwam erop neer dat ik hem aan mijn moeder probeerde te koppelen en omdat ik hem waarschijnlijk in een goed humeur had gebracht, was hij erg aardig tegen haar. Hij probeerde indruk te maken, zoals mannen dat doen, omdat mijn moeder knap was en hij deed zich succesvoller voor dan hij in werkelijk was. Dus liet ze hem niet meer gaan. Een paar weken later vertelden ze mij tot mijn verbijstering dat ze elkaar het jawoord hadden gegeven.

Weer had mijn moeder iets gedaan wat miljoenen andere

vrouwen ook doen – ze was een relatie begonnen met een man omdat hij één punt in zijn voordeel had, en wel precies datgene wat haar vorige partner miste. Ik weet niet of ze zich ooit heeft afgevraagd hoe het voelde om met hem samen te zijn. In wezen konden ze totaal niet met elkaar overweg. Het resultaat was dat mijn leven vanaf dat moment eigenlijk geheel werd beheerst door hun luidruchtige ruzies.

Hier heb je dus een van de redenen waarom dit alles mij zo aan het hart gaat. Waarom zou je jezelf en je toekomstige kinderen laten doormaken wat mijn moeder en ik hebben door-gemaakt?

*Als je bereid bent de waarheid onder ogen te zien*

Als je op zoek bent naar echte liefde, kan ik je helpen. En ik ben ervan overtuigd dat je inderdaad echte liefde wilt. Dus goed – afgelopen met de domme fouten, de tijdverspilling en het hartverscheurende verdriet. Je hoeft alleen maar bereid te zijn de waarheid onder ogen te zien en op basis daarvan te handelen.

DE MAN AAN HET WOORD: *'Ik moet zeggen dat ik het hier volkomen mee eens ben – liefde is ook voor mij belangrijk en ik wil ook de juiste keuze maken. Ja, toen ik jonger was, vond ik het prima om van het ene bed in het andere te duiken. Maar dan ben je ineens in de dertig en je begint te denken over een gezin en sommige mannen die ik ken zijn al gescheiden. Mijn liefste wens op dit moment is een echt goede relatie die ons allebei doet beseffen dat we de juiste persoon voor elkaar zijn. Een relatie die goed voelt, zodat je het gewoon weet.'*

Ik ga je laten zien of jouw vriend de ware voor je is. Als jij je goed van je taak kwijt, zul je nooit meer gevangen zitten in een uitzichtloze relatie. Ik zal je laten zien hoe je de toekomst kunt zien die je met hem tegemoet gaat. Je zult uitvinden of de moeilijkheden die je met je vriend hebt van grote betekenis zijn. Je zult weten of jullie genoeg goede dingen samen hebben. Je zult weten of jullie die toverlijm bezitten die de liefde levend houdt. Je zult je zeker van je zaak voelen, en terecht.

Als blijkt dat hij niet de ware is, dan weet je dat in elk geval, en je zult de kans hebben om op zoek te gaan naar echte liefde met een betere man. Maar is hij wel de ware, dan is je zoektocht voorbij en je onzekerheid over. Je zult met volle teugen van de liefde kunnen genieten die je hebt gevonden.