

'Zijn zwijgzaamheid bedrukte me'

Haar verhaal

Marjan Weel (45, intuïtief masseuse en yogadocent) heeft op het moment geen partner.

„Ik leerde Amal kennen toen ik stage liep in het verpleeghuis waar zijn moeder werkte. Ze nodigde me een keer thuis uit voor de thee. Amal - hij heette toen nog Gerrit - was er ook. Zijn mannelijkheid maakte indruk op me, en de rust die hij uitstraalde. Hij had veel stilte in zich. Wie ben jij, vroeg ik me af. Wat leeft er in jou? Bij ons eerste afspraakje, een wandeling in de bossen, zagen we een roedel herten. Daar hebben we samen stil naar gekeken. Het was heel bijzonder om dat met elkaar te delen.

„We trouwden snel, ook omdat dat in ons kerkelijke milieu gebruikelijk was. Na twee jaar begon Amals zwijgzaamheid me te bedrukken. Ik had het gevoel dat ik geen contact met hem kreeg, er ging niets van hem uit dat mij voedde of uitdaagde. Als ik verdriet had, kon hij me nauwelijks troosten. Zijn opgekropte gevoel kwam er soms uit in de vorm van boosheid. Ik herinner me een moment dat hij me op de trap hard vastpakte en ik bang was te vallen.

„Toch heb ik nooit aan scheiden gedacht. Dat had met het geloof te maken - Amal en ik waren allebei actief in de kerk - maar ook met mijn wil om er ondanks alles het beste van te maken. Bovendien was ik gehecht aan ons leven samen. Aan het ritme, de rust, het vertrouwen in elkaar. Zeker toen de kinderen kwamen.

„Toen Amal in 2009 zei dat hij wilde scheiden, vond ik dat pijnlijk. Ik heb de eerste tijd veel depressief in bed gelegen. Maar ik snapte waarom hij niet meer wilde, en uiteindelijk is het voor mij ook goed geweest. Ik was altijd moe, Amals zwijgzaamheid en het gebrek aan lichamelijk contact begonnen me op te breken. Na een tijdje voelde ik me weer tot leven komen. Ik vond de humor terug en ging weer dansen en zingen. Nu weet ik: als je elkaars groei belemmert, is het beter om elkaar los te laten.”

Marjan Weel en Amal van 't Veld waren 19 jaar samen en kregen Radha (15), Sushant (14) en Thygo (8).



Marjan en Amal
rond 1996, de foto werd gemaakt voor de adoptieprocedure.

Uw verhaal in deze rubriek? Mail naar exgenoten@nrc.nl

'Ik had zelf ook last van mijn geslotenheid'

Zijn verhaal

Amal van 't Veld (52, energetisch coach) heeft een langeafstandsrelatie met de Mexicaanse Margaret.

„In 1989 logeerde ik wegens knieproblemen een tijdje bij mijn ouders in Nijkerk. Daar ontmoette ik Marjan, ze liep stage bij mijn moeder. Haar ogen straalden liefde en aandacht uit. Nog altijd vind ik haar warme karakter kenmerkend voor haar.

„Ons huwelijk kende ups en downs. We hadden veel gemeen, zo wilden we allebei graag kinderen adopteren, naast eigen kinderen. Maar bij tijden hadden we vaak ruzie, meestal over kleine dingen als het eten, of een dagje weg. We konden niet goed met elkaar praten. Ik was gesloten, dat was voor Marjan een probleem. En zelf had ik er ook last van. Ik zou meer mogelijkheden hebben in het leven, dacht ik, als ik leerde mijn gevoelens onder woorden te brengen. Van alles probeerde ik, van psychologen tot haptonomen en van Neurolinguïstisch Programmeren tot assertiviteitstrainingen, maar niets hielp. Tot ik in 2008 met Neuro Emotionele Integratie in aanraking kwam, een therapie die zich specifiek richt op onverwerkte emoties. Ik ontdekte onder meer dat ik de enige overlevende van een vierling ben; de andere drie zijn in de baarmoeder overleden.

„Eindelijk leerde ik communiceren. Intussen waren de spanningen tussen Marjan en mij toegenomen. We hadden geen liefdesrelatie meer. Het begon door te dringen dat er grote veranderingen nodig waren. Ik moest afscheid nemen van Marjan, en van mijn werk. Voor Marjan volgden een paar zware maanden, maar nu kunnen we beter met elkaar praten dan in de twintig jaar van ons huwelijk. „Onze oudste twee kinderen zijn geadopteerd, en zijn dus in hun leven al eens door hun ouders verlaten. Juist voor hen wilden we heel graag in harmonie uit elkaar gaan. Dat is gelukt. De spanning viel thuis weg, en op school ging het beter. En elke dag ervaren ze dat we er allebei voor hen zijn.”

Brigit Kooijman