



VRIENDSCHAP

Vriendschappen gaan veelal veel langer mee dan partnerrelaties. Ze zijn minder vaak onderhevig aan onuitgewerkte thema's, en dus aan 'een hoop gezeik'. Echte vrienden gaan voor je door het vuur. En toch voelt vriendschap vaak als een ondergeschoven kindje. En dan vooral ondergeschoven ten opzichte van de levenspartner. En dat vind ik een onderwaardering van vriendschap. In dit artikel wil ik vriendschappen opwaarderen. Of die vrienden nu hetero, lesbisch, homo of wat dan ook zijn, dat doet er niet toe. Vriendschappen zijn, uniek in iedere vorm. Zo vaak wordt me de vraag gesteld 'hoe is het in de liefde'? En als ik dan blij antwoord 'heel goed', dan komt steevast de opmerking 'oh wat leuk, heb je een nieuwe partner?'. *Blijkbaar kan het als single zijnde niet goed gaan in de liefde. Ondanks dat ik een overvloed aan liefde ervaar in mijn vriendschappen. Hoe raar is dat? Tijd voor een andere visie.* TEKST: LINDA DE ROOS

Vrienden, sommige heb je voor het leven. Mijn langste vriendschap dateert al vanaf de kleuterschool. Sommige ontstaan veel later, of misschien nog vrij recent, en zijn daarmee zeker niet minder waardevol. Iedere vriendschap biedt wat mij betreft iets unieks, daar waar ik ben op mijn levenspad. Ze zijn een liefdevolle spiegel en maken mijn leven waardevol en kleurrijk.

Overbodig

Al hoe speciaal vrienden zijn, vrienden worden toch maar al te vaak aan de kant geschoven op het moment dat er een partner verschijnt. Ineens zijn ze overbodig. Een collega vertelt me pas nog over haar teleurstelling, dat ze een vriendin niet meer ziet sinds die een partner heeft. Dat die vriendin na een paar jaar altijd wel weer contact zoekt, als de relatie weer over is. En deze verhalen hoor ik best vaak. Zeker in de lesbische relaties zitten de dames ineens op de bank geplakt en hebben ze vaak veel minder (of in het ergste geval geen) behoefte meer aan vriendinnenuitjes of leuke (vrouwen)feestjes. Terwijl ik dus niet geloof dat een partner alles in zicht draagt van datgene wat vrienden jou ook te bieden hebben. Of waren ze misschien toch niet zó leuk dat ze ook kunnen blijven, ook al verschijnt er een partner? Want als die relatie dan toch weer tijdelijk blijkt te zijn, dan bellen ze de verwaterde vriendschappen met alle gemak weer op. Dan zijn die weer goed en leuk genoeg. Vooral ook om weer mee naar feestjes te gaan. Want dáár is onder andere kans op een nieuwe partner. Een interessant fenomeen.

Echte vrienden

Echte vrienden zijn goud. Wat overigens even niet meer dan

verfrommeld blik is op het moment dat je beste en liefste vriendin opgenomen wordt op de intensive care. Dan maak je maar weinig kans om informatie te krijgen. Familie en/of partner worden de contactpersoon, en krijgen dus informatie. Ook al kijkt de familie niet naar haar om en slaat haar partner haar regelmatig in een dronken bui. Ook al is die partner nog maar erg kort in haar leven, en jij al bijna een leven lang. Ik maak dit maar al te vaak mee in mijn werk als intensive care verpleegkundige. Als ik dan een hartsvriendin huilend aan de telefoon heb, aan wie ik geen informatie mag geven, dan schieten mij de tranen in de ogen. Ik vind dat dan ongelofelijk erg. Omdat ik me zó voor kan stellen dat je wilt weten hoe het met je liefste maatje is. Omdat ik weet dat echte vrienden dichterbij kunnen staan dan familie. Omdat ik uit eigen ervaring weet dat echte vrienden op gelijke tred met een partner kunnen staan, en niet een paar treden lager. En dan is het vervolgens helemaal een ramp als zo'n dierbare vriendin overlijdt. In het ergste geval weten familie en partner nog niet eens welke bijzondere plek jij had in haar leven. Dus zit je bij de begrafenis midden in de menigte, en niet op de eerste rij. Vinden je collega's het natuurlijk erg voor je dat je liefste maatje is overleden, maar zal er veel minder naar gevraagd worden dan wanneer het je partner zou zijn geweest.

Exclusief

Dus ook maatschappelijk gezien komt de vriendschap lager op de ladder dan de partner. Terwijl ik juist ervaar dat het bijzonder goed samen past op dezelfde trede. Dat mijn ladder eerder in de breedte is dan in de hoogte. Een ouder voelt toch ook liefde voor al haar kinderen. Het is niet zo dat, als er een kleintje bijkomt, het oudere kind en/of de partner zijn plek verliest. Dat kan toch ook allemaal naast elkaar bestaan.

Liefde is er in overvloed, terwijl we er soms mee omgaan of dat het een schaars goed is. Liefde wil vooral geleefd worden in de breedte, niet alleen maar in de hoogte. Stiekem maken we het misschien soms wat te exclusief. Delen we alleen (of het liefst) onze zielenroerselen en -pijnen met een partner. Maar hoe waardevol is het als vrienden je in al je naaktheid en kwetsbaarheid mogen zien. Zonder make-up op, in je huis wat ontploft is in chaos, met je onmogelijke schaduwkanten. Dat verdiept vriendschappen enorm.

De behoefte aan exclusiviteit, zou dat een reden kunnen zijn waarom relaties vaak van groter belang worden geacht dan vriendschappen? De belangrijkste persoon voor die ene ander, de nummer één. En eerlijk is eerlijk, in vriendschappen ben je één van de zoveel vriendinnen. Voor je partner ben je de enige, uitgaande van een eerlijke en monogame relatie. Zou die behoefte aan de nummer één kunnen maken dat we (tijdelijke) relaties meer waarde toekennen dan (mogelijk levenslange) vriendschappen?

Dan ligt er wat mij betreft een leuke uitdaging om je vriendschappen echt eens op te waarderen. Ook die zijn wat mij betreft uniek, en daarmee exclusief. Ik ben door wie ik ben op

mijn eigen unieke manier vriendin van de ander. En ik hoef die plek niet te verliezen, want er is niemand zoals ik. Die gedachte heeft mij geholpen buiten dat exclusieve kader te kijken.

Partner versus vriendschap

Eén van de hoogste doelen in het leven lijkt toch wel het vinden van een partner. Niet het vinden en behouden van een goede vriendschap, al dat zou misschien een stuk gemakkelijker zijn. Het behalen van dat hoge doel blijkt best een opgave, gezien het flinke en stijgende aantal singles. Datingsites varen er wel bij, en hebben hun reputatie bijgesteld van sneu naar hip. Je kunt tegenwoordig zelfs via datingsites op zoek gaan naar vriendschappen, en dat past natuurlijk ontzettend leuk in de waarde die ik wil toekennen aan vriendschappen.

Maar single zijn, dat mag gewoon niet al te lang duren, zo lijkt het. En als je wat ouder bent en nog single, dan is er vast wat mis met je. Dan krijg je al heel gauw het label bindingsangst. Of verlatingsangst. Dan stel je véél te hoge eisen en ben je écht te kritisch. Maar wat is er mis met kritisch zijn? Als je al een aantal gouden vrienden om je heen hebt verzameld in de loop van je leven, dan moet die ene toch wel een meerwaarde



**EEN
ONDER-
GESCHOVEN
KINDJE?**

hebben? En die meerwaarde zit 'm dan wat mij betreft in seksualiteit en de dagelijkse/praktische omgang.

Delen

Het verlangen naar een partner is overigens volstrekt normaal, ook al heb je genoeg lieve vrienden. Niet om de reden exclusief te willen zijn, maar omdat je veel liefde te geven hebt. Liefde die je wil leven inclusief seksualiteit en het dagelijkse aspect. Als ik me soms ineens overvallen voel door verdriet omdat ik op dat moment het single-zijn zat ben, dan is de reactie hierop heel vaak 'probeer weer eens een datingsite?'. Natuurlijk kan dit een oplossing zijn. Maar het voelt eerder of dit verdriet er niet mag zijn en zo snel mogelijk opgelost moet worden. Als een lieve vriendin gedoe heeft in haar relatie en haar partner even spuugzat is, dan stel ik toch ook niet voor om dan maar uit elkaar te gaan? Dingen zijn soms zoals ze zijn, zonder dat ze op dat moment anders hoeven. Dan is er gewoon behoefte aan delen. Delen in een stukje eenzaamheid of verdriet, zonder dat die gevoelens weg hoeven. Ze horen bij het leven. Daarbij, een relatie is geen garantie dat er geen eenzaam-

heid meer zal zijn, integendeel.

Voor mij is zo'n moment van verdriet altijd weer een kleine test hoe de vriendschap met mezelf ervoor staat. En de perfecte tijd mezelf eens even te verwennen, lief te zijn voor mezelf. Ben ik voor mezelf eigenlijk een lieve, betrokken vriendin? Op welke trede van de ladder zie ik mezelf?

Herwaardering

Ik heb een belangrijke vorm van liefde, vriendschap, willen herwaarderen. Hoe ziet jouw liefdesladder er eigenlijk uit? Stuur vandaag nog die dierbare vrienden een lieve kaart, sms of whatsapp. Vertel hem of haar wat je zo bijzonder vindt aan jullie vriendschap. Koester je vriendschappen. En ren vandaag nog naar de winkel om de mooiste kaart voor jezelf uit te zoeken, die vol te schrijven met mooie dingen en naar jezelf op te sturen. Je vriendschappen en relaties worden nóg mooier en kleurrijker als je jezelf ook als lieve vriend(in) beschouwd.

www.verlichtjepad.nl

