

# Intiem communiceren

**Bijbellezing:**  
Spreuken 18:1-13.

JEF & HERLINDE  
DE VRIESE



## OVERDENKING

Ik hou van jou zoals ik ben...  
Ik kan niet goed luisteren. Ik praat niet spontaan over gevoelens. Ik hou meer van actie dan van naast je te zitten en je hand vast te houden. Ik voel mij beter in een groep waar vanalles gebeurt dan alleen met jou op de sofa. Ik kan mijn liefde maar tonen zoals ik functioneer...

Ik hou van jou zoals jij bent. Jij houdt van bloemen, ik van sport. Jij ziet uit naar rust, ik haal energie uit drukte. Jij verlangt naar het delen van wat je denkt, ik denk niets en zou niet weten wat ik je moet zeggen. Jij mag zo zijn. Je hoeft niet te veranderen... Maar laat mij zijn zoals ik ben. Jij mag immers zijn zoals jij bent...

Het bovenstaande is niet Gods bedoeling. Eenheid is meer dan de uitgangspositie (wie ben ik en wie ben jij en wij aanvaarden elkaar). Liefde is voeden en koesteren op een manier die de ander begrijpt en voelt. Liefde is jezelf wegcijferen, ten voordele van de ander. Liefde is wederzijdse overgave om, nadat je jezelf heb verloren, elkaar te vinden, en ook jezelf rijker terug te zien.

Misschien moet je beginnen met goed te luisteren. Intimiteit opbouwen. Contact maken. Elkaar eens diep in de ogen kijken. En verlangend uitzien naar een ontmoeting, zoals je dat deed in de tijd van de eerste verliefdheid.

Kan het nog? Met God wel!  
Begin maar te oefenen, samen op de sofa.

## BESPREEK OP DE SOFA

- ◆ Kijken jullie elkaar in de ogen wanneer je met elkaar praat? Waarom wel? Waarom niet? Hoe voel je je daarbij?
- ◆ Schenk je meer aandacht aan wat de ander zegt dan aan je eigen redeneringen en eventuele tegenwerpingen?
- ◆ Kunnen jullie zowel over gedachten als over emoties met elkaar praten?
- ◆ Wat zou je van de ander willen weten? Kan je een paar vragen bedenken die je de ander zou willen stellen? En mag de ander jou enkele vragen stellen, ook als je die vervelend vindt?
- ◆ Welke dingen begrijp je niet van elkaar? Kan je dat aanvaarden? Wat zou er moeten gebeuren om in deze dingen dichterbij elkaar te komen? Moet dit veranderen? Vult het aan wat je zelf niet hebt?
- ◆ Op welke wijze proberen jullie een gesprek dat te persoonlijk wordt te ontwijken? Hoe kan je dat voorkomen?
- ◆ Bid met elkaar dat God jullie helpt met een groeiende eenheid.