

Charlotte Fox Weber

WAT

WIJ

WIL-

LEN

**Inzichten
in onze
diepste
verlangens**

ten have

Charlotte Fox Weber

Wat wij willen

Inzichten in onze diepste verlangens

Vertaling Janke Greving

th) ten have

Hoofdstuk I

Liefhebben en geliefd worden

We willen liefhebben en geliefd worden. Dat kan eenvoudig en gemakkelijk zijn maar ook gekmakend en eindeloos ingewikkeld. We zoeken liefde, worstelen met fantasieën. Liefde lijkt onmogelijk, we eisen het op, vrezen het, maken het stuk, weren het af en smachten ernaar. We breken harten, ook die van onszelf. Het leven kan hartverscheurend zijn, maar liefde maakt het mooi.

We hebben allemaal liefdesverhalen. Dat zijn de verhalen die je gelooft over liefde. Misschien heb je ze niet per se uitgesproken, maar die verhalen zijn innerlijke scripts over liefde. Vaak zijn die scripts niet af, maar ze vormen wel de liefde die je wenst, de liefde die je je voorstelt, de liefde die je geeft. Je hebt over liefde geleerd door je ervaringen, via je cultuur, van mensen die van je hebben gehouden, je hebben teleurgesteld, afgewezen, onderwezen, gekoesterd. Je leert nog altijd. Zo lang je leeft kun je blijven leren. Je leert over liefde van vreemden, door tegenslagen, van boeken, uit films, door verhalen van anderen, door de natuur. Soms is het liefhebben van anderen hells en soms voelt het als een verlossing. Je kunt iemand zowel liefhebben als haten – ook jezelf.

Het helpt als we onze liefdesverhalen blijven updaten. Er bestaan dingen als toeval, karakter, raadselachtigheid. De wereld verandert, wij veranderen en een meebewegende mindset over liefde geeft ruimte aan bijzonderheden. Een van de grootste obstakels voor het vinden van ware liefde kan schuilen in een star verhaal over hoe het zou moeten zijn.

De verhalen die we onszelf vertellen over liefde raken ons tot in het diepst van ons wezen. Ze vormen onze overtuigingen over menselijkheid, over andere mensen, over onszelf en over het leven. Onze verhalen zijn meestal zowel pijnlijk als aangenaam. Wat wij geloven over liefde kan het leven mooier maken, maar ook juist minder fijn. Therapie helpt mensen verhalen te verwoorden en te herzien, en om de zinvolle verhalen te begrijpen. Denk aan jouw ervaringen van liefde. Herinner jij je ook dat je niet geliefd werd? Hoe heb je liefde leren kennen, hoe heb je het leren voelen?

Er zijn talloze manieren om lief te hebben en om geliefd te zijn. Liefde kan veel beloven en ook teleurstellen, we kunnen erop vertrouwen of eraan twijfelen. We kunnen ons heel slecht gedragen tegenover mensen van wie we houden, en mensen die van ons houden kunnen ons pijn doen. Liefde kan veilig voelen maar ook angstaanjagend. We kunnen het soms helemaal stilleggen of op een veilige afstand houden. We kunnen liefde op duizenden manieren saboteren. Ontkenning is daar een van. Ontwrichting een andere.

Vaak zijn we bang om echt van onszelf te houden. We denken dat we dan een egomaniak worden, of bedenken dan dat we niet aan onze eigen maatstaven kunnen voldoen en voelen ons daarom dom. We denken dat we een bewijs nodig hebben dat we het beminnen waard zijn voordat we een ander volledig van ons kunnen laten houden. Een van de beste dingen die ik als psychotherapeut kan doen, is ruimte

vrijhouden voor de manieren waarop wij *niet* van onszelf houden. Het is een probleem dat we denken dat wij op elk moment het liefhebben waard moeten zijn. We kunnen ook beseffen dat we houden van mensen die ons tekort hebben gedaan, ons hebben bedrogen, ons hebben gekwetst.

Mensen praten met mij altijd over liefde. Ze gaan in therapie omdat ze hulp willen in de liefde. Ze voelen zich teleurgesteld door de manieren waarop ze geliefd worden of juist niet, waarop ze verkeerd begrepen of beschaamd worden en bang zijn. Maar vaak is het verlangen naar liefde minder direct. Problemen met betrekking tot liefde komen in een therapie hoe dan ook aan de orde. Onze spanning en angsten, ons verlies en enthousiasme: deze fundamentele gevoelens gaan over liefde in al haar variaties. Liefde is de plot en de zin van de meeste verhalen. Mijn werk draait om het omgaan met de complexiteit van relaties: de relaties die we hebben met anderen, met onszelf en met de wereld. Liefde voor jezelf is een van de concepten die we in theorie prima vinden, maar van dichtbij is het moeilijk! Voor sommige mensen gaat het vanzelf, maar voor veel anderen kan het de belangrijkste worsteling zijn.

Sommige cliënten aarzelen om tijdens hun therapie hun verlangen naar liefde te uiten, omdat ze denken dat liefde niet waarschijnlijk is. Een deel van wat zij in therapie leren bestaat uit alle manieren waarop ze hun aannames over liefde moeten afleren. Vaak zijn we als de dood voor het maken van fouten en de tirannie van perfectionisme houdt ons in een gespannen, bevroren toestand die fungeert als obstakel voor het nastreven van relaties en het opdoen van ervaringen in de wereld om ons heen. We verlangen naar liefde, maar vrezen haar ook. Het **gordijn van afwijzing** – onze angst om afgewezen te worden – belemmert ons. Wanneer we onze elementaire verlangens erkennen, kunnen we

mythen losweken van feiten en wordt de vorm van liefde waarachtig en mogelijk. Dat kan betekenen dat we stilstaan bij onze eigen onzekerheid, of beseffen wat we al hebben.

Om met George Bernard Shaw te spreken (hij inspireert me meer dan allerhande boeken over psychotherapie): ‘Mensen raken soms meer gehecht aan hun zorgen dan de zorgen aan hen gehecht zijn’. Wanneer het aankomt op onze grote wensen, vinden we manieren om dingen zo te formuleren dat we niet meer helder nadenken over onze werkelijke verlangens en behoeften. We raken verstrikt in de obstakels. Liefde is er geen uitzondering op. We beschrijven de redenen waarom we iets niet kunnen en de problemen die ons ervan weerhouden. We vinden het vaak gemakkelijker te zeggen wat we niet willen, dan wat we wel willen. Onszelf liefde gunnen stelt ons bloot aan onze kwetsbaarheden en aan het risico op afwijzing en vernedering, dat we al hebben ervaren, of dat we ons voorstellen. Het vergt veel moed om het verlangen naar liefde uit te spreken.

Willen liefhebben en geliefd willen worden is eenvoudig en fundamenteel. Maar het kan ook hels en hard aanvoelen. Tessa keek de liefde in de ogen toen ze afscheid nam van het leven. Ze vertelde mij haar verhalen van leven en liefhebben.

Wat Tessa wist

Mijn eerste stage in de psychotherapie was in een druk Londens ziekenhuis. Ik maakte deel uit van een team dat kortdurende psychotherapie gaf aan acuut zieke patiënten en hun verwanten. Er was geen echte privacy en we moesten veel improviseren. We zaten aan het bed, in opslagruimtes of in de hal. Ik had een niet-aflatend optimisme dat therapie

sowieso iets kon bieden, wat de voorwaarden en omstandigheden ook waren. En dat geloof ik nog steeds. We kunnen onze levens op allerlei manieren verbeteren.

De eerste verwijzing voor ons team kwam van een van de afdelingsverpleegkundigen. In een ouderwets handschrift dat ik met moeite kon ontcijferen had een man geschreven dat zijn vrouw graag met iemand wilde praten. Ze was in de zestig en bevond zich in een van de laatste stadia van alvleesklierkanker. Dat gesprek zou zo snel mogelijk moeten plaatsvinden.

Ik kwam in de zaal en voelde me heel erg volwassen. Mijn ID-pasje hing aan een koord om mijn hals en liet duidelijk zien dat ik een professional was. Ik was zó trots op dat pasje (het was de eerste keer dat ik ‘psychotherapeut’ achter mijn naam had zien staan) dat ik het soms voor en na het werk om hield. De verpleegkundige bracht me, in een ziekenzaal vol patiënten, naar het bed van een opvallend elegante vrouw. Hoewel Tessa ziek was, straalde ze een bescheiden levendigheid en vrouwelijkheid uit. Haar haren waren verzorgd, ze droeg lipstick en ze zat rechtop, gesteund door meerdere kussens. De *Financial Times* lag op haar bed en op het tafeltje naast haar lag een stapel boeken en kaarten. De zaal was vol ziekte en chaos maar om haar heen was een gebied van bedachtzame orde. Een gedistingeerde man zat naast haar bed en toen hij mij zag, kwam hij onmiddellijk overeind. Hij stelde zich voor als David, haar echtgenoot. Hij verontschuldigde zichzelf op een heel natuurlijke manier en zei dat hij over een uur terug zou zijn.

Tessa zocht oogcontact. ‘Kom wat dichterbij,’ zei ze.

Ik ging zitten in de stoel naast haar bed – die was nog warm van haar man. Iets in mij versnelde. Ik trok het gordijn om ons heen om een gevoel van privacy te creëren, al was het maar een symbolische therapeutische afscheiding. Ik

vertelde haar dat we vijftig minuten hadden. Ik probeerde wat autoriteit en professionaliteit uit te stralen. Van dichtbij zag ik dat Tessa's handen paars waren en vol blauwe plekken zaten, en zag ik de kwetsbaarheid die ze zo goed probeerde te verbergen.

‘Ik moet geen tijd verspillen. Mag ik vrijuit met je praten?’ zei ze met een dictie en helderheid waardoor ik er beter voor ging zitten. ‘Natuurlijk,’ zei ik, want daarom was ik er immers.

‘Ik bedoel écht praten. Eerlijk. Dat mag bij niemand. Ik neem aan dat je erop voorbereid bent. De verpleegkundigen en artsen en mijn familie... ze doen hun best me af te leiden en het me gemakkelijk te maken. Maar als ik ook maar even begin over wat er aan de hand is, gaan ze moeilijk doen en beginnen ze over iets anders. En ik wil het niet over iets anders hebben: ik wil dit onder ogen zien.’

‘Vertelt u me maar wat u onder ogen wilt zien,’ zei ik.

‘Mijn dood. Mijn leven. Ik wil het begrijpen. Ik heb mijn hele leven dingen vermeden en dit is mijn laatste kans er goed naar te kijken.’

Ik luisterde naar elk woord dat ze uitsprak, en naar hoe ze dat zei. De manier waarop mensen tijdens een eerste ontmoeting iets omschrijven kan nog jaren daarna verheldering geven. Een aantal van haar uitspraken schreef ik met een intense ijver op, met stukjes en beetjes, en ik lette heel goed op dat we zo veel mogelijk oogcontact bleven maken, zodat we deze sessie samen beleefden. Haar ontmoetten daar waar zij nu was, dat was wat ik haar kon bieden, dus bleef ik terugkeren naar gewoon bij haar zijn.

‘Ik voel mezelf elke dag meer verdwijnen. Ik wil mijn huis op orde brengen. Maar om dat te kunnen doen zijn er twee dingen waar ik over moet praten. Kernachtigheid is altijd een van mijn sterke punten geweest. Ik heb nooit

eerder therapie gehad – ik stel me voor dat het een gesprek is waarin ik vrijuit kan praten, iets van waarheid en zin kan vinden en waarin ik kan zien wat er mogelijk is. Klopt dat?’

‘Ja, ja,’ zei ik, instemmend knikkend. En óf ze kernachtig was!

‘Maar laten we eerst alsjeblieft iets afspreken. Ik ga af op mijn eerste indruk van jou. Die is op weinig gebaseerd maar ik heb het gevoel dat ik met je kan praten. Dus laten we dit inderdaad maar doen. Ik wil niet dat het iets eenmaligs is. Ik ben geen type voor vluchtige contacten. Laten we afspreken dat je terugkomt en dat je bij me blijft komen totdat ik niet langer in staat ben om met je te praten.’

‘We kunnen meer sessies afspreken,’ zei ik.

‘Voor de duidelijkheid: jij blijft komen totdat ik het niet meer kan. Als ik ga zeggen wat ik op mijn hart heb, moet ik weten dat ik daarop kan rekenen, op jou kan rekenen, wát er ook gebeurt en hoelang ik moge hebben. Goed?’

‘Ja, goed’. De stage had een strikte limiet van twaalf sessies en ik had geen idee hoe lang Tessa nog zou leven, maar hoe kon ik het hier *niet* mee eens zijn? Zij had de regie overgenomen en gezien haar situatie leek dat prima. We hadden een therapeutische band gesmeed gebaseerd op veiligheid, rapport en vertrouwen.

‘Oké.’ Ze keek me recht aan en leunde iets naar voren, alsof ze eindelijk haar eigen ruimte had gevonden.

‘Ik zal mezelf tegenspreken. Laat het gebeuren. Ik heb gezegd dat ik kernachtig kan zijn, maar op dit moment wil ik graag zeggen wat ik maar wil, nu ik weet dat we nog wat tijd hebben.’ Haar stem duldde geen tegenspraak. Ze had ook iets ondeugends.

‘Gaat uw gang.’ Als ze een voorzetje van me had willen hebben, dan had ik haar vragen kunnen stellen en het gesprek op een conventionele, eerste-sessie-achtige manier

kunnen sturen, maar dat was niet wat Tessa wilde, noch wat ze nodig had.

‘Mijn eerste “issue”, zoals mensen in therapie dat wel noemen (in mijn tijd had een “issue” te maken met publicaties, niet met emoties) heeft te maken met spijt. Ik wil je vertellen over die spijt, maar Charlotte – ga niet je best doen om me dat uit mijn hoofd te praten. Ik wil het gewoon gezegd hebben.’ Ik stemde in.

‘Ik wou dat ik meer tijd had genomen om te knuffelen met mijn jongens. Ik heb twee zonen, die nu volwassen zijn. Nu ik in dit bed lig, zou ik niets liever willen dan hun knuffelen. Ik mis niet zoveel – etentjes, reizen, kleding, schoenen of sieraden. Dat kan ik allemaal wel loslaten. Ik vind het fijn lipstick te dragen en ik houd van mooie spullen, maar dat voelt nu niet belangrijk voor me. Maar het doet me pijn wanneer ik bedenk dat ik zoveel meer met mijn jongens had kunnen knuffelen. Ik heb ze alle twee naar een kostschool laten gaan. Heel jong al. Voordat ze er klaar voor hadden. Vooral de oudste. Hij wilde absoluut niet. Hij smeekte me hem er niet toe te dwingen. Maar in die tijd leek het om allerlei redenen het beste om ze ernaartoe te sturen. David en ik verhuisden om de paar jaar naar een ander land. Ik zal je niet vervelen met dat te rechtvaardigen. Het punt is dat als ik écht had geluisterd, we tenminste hadden kunnen knuffelen en hechter waren geweest. Knuffelen, elkaar vasthouden, ik kan maar weinig anders bedenken... ik wil gewoon die jongens vasthouden en samenzijn in ons oude huis, warm, dicht bij elkaar. Jij ziet er jong uit, te jong om kinderen te hebben. Heb je die?’

‘Nee, nog niet,’ antwoordde ik ogenblikkelijk, hoewel ik wist dat mijn supervisor die onbedachtzame onthulling beslist zou hebben afgekeurd.

‘Nou, die krijg je waarschijnlijk wel. Als dat gebeurt,

knuffel dan met ze. Doe ook andere dingen, maar knuffelen is heel belangrijk. Dat vind ik zo verrassend: ik heb mijn leven lang niet beseft hoe belangrijk dat is. Knuffelen – het woord klinkt zelfs onnozel. Maar het betekent zoveel. Dát is wat ertoe doet. En dat beseft ik nu pas.’

Ik ontmoette haar gebiedende ogen en voelde de behoefte haar te laten merken dat ik haar levenslessen in me opnam. Ze verwoordde het goed en vertelde over prachtige momenten die ze in haar leven had gehad. Ik luisterde aandachtiger naar haar dan ik ooit had gedaan, wilde haar stem, haar boodschappen, haar verhaal echt in me opnemen.

Haar echtgenoot David was diplomaat en was gestationeerd geweest in Azië en Afrika. Ze hadden in zes verschillende landen gewoond.

‘Je kunt je waarschijnlijk wel voorstellen dat we overal werden uitgenodigd. Schitterende huizen. De meest glimmende gelegenheden en feesten. We hebben geweldige mensen ontmoet, fascinerende persoonlijkheden. En soms ook dodelijk saaie.’ Ze beschreef de diners die ze verzorgde, de avondjurken die ze had gedragen, dat ze kookte voor kleinere bijeenkomsten: ‘Geen bijzondere maar wel degelijke maaltijden, altijd met veel te veel peper. *Te veel peper, Tessa!* Iedereen zei dat maar ik ben dol op peper en ik vind mezelf ook wel pittig, dus ik weigerde daar mee op te houden. En daar heb ik geen spijt van. En o, wat mis ik het hoe mijn gezin me daar zo liefdevol mee plaagde. Niemand plaagt me nu nog, nu ik ziek ben.’

Ze vertelde me dat ze ervan hield om kaarsen aan te steken. ‘David lachte me altijd uit om al die kaarsen. Hij zei dat ik niet de moeite hoefde te doen om er zoveel werk van te maken. Dat zei hij best lief. *Zoveel gedoe, Tessa, en het valt niemand op.* Maar het was moeite op een goede manier en weet je: het viel *mij* wel op. Soms is gedoe de

moeite waard, gewoon omdat we onszelf een plezier willen doen. Ja, dat is het... nu ik het zeg... ik deed mezelf een plezier met die kleine, leuke dingen. Ik vond het geweldig. Charlotte: vergeet niet jezelf een plezier te doen. Dat hoort bij houden van jezelf. En het hoort bij houden van het leven.'

Ze was graag redacteur geworden. 'Ik vind het geweldig kleine foutjes te zoeken en te kijken wat er beter kan. Daar was ik best goed in geweest. En ik begrijp altijd de intentie, hoe vaag de formulering ook is. Behalve misschien bij mijzelf.' Maar ze vond het prima dat ze geen baan had gehouden. Ze was zo vaak verhuisd en ze had op andere manieren hard gewerkt, en heel veel genoten. Ze vroeg me om me haar voor te stellen op andere momenten in haar leven. 'Je treft me nu hier, in deze toestand, maar stel je je mij eens voor met een enorme bos haar. Ik vond veel haar altijd geweldig, wat er ook in de mode was. Je weet wel, haar zoals Jackie Onassis had in de jaren '60.' Ze miste haar lichaam, haar keuzes en de manieren waarop ze zich kon uiten toen ze gezond was.

Toen ze zich de gezelligheid herinnerde, die talloze uren in het gezelschap van vrienden, vroeg ze zich af hoe ze die tijd samen eigenlijk doorbrachten en wat ze op elk moment samen deden. Waarschijnlijk dronken ze en praatten ze over boeken, mensen, theater, film, reizen, politiek en van alles en nog wat, maar ze kon zich alle details niet meer herinneren. Eigenlijk vond ze het wel prima dat dát deel van haar leven wat wazig was, omdat ze wist dat ze 'een goede, oude tijd' had gehad. Ze had zich nodeloos zorgen gemaakt over wat anderen van haar dachten. 'Nu ik eraan denk... de vrienden die mij leuk vonden, daarvan wist ik dat ze mij leuk vonden. En ik vond hen heel leuk. En die vriendschappen maakten het leven mooier. Maar ik maakte me druk over mensen om wie ik niet eens gaf. Wat zonde,'

zei ze. ‘Een beetje verspilde tijd, daar kun je niet omheen, maar ik had het anders moeten doen.’

Tessa zei nog eens hoe graag ze had gewild dat ze meer met haar kinderen had geknuffeld. Nu ze gekluisterd was aan dit bed hadden die gedachten en gevoelens haar gevonden, en ze kon er niet omheen. Ze moest uiteindelijk accepteren dat ze er gewoon heel veel spijt van had. ‘De jongens zeggen altijd dat ze het prima vinden hoe het is gelopen. Ze hebben nooit echt geklaagd. Ze zijn zelfs op weg naar Londen nu... ik zie ze morgen.’

‘O wat heerlijk,’ zei ik. En dat was zo ongeveer alles wat ik zei, naast wat bemoedigend gemompel om te laten merken dat ik elk woord volgde. Ik voelde me intens bij haar betrokken en ik hoefde nauwelijks iets te zeggen. Ik was er voor haar. Ze wilde dat ik luisterde.

‘Ik ben gewoon niet zo hecht met de jongens. Ik houd van hen alle twee, heel erg zelfs, en waarschijnlijk houden zij gewoon van mij omdat ik hun moeder ben, maar ik zou willen dat ik mezelf de liefde *meer* had laten voelen, *meer* had laten blijken. Ze zijn beiden getrouwd en in de dertig, weet je. Ze hebben zelf nog geen kinderen. Misschien komt dat nog. Grappig dat ik ze nog altijd “de jongens” noem.’ Ze liet een heerlijk lachje horen. ‘Ik heb niet het gevoel dat ik ze heel goed ken. Er is afstand. Misschien was die er niet geweest als ik hen niet naar kostschool had gestuurd. En als ik meer tijd had doorgebracht met knuffelen en zeggen hoeveel ik van hen houd.’ Ze stopte met lachen en van haar gezicht was een beklemmend verdriet af te lezen. De transformatie ging razendsnel. Haar wijd opengesperde ogen zagen er plotseling uit als die van een doodsbang kind.

‘Kun je iets van dit alles tegen hen zeggen wanneer je ze morgen ziet?’ vroeg ik. Ik kon het niet helpen. Mijn vraag bracht haar weer terug in de gespreksmodus. Op dat moment beseftte ik dat ik weliswaar dacht dat ik zo eerlijk

mogelijk en zo goed mogelijk alles wilde aanhoren zoals het was. Maar op mijn eigen manier was ik ook vermijdend en bleek ik niet in staat alleen maar haar verdriet te blijven aanhoren, zonder te proberen ondersteunend in te grijpen. Het is moeilijk getuige te zijn van pijn en niets te doen.

‘Wie weet... maar ik betwijfel het. Misschien. We zullen zien. Maar dat brengt me bij het volgende punt dat ik moet bespreken.’

‘Ga je gang.’

‘Ik weet dat mijn man heimelijk een kind heeft in Brazilië, met een vrouw met wie hij jaren geleden een affaire heeft gehad. Een dochter. Ze moet zo’n twintig jaar zijn. David weet niet dat ik het weet, maar ik weet het. Hij heeft zich al die jaren zo schuldig gevoeld en zich zo geschaamd! Dat merk ik aan hem. Hij heeft regelmatig geld naar haar overgemaakt, vanaf een rekening waarvan hij dacht dat ik die niet kende – en zo ben ik erachter gekomen. Omdat hij diplomaat is, is David waarschijnlijk als de dood voor een schandaal en hij is heel handig en gewiekst, maar ik ben ook slim.’

Ik vroeg haar hoe ze zich hierover voelde.

‘Misschien vind je het moeilijk om me te geloven maar eerlijk waar, ik weet het niet. Ik heb mezelf nooit afgevraagd hoe ik daarover denk...’

Ik geloofde haar.

‘Weet je, hij heeft misschien beter voor me gezorgd juist doordat hij dat heeft gedaan. En misschien heb ik hem er niet mee geconfronteerd omdat het mij wel uitkwam... Al die jaren is hij tegenover mij heel voorkomend geweest...’

Ze zei dat David intens verdrietig zou zijn als hij wist dat hij haar had gekwetst, en de jongens ook. ‘Dat zou te veel zijn.’ Ik had het gevoel dat de details van dit geheim, haar besognes over de gezinsdynamiek en haar behoefte om te

zorgen dat niemand gekwetst zou raken allemaal hadden gezorgd dat ze te bezorgd en te druk was geweest om zichzelf gevoelens over dit heimelijke kind toe te staan. Ik vroeg haar hoe het voelde om het mij te vertellen.

‘Ik moest het iemand vertellen. Op de een of andere manier is het gewoon heel belangrijk. Eerlijkheid, in elk geval naar jezelf toe, dat is belangrijk. Ik kon niet ophouden met leven zonder dat hardop te zeggen. Dus nu weet je het, en doordat ik dit jou heb verteld is er voor mij wat bevrijding gekomen. Dat zou zelfs nog sterker zijn als we in de natuur waren. Ik vind het niet fijn hier te zijn, in dit gebouw. Ik mis het gevoel van modder, van zompig gras. Laten we doen alsof we daar zijn, op een met gras begroeide, modderige heuvel, waar onze billen nat worden, waar we frisse, koude lucht inademen. Dat is mijn vluchtroute, het enige waarin ik doe alsof. De rest zie ik eerlijk onder ogen.’

Haar verlangen te vluchten en zich voor te stellen dat ze in de natuur was, voelde ook eerlijk.

Toen ik de zaal die dag verliet, liep ik bij de verpleegpost langs haar man. Hij probeerde een privé-kamer voor Tessa te regelen. Ik hoorde hoe hij beleefd probeerde de dienstdoende verpleegkundige over te halen en hij onderbrak dat gesprek om mij even aan te houden. Hij kwam zenuwachtig op me over.

‘Ik zal niet aandringen want ik heb alle respect voor de vertrouwelijke aard van dit werk, maar wil je me voordat je gaat wel zeggen of Tessa met je heeft gepraat? Ze had zo’n behoefte aan praten. Ik ben heel dankbaar dat dat kon.’

‘Ja,’ antwoordde ik, terwijl ik me overmand voelde door de wazige grenzen. Ik wilde hem niet beledigen maar wilde ook niet bij hem betrokken raken. Het geheim dat ze mij had toevertrouwd was kolossaal en zelfs mijn ‘ja’ voelde alsof ik te veel prijs gaf.

‘Verlangen is mogelijkheid. Energie. Motivatie. Verlangens vormen de achtergrond voor actie. Met uitzondering van toevallige gelukzalige ogenblikken van tevredenheid waarin we niets nodig lijken te hebben, voelen we ons zonder verlangen lusteloos en stuurloos. Verlangens laten ons wegen zien, ze vormen onze ervaringen en brengen ons vooruit.’

Vaak krijgen we niet wat we willen. Nog vaker weten we niet eens wat we willen. Dit boek is een verkenning van de 12 belangrijkste psychologische behoeften, zoals liefde, controle en veiligheid, die we allemaal delen.

Wat wij willen moedigt ons aan om onze verlangens en die van anderen te leren kennen en te accepteren. Het boek helpt ons te ontdekken wat we voor onszelf en voor elkaar verbergen. Zodat we eindelijk op weg kunnen naar wat we écht willen in dit eenmalige, kostbare leven.



Charlotte Fox Weber is hoofd Psychotherapie bij The School of Life Londen. *Wat wij willen* is haar langverwachte eerste boek.

NUR 770



WWW.UITGEVERIJTENHAVE.NL