

Liefde is een keuze

Liefde is een keuze

*De vijf talen van de
liefde in de praktijk*

*Gary Chapman
en James S. Bell sr.*

Ĵ/ark media

Liefde is een keuze

De vijf talen van de liefde in de praktijk

Gary Chapman en James S. Bell sr.

[onderstaande tekst aansluiten op onderkant pagina, niet centreren]

ISBN 978-90-3380-359-8

ISBN e-book 978-90-3380-362-8

NUR 767

Vertaling: Toby Jong

Ontwerp omslag: Flashworks, Kampen

Opmaak binnenwerk: ZeeDesign

This book was first published in the United States by Moody Publishers, 820 N. LaSalle Blvd., Chicago, IL 60610 with the title Love Is A Choice, copyright ©2023 by Gary Chapman. Translated by permission. All rights reserved.

Copyright ©2009 by Gary Chapman. Originally published under the title Love is a Verb by Bethany House Publishers, a division of Baker Publishing Group, Grand Rapids, Michigan 49516, U.S.A. All rights reserved.

“The 5 Love Languages” is a registered trademark of the Moody Bible Institute of Chicago in the United States and other jurisdictions.

Dit boek is eerder uitgegeven in de Verenigde Staten, onder de titel *Love Is A Choice*, ©2023 Gary Chapman. Dit boek is oorspronkelijk uitgegeven onder de titel *Love is a Verb*, ©2009 Gary Chapman.

De Bijbeltekst in deze uitgave is ontleend aan de NBV21 © Nederlands-Vlaams Bijbelgenootschap 2021.

©2023 Ark Media, onderdeel van Jongbloed Christelijke Media – Leeuwarden

Alle rechten voorbehouden jongbloedmedia.nl

Opgedragen aan Derek en Amy Chapman.

*Liefde is een keuze,
en alles in jullie leven getuigt daarvan.*

Dankwoord

Ik ben dank verschuldigd aan alle mensen die hun verhalen van liefde met mij gedeeld hebben. Zonder hun bijdrage was het niet mogelijk geweest om dit boek te schrijven. Mijn bijzondere dank gaat uit naar Jim Bell, die dit project vanaf het begin van harte ondersteund heeft en een belangrijke rol speelde in het verzamelen van de opgenomen verhalen. Ik hoop dat zowel hij als de mensen die met hun verhaal aan dit boek hebben bijgedragen, voldoening vinden in de wetenschap dat hun werk andere mensen zal helpen beseffen dat liefde een keuze is. Ook de mensen die betrokken waren bij de redactie en de promotie van dit boek ben ik dankbaar.

Zelf ben ik enorm gezegend met een zoon, Derek, en een schoondochter, Amy, die door hun hele huwelijk heen laten zien wat liefde werkelijk betekent. Wat begon met een bruiloft in Praag werd voortgezet tijdens hun bediening in Antwerpen en inmiddels wonen en werken ze in Austin, in Texas, waar ze hun leven dagelijks delen met anderen. Ik droom van de dag waarop velen hun voorbeeld zullen volgen. Dat is ook de reden waarom ik dit boek aan hen heb opgedragen.

Gary D. Chapman
Winston-Salem, North Carolina

Inhoud

Inleiding	<i>Gary Chapman</i>	11
1 Overladen met liefde	<i>Tamara Vermeer</i>	15
2 Een bakkie troost	<i>Steven L. Brown</i>	25
3 Chocolademelk oplepelen	<i>Doris E. Clark</i>	31
4 Die knuffel zal me altijd blijblijven	<i>Rebecca Willman Gernon</i>	39
5 Ergens tussen bergbeekjes en het reuzenrad	<i>Sheila Farmer</i>	47
6 Het kleine meisje dat mijn leven veranderde	<i>Laurie A. Perkins</i>	55
7 Tegenpolen trekken elkaar aan – en dan?	<i>Emily Osburne</i>	65
8 Een nieuwe liefdeskamer	<i>Betty J. Johnson Dalrymple</i>	71
9 Beter dan chocola	<i>Midge DeSart</i>	79
10 Wie wint de strijd?	<i>Laura L. Bradford</i>	85
11 Het meisje dat mijn hart raakte	<i>Barbara L. Scott</i>	95
12 Hoe een gebroken hart vrijheid vond	<i>Amy Chanan</i>	103
13 Noem mij maar Liefje	<i>Donna Smith</i>	111
14 Toen Sara me leerde wat vrijheid is	<i>Nancy Page Sheek</i>	119
15 Op de koop toe	<i>Sheila Farmer</i>	127

16	Mijn avonturen met mam	<i>Faith Waters</i>	135
17	Met vallen en opstaan	<i>Billy Cuchens</i>	143
18	Het gaat niet om mij	<i>Christine McNamara</i>	153
19	Een zilveren doosje	<i>Pamela Dowd</i>	161
20	Lentebloemen uit bevroren grond	<i>Gena Bradford</i>	169
21	Wat ze echt nodig had, was tijd	<i>Katherine J. Crawford</i>	179
22	De dag dat mijn man bad dat ik zou overlijden	<i>Laquita Havens</i>	189
23	De slag om de vaatwasser	<i>Susan Stanley</i>	197
24	Het weerkatje	<i>Nancy J. Farrier</i>	205
25	Een veeleisende maîtresse	<i>Jennifer Devlin</i>	211
26	Een kwestie van onderhandelen	<i>Sandy Cathcart</i>	219
27	In rijkdom en armoede	<i>Chris Wright</i>	227
28	Onkruid wieden aan de Blossom Trail	<i>Connie Pombo</i>	235

Over de mensen die met hun verhaal aan dit boek hebben
bijgedragen 243

Inleiding

‘Liefde houdt de wereld in balans.’

‘Alles wat je nodig hebt is liefde.’

‘Liefde kan je tot waanzin drijven ...’

Al zolang we ons kunnen herinneren worden er gedichten, liedjes en films gemaakt over liefde, en zoeken schrijvers, sprekers en kunstenaars naar vormen om deze liefde te omschrijven en te uiten. Talloze tv-programma’s draaien om de zoektocht naar liefde en persoonlijke vervulling. Adverteerders maken gebruik van deze sterke emotie om ons hun producten aan te smeren. Onze cultuur lijkt in de ban van de liefde.

Eigenlijk is het geen wonder dat liefde – of het nu gaat om liefde binnen het huwelijk, in het gezin of in vriendschap – ons zo aantrekt en zo hoog op onze prioriteitenlijst staat. Tenslotte vertelt het meest wijze boek dat ik ooit gelezen heb, de Bijbel, ons dat God zelf liefde is.

Maar weinig ervaringen in dit leven zijn te vergelijken met de opwinding en de adrenaline die vrijkomen wanneer we verliefd zijn, of met dat wat we voelen in het gezelschap van een echte vriend of bij de trouwe steun van een familielid. Geen wonder dat we liefde verkiezen boven zo veel andere positieve ervaringen. Het hoofd bieden aan de uitdagingen van alledag is veel gemakkelijker als we weten dat er mensen zijn die voor ons klaarstaan wanneer we hen nodig hebben, mensen die ons onvoorwaardelijk steunen.

Omdat elke liefdesrelatie zich afspeelt tussen onvolmaakte mensen, loopt niet alles altijd op rolletjes. In tegenstelling tot de illusie die gewekt wordt op kleine en grote schermen, kunnen de meeste problemen tussen mensen niet in een halfuurtje worden opgelost, en zelfs niet in een paar afleveringen. Soms maken omstandigheden,

of mensen, het zo goed als onmogelijk om van iemand te houden.

Na de wittebroodsweken verdwijnt de euforie en romantische gevoelens lijken te verdampen. Misschien heb je een stevig meningsverschil en merk je tot je grote schrik dat je helemaal geen zin hebt om de ander te steunen – dat wat je voelt verdacht veel op vijandschap lijkt.

Soms zijn er communicatieproblemen. Soms koesteren we onrealistische verwachtingen. En soms weten we niet of er eigenlijk nog wel sprake is van liefde. En als een relatie hapert of moeite kost, trekken sommige mensen gewoon de deur achter zich dicht ... en laten daarbij een spoor van gebroken harten achter.

Als voorganger en therapeut heb ik het keer op keer gezien. Een van de partners raakt uitgekeken op het huwelijk en zwicht voor de verleiding om uit te zoeken of het gras ergens anders inderdaad groener is. Ouders en kinderen sluiten elkaar emotioneel gezien buiten vanwege een misverstand. Iemand zit in zijn eentje in de kerk of blijft thuis, omdat hij of zij een vriend is kwijtgeraakt en het niet aandurft om zich opnieuw kwetsbaar op te stellen.

Ik heb te vaak gezien dat mensen het te snel opgaven. Weglopen uit een relatie brengt niet de verlichting waar je misschien op hoopte. Het lost niets op en maakt je leven niet eenvoudiger. De wrok en de verwijten die zo'n vlucht losmaakt, maken de problemen alleen maar groter.

Dus wat is dan het antwoord op de uitdagingen die liefde met zich meebrengt? Allereerst moet liefde die blijft, liefde die bestand is tegen de spanningen en onverwachte wendingen van het leven, meer zijn dan een gevoel. Het moet iets zijn wat we doen. We moeten haar concreet maken in ons huwelijk, in ons gezin, in ons contact met vrienden en bekenden en, ja, zelfs in ons contact met vijanden.

Dat is waar dit boek over gaat. De komende bladzijden zijn gevuld met verhalen van mensen zoals jij en ik, die geleerd hebben om de

tegenslagen, de ‘citroenen’ die het leven hen voor de voeten wierp, te veranderen in een zoete nectar die in staat is emotionele dorst te lessen. Het zijn succesverhalen, die jou zullen inspireren en aansporen om nog beter je best te doen.

Je zult lezen over:

- Doris, die avond aan avond zat te breien om haar handen bezig te houden – zodat ze die niet zou gebruiken om haar onuitstaanbare echtgenoot te wurgen.
- Faith, die opnieuw moest leren liefhebben toen haar moeder langzaam maar zeker een vreemde voor haar werd.
- Laquita, die na een huwelijk van veertig jaar eindelijk verliefd werd op haar man.
- Steven, die iemand anders een kop hete koffie gaf om zijn eigen hart te ontdoeien; en Tamara, die ontdekte dat zij de macht had om het leven van iemand die het minder goed getroffen had dan zij iets beter te maken.
- Rebecca, die opgroeide bij een vader die niet in staat was emoties te tonen.
- Midge, een vrouw die chocola verwachtte, maar met een bittere smaak in haar mond achterbleef.
- Pamela, die een kostbare schat vond onder het deksel van een zilveren doosje.

Al deze mensen, en nog een aantal andere, delen hun verhaal. Ze vertellen je hoe ze leerden om door tragedies en overwinningen heen te leven vanuit liefde. Hun ervaringen zijn fascinerender dan welk verzonnen Hollywooddrama ook. Ik weet zeker dat je iets van hun verhaal zult herkennen, dat je je zult kunnen verplaatsen in hun angsten en successen.

Na elk verhaal ga ik kort in op een sleutelwaarheid, die jou kan

helpen om te bouwen aan sterke, stabiele relaties. Daarnaast geef ik enkele adviezen met betrekking tot het spreken van de liefdestaal van anderen, en tips die jou helpen om te kiezen voor liefde. Ik besteed aandacht aan de praktische stappen die deze mensen gezet hebben, zodat je hun voorbeeld kunt volgen. Deze verhalen zullen je inspireren en aanmoedigen om te bouwen aan het soort liefde en vriendschap dat blijft bestaan nadat het warme, fijne gevoel naar de achtergrond verdwenen is – om het vuur opnieuw aan te wakkeren en te ervaren wat echte liefde is.

Verlang jij naar de best mogelijke relaties? Ga dan aan het werk. Liefde ligt niet besloten in een persoonlijk voornaamwoord – ‘hij’, ‘zij’ of ‘hen’. Liefde draait niet om wie andere mensen zijn, hoe zij ons behandelen of wat zij doen dat waarde heeft voor ons. Liefde begint bij jou, en gaat niet allereerst om wat je zegt of voelt. In plaats daarvan is liefde een werkwoord. *Liefde is een keuze.*

- Gary Chapman

1

Overladen met liefde

Op een dag wandelde Tony onze praktijk binnen, de plek waar mijn man Tim getraumatiseerde veteranen begeleidt. Een stralende glimlach verlichtte zijn gezicht. Hij was achter in de veertig, niet veel groter dan mijn zoon van veertien, kaal en graatmager. Zijn charme was onweerstaanbaar. Ik denk dat zelfs zijn moeder niet boos op hem kon worden als hij vroeger iets stouts gedaan had. Hij had een bijzondere lach, heel vrolijk en aanstekelijk, zodat ik zelf ook bijna in de lach schoot. Ik kon het niet helpen. Onze ontmoeting duurde maar kort, maar hij raakte mijn hart – en dat ging dieper dan ik op dat moment besepte.

Later die week vroeg Tim me: ‘Herinner je je Tony nog?’

‘Natuurlijk’, antwoordde ik terwijl ik de post bekeek.

‘Ik wil je wat meer over hem vertellen. Hij heeft hiv en is alles wat hij bezat kwijtgeraakt als gevolg van de orkaan Katrina. Ze hebben hem overgeplaatst naar Denver, en voor zover ik weet is hij helemaal alleen. Hij is een tijd dakloos geweest, maar een tijdje geleden heeft hij een sociale huurwoning gevonden. Hij is alleen wel behoorlijk ziek, zijn appartement is zo goed als leeg en hij slaapt op de grond. Hij heeft niet eens een bed.’

Hij heeft niet eens een bed – geen bed, terwijl hij ziek is. De woorden weerklonken in mijn hoofd. Geen bed, geen bed. Ik stelde me de

kleine, tengere Tony voor, opgekruld op de vloer. Ik had wel eerder over dit soort droevige situaties gehoord, en dat raakte me altijd. Ik vind het vreselijk als mensen zoiets overkomt. Maar deze keer was het alsof iemand me door elkaar schudde en schreeuwde: ‘Hij heeft geen bed! Kijk eens hoeveel jij hebt!’

We hebben het altijd fijn gevonden om mensen die het minder goed hebben te helpen. We kochten elk jaar kerstcadeaus voor mensen die het moeilijk hadden, we brachten eten langs als iemand die we kenden in het ziekenhuis lag en we hadden een sponsorkindje in Afrika. Maar dat waren ‘veilige’ manieren om te helpen. Daarna gingen we weer naar huis; we lieten de ander niet echt binnen in ons leven.

Mijn maag draaide om en ik voelde me een beetje duizelig. Ik moest een bed voor Tony regelen. Ik weet niet waarom ik me deze keer zo gedrongen voelde om in actie te komen, maar God wist het wel. En een bed was niet genoeg: het moest een nieuw bed zijn! Om de een of andere reden had ik het gevoel dat deze man overladen moest worden met liefde. Maar al had ik het nog zo op mijn hart om hem te helpen, ik vroeg me ook af waar ik in vredesnaam aan begon. Zoiets had ik nog nooit gedaan.

We brachten het bed en het gloednieuwe beddengoed dat mijn dochters en ik hadden uitgezocht bij Tony thuis. Ik was behoorlijk zenuwachtig. Hij ging op zijn nieuwe bed zitten, streek het dekbed glad en glimlachte. Toen werd hij door emoties overmand en hij begon te snikken. Zijn magere lichaam schokte ervan.

‘Dank je wel. Enorm bedankt – ik weet niet wat ik moet zeggen. Ik ... ik ...’ Zijn woorden gingen verloren in zijn tranen. Blijkbaar was dit bed een lichtje in een heel diepe, heel donkere put. Hij keek ons dankbaar en tegelijk verward aan. Ik weet niet hoe ik het anders moet omschrijven. Hij kende ons helemaal niet.

‘Tony, lieverd! Wat is hier allemaal aan de hand?’ Juanita, het lieve omaatje dat tegenover hem woonde, schuifelde naar binnen. ‘Ik ben niet gekleed op bezoek, maar ik moest echt even zien wat er hier gebeurde!’

Ze zag zijn bed en keek naar Tony. Toen schudde ze haar grijze hoofd en zei: ‘Lieverd, ik zei toch dat God voor je zou zorgen? Hij heeft je gehoord; jazeker, dat heeft Hij.’

Toen onze vrienden en familie Tony’s verhaal hoorden, wilden ze dolgraag meedoen. Ze brachten hem nieuwe potten en pannen, serviesgoed, handdoeken, een magnetron – noem maar op! En als kers op de taart kocht mijn zus Laurie nieuwe meubels voor hem – geen afdankertjes van iemand anders, maar gloednieuwe meubels met een bijpassend vloerkleed.

‘Laurie,’ zei ik, ‘ik vind het een beetje spannend dat je hier zoveel geld aan uitgeeft. We kennen hem niet echt en het zou zomaar kunnen dat hij de boel verkoopt of dat die meubels door iemand gestolen worden, of ...’

‘Ik wil dit doen. Wat er daarna gebeurt, doet er niet toe’, zei ze met een glimlach.

Tony werd overladen met liefde.

Op een dag belde ik hem om te vragen hoe het ging. Hij bekeek dingen altijd van de positieve kant. ‘Nou, het gaat best goed, ik heb best een goeie dag vandaag. Wist je dat ik morgen jarig ben?’

‘Dan moeten we een feestje vieren, Tony!’ riep ik.

De volgende dag ging ons gezin bij hem op verjaarsvisite, en ook mijn ouders en zelfs een vriendinnetje van mijn dochter waren van de partij. We stopten de laatste dingetjes die mensen hadden gegeven in vrolijk gekleurde tasjes en namen een taart mee. Tony zat op de bank, tussen mijn ouders in, en de tranen vloeiden rijkelijk. ‘Ik heb nog nooit een verjaardagsfeestje zoals dit gehad! Ik kom uit een gezin van veertien kinderen, weet je.’

Ik had geen idee. Waar was zijn familie? Langzaam maar zeker begon hij stukjes van zijn levensverhaal met ons te delen.

Toen we naar huis reden, keek het vriendinnetje van mijn dochter glimlachend uit het raam en zei: 'Dit was de mooiste dag van mijn leven.' Toen ik later nog even bij Tony langsging om hem wat te eten te brengen, had hij alle cadeautasjes aan zijn muur vastgeniet.

Tony werd steeds zieker. Hij had veel last van pijn op zijn borst en ademen kostte grote moeite. Op zeker moment, het was maandagochtend, belde ik om te vragen hoe het met hem ging. 'Ik ben dit weekend drie keer naar het ziekenhuis geweest, Tamara. Ik had vreselijke pijn op mijn borst.'

'O, Tony!' Ik voelde me vreselijk. 'Hoe ben je daar gekomen?'

'Met de bus, maar ik moest anderhalve kilometer lopen naar de bushalte. Ze zeiden dat ze niets konden vinden, dus stuurden ze me naar huis, maar ik voelde me niet beter. Ik ben nog twee keer teruggegaan.' Ze hadden hem niet eens geholpen om thuis te komen! Ik was woest. Het was alsof ik in een andere wereld leefde – ik had een auto en familieleden die me naar het ziekenhuis konden brengen, en ik wist zeker dat ze mij nooit op die manier naar huis gestuurd zouden hebben. Tony was alleen, en het leek alsof het de artsen en verpleegkundigen helemaal niets kon schelen.

Ik realiseerde me dat hij iemand nodig had die zijn belangen behartigde, dus besloten Tim en ik dat wij die rol op ons zouden nemen. Misschien kwam het door zijn achtergrond, of misschien was het omdat hij alleen was, maar het ziekenhuispersoneel bleef Tony behandelen alsof hij de tijd en de moeite van de artsen niet waard was. Hij werd steeds opnieuw in het ziekenhuis opgenomen en ik weet niet hoe vaak ik het ziekenhuispersoneel heb aangesproken op de manier waarop ze met hem omgingen. 'En wie ben jij?' vroegen de verpleegsters dan.

Ik reageerde verongelijkt en zei: ‘Nou, zijn grote zus natuurlijk! Zie je niet hoeveel we op elkaar lijken?’ Tony was zwart en één meter zestig lang, terwijl ik blank ben en bijna één meter zeventig.

Tony’s gezondheid verslechterde. Op een dag zat ik samen met hem in de wachtkamer van de oncoloog. Tony was bang. Hij keek me aan en zei: ‘Waarom doe je dit? Je kent me nauwelijks. Je weet niet wat ik allemaal heb uitgespookt.’

Ik glimlachte en zei: ‘Nou ja, jij kent mij ook nauwelijks, en je hebt geen idee wat *ik* allemaal heb uitgespookt.’

‘Nee, ik meen het’, drong hij aan.

‘Ik denk dat het Gods stem was, Tony. Hij wist dat jij op dit moment in je leven iemand nodig had om een stukje mee te lopen en simpelweg van je te houden.’

Tony had longkanker. We wisten niet hoeveel tijd hij nog had, en mijn zus voelde de dringende behoefte om hem te herenigen met zijn familie. We spoorden hem aan om zijn moeder te bellen. Ze woonde in Mississippi. ‘O, ik wil haar niet ongerust maken. Ze is bijna tachtig’, zei hij. Maar zijn stem had iets weemoedigs. Dat was de eerste keer dat we hoorden over zijn moeder, Lucille.

Mijn ouders begonnen hem te bezoeken in zijn appartement en in het ziekenhuis. Hij noemde ze paps en mams en vaak huilde hij als hij hen aan de telefoon had. Ik denk dat hij zijn eigen moeder ontzettend miste.

Op een avond, rond een uur of acht, belde hij vanuit het ziekenhuis. ‘De dokter is hier en ...’ Zijn stem brak en mijn keel werd dik terwijl hij verderging: ‘Het ziet er niet zo goed uit, grote zus.’

Hij probeerde te lachen, maar begon in plaats daarvan te snikken. De dokter nam de telefoon van hem over en vertelde mij zonder enige emotie dat Tony longkanker had, dat de ziekte zich in het vierde stadium bevond en dat hij nog zes weken tot vier maanden te leven