

Ik zal voortaan beter naar mijn vrouw luisteren!

Posted on 9/12/2017

Ik heb net de titel boven dit stukje getypt en nu ik het teruglees lijkt het bijna zo'n strafregel die je vroeger op school moest schrijven. Ronald, schrijf vijfhonderd keer: 'Ik zal voortaan beter naar mijn vrouw luisteren.'

Zo is het niet bedoeld. Het is geen straf, hoewel ik mij kan voorstellen dan menig man gruwet bij de gedachte dat hij beter naar zijn vrouw moet luisteren. Mannen weten toch immers alles beter! Als u dat vindt dan laat ik u graag in die waan. Ik ga daarover niet in discussie want dat onttaardt in een oneindig gehakketak waar we toch niet uitkomen.

Nee, de titel boven dit schrijfsel slaat op mijn goede voornemen. En zoals het doorgaans met voornemens gaat zal er ook deze keer weer weinig van terecht komen maar beste mensen, het voornemen is er in ieder geval.

Waarom zou ik eigenlijk voortaan beter naar mijn vrouw luisteren? Is zij zo wijs? Is zij alwetend? Daar laat ik mij liever niet over uit. Dat is niet bevorderlijk voor mijn huwelijk, begrijpt u. Feit is wel dat zij vaak beter weet wat goed voor mij is dan ikzelf. Ik heb namelijk moeite om mijn eigen grenzen te bewaken. Daar kan ik niets aan doen. Dat is een voortvloeisel van mijn psychische kwetsbaarheid.

Wacht even, dat is niet helemaal waar wat ik nu zeg. Ik kan er wel wat aan doen. Ik heb immers niet voor niets samen met mijn hulpverleners een uitgebreid signaleringsplan opgesteld. In dat plan staan al mijn verschillende gemoedstoestanden beschreven, hoe ik ze kan herkennen en hoe ik kan voorkomen dat ik doorschiet naar de manische- of juist de depressieve kant. Het geeft mij houvast en helpt mij bij het bepalen en bewaken van mijn grenzen.

Is het dan toch nodig voortaan beter naar mijn vrouw te luisteren? Ja! Het plan is namelijk niet alleen voor mijzelf maar ook voor mijn omgeving en daar maakt mijn vrouw een belangrijk deel vanuit. Zij kent mij als geen ander en ziet wanneer ik over de grens dreig te gaan.

En zo zijn we weer terug bij het begin en bij mijn goede voornemen. Ik zal voortaan beter naar mijn vrouw luisteren! Het is voor mij helaas noodzakelijk om staande te blijven in het leven maar ach mannen... zo erg is naar je vrouw luisteren nu ook weer niet hoor.