

# M/V Oerstrijd

## Machtshonger houdt disbalans in relaties in stand

---

**De media staan al tijden bol van tips om je relatie beter in balans te krijgen. En veel mensen weten de weg te vinden naar de relatietherapeut. Kernprobleem: de oeroude zucht naar macht. Welke stap brengt ons dan wel dichterbij die balans?**

***Door Saskia Baardman***

Met 'onze zucht naar macht' bedoel ik dus die van mannen én vrouwen. Beiden willen ze de macht. Dat zit in onze genen. Om dat in te zien, moet je kijken naar hoe macht zich in de loop der eeuwen heeft geuit. En hoe we daar anno nu nog steeds mee worstelen. Wat zeggen verschillende experts hierover? En hoe kunnen we deze zucht naar macht een plek geven in onze relatie. Om toch ons hogere doel van een evenwichtige, gebalanceerde relatie te realiseren.

Laten we beginnen bij het begin. In het onconventionele boek 'De onverzadigbare vrouw en de afwezige man' van Lisette Thooft valt te lezen dat vrouwen in het begin der tijden seksueel dominant waren en ze de man nam wanneer ze zin had. Puur vanuit voortplantingsdrift gedreven. Zij had de macht en dus de touwtjes in handen. In een vorige Koorddanser vind je een uitgebreid interview met Lisette Thooft over haar boek.

Mannen voelden zich hier niet prettig bij en kregen een toenemende behoefte aan controle om hun vrouwen de baas te kunnen zijn, want er bleef niets van hen over. Langzaamaan hebben ze een manier gevonden om die macht te grijpen en vrouwen hebben dat kennelijk toegelaten. Het onderdrukken van de vrouw begon.

Met deze machtswisseling vond er ook een verschuiving plaats van leven vanuit de buik (emoties) naar het hart (liefde) en nu naar het hoofd (ratio). Ten tijde van de christenen kwam het hart en dus de liefde in beeld. Liefde is daarmee een vrij recent fenomeen. En nu speelt het hoofd letterlijk de hoofdrol in relaties en de maatschappij. Een meer mannelijke stroming.

Deze visie van Thooft laat zien hoe we van het ene uiterste in het andere terecht komen, afhankelijk van welke sekse de macht heeft. De introductie van de liefde lijkt een complicerende factor, want we willen elkaar tegenwoordig aanvullen en begrijpen. Daar lijkt een machtsstrijd geen plek in te mogen hebben. Maar hoe pakt dat uit?

### **Gelijk krijgen**

Zo'n beetje sinds de emancipatie van de vrouw heeft zij ook geleerd meer vanuit het hoofd te functioneren, niet heel natuurlijk. Ze combineert alleen de hoofdtaal met de buiktaal, waardoor je manipulatieve conversaties krijgt in liefdesrelaties. Inderdaad machtsspelletjes dus. Alleen niet meer woest en wild zoals vroeger, maar meer in verbaal en non-verbaal geweld. Psycholoog Wijnberg geeft daar in zijn boek 'Horken & Heksen' zeer levendige voorbeelden van. Dialogen tussen beide seksen die weergeven dat de strijd nog altijd standhoudt. Over niks natuurlijk, het gaat om het gelijk krijgen. De huidige disbalans komt daarmee scherp in beeld.

De man heeft er dus last van dat de vrouw ook (deels) vanuit haar hoofd leeft. Ze is namelijk totaal niet meer ontspannen, maakt oneindige lijstjes met wat er allemaal 'moet'. Niet alleen wat zij moet, maar ook wat hij moet doen. Al dan niet bewust en zeker onderhuids tornt ze aan zijn machtspositie.

Het maakt de man wanhopig en dat uit zich op verschillende manieren. Ze blijven of in hun ratio zitten en storten zich op hun werk. Of ze proberen hun vrouw zo oneindig te behagen dat ze zichzelf kwijtraken en daarmee ook hun mannelijkheid. In beide gevallen een kloof als resultaat.

Voer voor relatietherapeuten dus. Want de liefde zorgt ervoor dat we toch balans willen. Waar ligt volgens relatie-experts de sleutel tot die balans? Relatiecoach Caroline Franssen vindt het belangrijk dat vrouwen hun zachtheid en ontvankelijkheid herontdekken. Niet op alle punten de regie in eigen hand houden, maar zich ook weer durven overgeven. Daar staat tegenover dat mannen hun daadkracht weer hebben te activeren. Relatiecounsellor Bob Konings vindt niet dat vrouwen zachter moeten worden, 'Dat klinkt toch weer wat onderdanig', zegt hij.

Verschillende meningen dus. Hoe dan ook, in mijn ogen loopt de machtsdrijfveer hier als een rode draad doorheen met de vraag hoe we beide partijen tevreden kunnen houden. Laten we nog even kijken naar andere actuele situaties en de mening en adviezen van experts.

### **Parttime werken**

Wijnberg gelooft bijvoorbeeld dat er maar één de leiding kan hebben in een relatie, niks samen de regie houden dus. Mannen zouden wel meer naar hun vrouwen mogen luisteren, vindt Bob. En vrouwen juist meer naar mannen, volgens Caroline. Iets waar je tijd voor moet nemen, maar hoe?

Bob adviseert mannen om een dag minder te gaan werken om de balans beter te verdelen thuis. Veel mannen doen dit al, maar nog niet alle werkgevers staan hier open voor. Nee, niet de werkgevers waar een mannencultuur heerst, denk ik dan. Die zien dat natuurlijk als verlies van de mannenmacht.

Wijnberg gooit nog even wat olie op het vuur door te zeggen dat parttime werken door mannen hun ambitie tempert en vrouwen 'dwingt' om ook te blijven werken. Het gezin kan niet meer zonder beide inkomens, is het argument van de man. En dat zorgt weer voor wrijving, omdat een vrouw zich verplicht voelt haar baan aan te houden. Hij stimuleert echter vrouwen hun dromen te blijven volgen, dus door zelfs hun baan op te zeggen en bijvoorbeeld de gedroomde webwinkel te starten. Volgens hem, gaan mannen er uiteindelijk wel in mee en 'als vanzelf' zorgen ze voor een baan met een hoger inkomen om hun vrouw de ruimte te kunnen geven. Dankzij de man dus. Mooi hoe macht als middel hier positieve resultaten creëert binnen de relatie.

Wijnberg deinst niet terug voor een provocatieve handelswijze. Net als zijn tips aan mannen om vrouwen maar gelijk te geven met behoud van hun mannelijke eergevoel. En vrouwen tips geeft hoe ze op een meer bevredigende manier, dus zonder ruzie, hun gelijk kunnen halen en de man ook iets tegemoet komen. Hij speelt zeer geraffineerd met die machtslust van beide seksen. Hij noemt het alleen niet zo. Hij helpt ze hun zucht naar macht te kanaliseren op een voor beiden geaccepteerde manier. Wat mij betreft mag het nog een stap verder gaan.

## **Machtslust erkennen en accepteren**

In onze huidige zoektocht naar balans gaat het over onszelf losmaken van onze ego's, in onze kracht en positieve overtuiging gaan staan. Het gaat over authenticiteit en autonomie. Het losgooien van de ballast van oude patronen en overtuigingen die vaak door generaties heen zijn doorgegeven. Als we dichtbij onszelf staan, speelt er geen enkele strijd, luisteren we met open hart geduldig naar elkaar. Steeds meer mensen zien hierin de sleutel om balans in zichzelf en in hun relatie te krijgen. Ik geloof ook dat hier een sleutel ligt. Maar er is nog een deur...

Deze staat van zijn gaan we namelijk niet voortdurend bereiken. Het zijn slechts momenten. En die machtsdrijfveer duikt toch weer op. Die bestaat tenslotte al sinds mensenheugenis. Zoals we gezien hebben, speelt het in ieder detail door.

Vanwege de negatieve lading die op het woord 'macht' zit, ontkennen en onderdrukken we dat we het eigenlijk graag willen hebben. Het hoort niet, een taboe. Macht staat gelijk aan oorlog. Maar weet je, als we toch zo bezig zijn met naar onszelf te kijken, dan hoort dit er ook bij. Dus spreek het uit, erken dat je de macht wilt. En accepteer het van jezelf en de ander dat het zo is. Zo creëer je ruimte en je kunt er zelfs samen om lachen. Het zorgt ook voor onderling begrip en respect. En je kunt er meer een spel van maken. Simpelweg onderhandelen en kijken wat je eruit kunt slepen. Met als doel: win-win. Iedereen is tevreden en jij voelt je de koning(in) te rijk.

Iets om te omarmen in onze spirituele zoektocht vind ik. Om het licht te kunnen zien, moet je je schaduwkanten tenslotte omarmen. Als je het dan al als schaduwkant wilt zien. Het hoort in ieder geval thuis bij de vraag 'wie ben ik?' Ik ben liefde en een machtswellusteling. Oh, net als jij dus, lieve schat. Volgens mij een mooie volgende stap richting die felbegeerde balans...

**Saskia Baardman** ( [www.raakmetwoorden.nl](http://www.raakmetwoorden.nl) )

*Meer: 'De onverzadigbare vrouw en de afwezige man', Lisette Thooft; 'Horken & Heksen', Jeffrey Wijnberg; Caroline Franssen, [www.carolinefranssen.nl](http://www.carolinefranssen.nl) en Bob Konings, [www.het-roer-om.nl](http://www.het-roer-om.nl).*

[fotobijchrift:]

Zo'n beetje sinds de emancipatie van de vrouw heeft zij ook geleerd meer vanuit het hoofd te functioneren, niet heel natuurlijk.

© Saskia Baardman, juni 2011, Utrecht