

## Liefde en Respect in relaties:

Het boek 'Liefde en Respect' gaat erover dat man en vrouw andere liefdestalen hebben.

De vrouw heeft liefde als hoofdtaal en de man respect als hoofdtaal. Dit geldt voor echtparen maar ook in vriendschappen.

Omdat we dit verschil tussen man en vrouw niet goed inzien van elkaar komen we beiden niet aan onze diepere liefde toe zoals God het bedoelt heeft voor echtparen en relaties.

Het boek is gebaseerd op het bijbelvers Efeziërs 5:33 "voor ieder komt het hier persoonlijk op neer. De man moet net zoveel van zijn vrouw houden als van zichzelf en de vrouw moet haar man respecteren.

In de preken gaat het vaak over de onvoorwaardelijke liefde die de man voor de vrouw moet hebben maar erg weinig over het respect wat de man ook nodig heeft om liefde te kunnen geven aan zijn vrouw. Dit is waar zij zo naar verlangd en wat zij nodig heeft om goed te kunnen functioneren.

Vrouwen worden vaak boos of verdrietig op hun man als ze niet de emotionele band met hun man voelen waar ze zo naar verlangen en mannen trekken zich terug als ze altijd maar kritiek over zich heen krijgen, omdat ze zich gekwetst voelen.

Iets wat de vrouw verschikkelijk vindt, want met haar klagen en kritiek en gemopper zegt ze eigenlijk heel hard "heb me lief" hou van me " ik wil graag je liefde en aandacht". Mannen begrijpen dit vaak niet goed en trekken zich terug omdat ze geen respect ontvangen waarop de vrouw weer het gevoel krijgt dat ze afgewezen wordt en zo kom je in het rad van waanzin terecht, een rad van verwijdering wordt dan in werking gezet.

Als de mannen deze code ontdekken zullen ze verbaasd staan wat erachter zit. Mannen hierbij een advies/ tip loop niet weg of sluit je niet af als je vrouw boos wordt op je of zit te mopperen maar zeg eventueel sorry ( hoe moeilijk dit wellicht is en ook al ligt het soms niet aan jou) en ik hou van je. Waar wil je graag over praten? Hoe moeilijk dit soms ook zal zijn, jullie zullen merken dat je weer een stuk sneller dichterbij elkaar komt. Er zit namelijk vaak verdriet en gebrek aan een gevoel van liefde achter bij de vrouw en ze verlangt naar je nabijheid of betrokkenheid.

Ook kan het zijn dat vrouwen vergeten om hun man te waarderen, en hun maatje te zijn en om te kijken waar mijn man nou behoefte aan heeft. Dit zijn namelijk vaak hele andere dingen vaak dan waar vrouwen behoefte aan hebben. Door dit te gaan onderzoeken en uit te gaan voeren zullen er zeker dingen gaan veranderen. En als de man gaat beseffen hoezeer liefde net zo belangrijk voor de vrouw is als voor de man respect en kameraadschap, dit gaat onderzoeken en uitvoeren zal zijn vrouw weer dichterbij hem toekomen.

Begin het rad van waanzin te ontdekken:

Een vrouw trekt zich terug omdat ze zich gekwetst voelt want haar man kan niet voorzien in haar emotionele behoefte. Deze behoeftens zijn bijvoorbeeld echt praten met elkaar, interesse tonen en het doorvragen op dingen, tederheid, romantiek, hulp met dingen in huis, knuffelen. Vrouwen kunnen hierdoor gemeen gaan doen, steken onder water gaan geven, geen seks meer willen, man naar beneden halen in het bijzijn van anderen, of meer naar de kinderen gaan toe trekken.

Mannen voelen zich hierdoor respectloos behandeld en afgewezen en geven geen liefde meer omdat ze geen respect ontvangen. Voor mannen is geen sex ongeveer hetzelfde als voor vrouwen geen liefde of niet praten met elkaar kun jij je het je voorstellen als je man 3 weken niet met je

praat? Nee maar andersom gebeurt het dus wel en soms ook wel langer. Het is een basisbehoefte voor de man net zoals voor de vrouw om goed te kunnen functioneren en om de liefdestank gevuld te houden, zodat er ook weer gegeven kan worden. Daarnaast is het voor de vrouw weer erg belangrijk dat de man ook een keer wel lichamelijk contact wil zonder dat er sex uit komt maar tederheid en intimiteit.

Maak eens een lijstje voor je man. Denk eens goed na over in welke dingen je hem respecteert dit zal meer effect op hem hebben dan je zult verwachten. Zeg dit ook af en toe tegen hem of schrijf hem een kaartje of briefje met deze dingen erop bijvoorbeeld. Dit zal meer effect op hem hebben dan je zult verwachten.

Let er bijvoorbeeld eens op:

Zeg of vraag ik iets tegen mijn partner met respect of op een respectloze manier?

En zeg of vraag ik iets op een liefdevolle manier of op niet liefdevolle manier.

Leer jezelf hier bij stil te staan.

Even een voorbeeld:

Man vraagt aan een andere man: houdt je vrouw van je?

Jazeker zei de man.

Maar mag ze je ook?

Eeuuhhh nee geloof het niet ik doe altijd wel wat fout.

Het is belangrijk voor een man om te weten dat je hem graag mag en dat je hem echt leuk vindt. Doe je daar je best voor, om dit te communiceren?

Nog eentje mocht je een zoon hebben dan wil je graag een goede vrouw voor hem toch, iemand die hem steunt, liefde geeft, iemand die respect voor hem heeft. Als je nu naar jezelf kijkt, gedraag jij je dan zo tegen je man?

Nu kun je denken ja mooi praten maar hij of zij verdient helemaal geen respect of liefde, want hij of zij behandelt mij helemaal niet goed. Maar dan moet je denken: Wie is het verstandigste van ons en laat die dan maar beginnen want je moet ergens het rad van de waanzin stoppen. Je zult zien als je volhoudt dat het zijn vruchten zal afwerpen en dat je echt dichterbij elkaar toe zal komen.

Wij vrouwen denken vaak dat we alles weten maar in het respect geven aan onze man is er nog veel te leren. Laat hem de man worden die God bedoelt heeft. God heeft de vrouw gemaakt als helper. Help hem door respect en liefde te tonen.

Nu voor de mannen: beseffen jullie hoe belangrijk het is voor een vrouw om zich geliefd te voelen net zoals Christus zijn gemeente lief heeft. Beseffen jullie hoe diep dit verlangen is bij een vrouw?

Even een weetje: weet je hoe moeilijk het is voor een vrouw om in deze wereld zich staande te houden? Overal om hun heen mooie modellen op billboards, mannen die van pornografie houden, een wereld waar figuur zo belangrijk wordt gemaakt. En een vrouw is van zichzelf al onzeker, laat staan door alles om haar heen! Positieve woorden en complimenten zijn daardoor ook erg

belangrijk voor een vrouw. Probeer elke dag iets nieuws uit op dat gebied naar je vrouw. Laat haar stralen!

Voor een vrouw is het belangrijk dat ze de belangrijkste voor je is. Dat ze weet dat je van haar houdt zoals ze is. Vrouwen hebben behoefte aan je nabijheid, om te praten met elkaar en zich verbonden te voelen met jou. Hierdoor voelen ze dat het met je liefde voor haar goed zit. Advies voor de mannen: stap eens vaker naar je vrouw toe om met haar te praten. Geef haar je volledige aandacht. Wees open naar haar toe en deel dingen met haar die je meemaakt en voelt. Kom niet altijd met oplossingen maar meer met begrip. Vrouwen hebben het nodig om te praten om zelf alles op een rij te krijgen in het hoofd. De oplossing weten ze vaak al zelf na het praten.

Wees bereid om conflicten op te lossen en loop niet weg maar loop naar haar toe en geef haar een knuffel, ook al is ze nog zo boos of onredelijk. Bij vrouwen is het namelijk zo dat als iets niet goed zit of voelt, ze op alle gebieden niet meer goed kunnen functioneren dit moet dus eerst uit hun systeem voordat ze weer door kan gaan. Mannen kunnen dit beter scheiden, zij denken meer in hokjes. Bevestig haar zo vaak mogelijk dat ze de liefde van je leven is dit zal haar liefdestank enorm vullen. Acht haar hoog in gezelschap en zoek af en toe toenadering voor een kus of knuffel.

Voor de vrouw:

Sta altijd achter hem en laat hem weten dat je hem steunt in zijn werk. Werk is voor mannen net zo belangrijk als voor vrouwen de kinderen. De man is gemaakt om te werken. Hier ontvangt hij respect en bewondering.

Het is belangrijk om hem leiderschap in het gezin te geven. Om hem ook beslissingen te laten nemen. Laat hem jullie beschermen. Laat hem weten dat je respect en waardering hebt omdat hij elke dag weer opstaat en naar zijn werk gaat om voor zijn gezin te zorgen. Geef hem vertrouwen. Zijn inzicht is erg belangrijk. Want vrouwen, ook wij zijn niet volmaakt.

Mannen hebben behoefte aan kameraadschap. Als mannen samen zijn gaan ze samen dingen doen. Niet praten. Dit is voor hun niet natuurlijk. Dus ga wat leuks doen met je man en maak lol zonder een zwaar gesprek of ga eens bij hem zitten met een boekje als hij wat aan het doen is. Wees gewoon bij hem.

Voor een man is sex vaak liefde dus ontnem hem zijn sex en hij ervaart het alsof hij geen liefde meer ontvangt. Hierdoor kunnen mannen zich gaan afsluiten net als bij vrouwen als er niet met hen gepraat wordt. Neem met sex zelf eens initiatief zodat hij zich ook geliefd en gerespecteerd voelt. Dit zal waarschijnlijk meer met hem doen dan gemopper of onthouding.

Als je volhoudt om je houding naar elkaar te veranderen en je hiervan bewust blijft zullen er absoluut op een positieve manier dingen gaan veranderen. Ook vaak al je eigen bewustwording van je gedrag en je eigen houding naar je partner toe wat al waardevol is. Nu is het in sommige gevallen zo dat het eenzijdig kan zijn en dan heb je de neiging om op te geven maar hou je dan vast aan de tekst Efeziërs 5:33 en zie het ook als een opdracht naar God toe. Haal daar je kracht uit om door te gaan.

Deze teksten komen uit het boek Liefde en Respect van Emerson Eggerichs.