

## Marriage Week:

Smartphone uit,  
echt contact aan

Over de hele wereld vieren stellen volgende week de liefde in de Marriage Week. Dit jaar krijgt face to face contact extra aandacht. "Als je jezelf losmaakt van de smartphone, is er meer contact."

**Mariska Orbán**

Hoe romantisch en liefdevol een relatie ook begint, wanneer de vurigste vlammen zijn gedoofd en een bende snotneuzen de rust verstoort, is het niet alleen maar rozengeur en maneschijn meer. Een relatie is een werkwoord en wie zijn partner niet af en toe verwent, ziet de liefde verschrompelen.

Volgende week begint Marriage Week 2018. Een week waarbinnen Valentijnsdag valt en die als doel heeft even extra aandacht aan je relatie te besteden zodat de liefde weer opbloeit. Overal zijn activiteiten. Een van de bijzonderste is Face 2 Face. In verschillende, hoofdzakelijk christelijke, kerken worden zondag de kerkbanken recht tegenover elkaar geschoven, zodat mensen elkaar in de ogen moeten kijken.

#### Cadeaus van de Geest

"Als de hemelse Vader vandaag de gaven van de Geest opnieuw zou vaststellen, zou 'face-2-face' er dan bij horen?", vraagt Jan Hol, voorzitter van de Marriage Week in Nederland, zich af. "Misschien klinkt dat wat oneerbiedig in de oren. Het is toch niet voor niks dat de Eeuwige via Paulus negen cadeaus van de Geest liet optekenen voor de gelovigen

in Korinthe. Ook in zijn brief aan de christenen in Rome noemt Paulus vier gaven van de Geest. Op beide plaatsen valt 'face-2-face' erbuiten. Toch vermoed ik dat die bij de Vader een prima kans zou maken, als Hij in 2018 de cadeaus van de Geest opnieuw zou vaststellen."

Want echt contact ontstaat door iemand recht in de ogen te kijken. En dat contact vertroebelt de laatste tijd nogal eens. Met als grootste boosdoener misschien wel de smartphone, die in menige relatie een obstakel is om voldoende tijd face to face met elkaar door te brengen.

#### Een piepje

Ook voor revalidatiearts Mercèdes Vossenbergh-Terlaak is dit herkenbaar. Ze is bijna vijf jaar getrouwd en moeder van twee kleine kinderen, van tweeënhalft jaar en zes maanden oud. "Een tijdje terug was ik misschien wel volgens de norm die daarvoor geldt 'verslaafd'", vermoedt Vossenbergh. "Constant had ik de behoefte even op mijn telefoon te kijken of ik een nieuw berichtje had. Ik wilde niets missen. Als ik even niet keek, was ik onrustig. Mijn man vindt dat vreselijk. Hij is een nuchtere Fries en spreekt me daar gemakkelijk op aan." Want als je steeds op je telefoon kijkt, heb je weinig oog voor de ander. "Je mist het contact met elkaar. Gespreken zijn oppervlakkiger en je hebt je aandacht minder bij de ander als je tijdens het contact steeds onderbroken wordt door een piepje van je telefoon en je toch snel even kijkt wat er aan de hand is."

Dus voerde het stel de regel in: mobiel inleveren bij thuiskomst. "Als ik van mijn werk kom, check ik heel snel mijn mobiel, en daarna geef ik hem aan mijn man. Dat werkt bevrijdend."

#### Niet alleen slecht

Vorig weekend was het stel een middagje weg zonder de kinderen. "Opa en oma pasten een paar uurtjes op, zodat wij samen een hapje en een drankje konden doen in de stad. Ik nam mijn mobiel alleen mee om op te kunnen nemen als er iets met de kinderen zou zijn. Verder raakte ik hem niet aan. Als je eenmaal jezelf losmaakt van de smartphone, is de drang om alles te volgen eigenlijk ook meteen weg. En dan is er meteen meer contact."

Sinds een jaar heeft haar man "eindelijk" ook een smartphone. "Hij zit er niet constant op, gelukkig. Hij gebruikt hem nu om foto's van onze meisjes te appen als ik aan het werk ben. Dat is heel leuk. Dan heb ik toch nog een lijntje met het thuisfront. En naast alle praktische zaken, appt hij soms ook knuffels en ik-hou-van-jou-teksten. Het is dus niet alleen slecht voor je relatie."

Vindt Vossenbergh de smartphone ook de grootste bedreiging voor relaties in deze tijd? "Nee", zucht de revalidatiearts. "Ik denk dat allebei een drukke baan hebben een veel grotere bedreiging is voor relaties in deze tijd. Mijn man werkt nu niet en ik werk vier dagen per week. Als hij ook veel zou werken, zouden we echt veel minder samen leuke dingen doen, denk ik. Alleen al omdat we daar dan geen tijd en energie voor hadden, met twee kleine kinderen." +

## Knevel

Hoogstwaarschijnlijk bent u onbekend met het fenomeen 'mannendagen'. Mijn beeld is, maar ik kan me vergissen, dat ze in katholieke kringen nauwelijks bestaan. Sta me dan toe dit fenomeen uit te leggen.



Een mannendag is (meestal) een zaterdag waarop een paar honderd mannen ergens in Nederland bij elkaar komen, om naar een paar sprekers te luisteren, om heel veel te zingen, om een beetje bij te praten en om weer bemoedigd naar huis te gaan. Vorige week sprak ik op een mannendag in Wezep. Daar waren ruim 450 mannen bij elkaar gekomen om, ja inderdaad, naar mij en een andere spreker te luisteren, om heel veel te zingen, en om (naar ik hoop) met nieuwe moed naar huis te gaan. Tegelijkertijd, las ik, waren er die zaterdag 3 februari ook op andere plaatsen mannendagen, zodat opgeteld talloze mannen een dag bezochten. En volgende week en de week erna zijn er weer van deze dagen.

Laat ik iets van mijn ervaring delen. Wat ik het mooiste vond, was het samen zingen. Psalmen, gezangen en geestelijke liederen, om met de apostel Paulus te spreken. En u begrijpt, wanneer je ruim 450 mannen bij elkaar zet, dan gebeurt er wat. Het begrip 'uit volle borst' is er niets bij.

Wat was het heerlijk: die oude Psalmen met een groot orgel en die nieuwe gezangen en liederen (Opwekking) met een zeer professionele band en een uitblinkende virtuoze pianist. Dan gebeurt er iets met je. Dan gaan je hart, je ziel en je gemoed meetrillen. Dan mag je de lofzang gaande houden tot eer van God. Dan komt het Evangelie van vrije genade wel even bij je binnen. Wanneer je s' zondags naar een kerk gaat die niet zo groot is, is het heerlijk om met zovelen bij elkaar te zijn. Inspirerend en bemoedigend. Zelf sprak ik over het thema 'Geloven in de 21e eeuw, bedreiging of uitdaging?'. Ik gaf een schets van de huidige culturele ontwikkelingen en ging in op de vraag hoe die van invloed zijn op ons geloof. Zowel op de inhoud ervan, als op de manier waarop we geloven. En vooral ook op ons Godsbeeld. Omdat er een sterke verschuiving is van een wat afstandelijke God uit de voorbije eeuwen, naar een intieme God van nu, die echter wel het gevaar loopt een, met alle eerbied gezegd, goede opa te worden die alles goed vindt. Enfin, daar hebben we deze dag over nagedacht.

Waarom ik dit opschrijf? Niet om u een verslag van de dag te geven. U zult het wel geloven, en als je er niet bij bent geweest, is het moeilijk om op afstand de sfeer te proeven. Nee, ik schrijf dit om u, katholieke mannen, te inspireren ook een mannendag te organiseren. En heus, u gaat bemoedigd naar huis.

Andries Knevel



Mercèdes Vossenbergh-Terlaak ziet de voordelen van minder smartphone-gebruik voor huwelijken. Maar, zegt ze: "Ik denk dat allebei een drukke baan hebben een veel grotere bedreiging is."