

Inhoud

Inleiding / 7

1 Verboden vruchten / 11

Vreemdgaan is zo oud als de mensheid 11, Cijfers 13, Dubbele moraal 14, De verontschuldiging 19

2 Tot de dood ons scheidt / 26

Het huwelijk is niet meer wat het geweest is 26, Het romantische huwelijksideaal 29, De harde realiteit 32, Heimwee naar het paradijs 33, De 'aanvullende' relatie 37

3 De vreemdganger / 43

De Griekse mythe van Oedipus 44, Het geminachte kind 48, De mens op zoek naar zichzelf 52, De ontwikkelingsstadia volgens de psychologie 54, Mannelijk is niet vrouwelijk 58, Vreemdgaan als poging tot 'heel' worden 62, Zeus, oppergod van de hemel 64, Poseidon, god van de zee 67, Ares, god van de oorlog 70, Hermes 71, Dionysus, god van de wijn en de extase 73

4 Echtgenote, moeder, minnares / 76

De Griekse mythe over Electra 79, Het gefrustreerde verlangen 80, Het Electracomplex volgens de psychoanalyse 82, Artemis, de godin van de jacht en de maan 84, De vader/dochter-wond 85, Persephone, de behaagdochter 88, Persephone als minnares 89, Persephone als de echtgenote 92, Athena, de prestatiedochter 93, Ahena als minnares 94, Athena als echtgenote 95, Demeter, de verzorgster 96, Demeter: als minnares en echtgenote inwisselbaar 97, Hera, godin van het huwelijk 99

- 5 Voorspel / 102
Partnerkeuze en partnerconflict 103, Het voortraject van de minnares 108, De vacature in het ouderlijk gezin 111, Fasen in een vaste relatie 112, Een halfjaar later 121
- 6 Hoogtepunt / 123
Oude muziek in een nieuw jasje 123, Hoe het paradijs op aarde neerdaalt 131, Ik heb je onvoorwaardelijk lief 131, Gestolen uren 134, Intimiteit 136, Het geheim 138, Onschuld versus schuldgevoel 141, Lang leve de echtgenote 144, De minnares als het paard van Troje 146, Elk paradijs is eindig 149
- 7 Nasleep / 151
Wanneer de pijn ontwaakt 152, De eisen van de minnares 154, Van het paradijs in de slangenkuil 156, Degradatie van de held 158, Het vermoeden 161, Wil ik hem wel of wil ik hem niet? 162, De eerste slotfinale 164
- 8 De keuze / 166
Afkickverschijnselen 166, Blijf bij mij 169, Dilemma's 171, Fifty ways to leave your lover 174, Het uur van de waarheid 176, Crisis 180, De betovering doorbroken 183, De pendelaar 187, Het monsterverbond 189
- 9 Thuiskomst / 194
Thuiskomst van de vreemdganger 195, Geschaad vertrouwen 197, Herstellen van veiligheid 199, Boosheid, wraak, verdriet, rouw 200, Herstel van verbondenheid 203, Afscheid van de minnares 205, Het spook waart rond 209
- 10 De doorstart / 211
Het nieuwe nestje 212, Van kwetsbaar fundament tot stevige basis 215, 'Hardlopers zijn doodlopers' 217, De ex als heks 219, De minnares als stiefmoeder 222, De feniks 225
- 11 Bevrijding / 227
Zoek jezelf 228, Red jezelf 230, Trek je terug 231, Tel je winst 232
- Noten / 235

Inleiding

Het begin van een gevaarlijke verliefdheid is te vergelijken met de vooravond van een oorlog. Er is nog niets gebeurd; de eerste stap is nog niet gezet; het eerste schot nog niet gelost. Maar een van beide partijen zal tot actie overgaan. Alle voorgaande gebeurtenissen wijzen in die richting. Er spelen krachten die sterker zijn dan wijzelf. Al hebben we het goede met onszelf voor, toch laten we ons steeds weer verleiden door de gruwelijke charme van de dreigende chaos.¹

Dit boek gaat over vreemdgaan, maar niet over de ‘ordinaire slippertjes van alledag’. Niet over partnerruil, buitenechtelijk prostitutiebezoek en seksverslaving. Niet over cyberseks en hijgerige telefoonseks. Waarom niet? Omdat seks om de seks niet interessant is. Dit boek gaat over liefde. Over de geheime liefdesverhouding van de getrouwde man met een ongetrouwde minnares, met op de achtergrond de, in eerste instantie nietsvermoedende, echtgenote. Deze driehoeksverhouding begint vaak met een onschuldig avontuurtje, maar ontardt niet zelden in een klassiek drama. Julia Onken zegt het in haar boek *Vreemdgangers*² als volgt: ‘Velen willen alleen maar een snel tussendoortje, maar zijn nog voor ze hun onderbroek hebben uitgetrokken verzeild geraakt in een langdurige verhouding.’

Ik schrijf vooral over *gebonden* mannen (meestal met kinderen) en *ongebonden* vrouwen (meestal zonder kinderen) die een heimelijke verhouding met elkaar beginnen en niet over gehuwden die ‘het’ met andere gehuwden doen. Waarom niet? Omdat deze situatie meestal gelijkwaardiger is. Beiden hebben evenveel belang bij geheimhouding en ze zetten elkaar minder vaak onder druk om het huwelijk te beëindigen. Wanneer beiden hetzelfde willen, spelen er minder heftige krachten en om die reden is die relatie minder boeiend.

Ook al gaat dit boek slechts over het vreemdgaan in die ene specifieke situatie, dat wil nog niet zeggen dat andere ‘overspeligen’ in andere situaties niets van dit boek kunnen leren. Allen die ‘in den vreemde gaan’ zullen zichzelf, wanneer ze dit boek lezen, tegenkomen.

De rol van de ‘trouweloze’ is in dit boek steeds voor de man. Dit zou de indruk kunnen wekken dat alleen mannen vreemdgaan en ‘slechter’ zijn dan vrouwen. Dit is uiteraard niet het geval!

Hoewel...? Mannen kunnen wel beter liegen dan vrouwen en zijn geschikter voor het doen van ‘stoute’ dingen; zie het derde hoofdstuk: de vreemdganger. Maar er bestaan, hoewel in de minderheid, ook verhoudingen tussen getrouwde vrouwen en ongebonden mannen. Lenen mannen zich minder voor tweederangsposities? Heeft de maatschappelijke machtspositie van de man tot gevolg dat hij in de liefde ook graag een ongelijkwaardige liefdesrelatie aangaat? Ongebonden mannelijke minnaars lijken vaker vrede te hebben met het feit dat hun vriendin getrouwd is en blijft. Komt dat doordat zijn kinderwens minder bepaald wordt door de biologische klok? Kunnen de mannelijke ongebonden minnaars zich nog minder binden dan de vrouwelijke minnaressen? Zijn er toch talloze ‘smachtende en wachtende’ mannelijke minnaars, maar blijven ze liever anoniem uit schaamte voor hun – niet mannelijke – afhankelijke positie? Wie het weet mag het zeggen.

Ik beperk me in de duivelsdriehoek tot het beschrijven van de psychologische achtergronden van het ontstaan, het verloop en de afloop van de ‘klassieke’ driehoeksverhouding, omdat er vooral in deze relaties zulke heftige krachten spelen, de belangen zo uiteenlopen en de dynamiek in de verhouding daardoor in hoge mate bepaald wordt. De relatie verloopt immers stormachtig en hartstochtelijk totdat de minnares last krijgt van haar onzichtbare status. Vrijwel altijd komt er een moment dat zij geen genoegen meer neemt met de ‘gestolen uurtjes’. Ze stelt hem dan voor de keuze: ‘zij of ik.’ De vreemdganger zit klem. Hij wil geen van beide vrouwen kwijt, hij schippert, hij liegt en bedriegt, stelt zijn beslissing uit... tot de situatie escaleert en de echtgenote het overspel ontdekt. Wanneer hij opnieuw voor haar kiest zullen ze samen nog een lange weg te gaan hebben voordat het vertrouwen in de relatie weer is hersteld. Als het al te herstellen valt! Wanneer hij uiteindelijk voor de minnares kiest – wat hij maar in 1,5 procent van de gevallen doet – moet de vreemdganger zijn scheiding verwerken, als hij die al verwerkt, en krijgt de minnares misschien wel te maken met een heks van een ex.

Wie vreemdgaat heeft een motief. De minnares die een relatie met een getrouwde man begint heeft dat ook, zelfs de bedrogen echtgenote heeft een reden om een notoire vreemdganger als echtgenoot te kiezen. In een driehoeksverhouding gaat het over het verlangen naar binding en over de angst voor die binding. De affaire biedt vaak bescherming tegen de angst voor te veel nabijheid en intimiteit in de gewone relatie. Wanneer het niet lukt om met de driehoeksverhouding te stoppen, verliest de verhouding haar beschermende functie en wordt zij een 'verslaving' en is het lijden van alle 'spelers' in dit driehoeks drama groot.

Dit boek wil een aanzet zijn om de onderliggende psychologische drijfveren van de driehoeksverhouding begrijpelijk te maken. Psychologische verklaringen kunnen een voorlichtende functie hebben en kunnen verbanden zichtbaar maken, maar ze verzachten helaas niet de pijn van het bedrogen worden, het ontkend worden of het 'klem zitten' tussen twee vrouwen. Toch kunnen psychologische verklaringen inzicht verschaffen in de eigen persoonlijkheid; ze kunnen leiden tot meer zelfinzicht; en ze kunnen motiveren om oude wonden te helen. Het heeft geen zin om met dit boek in de hand je partner psychologisch door te lichten en hem daarna in therapie te sturen. Ieder kan hooguit iets over zijn of haar eigen achtergrond leren, de ander moet altijd voor zichzelf bepalen wat zijn 'waarheid' is.

Wie de dynamiek van deze duivelsdriehoek, het gevaarlijke en het verleidelijke en de onderliggende drijfveren van alle partijen wil begrijpen, zal oordelen als 'goed en slecht' moeten loslaten. Diegene die zich werkelijk wil verdiepen in het fenomeen vreemdgaan zal ontdekken dat achter het overspelige gedrag een diepe wens schuilgaat. De wens naar verbondenheid met zichzelf en met de ander, de wens een 'heel mens' te zijn.

Ten slotte:

- 1 Wanneer ik schrijf over *getrouwde* vreemdgangers en hun echtgenotes bedoel ik daarmee ook de mannen en vrouwen die niet voor de wet getrouwd zijn, maar wel een duurzame relatie met elkaar hebben.
- 2 Dit boek is voor een deel gebaseerd op mijn werkervaring als psychotherapeute, relatietherapeute en seksuologe. De vignetten zijn waargebeurde verhalen en ervaringen van mijn cliënten. Omwille van de privacy zijn alle namen, net als alle tot personen herleidbare gegevens, veranderd.

- 3 Omdat ik vooral met heteroseksuele echtparen en individuen werk, schrijf ik niet over vreemdgaan binnen homoseksuele relaties of over vreemdgangers die overspel plegen met iemand van hetzelfde geslacht terwijl ze getrouwd zijn met iemand van het andere geslacht. Veel van het geschrevene geldt vaak ook voor dergelijke relaties, maar er spelen ook andere krachten die deze relaties een aparte dynamiek geven.
- 4 Ik beschrijf op vrij stellige wijze een veelvoorkomend scenario over driehoeksverhoudingen en dat zou de indruk kunnen wekken ‘dat het *altijd* zo gaat’. Op grond van mijn ervaringen kan ik zeggen dat het *vaak* zo gaat. Maar natuurlijk verlopen dergelijke driehoeksverhoudingen ook wel eens anders. Ieder liefdesverhaal is uniek. De ‘toon’ van mijn boek is hier en daar ook wat provocerend. Dit is een bewuste keuze van mij. Een provocerende en stellige schrijfstijl nodigt mijns inziens meer uit tot reactie en reflectie. Het broodnodige nuanceren en relativeren laat ik graag aan de lezer zelf over.

Carolien Roodvoets

voorjaar 2000 – zomer 2001

Verboden vruchten

Vreemdgaan is zo oud als de mensheid

Vreemdgaan is een fascinerend fenomeen. Niet zozeer ‘de daad’ op zich, als wel het feit dat velen van ons het niet kunnen laten, terwijl er toch vaak zoveel ellende van komt.

Hebben we het aan Adam en Eva te danken dat we de verleiding van verboden vruchten zo moeilijk kunnen weerstaan? Eva at als eerste van de verboden vrucht en vervolgens verleidde ze haar man om er ook van te proeven. Daarna voelden ze zich naakt. Ineens leken ze zich bewust te zijn van hun seksualiteit, en bedekten ze hun geslachtsdelen met vijgenbladeren. Met het eten van de verboden vrucht verdween dus ook de seksuele onschuld. Vooral Eva lijkt de aanstichtster van deze zonde. Maar Adam dan? Is hij niet ook verantwoordelijk voor de zonde die hij beging? In de bijbel worden zij beiden ter verantwoording geroepen en uit het paradijs verdreven. Het paradijs van het eeuwige leven en de volmaakte liefde, waarin ze geen schaamte kenden, geen zorgen en angst en schuldgevoel. Eenmaal uit de hof van Eden verdreven zou het verre van paradijselijk zijn. De vrouw zou voortaan in ‘smart’ haar kinderen baren en naar haar man zou haar begeerte uitgaan, maar hij zou over haar heersen. En de man was gedoemd zwoegend de aardbodem te bewerken die vooral distelen en doornen voort zou brengen. Hebben we het aan Adam en Eva te danken dat het in het dagelijks leven zo tobben blijft? Dat we zo zoekend en onrustig zijn, dat we zo gevoelig blijven voor de verleiding, ook in de liefde?

In de bijbel staan talrijke andere verhalen over de onweerstaanbaarheid van ‘de verleiding’. De verleiding, soms in de gedaante van een mooie ‘verboden’ vrouw is dan het werk van de duivel. De opdracht voor de mens is ‘niet van

het rechte pad te wijken', de verleiding moet worden weerstaan – maar vaak wint de verleiding het! Zo ook in het bijbelverhaal van koning David en Batsaba:¹

Op een avond, toen David wat op zijn dak van het paleis wandelde, zag hij een heel mooie vrouw bezig zich te baden. Bij navraag bleek ze getrouwd met Uria. Desondanks werd zij bij David ontboden en 'lag hij bij haar' en maakte hij haar zwanger. David verzon nu een list om Uria te doden. Hij zorgde ervoor dat Uria tijdens de belegering van de stad Rabba in de gevechtstroepen vooraan werd geplaatst, zodat hij zou sneuvelen. En dat gebeurde ook. Na de rouw werd Batsaba naar het hofgebracht, werd ze David zijn vrouw en beviel ze uiteindelijk van hun zoon. Maar David werd gestraft voor zijn zonde. Een engel kwam en sprak er schande van: 'Ik heb u gegeven het huis van uw heer, en de vrouwen van uw heer in uw schoot. [...] en indien dat te weinig geweest was, dan had Ik u nog wel meer gegeven. Waarom hebt ge het woord des Heren veracht, en gedaan wat kwaad is in zijn ogen?'

David en Batsaba werden zwaar voor hun zonden gestraft: hun zoon stierf na een ziekbed van zeven dagen.

Ook in mythen en sagen werd er veelvuldig vreemdgegaan. De oppergod Zeus beminde talloze vrouwen. Zijn jaloeerse en wraakzuchtige vrouw Hera vervolgde zijn minnaressen en hun kroost op meedogenloze wijze.²

De koning van Argolis, Inachus, had een schone dochter Io. Deze jonge vrouw werd door Zeus bemind, hetgeen natuurlijk de jaloezie van zijn vrouw Hera opwekte. Woedend kwam de godin op het meisje af, maar Zeus veranderde zijn minnares snel in een koe om Hera op een dwaalspoor te brengen. Deze liet zich echter niet zo gauw bedriegen, en stuurde een wezen met honderd ogen, Argos geheten, om de koe te bewaken. Maar Zeus gaf zich niet gewonnen en zond Hermes om Argos te doden. Toen bedacht Hera een ergere plaag; ze liet de arme koe opjagen door een horzel. Van land tot land ging de tocht, zelfs de zeestraat tussen Europa en Azië, die naar haar 'Bosporus' is genoemd, zwom ze over. Eindelijk vond ze rust in Egypte, waar de inwoners haar als Isis vereerden; daar schonk zij het leven aan een zoon Epaphus.

Het verhaal van de overspelige echtgenoot, de verleidelijke, gehate en ver-

eerde minnares en de jalouse en wraakzuchtige echtgenote is door de eeuwen heen ontelbaar vaak beleefd, nagespeeld, bezongen en beschreven. Het oude script is door de tijd heen weinig gewijzigd, maar het blijft ons fascineren en we kunnen er niet genoeg van krijgen.

We herinneren ons nog levendig hoe de hele wereld even in de ban van de Clinton/Lewinsky-affaire was. Het was in bepaalde kringen 'not done' om deze 'live soap' op de voet te volgen. Veel mensen spraken er schande van dat er zoveel aandacht aan besteed werd, maar ondertussen werd er wel op grote schaal naar de verhoren gekeken en gegniffeld over de sappige details. Hoe was het in vredesnaam mogelijk dat de Amerikaanse president Bill Clinton zich zo in de nesten kon werken, in een conformistisch land als Amerika, en dat in zijn positie? Werd hij gedreven door macht of misschien toch door liefde? Lijdt hij aan een seksverslaving of was Monica Lewinsky werkelijk onweerstaanbaar; en wat waren haar motieven? En hoe zat het met Hillary Clinton? Is ze te betreuren met zo'n man? Heeft ze zoveel politieke macht gekregen van Clinton in ruil voor zijn avontuurtjes? Heeft ze zelf misschien ook een turbulent liefdesleven? Had ze ook zo haar belangen in deze situatie? Het was dan misschien 'not done', maar het hield veel mensen toch wel bezig.

Cijfers

Hoe veelvuldig er in ons land vreemdgegaan wordt is niet exact bekend en dat hoeft ons niet te verbazen. In de eerste plaats rust op vreemdgaan nog steeds een taboe en de meeste mensen komen er niet graag voor uit, ook niet tijdens een onderzoek. Op de tweede plaats zullen de cijfers sterk afhangen van wat je precies onder vreemdgaan verstaat. Wanneer erotisch getinte internetcontacten daar ook onder vallen, evenals het bellen van sekslijnen, dan zou je van een heel brede definitie kunnen spreken. De cijfers zullen dus veel hoger zijn dan wanneer je de wat 'smallere' definitie aanhoudt: 'een erotisch of seksueel getint lichamelijk contact met een ander dan je vaste partner'. Wanneer je vreemdgaan alleen opvat als 'het hebben van geslachtsgemeenschap met een ander dan je vaste partner', dan hanteer je een zeer smalle definitie en zullen de cijfers nog lager liggen. Vreemdgangers 'rommelen' graag met deze definitie om hun geweten te sussen. Ze maken zichzelf dan wijs dat

ze niet echt vreemdgaan zolang ze niet werkelijk met iemand geslachtsge-meenschap hebben. Alle andere intieme handelingen zoals (tong)zoenen, strelen, en elkaar met de hand of mond bevredigen worden dan niet bestempeld als vreemdgaan. Bill Clinton hield vol dat hij geen 'sexual affair with miss Lewinsky' had, terwijl er een ruime variatie aan seksuele handelingen boven tafel kwam toen Monica werd verhoord.

In 1992 deden Willeke Beezemer en Annette Heffels³ in opdracht van het tijdschrift *Margriet* onderzoek naar relaties en seksualiteit. Uit dat onderzoek bleek dat de helft van de vrouwen wel eens fantaseert dat ze met een ander dan haar vaste partner vrijt. Bijna de helft van de ondervraagde vrouwen was wel eens verliefd geweest op een ander en een op de vijf vrouwen was met een ander naar bed geweest. Uit dat onderzoek bleek dat mannen net zoveel vreemdgingen als vrouwen. Andere Nederlandse en Amerikaanse onderzoeken spreken dat echter tegen. Die stellen dat mannen meer vreemdgaan dan vrouwen, namelijk een op de vijf mannen tegenover een op de tien vrouwen.

Er lijken aanwijzingen te zijn dat hoger opgeleide vrouwen vaker vreemdgaan dan lager opgeleide vrouwen. Dit zou te maken kunnen hebben met het feit dat hoger opgeleide vrouwen vaker buitenshuis werkzaam zijn en ze meer mannen op de werkvloer tegenkomen.

Vrouwen die geen baan buitenshuis hebben, zouden vaker vreemdgaan dan vroeger. Je zou kunnen zeggen dat deze vrouwen met een 'inhaalslag' bezig zijn in vergelijking met de mannen. Uit het onderzoek van Beezemer en Heffels komt ook naar voren dat vrouwen vaker ontevreden zijn over hun huwelijk dan mannen. Ongelukkige vrouwen lijken tegenwoordig steeds minder achter de 'geraniums' te blijven zitten, en 'stillen steeds minder hun onvervuld verlangen met het lezen van kasteelromans', maar zoeken het geluk meer en meer in een 'aanvullende relatie'.

Dubbele moraal

VEROORDELING VERSUS VERONTSCHULDIGING

Vreemdgaan wordt enerzijds sterk veroordeeld en anderzijds in bepaalde kringen verdekt en of openlijk vergoelijkt. Het roept angst en verontwaardiging op, maar er is ook vaak sprake van verhulde bewondering, afgunst en verontschuldiging.