

Kate Figes

Bedrog

Liefde en list, lust en leugens

VERTAALD DOOR
HENNY CORVER



2014
DE BEZIGE BIJ
AMSTERDAM

Voor
Fridge Bag

Eeuwige trouw: een loze belofte?

Door de bank genomen zijn we in meerderheid meestal monogaam.

In de relaties van nu is monogamie synoniem met toewijding, er helemaal voor gaan. We hoeven niet meer te trouwen voor seksueel genot of om kinderen te krijgen, en ook steeds minder voor economische zekerheid. Daardoor is trouw in de seksuele liefde het belangrijkste symbool geworden voor onze toewijding aan die liefde. De cijfers, en de verhalen van relatietherapeuten en echtscheidingsadvocaten laten echter zien dat absolute trouw niet zo algemeen is als we denken. De realiteit is ver verwijderd van het symbolische ideaal.

Harde cijfers zijn moeilijk te krijgen, maar zoals blijkt uit een aantal onderzoeken in de VS en het Verenigd Koninkrijk heeft tussen de 25 en 70 procent van de vrouwen, en tussen de 40 en 80 procent van de mannen minstens één keer seks buiten het huwelijk gehad.¹ De schattingen voor 'hoorndrangerschap' – een verouderde term voor een man wiens vrouw in verwachting raakt van een andere man – variëren van 10 tot 15 procent.² Een kwart van de stellen die in therapie gaan, doet dat vanwege overspel. In nog eens 30 procent van de gevallen komt tijdens de therapie overspel boven water. De therapeuten die ik heb gesproken, schatten dat zo'n driekwart van de mannen en een kwart van de vrouwen die ze individueel op consult krijgen, relatieproblemen hebben vanwege een buitenechtelijke verhouding. Echtscheidingsadvocaten

noemen ontrouw nog steeds als een van de belangrijkste, en het vaakst tot een vechtscheiding leidende oorzaken van echtscheiding.

Wat de cijfers niet zeggen, is hoe vaak dat overspel slechts een vluchtige flirt betrof: iets wat nooit ontdekt is, nooit de relatie op zijn kop heeft gezet. Mensen spelen vaak met het idee van een seksueel avontuurtje, maar zetten het uit hun hoofd zodra zo'n toevallige ontmoeting werkelijkheid wordt. We weten niet hoeveel huwelijken waarin niet meer gevreeën wordt toch gelukkig zijn en dankzij een discreet wekelijks treffen in stand blijven. We weten niet hoeveel stellen een verhouding overleven zonder iemand te vertellen wat ze doorgemaakt hebben. En evenmin weten we hoe vaak het verraad van vreemdgaan tot echtscheiding leidt of hoeveel van die relaties al uitgeblust waren voordat het overspel begon. Er is nog zoveel dat we niet weten over buitenechtelijke avontuurtjes. Overigens: wanneer ik de woorden 'huwelijk' of 'huwelijks-' gebruik, bedoel ik elke vaste, toegewijde relatie, homoseksueel en heteroseksueel, met of zonder boterbriefje, samenwonend of LAT.

Vreemdgaan lijkt zo vaak voor te komen dat in een langdurige relatie de kans groot is dat je er ooit mee te maken krijgt. Maar als we willen doorgronden waarom mensen vreemdgaan, hoe je die kans kunt verkleinen en hoe je er weer overheen komt, leven we nog steeds in een soort middeleeuwse onwetendheid die is omgeven met schuld en schaamte. We hopen, we gaan er zelfs van uit, dat het ons niet zal overkomen. De moderne moraal zegt dat iedere vorm van ontrouw altijd fout is, dat ontrouw het onschendbare vertrouwen tussen twee partners kapotmaakt en dus bijna altijd onherstelbare schade aanricht. Toch kan voor veel mensen een buitenechtelijke relatie een openbaring zijn. Het avontuur van een liefdesaffaire verschaft hun meer inzicht in intimiteit, in hun

eigen onrealistische verwachtingen van een relatie en wat ze echt van het leven willen, hetzij met die nieuwe geliefde, hetzij in hun bestaande, opgefriste relatie. Hoe pijnlijk ontrouw ook kan zijn, het kan je helpen aanvaarden dat een relatie niet betekent dat je elkaars bezit bent of dat de ander er altijd voor je zal zijn. Een verhouding kan emotioneel verwoestend zijn, niet alleen voor de bedrogen eega, maar ook voor de gekwelde ziel die het overspel pleegt. Het kan aanvoelen als een bom die in je huwelijk tot ontploffing komt, juist omdat het zo'n schok teweegbrengt dat er wel iets móet veranderen. Vaak wordt je relatie daarna sterker, door wat je over jezelf en elkaar hebt geleerd, en doordat je nu beseft dat je elkaar voorgoed zou kunnen kwijtraken.

Redenen voor vreemdgaan zijn er misschien wel evenveel als er mensen zijn, want zoals Anthony Burgess ooit zei: 'Overspel is de creatiefste aller zonden.' Maar ook al is elk avontuurtje en elke verhouding uniek, ze ontstaan vaak om dezelfde redenen. Overspel kan ontstaan uit verveling, eenzaamheid, depressie, onvrede over je huwelijk of behoefte aan het oppeppen van je brave, voorspelbare bestaan met een beetje spanning en gevaar. Ontrouw kan worden gemotiveerd door een onzekere jeugd, door woede, haat of wraak om iets wat je partner je heeft aangedaan. Ontrouw kan een krachtig wapen zijn om je partner te treffen, of een effectief middel om afstand te scheppen in een relatie waarin we ons gevangen voelen, het gevoel hebben dat we falen of niet in staat zijn aan de behoeften van de ander te voldoen. Soms vinden we het zo moeilijk om met één persoon om te gaan dat we alles nog ingewikkelder maken door ook nog iets met een ander te beginnen.

De omstandigheden kunnen een rol spelen, en te veel drank ook. Soms voel je je alleen al geveleid dat iemand anders dan je partner je aantrekkelijk vindt, vooral na een be-

langrijke gebeurtenis in je leven: je krijgt een kind, je kinderen gaan het huis uit, je partner wordt ernstig ziek of een van je ouders overlijdt. 'Een hechte relatie of huwelijk is zo iets complex dat het moment waarop een verhouding ontstaat heel veelzeggend kan zijn,' zegt relatiecounselor Liza Glenn. 'Gebeurt het als ze zwanger raakt of in de maanden nadat de baby geboren is? Trekt zij zich voor hem terug of verzuimt hij haar weer als vrouw te claimen omdat hij zijn vrouw als zijn moeder ziet? Want voor veel mannen is dat zo, geloof dat maar!'

Overspel bestrijkt een breed spectrum, van een vluchtige onenightstand die nooit aan het licht zal komen en de stabiliteit van een hechte relatie dus niet in gevaar zal brengen, tot een omslachtige manier om een relatie te beëindigen door een uitlaatklep te zoeken. De dramatiek van overspel heeft ook iets stimulerends, want elke emotie, inclusief schuldgevoel, verdriet en angst voor de verwoestende pijn van verlies wordt zo uitvergroot dat we ons op en top voelen leven. Overspel kan een gevoel van triomf geven, van almacht zelfs, want je moet er dingen voor durven die je misschien nooit eerder hebt gedaan. Buitenechtelijke liaisons kunnen op de spannendste plekken plaatshebben: in hotels, een verdwaald kwartiertje, weekendjes weg, 'autostoelen, vloerkleden, drie onderstellen gezien door een autoruit,' zoals John Updike schrijft in *Rabbit Redux*, 'de strook greige vloerbedekking tussen de drie groene stalen bureaus en de kluis.'

Dan is er de emotionele achtbaan van het verleiden en veroveren, die spannende rit vol geheimen, listen en lagen om te zorgen dat niemand erachter komt. In hun overwinningsoes dat ze een ander het hoofd op hol weten te brengen denken veel mensen, meestal ten onrechte, dat ze met hun nieuwe almacht in staat zijn hun stiekeme dubbellevens vol te houden. Voor de hartstochtelijkste liefde moet je enorme

obstakels overwinnen. ‘Het is de kick van het versieren,’ zegt Oliver, die niet gelukkig is in zijn huwelijk en sinds een half jaar een verhouding heeft met een getrouwde vrouw. ‘Zij gaat ook vreemd. Ze zegt dat ze mij niet zou bedriegen als we een stel zouden zijn, maar daar geloof ik niets van, want ik vond de spanning toen ik jong was ook het leukst. Het ging me niet eens om de seks aan het eind van de avond. Het ging om het spel, het stiekeme, de verholen intimiteit, de jacht.’

Vreemdgaan kan de illusie bieden dat je relatie beter wordt doordat het de druk van de ketel haalt, want je verwacht minder van je partner als je elders aan je trekken komt. Een verhouding biedt vaak een kans om een heel ander soort seks te hebben dan thuis, van bondage tegen betaling tot experimenteren met homo- of heteroseksualiteit. Overspel biedt de ultieme, bedwelmende ontsnapping uit de realiteit van het dagelijks leven. ‘Seks, wijn, eten, slapen. Ik ben een lichamelijk wezen,’ schrijft Dani Shapiro over haar ervaringen als maitresse, ‘ik leef aan de andere kant van een dun, doorschijnend vlies dat mij van alles in de normale wereld scheidt.’³

In zo’n zorgeloze wereld kunnen mensen hun fantasie uitleven door vreemd te gaan met het soort mens dat ze zelf graag zouden zijn – jonger, succesvoller, knapper, rijker, vrijer. In dat sprookjesland menen ze dat niemand in de gaten heeft waar ze mee bezig zijn en dat ze op wonderbaarlijke wijze immuun zijn voor zwangerschap en soa’s, want de seks gebeurt vaak onverhoeds en zonder bescherming. Ontrouw stelt je in staat in een romantische wereld te leven waarin enkele uren lang al je dromen uitkomen. ‘Ze betrad iets schitterends waar alles passie, extase, vervoering zou zijn,’ schrijft Flaubert over zijn beroemde echtbreekster Emma Bovary. ‘Voor haar geestesoog glinsterden de hoge toppen van het gevoel, het gewone bestaan lag ver daar beneden, in de schaduw, in de dalen tussen die toppen.’

Vaak grijpen mensen ook een buitenechtelijke liefde aan om zich bevestigd te voelen, om te horen dat ze mooi zijn, begeerlijk, de beste minnaar van de hele wereld. We zoeken die moederlijke geruststelling en troost zonder oordeel of kritiek bij een ander omdat we die steun bij onze partner missen of er niet om durven te vragen. Verlangen naar een volmaakte liefde, het romantische idee dat je je in een extatisch, passioneel verbond met een ander kunt verliezen, is iets heel begrijpelijks. Op extra moeilijke momenten in ons leven zouden we allemaal willen dat we in een parallelle wereld konden stappen waar wél iemand bestaat die sterk genoeg is om ons te nemen zoals we zijn en aan wie je niets hoeft uit te leggen of je hoeft aan te passen, waar we ons gekoesterd voelen in de zachte armen van een adorerende en onvoorwaardelijke liefde. Vreemdgaan maakt het mogelijk je te laten gaan binnen de veiligheid van het spelen met allerlei mogelijke andere identiteiten: 'Moeder, vader, broer, zusje, engel of duivel – vrijwel zonder risico, want anders dan het huwelijk is overspel, aanvankelijk althans, niet permanent. De waarheid hoeft nooit onthuld te worden, de tekortkomingen van je echte ik hoeft de ander nooit te zien,' schrijft Annette Lawson in haar omvangrijke studie over overspel, *Adultery*, verschenen in 1988. 'Mits het overspel van korte duur is, kan de fantasie in stand gehouden worden. In die zin is overspel allesbehalve gevaarlijk; het is juist veilig. Partners kunnen de sekserollen omdraaien, spelen met seks en fantasieën, specifieke verlangens bevredigen, alles *zijn* waar binnen het huwelijk geen plaats voor is.'

Geen wonder dus dat overspel zo vaak voorkomt. Is er iemand die dit boek nu leest, die in zijn of haar relatie niet iets of alles van het bovenstaande heeft ervaren? Plegen we soms zelf niet net geen seksueel en emotioneel verraad als onze relatie in een dip zit, of in een moment van zwakte en onvolwas-

senheid? We leven in een 'ik wil, dus ik mag'-cultuur waarin we hebberiger en dikker zijn en meer consumeren dan ooit. We hebben kennelijk tientallen tassen en schoenen nodig, en zelfs meerdere huizen, om ons compleet te voelen of uit te stralen dat we van het leven genieten. Ook 'goede' seks wordt steeds meer als een gebruiksartikel gezien. De seksuele lat wordt steeds hoger gelegd, want regelmatige, bevredigende seks geldt als een teken van een gezonde relatie (en het ontbreken daarvan als een teken dat er iets mis is). En gezien het gemak waarmee we tegenwoordig toegang hebben tot alle mogelijke seksuele verleidingen, van porno tot internetflirts, is het bijna een wonder dat iemand zijn partner überhaupt nog trouw is. 'Overspel komt dagelijks voor en is vergeeflijk,' schrijft Siri Hustvedt in haar roman *De zomer zonder mannen*, 'en de woede van de bedrogen echtgeno(o)t(e) ook.'

Maar wat betekent ontrouw dan binnen het nieuwe relatie-ethos van totaal samenzijn? Mag denken aan een ander ook al niet? Telt een sms-flirt of een avontuurtje in een virtueel 'derde leven' ook als vreemdgaan? En die regelmatige lunches met die ex of die collega met wie je nooit naar bed zou gaan maar die je wel heel leuk vindt? Is dat ook emotioneel verraad, en even erg als we het niet opbiechten? Telt het als je ervoor moet betalen? Veel mannen denken van niet. En hoe zit het met masturberen of in je eentje naar porno kijken? Wat betekent ontrouw binnen de nieuwe soulmate-filosofie van alles voor elkaar zijn: seksueel compatibele minnaar, intellectuele gelijke, co-ouder en maatje?

De tweepersoonsrelatie balanceert al eeuwenlang ongemakkelijk op het raakpunt van het openbare leven en het privé-leven, maar wordt gestuurd door religie en overheid. De verbintenis van het 'huwelijk', in de ruimste zin van het woord, vormt het fundament van de samenleving, voor het groot-

brengen van onze kinderen, maar ook voor onze zorg voor elkaar. Daarom bedreigt ontrouw of overspel meer dan alleen een huwelijk: het wroet aan de wortels van een verbond tussen twee mensen waarbij vertrouwen en loyaliteit essentieel zijn, en het ondermijnt het hele wezen van de samenleving. Kranten, tijdschriften en websites onthullen de particuliere seksuele misdragingen van vreemdgaande politici en sterren alsof ze niet alleen hun eigen partner bedriegen, maar ook de hele bevolking. Presentatoren als Jerry Springer en Jeremy Kyle zetten overspelplegers te kijk tegenover een publiek dat hen bespot en beschimpt en daarmee geen haar beter is dan de middeleeuwen die overspelplegers letterlijk aan de schandpaal nagelden. De subtiele complexiteiten en alledaagse problemen van een relatie worden maar zelden belicht. Wat vooral wordt gesuggereerd, is dat als je je partner kunt voorliegen en belazeren, je voor de rest ook niet te vertrouwen bent, ook al is er geen enkel bewijs dat mensen die buitenechtelijke seks hebben criminel of corrupter zijn dan de rest van de mensheid. Misschien bestaat het idee: als dat verbond tussen twee mensen privé en publiekelijk niet in stand kan worden gehouden, is niets, geen enkele afspraak of contract, waterdicht. Daarmee valt de kern van onze structuur als samenleving weg. En toch – en daar wringt de schoen – weten we ook dat overspel, anders dan andere zonden als moord of diefstal, een ‘misdad’ is die ieder van ons, op moeilijke momenten, zou kunnen plegen.

De hypocrisie over totale trouw als hét symbool van toewijding in de seksuele liefde is nu zo absoluut dat veel mensen niet meer open en eerlijk durven te praten over hun seksuele verleden en hun gevoelens voor anderen. Maar ook dat kan als een soort verraad voelen, want in een gelukkige relatie hoor je geen geheimen voor elkaar te hebben. Totale afkeer van elke vorm van ‘bedrog’ betekent dat de emotionele en

psychologische kanten van seksueel verraad nooit overdacht of besproken worden. Het is altijd fout, punt. De nieuwe moraal luidt: één fout en je ligt eruit. Als die situatie zich dan daadwerkelijk voordoet, wordt het verwarrend. Moet je zelf opstappen of je partner de deur uit zetten? En stel dat die niet wil? Bij wie kun je dan terecht? 'Stellen weten vaak niet of ze nog bij elkaar kunnen blijven, of ze nog bij elkaar willen blijven en of ze nog bij elkaar moeten blijven,' zegt de psychoanalyticus en relatiecounselor Brett Kahr. 'En als ze hun partner terugnemen, weten ze niet of dat edelmoedig is, of zelfbehoud, of sadomasochistisch.'

Absolute monogamie is een prestatie op zich geworden, een bijna spirituele daad van zelfopoffering en bereidheid teleurgesteld te worden, maar ook een publiek vertoon van moreel besef en toewijding. Als absolute monogamie niet lukt, en dat is vaak het geval, voelen we ons bedreigd, zowel binnen onze relatie als in de wereld om ons heen. Degene die vreemdgaat, wordt als slap of slecht gezien. De 'bedrogene' heeft het gevoel dat zijn of haar partner hem of haar niet genoeg liefhad of goed genoeg vond om 'trouw' te blijven. Dat is bedreigend, zowel in praktische als financiële zin, gezien de kans dat het op een scheiding uitloopt. Daarom proberen steeds meer stellen de illusie van een monogaam huwelijk in stand te houden door niets te vragen of niets te willen zien. Zoals dit boek zal laten zien, zitten beide partners gevangen in een complexe dans van bedrog en ontkenning, vooral wanneer seksueel verraad wordt gebruikt om de ander te treffen.

Monogamie is een nobel ideaal. Het geldt nog steeds als het hoogste goed in een relatie. We hebben allemaal een oerdrang naar een exclusieve band met één persoon, we willen ons uniek voelen. We hebben regelmaat en continuïteit nodig in onze belangrijkste relaties, niet alleen als kind, als we

nog volkomen afhankelijk zijn, maar ons hele leven lang. Seksuele variatie en continue extase worden nu aangeprezen als de sleutel tot gezondheid en geluk, alsof eeuwigdurende seksuele opwindings en bevrediging een recht is, maar ons inhouden is ook goed voor ons. Elkaar trouw zijn betekent dat je laat zien dat je om iemand geeft, dat je de behoeften van de ander vooropstelt door die niet te kwetsen. Dat betekent dat je anderen belangrijker vindt dan je eigen, zelfzuchtige behoefte aan seksuele voldoening, ook al zijn er genoeg mensen met wie je het leuk zou kunnen hebben. Zoals Winston Churchill ooit zei over democratie, lijkt monogamie het slechtst mogelijke systeem tot je de alternatieven overdenkt.

De essentie van vertrouwen in een relatie is dat je veilig genoeg voelt om lief te hebben, veilig genoeg om je ware ik te laten zien en te weten dat de ander niet op je afknapt en je inruilt voor iemand die schijnbaar ‘beter’ is. Monogamie is mogelijk, en veel stellen bewijzen dat, hun hele relatie lang of in ieder geval voor langere duur. Maar voor de talloze anderen die, kortstondig of bij herhaling, buiten dit plaatje vallen, is een eerlijker en humanere discussie over ontrouw essentieel als we met ons allen de stabiliteit van toegewijde relaties en gezinsleven willen onderbouwen.

De essays in dit boek gaan evenzeer over onze hunkering naar trouw als over de talrijke mythes rond ontrouw. Inzichten van deskundigen en ervaringsdeskundigen, maar ook voorbeelden uit de psychologie, geschiedenis en literatuur werpen licht op de liefdesknopen waarin we onszelf vandaag de dag verstrikken. Seksuele ontrouw wordt als het Grote Verraad van de moderne relatie gezien, terwijl het paradoxaal genoeg nog nooit zo gemakkelijk is geweest om mogelijkheden voor verleiding te vinden als nu. Nieuwe verwachtingen over volmaaktheid en totaal samenzijn in een relatie maken vreemdgaan alleen maar aanlokkelijker. Het nieuwe ethos

van totale eerlijkheid, alles op tafel gooien, vergroot de noodzaak van bedrog en ontkenning van de kleinste flirt, verergert de pijn van verraad en schuldgevoel en versterkt het idee dat alleen degene die vreemdgaat schuldig is. Deze explosieve cocktail verwoest menige relatie die verder een goede basis heeft, zoals een gedeelde geschiedenis en interesses, oprechte liefde en genegenheid voor elkaar, en het allerbelangrijkste, het welzijn van de kinderen en het gezinsleven.

Veel mensen die vanwege ontrouw uit elkaar gaan krijgen daar later spijt van. Er waren zoveel andere dingen die hen als stel verbonden, dat ze zich achteraf afvragen of ze er toch niet uit hadden kunnen komen. In plaats daarvan hebben we blijkbaar behoefte de hoop en de mythe levend te houden dat een volmaakte en dus permanent seksueel exclusieve relatie mogelijk is door het nog eens te proberen – maar nu met iemand anders.

De kloof tussen onze verwachtingen van absolute trouw en de morsige realiteit van ons leven en liefhebben is zo groot dat we vanzelf het gevoel krijgen gefaald te hebben als we van ons voetstuk vallen, of geduwd worden. Vertrouwen kan niet standhouden als het is gebaseerd op een verondersteld, maar nooit besproken ideaal. Het ideaal van monogamie hangt aan een zijden draadje en wordt door de maatschappelijke en culturele veroordeling van ontrouw bij elkaar gehouden, niet door twee mensen die volwassen genoeg zijn om te praten over hun gevoelens voor anderen, over wat hun niet zint aan hun relatie en hoe ze samen aan een betere toekomst kunnen werken.

De relatie van nu is aan ingrijpende verandering onderhevig omdat aan stellen nieuwe eisen worden gesteld over hun verwachtingen als man of vrouw, over de balans tussen werk en privé en het moderne ethos dat individueel geluk en voortdurende seksuele spanning als hoogste goed be-

schouwt. Misschien vinden we intussen uit elkaar gaan minder erg dan seksueel verraad binnen het huwelijk. Maar toch, we zijn allemaal mensen en we maken allemaal fouten. Een hechte, liefdevolle relatie hoort die ene plek te zijn waar we onvolmaakt mogen zijn en ons toch bemind weten. In zekere zin zijn we pioniers, op zoek naar een nieuwe manier om lief te hebben. Een nieuwe dialoog daarover zal moeten draaien om een waarachtiger opvatting van monogamie, willen we ook kunnen profiteren van de vele andere geneugten die een lange en duurzame liefdevolle relatie kan bieden.

Dé manier om als stel bij elkaar te zijn bestaat niet. We leren met vallen en opstaan hoe we een levenslange band moeten smeden waarin we compromissen sluiten en samen zijn, maar ook genoeg autonomie bewaren om ons niet opgeslokt te voelen. Vandaag de dag wordt monogamie er bij ons ingehamerd, terwijl we geen filosofie van liefde en tederheid hebben waarin verdraagzaamheid en vergevingsgezindheid ten opzichte van elkaars zwakke kanten centraal staan. Het is interessant dat Jezus, wanneer een overspelige vrouw voor hem wordt gebracht, de woorden spreekt die symbolisch zijn geworden voor het onvermogen van de mens om volmaakt te zijn: 'Wie zonder zonden is werpe de eerste steen.' Immers, de zelfbeheersing die we ons met absolute monogamie opleggen is juist zo broos en moeilijk vol te houden omdat het zo natuurlijk is dat we ons tot anderen aangetrokken voelen. 'Het monogame ideaal is niet meer dan dat: een ideaal,' schrijft huwelijkstherapeut Warren Coleman.⁴ 'Er gaapt altijd een gat tussen idealen en de mogelijkheid dat die worden gerealiseerd, maar toch hebben we idealen nodig om het leven zin en waarde te geven. Ze dienen als baken om ons de weg te wijzen, iets om naar te streven, ook al bereiken we het nooit. Erkennen dat dit zo is, is in zekere zin een nederlaag,

maar dat is veruit te verkiezen boven zinloos en vergeefs die kloof ontkennen door je onaantastbaar te wanen, zoals Madame Bovary.'