

Jeanine Geijtenbeek

Als het leven ons scheidt



Alle namen uit de ervaringsverhalen zijn gefingeerd, en overeenkomst met bestaande personen berust op toeval.

© 2016 – Uitgeverij Kok
Postbus 13288, 3507 LG Utrecht
www.kok.nl

Omslagontwerp Villa Grafica
Vormgeving binnenwerk ZetSpiegel, Best
ISBN 978 90 435 2625 8
ISBN e-book 978 90 435 2626 5
NUR 711

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voorwoord

Dit boek gaat over de partnerrelatie, huwelijksproblemen en echtscheiding in christelijke context. Het is geschreven voor mensen die hiermee te maken hebben in hun eigen leven; voor hen kan het herkenning en houvast geven. Het boek is ook geschreven voor de mensen om hen heen: kinderen, familie, vrienden en pastores. Hen kan het inzicht en handelingsperspectief bieden. Ook hoop ik een bijdrage te leveren aan de discussie over deze thematiek binnen protestantse kerken en evangelische geloofsgemeenschappen. Voor het gemak gebruik ik in dit boek voor deze kerken en geloofsgemeenschappen de aanduiding ‘kerk’. Ik schrijf hier bewust alleen over protestante kerken, omdat in de Rooms-Katholieke Kerk het huwelijk een sacrament is en een echtscheiding vrijwel onmogelijk is. Toch vermoed ik dat dit boek ook in de praktijk van veel katholieke gelovigen en parochies herkenbaar zal zijn.

Dit boek beoogt een praktisch boek te zijn, met aandacht voor de diepere lagen in ons wezen en leven. Het is een levensbehoefte van ieder mens om aangesloten te zijn op onze diepste drijfveren en overtuigingen, zeker in de belangrijke dingen van ons leven. Dat geldt voor degenen die zelf te maken hebben met relatiecrises en echtscheiding en ook voor degenen die om deze personen heen staan.

Huwelijksproblemen en echtscheiding zijn zo ingrijpend omdat het ons raakt in onze identiteit en onze opvattingen. Het heeft te

maken met wie we zelf zijn, wie we willen zijn en met degenen van wie we houden. Onze intimiteit, ons verlangen, ons geweten, onze levensovertuiging en onze idealen komen daarbij kijken. Tegelijkertijd moeten bij een scheiding ook veel praktische dingen geregeld worden, zoals overleg over het huis, afspraken over geld, zorg voor de kinderen, zorg voor de toekomst. Dit samengaan van een sterke innerlijke strijd en veel praktische rompslomp is een slopende combinatie, die veel wijsheid vraagt. Geen enkele situatie is hetzelfde. Ieder stel, ieder mens, heeft hierin maatwerk nodig.

Dit boek is geschreven vanuit ervaring en niet vanuit wetenschappelijke onderzoek of theologische stellingname. Het is geschreven vanuit mijn persoonlijke ervaring rond mijn eigen echtscheiding en vanuit de vele ervaringen die ik de laatste jaren als mediator en relatiecoach met cliënten heb opgedaan. Zelf ben ik verbijsterd en wanhopig geweest over mijn eigen echtscheiding. Desondanks heb ik deze zelf ingezet en als onvermijdelijk ervaren. Deze tegenstelling heeft mij doen reflecteren op mijzelf, op mijn partner, op onze ontwikkeling en geschiedenis en op mijn geloof en verantwoordelijkheden in dit leven.

In mijn praktijk heb ik gemerkt dat cliënten het fijn vinden als ik soms stukjes persoonlijke ervaring deel. Relatiecoaching en echtscheidingsmediation is professionele begeleiding die aan kwaliteitseisen moet voldoen, maar krijgt een kloppend hart als het ondersteund wordt door eigen ervaringen. Zo heb ik dit boek ook geschreven. Ik heb in de afgelopen periode theoretische kennis opgebouwd, maar de grootste bron van kennis zijn mijn eigen ervaringen en de observaties bij mijn cliënten die ik graag wil delen. Voor mij zijn die onlosmakelijk verbonden met mijn christelijke levensovertuiging. Het woord 'overtuiging' klinkt daarbij te rationeel. Mijn christen-zijn is meer een innerlijke beweging, een verbondenheid en een levensstroom dan een mening verpakt in een theoretisch of theologisch kader. Toch schrijf ik over mijn 'overtuiging'. Het theologische kader geeft mijn innerlijke bewe-

gingen structuur en geeft ze woorden en duiding. Het tilt ze naar een hoger niveau en zet ze in een traditie van geloofsgenoten en voorouders. Ik heb echter gemerkt dat een theologische opvatting niet in staat is om die innerlijke bewegingen te bedwingen of in te tomen. Vóór mijn echtscheiding heb ik een enorme strijd ervaren tussen mijn eigen sterke opvatting ‘Gij zult niet echtbreken’ en het leven dat uit mij brak en dat ik ondanks alle pijn als goed heb ervaren. Mijn innerlijke bewegingen gingen te veel een eigen weg. Wat ik zelf heb ervaren: een eigen weg met God, met mijzelf en met de mensen in mijn omgeving. Daar zal ik hier en daar iets van delen in dit boek.

Partnerrelaties hebben veel verschijningsvormen. In dit boek ligt de focus op het religieus ingezegende huwelijk tussen man en vrouw, waaruit (meestal) kinderen worden geboren. Omdat dit boek geschreven is vanuit een christelijke context beperkt dat de doelgroep van dit boek. Er wordt bijvoorbeeld gerefereerd aan delen uit psalmen als vertaling van sommige gevoelens. Dit zal herkenbaar zijn voor hen die deze liederen herkennen en voor anderen niet. De thematiek van schuld, afwijzing, hernieuwde hoop, de kracht van vergeving en verantwoordelijkheid bij echtscheidingen is echter ook herkenbaar voor niet-christenen. Persoonlijk word ik in mijn werk met niet-christelijke cliënten alleen maar bevestigd in de universele betekenis van evangelische waarden als vergeving, hoop en persoonlijke verantwoordelijkheid. Het maakt me erg dankbaar dat de Geest van God breder werkt dan alleen binnen de christelijke kaders. In die zin kan dit boek ook herkenbaar zijn voor hen die minder gedreven worden door een christelijke levensovertuiging, maar wel open staan voor de spirituele betekenis van relaties.

De opbouw van het boek is deels al schrijvende gegroeid en deels een logische en chronologische keuze. De inleiding en het eerste hoofdstuk zijn meer beschouwend. Vanaf hoofdstuk 2 worden ervaringsverhalen verwerkt.

In de inleiding geef ik aan waarom partnerrelaties een spirituele lading hebben en verbonden zijn met fundamentele drijfveren uit ons leven. En waarom een echtscheiding als zo ingrijpend wordt ervaren. In hoofdstuk 1 ga ik in op de maatschappelijke veranderingen met betrekking tot het huwelijk en wat dit kan betekenen voor de kerk. In het tweede hoofdstuk beschrijf ik wat er mis kan gaan in een huwelijk en waarom het waardevol is om professionele preventie van huwelijksproblemen verder te ontwikkelen. In hoofdstuk 3 gaat het over de keuze om wel of niet te scheiden, aan de hand van ervaringsverhalen. Hoofdstuk 4 illustreert wat een ingrijpende verandering een echtscheiding is voor verschillende levensgebieden. In hoofdstuk 5 wordt beschreven waarom mediation bij een echtscheiding waardevol is en bevorderd zou moeten worden. Hoofdstuk 6 gaat in op de periode na de echtscheiding en de mogelijkheden die er zijn om een nieuwe verhouding met je ex-partner op te bouwen. Hoofdstuk 7 is het langste hoofdstuk en gaat over kinderen en echtscheiding en de verbondenheid die er levenslang blijft tussen de vader en moeder van kinderen.

In het nawoord vat ik mijn aanbevelingen uit de verschillende hoofdstukken samen.

Inleiding

In de jaren dat ik me intensief bezighoud met partnerrelaties en echtscheiding zijn me vooral twee dingen opgevallen. In de eerste plaats het universele verlangen naar verbinding met de ander en de wens om als individu in die verbinding gekend te worden en recht te worden gedaan. En in de tweede plaats de worsteling met de eigen individualiteit, en het vermogen en soms het onvermogen om daarin te ontwikkelen.

Verbondenheid en dualiteit

De mens is een relationeel wezen. Hij komt tot bloei in de belangrijke relaties in het leven: in gezinsrelaties, partnerrelaties, vriendschapsrelaties, werkrelaties en in de relatie met God. In de Bijbel wordt het belang van relaties al vroeg duidelijk gemaakt in de Tien Geboden. Hierin worden door God richtlijnen aan de mens gegeven over hoe je relaties zorgvuldig moet inrichten: de relatie tussen God en mens, tussen ouders en kinderen, tussen man en vrouw, tussen werkgever en werknemer. Ze geven aan hoe belangrijk relaties zijn voor de invulling van ons leven en hoe het kennelijk ook kan ontsporen, anders waren deze richtlijnen niet nodig.

Relaties bevatten vaak aan de ene kant een wens tot verbinding en aan de andere kant de neiging tot het benadrukken van de eigenheid. Deze dualiteit is als het ware ingeschapen in ons mens-zijn. Toen God de wereld schiep, ontstonden er tegenstellingen, ofwel dualiteit. In de eerste hoofdstukken van de Bijbel wordt in twee scheppingsverhalen beschreven hoe de Ene een werkelijkheid

creëerde met tegenstellingen. Er kwam licht en donker, zee en land, goed en kwaad, tijd en eeuwigheid, mens en dier én man en vrouw. Met de dualiteit was de onvolkomenheid geschapen en in de mens – die naar het beeld van God, de Ene, was geschapen – werd het verlangen levend naar de overstijging van de dualiteit, naar de eenheid, naar de volmaaktheid, naar God zelf.

De meesten van ons zullen dit structurele verlangen in meerdere of mindere mate kennen. We zoeken naar verbetering; nog beter, nog meer, nog mooier, we streven naar een vorm van volmaaktheid. Dit streven geeft een voortdurende onrust aan het menselijk leven en is ingebakken in het fenomeen tijd. We denken aan de toekomst: als dát probleem is opgelost, als de ziekte is verdwenen, als de kinderen volwassen zijn, als het werk meer succes heeft, als we groter wonen, als de financiën royaler zijn, enzovoort. Er is altijd wel een verbetering te verzinnen. In het Bijbelboek *Prediker* wordt deze onrust benoemd. De Prediker wordt er moe van, hij ziet een herhaling van zetten in het leven en hij geeft het advies:

“Geniet van het leven! Geniet van het brood dat je eet en van de wijn die je drinkt. Dat is wat God graag ziet. Draag altijd mooie kleren. En zorg ervoor dat je lekker ruikt. Geniet van het leven met de vrouw van wie je houdt. Je leven is zo voorbij. Geniet daarom van elke dag die God je geeft. Dat is het enige wat je hebt in het leven. Verder is het alleen maar werken en werken.”

Prediker 9:7-9

Hij zegt als het ware: laat dat streven naar verbetering, naar beter, dat hopen op de toekomst, dat bezig zijn met mooiere plannen, dat ploeteren en zwoegen los. Probeer niet altijd met de toekomst te leven: als dat ..., dan zal ... Aanvaard eerder de onvolmaaktheid van het heden en geniet van de goede dingen die er zijn. De volmaaktheid zal nooit bereikt worden en het streven naar meer wordt niet minder. Het leven is kort en gaat gauw voorbij. John Lennon zei het als volgt: *“Life is what happens to you, while you’re*

busy making other plans.” Het advies is heel basaal, maar altijd toepasbaar. Het maakt dat je leert los te laten, dat je meer van de mooie dingen van het moment kan genieten en dat je recht doet aan de goede dingen van het leven en aan God als gever daarvan. Deze levenshouding is ook in partnerrelaties een prachtige levenshouding. Het wil niet zeggen dat je altijd alles moet accepteren in een relatie en geen verandering mag wensen of forceren. Het wil ook niet zeggen dat een echtscheiding altijd ongewenst is. Maar het wil zeggen dat je de volmaaktheid in dit leven niet zal bereiken en er in iedere nieuwe levenssituatie of partnerrelatie ook weer een verlangen zal blijven naar iets wat alleen God in ons kan vervullen.

De spirituele dimensie in de partnerrelatie

Van alle menselijke relaties wordt in de partnerrelatie tussen geliefden het verlangen naar eenheid het meest tegemoetgekomen, vanwege de duurzame wederkerigheid die deze bevat. De liefdesrelatie is een unieke relatie, waarin alle aspecten van het mens-zijn meedoen: lichamenlijk, geestelijk en praktisch. De intimiteit en exclusiviteit van de relatie maakt het mogelijk om jezelf helemaal te laten zien, je te laten kennen en gekend te worden.

De partnerrelatie bevat een wederkerigheid die de ouder-kindrelatie niet bevat. Die is eenzijdiger. De ouder ‘dient’ het kind. Een gezonde partnerrelatie is een evenwichtige, volwassen relatie. De partner is met recht een ‘tegenover’, zoals in het scheppingsverhaal is verwoord. De ander is degene met wie je intiem bent en die je van top tot teen leert kennen en beminnen. Overgave aan elkaar gaat ver, je bent met lichaam en ziel verbonden met de ander. Deze verbinding met de levenspartner bevat een spirituele dimensie. Het is een instrument om jezelf en de ander dichter bij zijn of haar bestemming te brengen en tot bloei te komen. Zo bezien is het huwelijk een spiritueel kanaal om bevestiging, waardering en liefde te geven en te ontvangen en hierin trouw te zijn. Dat alles klinkt mooi, maar in de praktijk is het moeilijk om een partner te vinden die jou kent en je naam met liefde en genegen-

heid spelt. Iemand die je recht in de ogen en het hart wil kijken en je gezicht streelt. En die een pad van duurzaamheid en trouw wil lopen in deze relatie. En aan de andere kant, wat kan een mens door het leven afgedwaald zijn van zijn eigen kern, zijn gezicht verbergen en verharden; wat een onvermogen is er om aangesloten te zijn op je diepste wezen, dit te verwoorden naar je partner en hierin kwetsbaar te zijn.

We willen gekend worden

Als we onze eerste partnerrelatie aangaan, zeker als dat op jonge leeftijd is, kijken we vaak nog onbevangen naar die partner. We hebben allemaal de neiging om te denken dat ons perspectief en onze werkelijkheid gedeeld wordt door onze partner. Het is de min of meer onbevangen manier waarop we als kind naar de wereld kijken. Zo stappen velen ook een relatie in: mijn vriend(in) is, denkt, voelt vast ongeveer hetzelfde als ik. Dat is geen bewuste aanname, maar een volledig onbewuste veronderstelling. Dat die vriendin(in) een andere opvoeding, een andere gezinscultuur, een ander temperament, een andere geschiedenis, een andere behoefte en een ander verlangen heeft, komt niet vanzelf in ons op, maar daar komen we in de praktijk van het samenleven achter. Deze onbevangen houding komt vroeg of laat dus bedrogen uit. Een relatie onderhouden gaat niet vanzelf. We moeten moeite doen om de ander te leren kennen en aanvaarden en we moeten moeite doen om onszelf te leren kennen en te laten kennen.

Als ik mensen in mijn praktijk hun teleurstelling, hun onvervuldheid en pijn hoor verwoorden moet ik vaak denken aan het gedicht van Neeltje Maria Min die het smekende verlangen naar gekend worden zo treffend verwoordde:

*Mijn moeder is mijn naam vergeten,
mijn kind weet nog niet hoe ik heet.
Hoe moet ik mij geborgen weten?*

*Noem mij, bevestig mijn bestaan,
laat mijn naam zijn als een keten.
Noem mij, noem mij, spreek mij aan,
o, noem mij bij mijn diepste naam.*

Voor wie ik liefheb, wil ik heten.

Uit: *Voor wie ik liefheb wil ik heten*, 1966

We hebben een diepe behoefte om de kern van onszelf te tonen en daarin bevestigd en geliefd te worden. Dit verlangen om gekend te worden is een menselijk gegeven en overstijgt de partnerrelatie. Het is uiteindelijk een verlangen dat onze werkelijkheid te boven gaat, een verlangen naar volledige harmonie, een verlangen naar het paradijs.

Omdat de partnerrelatie deze bevestiging het meeste van alle relaties kan bieden, is het zo pijnlijk dat juist die relatie stukloopt. Bij een relatiebreuk of echtscheiding vallen onze bewuste of onbewuste idealen hierover in duigen. De bitterheid die hieruit kan voortkomen is bijtend en pijnlijk en komt uit het diepst van het teleurgestelde wezen. Vechtscheidingen hebben vaak te maken met deze bitterheid over stukgelopen idealen over liefde en bevestiging, die zich uit in roemloze conflicten over geld, goederen en kinderen.

De ontwikkeling van onze individualiteit

In een partnerrelatie zijn twee mensen betrokken, die ook elk een eigen ontwikkeling doormaken. Die ontwikkeling hoort bij het fenomeen tijd en is een basisgegeven in onze werkelijkheid.

We ontwikkelen ons fysiek, mentaal en geestelijk. We zijn qua voorkomen en qua ontwikkeling niet meer de persoon die we tien jaar geleden waren. En als we ooit dachten uitgeleerd of uitgedacht te zijn en alles al meegemaakt te hebben, blijkt dat we na verloop van tijd toch weer nieuwe ervaringen en inzichten heb-

ben opgedaan. In hoofdstuk 2 ga ik hier dieper op in aan de hand van verschillende levensfasen die de Duitse theoloog Romano Guardini heeft onderscheiden. Onze persoonsontwikkeling is een boeiend gegeven en in partnerrelaties van groot belang. Enerzijds blijven we in de kern van onze persoonlijkheid dezelfde en blijven bepaalde kwaliteiten en pijnpunten altijd aanwezig, anderzijds worden we voortdurend beïnvloed door omstandigheden en hebben we een vermogen om ons aan te passen.

Voor een relatie betekent dit dat de levenspartner met wie je trouwde toen je 25 jaar was, een andere persoon is dan de echtgenoot van 15 jaar later. Inzichten zijn veranderd, behoeften zijn gewijzigd, belangstelling is verdiept, geloof is verbreed. Dat geldt zowel voor je partner als voor jezelf. Sommige mensen hebben door vaardigheden en door het leven als vanzelf geleerd om op zichzelf en op hun relatie te reflecteren. Zij zijn in staat om inzichten te ontwikkelen op basis van wederzijdse behoeften en communicatiepatronen. Anderen kunnen dit met de beste wil van de wereld niet. Ze weten niet hoe het moet, zien het belang er niet van in, zijn er onbewust bang voor, of denken al meer dan voldoende te reflecteren.

Mensen die in de ontwikkeling van de eigen individualiteit hun eigen zwaktes hebben leren kennen en benoemen zijn beter in staat tot een goede relatie. Met zelfkennis ontwapen je de ander en je roept compassie op. Als je de oorzaak van problemen bij de ander neerlegt en jezelf mooier wilt voordoen dan je bent, bewust of onbewust, wordt dit vroeg of laat een probleem. Dan ontstaat er verwijdering en in veel gevallen ook een machtsstrijd.

In een partnerrelatie gaan verbondenheid en individualiteit samen

Mensen hebben zo gezien een ogenschijnlijk tegengestelde drijfveer. Aan de ene kant de wens van een exclusieve verbondenheid met een ander en aan de andere kant de ontwikkeling van de eigen individualiteit. In hoofdstuk 1 ga ik in op het feit dat mijns inziens in onze tijd de ontwikkeling van de eigen individualiteit anders is

dan vijftig jaar geleden en dat dit consequenties heeft voor het huwelijk en de partnerrelatie.

In een mooie en duurzame huwelijksrelatie is er een goede balans tussen verbondenheid en individualiteit. Soms roept dat een spanningsveld op, omdat de individualiteit ook ontwikkeld wordt door zaken waar de partner buiten staat, zoals in vriendschappen en door werk. Liefde en trouw maken het mogelijk dat je deze ontwikkeling bij de ander niet tegenwerkt (hoewel het soms een angstig gevoel kan oproepen), maar dat je hiervoor vanuit vertrouwen ruimte scheidt.

Het is prachtig als mensen elkaar in de kern zien en liefhebben, een modus vinden om in diverse levensfasen samen op te lopen en in wisselende omstandigheden steeds beter leren elkaars 'tegenover' te zijn. Ten diepste verlangt ieder mens hiernaar.

In de weerbarstige werkelijkheid van alledag moeten we daar echter moeite voor doen. Dit boek kan gezien worden als een aanbeveling om hier ook daadwerkelijk moeite voor te doen. Soms is een diepe relatiecrisis nodig voor een positieve verandering in het huwelijk. Dat vraagt doorzettingsvermogen en moed, maar is de moeite van het investeren waard. Een echtscheiding is namelijk in alle gevallen een pijnlijk gebeuren, niet in het minst voor kinderen. Soms is een echtscheiding onvermijdelijk. Mijn overtuiging is dat het ook dan mogelijk is om iets van eenheid en verbinding te behouden of te herstellen. Ik hoop dat dit boek hieraan een bijdrage levert.