

# Woord vooraf

In 2015 startte de SGP een campagne tegen overspel. U zult zich zeker de billboards herinneren met de tekst: 'Overspel, het familiespel met alleen maar verliezers!' Dit was naar aanleiding van de reclame van de site Second Love. Op dat moment besepte ik niet hoe dicht overspel bij mijzelf was. Dit kwam in het voorjaar van 2017 uit, toen bleek dat mijn man een relatie onderhield met een andere vrouw. En dan is het opeens in je huis. Op advies van onze predikant zijn wij gelijk met hulpverlening gestart. Weprijzen ons gelukkig dat we vrijwel direct na het openbaar komen van de relatie bij de Vluchtheuvel terecht konden. We hebben een intensief traject achter de rug en we voelen ons gezegend met deze hulp. Want wat een krater slaat overspel in het huwelijk! Maar mijn man en ik zijn het levende bewijs dat God herstel binnen een huwelijk kan geven. Wat ik als een gemis heb ervaren is dat er relatief weinig informatie over het onderwerp 'Herstel na overspel' is. De kennis over deze ingrijpende problematiek lijkt achter te blijven bij de steeds vaker voorkomende realiteit van overspel. Om de kennis te vergroten over dit onderwerp heb ik dit boek geschreven, in samenwerking met De Vluchtheuvel. De redactiecommissie o.l.v. Joris ten Voorde wil ik bedanken voor de waardevolle feedback. Dit boek is geschreven zowel vanuit de positie van professioneel hulpverlener als vanuit de positie van het zelf ervaren van overspel. Met dit boek wil ik een handreiking bieden aan hen die door de diepe pijn van overspel heengaan en werken aan het herstel van de relatie. Daarnaast biedt het informatie en advies aan hen die vanuit het pastoraat of als gemeentelid om het echtpaar heen staan.

*Wilma van Dieren-van Sorge*  
Maart 2021



# 1. Het huwelijk bedreigd

Jonathan en Erika zijn vandaag 14 jaar getrouwd. Ze gaan samen met hun vijf kinderen uit eten. Voor het oog ziet Jonathan er blij uit. Echter in zijn hoofd is een enorme strijd gaande. De laatste weken is het steeds gezelliger geworden met zijn collega Jannemiek. Het lijkt wel alsof hij als een magneet naar Jannemiek wordt togetrokken. Ze kunnen het zo goed met elkaar vinden. En nu zit hij hier tussen zijn vrouw en kinderen om de huwelijksdag te vieren. De huwelijksdag waarop hij Erika liefde en trouw beloofd heeft.

## **Het huwelijk is een instelling van God**

In het begin van de Bijbel gaat het al over een huwelijk (Genesis 2:22-23). Zo lezen we hoe het huwelijk is ingesteld in het paradijs. Het wordt dan ook wel een paradijsbloem genoemd. In Genesis 2 staat verwoord hoe God man en vrouw heeft geschapen. Terwijl Adam slaapt, bouwt de Heere uit de rib van Adam zijn vrouw Eva. Daarna brengt de Heere haar bij Adam. Hij geeft haar aan hem. Zoals een vader zijn dochter als bruid weggeeft, geeft God de Vader Eva aan Adam. En Adam ontvangt dankbaar zijn vrouw uit Gods hand.

God heeft het huwelijk dus ingesteld door te scheppen. Maar Hij deed dit ook door te spreken. We lezen namelijk vervolgens: 'Daarom zal de man zijn vader en zijn moeder verlaten en zijn vrouw aanheven, en zij zullen tot één vlees zijn.' (Gen. 2:24) Het huwelijk is een instelling van de Heere waarbij Hij één man en één vrouw aan elkaar geeft. Om samen één te zijn. In Mattheüs 19:5 herhaalt de Heere Jezus deze woorden uit Genesis 2:24 en zegt in het volgende vers: 'Alzo dat zij niet meer twee zijn, maar één

vlees. Hetgeen dan God samengevoegd heeft, scheidde de mens niet.' In deze tekst valt het woord samenvoegen op. Dat is een daad van de Heere. God brengt mensen bij elkaar en voegt hen samen. Dat was niet alleen in het paradijs zo, maar dat is vandaag nog zo.

Het is heel bijzonder om te zien dat Gods Zoon het huwelijk als instelling van Zijn Vader eert. Dit doet Hij door aanwezig te zijn op de bruiloft in Kana waar Hij water in wijn verandert. In Hebrreeën 13 lezen we: 'Het huwelijk is eerlijk onder allen en het bed onbevlekt; maar hoereerders en overspelers zal God oordelen.' Eerlijk is een woord dat komt van het Griekse woord 'timios' dat wil zeggen: 'kostbaar, als van grote prijs, geacht, bijzonder dierbaar.' Uit deze tekst blijkt opnieuw hoe de Heere het huwelijk waardeert: als kostbaar en bijzonder dierbaar.

Paulus wijst ons erop dat God bij de instelling van het huwelijk in het paradijs de relatie tussen Christus en Zijn gemeente al voor ogen had. In Efeze 5:32 lezen we het volgende: 'Deze verborgenheid is groot doch ik zeg dit ziende op Christus en op de gemeente.' Het huwelijk is een schaduw vooraf van de band tussen Christus en Zijn gemeente. De Schepper heeft man en vrouw aan elkaar verbonden in het huwelijk met het oog op Christus en zijn gemeente.

In de laatste hoofdstukken van de Bijbel lezen we óók over een huwelijk. De Bijbel begint dus niet alleen met een huwelijk maar eindigt ook met een huwelijk. We lezen over het bruiloftsmaal van het Lam: 'Laat ons blij zijn, en vreugde bedrijven, en Hem de heerlijkheid geven; want de bruiloft des Lams is gekomen, en Zijn vrouw heeft zichzelf bereid.' (Openb. 19:7)

### **Het huwelijk heeft het karakter van een verbond**

Wat is een verbond? In de christelijke encyclopedie staat het op deze wijze verwoord:

*Een verbond is een plechtig gesloten overeenkomst tussen twee partijen met bepaalde beloften en verplichtingen, waarvan de hechtheid met bepaalde ceremoniën wordt beklemtoond en waarvan de duurzaamheid geldt voor het hele leven.*

In Gods Woord komen we meerdere keren het woord verbond tegen. Vaak beschrijft het woord verbond de relatie van God met Zijn volk of van Christus en de gemeente. Het woord verbond wordt ook gebruikt in de relatie tussen een man en een vrouw die een huwelijk aangaan. De Bijbel noemt het huwelijk tussen man en vrouw ook een verbond. 'Daarom dat de Heere een Getuige geweest is, tussen u en tussen de huisvrouw uwer jeugd, met dewelke gij trouweloos handelt; daar zij toch uw gezellin en de huisvrouw uws verbonds is' (Mal. 2:14). 'Die den leidsman harer jonkheid verlaat en het verbond haars Gods vergeet' (Spr. 2:17). Een burgerlijk huwelijk wordt in het openbaar gesloten. Dit gebeurt in de aanwezigheid van tenminste twee ooggetuigen. Er is geen sprake van een verbond als een man en een vrouw elkaar onder vier ogen trouw beloven. In sommige landen is een kerkelijke huwelijkssluiting ook in de maatschappij rechtsgeldig. In Nederland is een huwelijk rechtsgeldig wanneer er eerst een huwelijkssluiting in het gemeentehuis plaatsvindt. Bij een kerkelijke huwelijkssluiting ontstaat er een geestelijk verbond tussen de gehuwden en God. God is dus geen toeschouwer, maar deelnemer aan het huwelijksverbond. Het huwelijk is een drievoudig snoer, (vgl. Prediker 4:12). In deze tekst wordt het beeld van een touw gebruikt dat uit drie ineengevlochten draden bestaat. Als de draden van elkaar los getrokken worden, zullen ze gemakkelijk breken, maar wanneer ze gevlochten zijn, is dat bijna onmogelijk. Deze tekst kunnen we ook toepassen op het huwelijk. Het huwelijk tussen God, man en vrouw vormt een drievoudig

snoer. Het is een heilige verbintenis in Gods ogen. Een verbond heeft een beschermende functie. Men belooft liefde en trouw tot de dood scheiding zal brengen. Het is de plicht om als gehuwden deze belofte van trouw na te komen. Dus ook wanneer de verliefdheid wegebt en niet ervaren wordt. De Heere wil gehuwden daarbij tot Hulp zijn. Als een echtpaar weet dat God hen beiden aan elkaar heeft verbonden, dan mag het erop vertrouwen dat Hij ook Zijn hulp – zelfs als je dit totaal niet verwacht – zal geven en dat de liefde blijft, om deze belofte tot de dood te houden.

### **Een pijl uit de koker van diabolus**

De duivel houdt ook – en vooral in deze 21e eeuw – zijn pijlen gericht op huwelijk en gezin. Een van die pijlen is overspel. Niet voor niets is zijn naam diabolus, wat letterlijk ‘uitelkaargooier’ betekent. Dit zien we al in het paradijs gebeuren. De duivel verleidt de mens via een slang om te zondigen. Eva eet een vrucht van de boom waar ze niet aan mocht komen en ze geeft Adam ook van de vrucht. Vervolgens schuift Adam zijn verantwoordelijkheid af op Eva en Eva wijst naar de slang. Door de zonden moesten Adam en Eva het paradijs verlaten. Hun huwelijk bleef, maar het is wel een huwelijk buiten het paradijs geworden. Door de zondeval kwam ook het huwelijk onder druk te staan. Zo ook in onderstaand voorbeeld. Door kleine stapjes zien we hoe Jonathan steeds verder in het web van de zonden verstrikt raakt.

Jonathan werkt op hetzelfde kantoor als Jannemiek. In de pauze zorgt hij dat hij naast haar zit. (*Stap 1: Dit is totaal onschuldig. Hiermee doe ik toch immers niks verkeerd?*)

In de pauze hebben Jannemiek en hij gesprekken. Het gaat vaak over een project waar ze beiden aan wer-

ken en ze delen ook ideeën over de aanpak hiervan. Tussen de zakelijke uitwisseling door vertelt Jannemiek dat haar man depressief is en dat dit zwaar is voor haar. Jonathan blijft dan ook na werktijd nog een halfuurtje hangen om te luisteren naar Jannemiek, die steun zoekt bij hem. *(Stap 2: Logisch dat ze mij dit vertelt, ze zoekt steun en het is heel christelijk dat ik dan een open oor heb voor de nood van mijn naaste.)*

Na een aantal gesprekken krijgt Jonathan ineens spontaan een kus van Jannemiek als bedankje. *(Stap 3: Niks ergs, dit hoeft ik ook niet te vertellen tegen Erika.)*

Thuisgekomen kijkt Jonathan naar zijn vrouw Erika en denkt dan: Tsjonge, wat een verschil met Jannemiek. Erika is druk met de kinderen en heeft amper oog voor hem. Als hij wat vraagt, reageert ze ook nog eens wat afgemeten. *(Stap 4: Erika heeft amper aandacht voor mij. Nee, zie je wel, het is ook niet erg als ik eens met een ander flirt.)*

Wanneer Jannemiek de volgende dag wat papieren terugbrengt bij Jonathan, vertelt hij hoe chagrijnig Erika gisteren was. Hij zegt tegen Jannemiek dat hij geniet van haar spontaniteit en vrolijkheid. Dan slaat Jonathan joviaal een arm om Jannemiek heen en geeft haar ook spontaan een kus. *(Stap 5: Dit moet toch wel kunnen in een goede vriendschap.)*

Al gauw is de kus gewoonte tussen beiden geworden. Twee weken later moeten Jannemiek en Jonathan samen naar een vergadering op een ander kantoor. Na de vergadering brengt Jonathan Jannemiek thuis. De kus duurt nu wat langer en is wat inniger dan de voorgaande. Zowel Jannemiek als Jonathan beseffen dat dit toch wel wat meer op een geheime relatie gaat lijken en ze beloven elkaar dat ze absoluut niet verder zullen gaan dan deze stap. Het wordt bij beiden thuis

wel wat moeilijker. Er zijn meer conflicten en ruzies. Jonathan moet wat meer liegen tegen Erika. De eerste keer geeft hem dat een naar gevoel, maar al snel wordt het een gewoonte. Bijvoorbeeld waarom hij wat later thuis komt van kantoor. De keren dat Jonathan Jannemiek buiten kantoortijd om ziet, nemen ook toe. Het wordt alsmat moeilijker om los van elkaar te komen. Jonathan en Jannemiek zeggen tegen elkaar dat ze maar moeten stoppen om elkaar te zien. Dit gaat slechts enkele dagen goed. Jonathan en Jannemiek gaan weer samen in de auto naar een vergadering. Het voelt alsof ze elkaar in geen maanden hebben gezien. Zo goed is het weerzien, dat Jonathan zegt dat het nu gewoon te moeilijk is geworden om met elkaar te breken. *(Stap 6: We passen toch wel heel goed bij elkaar. Zo'n goede relatie verdient een toekomst.)* Jannemiek beaamt dit. Die middag hebben Jonathan en Jannemiek voor het eerst seksuele gemeenschap. *(Stap 7: Jonathan zondigt en de duivel lacht.)*

Door die kleine stapjes die steeds verder gaan, lijkt het voor Jonathan veel minder erg om overspel te plegen. Ook zien we dat de zonde van overspel niet alleen komt. Vaak volgen andere zonden als liegen en bedriegen. Een zonde komt nooit alleen.

## **Overspel**

Het woord overspel is ontstaan uit de samenvoeging van de twee woorden:

1. Spel: minnespel of lijfsgemeenschap hebben.
2. Over: tegen het verbond in dat men heeft met de eigen man of vrouw.

Overspel of echtbreuk is het hebben van een seksuele relatie met iemand buiten het eigen huwelijk om. Bijbels gezien gaat het om geslachtsgemeenschap met iemand



buiten het huwelijk. Mocheia is het Griekse woord dat overspel weergeeft. In de volksmond wordt het ook vaak vreemdgaan genoemd. Daarover gaat het in dit boek. Porneia betekent in de Bijbel hoererij en heeft betrekking op elke vorm van seksueel verkeer buiten het huwelijk. Emotioneel vreemdgaan zonder een seksuele relatie of pornografische beelden bekijken zijn zaken die vallen onder het Bijbelse begrip onreinheid. Men overtreedt hiermee ook het zevende gebod, maar er is geen sprake van overspel in de directe betekenis. Vergelijk het met diefstal: je kunt een prachtige fiets in gedachte stelen, maar dit plan daadwerkelijk uitvoeren is toch iets anders. Daarmee zeggen we niet dat genoemde zonden van onreinheid niet een enorme impact en schade aan het huwelijk toebrengen. Overigens is het goed om te bedenken dat vormen van onreinheid wel een opstap kunnen zijn naar overspel in de directe betekenis. Kijk maar naar David. Het gebeurt in kleine stapjes: door de oogpoort kijkt David naar Bathseba die zich wast. Dat wekt Davids begeerte op, waarna hij overspel pleegt. Drie stappen dus: zien – begeeren – overspel plegen.

## **Cijfers**

Betrouwbare cijfers over hoe vaak overspel voorkomt binnen een huwelijksrelatie zijn moeilijk te geven. Mede gezien het geheime karakter van overspel, zullen onderzochte mensen ook niet snel toegeven in een onderzoek of ze betrokken zijn in een overspelige relatie. Het laatst gehouden serieuze onderzoek dateert van 2005. De conclusie van dit onderzoek – uitgevoerd door psycholoog Henk Noort – is dat één op de vier Nederlanders vreemdgaat. Nu we zestien jaar verder zijn, valt een verdere toename van deze cijfers te vrezen. Denk alleen al aan de komst van datingsites.

Uit een Amerikaans onderzoeksrapport blijkt dat 60

procent van de huwelijken overspel overleeft (!). De relatie van deze stellen is bovendien van dezelfde kwaliteit als van stellen waar nooit sprake is geweest van overspel. Overspel is er wel de oorzaak van dat één op de drie huwelijken op een echtscheiding uitloopt. Uit onderzoek van het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) in 2016 blijkt namelijk dat 32 procent van alle echtscheidingen als reden overspel had.

### **Oorzaken**

Er is een aantal maatschappelijke verklaringen te noemen voor de toename van echtscheidingen door overspel. Een aantal algemene oorzaken:

#### *Ik-gerichtheid*

We leven in een cultuur die vooral gericht is op zelfontplooiing, zelfrealisatie en zelfbeschikking. Als ik het maar naar mijn zin heb. Als ik maar aan mijn trekken kom. Ook binnen het huwelijk zie je dit steeds meer gebeuren. Als het even niet meer lijkt te gaan met je partner, ga je verder met een ander. Wat je daarmee je partner aandoet, is van ondergeschikt belang. Psychiater Dirk de Wachter schrijft in een van zijn boeken dat relaties beëindigd worden wanneer die een belemmering vormen voor zelfontplooiing. Deze ik-gerichtheid staat tegenover de betekenis van liefde die gericht is op het geven aan de ander.

#### *Seksualisering van de samenleving*

We worden beïnvloed door de heersende moraal van de cultuur om ons heen. Via internet, tv, billboards en bladen worden we overspoeld door beelden van seks. Het beeld wat daarmee wordt afgegeven is vooral dat seks leuk, lekker en probleemloos is. Het lichaam, voornamelijk van de vrouw, wordt vaak als lustobject afgeschilderd. Dit beïnvloedt ons denken. Seksualiteit verwordt tot een consumptieartikel, ver buiten de veilige bedding van een huwelijksrelatie.

## *Media*

Veel media scheppen een beeld van een relatie waar je in de praktijk niet aan kunt voldoen. Hierdoor kan een ontevreden gevoel over de eigen relatie ontstaan dat steeds sterker wordt. Media maken het geweldig gemakkelijk om buiten het eigen huwelijk een relatie te beginnen. Sites als Second Love en Victoria Milan verslaan hun duizenden. De ondertitel van de site van Second Love is veelzeggend: Flirten is niet alleen voor singles!

Je bent gelukkig in jouw huidige relatie. Het love gehalte is nog steeds aanwezig maar het voelt als een dagelijkse sleur. Je leven wordt er daardoor niet gelukkiger op. Je wilt geen problemen in jouw huidige relatie, maar je wilt graag wat meer spanning in jouw leven want zo houd je het niet vol. Second Love helpt je verder. Het leven is kort dus waarom zou je jezelf geen second love cadeau geven?

Bron: site Second Love

Daarnaast is het door de komst van WhatsApp gemakkelijk om een relatie te beginnen met een ander.

Op een avond kreeg ik een berichtje van Marilyn, een vrouw die ik bij de zwemles van mijn dochter tegenkwam. 'Hey, ik zag je nummer in de telefoon van mijn man en dacht: misschien vind je het wel handig om mijn telefoonnummer te hebben.' Een onschuldig berichtje via WhatsApp. Het werd de start van een langdurige relatie (Ivo, 33 jaar)

## *Scheiden doet scheiden*

Wanneer niemand zou scheiden in je omgeving wordt het een veel grotere stap om te gaan scheiden. Je bent dan een uitzondering in een sociale groep. Nu één op de drie

stellen te maken krijgt met een echtscheiding, is het niet meer bijzonder of buitengewoon als mensen gaan scheiden. Met die trend veranderen ook langzaam onze gedachten over echtscheiding. We accepteren het al veel meer. Overigens blijkt uit een recent onderzoek dat de kans om opnieuw te scheiden nog groter wordt na een eerdere scheiding.

### *Liefde versus trouw*

De definiëring van een relatie wordt vooral gedragen door het liefdesaspect. Wanneer de eerste verliefdheid over is en het aspect van trouw-zijn om de hoek komt kijken, beantwoordt dat bij velen minder aan hun beeld over een huwelijk.

Trouw wordt gedefinieerd in het woordenboek van Van Dale als:

1. Iemand niet verlatend, ook niet in moeilijke omstandigheden.
2. Zijn plichten nauwgezet vervullend.

De vraag dringt zich op of een aanstaand huwelijkspaar zich nog voldoende bewust is van deze betekenis van het woord trouw.

Bovenstaande verklaringen gelden zowel voor hen die zich christen noemen als voor hen die dat niet zijn. Toch zien we ook onder christenen een toename van het aantal echtscheidingen door overspel. Als mogelijke oorzaken naast deze verklaringen zouden we hiervoor de volgende punten willen benoemen:

### *Verminderd zondebesef*

Het besef dat we door overspel zondigen tegen de Heere en Zijn wet veronachtzamen, lijkt minder aanwezig in kerkelijk Nederland. We hebben de tijd mee wanneer we het liefst

onze eigen weg bepalen in plaats van ons door Zijn leefregels te laten gezeggen. Durven we de confrontatie met onszelf nog aan wanneer we voor de spiegel van de wet staan? Juist het zevende gebod heeft de Heere gegeven omdat Hij het huwelijk zo hoog waardeert. En omdat binnen het huwelijk de relatie tussen een man en vrouw het meest tot zijn recht komt. Door tegen dit gebod te zondigen, zondig je niet alleen tegen Hem, maar ook tegen de naaste.

### *Schriftgezag*

Het Schriftgezag staat ter discussie in deze tijd. Dat zien we ook terug in ethische vraagstukken. Alles wankelt, niets mag met zekerheid gesteld worden. Deze gedachte sijpelt ook door naar een thema als relatievorming. Mensen zoeken uitzonderingen om echtscheiding te rechtvaardigen. Dat de Heere het verbiedt om een ander naast je eigen partner erbij te nemen, lijkt ondergeschikt aan het feit dat wanneer het even niet lekker loopt in je relatie je maar naar een ander mag gaan. De gedachte – enigszins gechargeerd – kan zomaar in je opkomen: 'De Heere begrijpt wel dat dit ook niet vol te houden is voor mij.' Het Schriftgezag wordt ook op deze manier ondermijnd. We doen af aan de boodschap van de Heere.

### *Te wonderlijk?*

Er is een tanend besef dat God op het gebed wonderen kan doen. Niet alleen kan Hij zieken genezen, maar ook verstoorde verhoudingen helen. Niet zelden gebruikt de Heere daar professionele hulpverleners voor. Dit zijn middelen die de Heere kan en wil zegenen naast het gebed. Geloven wij nog in de kracht van het gebed? En maken wij nog gebruik van hulpverlening als een middel dat God wil gebruiken tot herstel?