

Benny:
'Johnny vindt
dat je elkaar in
een relatie geen
dingen moet
verbieden.'



Benny:
'Ik onthield
mezelf jarenlang
leuke dingen.'

Benny heeft met twee mannen een relatie

'Je kunt gewoon van meer mensen tegelijk houden'

Benny (45), moeder van drie kinderen van 22, 21 en 19 jaar, heeft twee partners. Haar man Johnny (52) met wie ze al bijna 25 jaar samen is en Robert (57), haar vriend sinds ruim drie jaar. **"Als tiener kon ik al niet kiezen tussen mijn vriendjes."**

Benny: "Ik ben al 23 jaar getrouwd met Johnny en heb daarnaast nog een liefdesrelatie met Robert. Johnny weet hiervan. Hij vindt het goed. Sterker nog: Robert komt bij ons thuis over de vloer en regelmatig doen we leuke dingen met z'n drieën. Polyamorie noemen ze de relatievorm waarin wij zitten. Johnny is overigens monogaam en ook Robert heeft geen andere relatie. Het is geen vrije seks

zoals we dat kennen uit de jaren zestig. Beslist niet. Bij polyamorie gaat het om het aangaan van een liefdesverbinding met meer mensen tegelijk. In alle open- en eerlijkheid."

Tóch verliefd

"Als tiener al kon ik niet kiezen tussen mijn vriendjes. Op relatiegebied was er altijd gedoe en onrust. Tot ik Johnny ontmoette. Ik viel op zijn veelzijdigheid, wat achteraf genoeg zegt... Met hem kwam er rust in mijn leven. Voor een tijdje althans. We trouwden en kregen drie kinderen. We gingen uit

van een monogame relatie, maar na de geboorte van de jongste werd ik tóch verliefd op iemand anders. Ik wist niet goed wat ik met die verliefdheid aan moest. Ik had nu een gezin en wilde niemand kwetsen. Als je verliefd wordt op een ander terwijl je al een relatie hebt, moet je kiezen. Zo is onze cultuur. En wijzelf geloofden eerlijk gezegd ook niet in een vrije relatie. Thuis heb ik meteen open kaart gespeeld. Johnny vindt dat je elkaar in een relatie geen dingen moet verbieden. Wat heb je eraan als iemand tegen zijn zin iets doet of laat voor jou? Ik vond dat heel sterk van hem. Maar die verliefdheid maakte dat ik dacht dat onze relatie niet goed zat. Het veroorzaakte onze eerste relatiecrisis, die zelfs tot een korte breuk leidde. Gelukkig kwamen we na een paar weken weer bij elkaar. Ik brak met die ander en koos voor Johnny. Tot ik een paar jaar later opnieuw iemand leerde kennen en onze relatie wéér onder druk kwam te staan. Dit keer besloten we hulp te zoeken. We gingen in relatietherapie, maar daar kwam niets uit. Daarop ging ik individueel in therapie.

Misschien was ik wel verslaafd aan het zoeken naar bevestiging? Dus dat werd de insteek van de therapie: verleidingen uit de weg gaan, zoals een verslaving altijd wordt behandeld. Ik besloot de kat niet meer op het spek te binden. Omdat ik wilde vechten voor mijn huwelijk, legde ik mezelf een uitgaansverbod en meer van dat soort beperkingen op. Ik onthield mezelf jarenlang leuke dingen. Alles om te voorkomen dat ik opnieuw verliefd zou worden. Mijn onvrede daarover drukte ik diep weg. Ik moest en zou de monogame relatie in stand houden. Maar vanbinnen doofde ik langzaam uit. Ik voelde me eenzaam, onbegrepen en belandde uiteindelijk in een flinke depressie."

Niet schuldig

"Mijn leven veranderde toen ik acht jaar geleden een artikel las over een vrouw die van twee mannen tegelijk hield en zich daar niet schuldig over voelde. Sterker nog: het had haar leven en haar relatie verrijkt. Polyamorie noemde ze deze

'Omdat ik wilde vechten voor mijn huwelijk, legde ik mezelf beperkingen op'

liefdesfilosofie. Ik dacht meteen: zo wil ik ook leven, zo ben ik ook. Ik las mezelf in haar. Voor het eerst dacht ik: ik ben niet gek, ik ben niet overspelig, ik ben niet slecht. En het ligt niet aan mijn huwelijk. Dat was nog het belangrijkste inzicht dat ik kreeg: je kunt gewoon van meer mensen tegelijk houden.

'We geven elkaar de ruimte, voor mij is dát echte liefde'

Ik wist dat ik dit moest delen met Johnny, want 'it takes two to tango'. Dat was nog wel even moeilijk. Ik was bang dat ik hem alsnog zou kwijtraken. Dat dit een stap te ver was voor hem. Het eerste wat hij vroeg, was: 'Wil je dan bij me weg?' 'Nee juist niet. Ik ben gelukkig met jou', verzekerde ik hem. Daar moest hij even over nadenken en toen zei hij: 'Tja, het past wel bij jou. Laten we het een kans geven'. Ik bleek hem te hebben onderschat toen ik bang was dat hij dit niet zou aankunnen. Natuurlijk hebben we vooraf afspraken gemaakt. Johnny wist altijd met wie ik een date had en wilde vooral in het begin niet te veel details horen. Uiteindelijk moet een polyamoreuze relatie zich in de praktijk ontwikkelen, niet eentje werkt hetzelfde. De laatste zeven jaren heb ik verschillende relaties gehad. Ook weleens meer dan één tegelijk, naast Johnny. Maar de ene keer klikte het niet met Johnny, wat voor mij wél belangrijk was. Een andere keer was het de afstand of andere verwachtingen, dan weer een gebrek aan tijd. Het is echt een zoektocht geweest. Niet alleen naar wat het beste werkt voor ons allemaal. Ook naar wie het beste bij mij past.'

Beste maatjes

'Met Robert heb ik mijn ideale 'poly-partner' gevonden. Hij woont alleen, wil wel een relatie, maar ook vrijheid. Het past allemaal zó mooi, de wensen en verwachtingen van ons alledrie komen precies overeen en het is voor ons allemaal een verrijking. Robert is nu echt

een huisvriend. Hij komt hier minstens twee keer per week over de vloer en hij onderneemt ook regelmatig iets met Johnny of een van de kinderen. Ik ben in elk geval twee keer per week bij hem. Dat geeft Johnny ook meer ruimte om zijn eigen dingen te doen, iets wat voor hem heel prettig is. Johnny en Robert zijn heel verschillend, maar lijken ook veel op elkaar: ze kijken op dezelfde manier naar mij, vinden dezelfde dingen leuk aan mij. En... ze zijn allebei tegen me opgewassen, wat ik verder met niemand anders heb ervaren. De relatie met Johnny is wel verder dan die met Robert. Logisch, we zijn al zo lang bij elkaar. Johnny en ik zijn niet alleen geliefden, maar ook beste maatjes. Hij is mijn veilige haven. Hebben Robert en ik ruzie, dan ga ik naar Johnny. Jammer alleen dat hij het negen van de tien keer opneemt voor Robert. Op het moment dat onze mono-polyrelatie serieuze vormen kreeg, hebben we de kinderen ingelicht. Ze waren toen vijftien,



Benny:
'Johnny is mijn
veilige haven.'



Spelkaarten
en boeken die
Benny gebruikt
bij haar relatie-
coaching.



zeventien en achttien. Ze reageerden verrassend begripvol. Ik vind het een rijkdom dat we ze een andere dan de standaard-relatievorm kunnen voorleggen. Het leert ze dat je altijd kritisch moet kijken naar hoe je als mens in een relatie staat. Ben je in staat dat te doen waar je je goed bij voelt? Of doe je de dingen omdat het zo hoort?"

Slapeloze nachten

'In mijn omgeving accepteren mensen het. Behalve mijn ouders. Johnny's moeder vindt het ook moeilijk, maar we kunnen er met haar over praten. Mijn ouders wijzen het zonder meer af, ze zeggen: 'We vinden het gewoon niet goed.' Ze willen Robert niet ontmoeten of erover praten. Ik wil de relatie met mijn ouders niet kwijt, maar het is zwaar dat zij onze keuze niet accepteren. Het kost me nog altijd slapeloze nachten en veel verdriet. Ik kan toch moeilijk monogaam en ongelukkig leven, alleen omdat dat zij denken dat dat beter is voor ons? De ouders van Robert vonden het aanvankelijk ook niet goed, maar inmiddels zien ze me als zijn partner. De tweede keer dat ik ze zag, zei zijn moeder: 'Deze relatie is heel fijn voor Robert, want jij wilt tenminste niet met hem trouwen!' Geweldig toch, voor een vrouw van 86! Ze toont interesse en betrokkenheid bij mijn gezin en volgt alles op Facebook. Laatst zei ze: 'De volgende keer moet Johnny ook maar meekomen!' Dat is inmiddels gebeurd en het was erg leuk. Als je elkaars ouders kent, leer je elkaar nog beter kennen.'

Opgebloeid

'Terugkijkend denk ik: wat jammer dat er in de tijd dat we hulp zochten niemand was die aan me vroeg: 'Waarom moet je kiezen van jezelf?' Dat zou me veel ellende hebben bespaard. Ik heb me om die reden dan ook gespecialiseerd als relatiecoach en we

hebben de Stichting Polyamorie Nederland opgericht, een platform voor voorlichting en ontmoeting. Ik ben opgebloeid, heb

'Doe je dingen waar je je goed bij voelt, of omdat je vindt dat het zo hoort?'

geen last meer van depressies. Er is rust. Natuurlijk lopen we nog weleens ergens tegenaan. Zo vond Robert het lastig dat onze agenda altijd bepalend was. Dan deelde ik Robert simpelweg mee wanneer ik met Johnny op vakantie ging, terwijl ik met Johnny keurig overlegde wanneer ik met Robert op vakantie zou gaan. Dat voelde voor Robert terecht niet gelijkwaardig, dus dat doen we nu anders. Inmiddels weet ik uit ervaring dat liefde alleen maar groter wordt naarmate je meer deelt. Het heeft ons leven verrijkt. We zien hoe de ander werkelijk is en geven elkaar de ruimte. Voor mij is dat échte liefde.'



Reageren?

Denk je dat polyamorie ook iets voor jou is? Wil je reageren of zelf je verhaal vertellen? Ga naar vriendin.nl of mail jouw verhaal naar post@vriendin.audax.nl.

Wat is polyamorie? Bij polyamorie ('meervoudige liefde' of 'veel liefde') gaat het om het kunnen aangaan van meerdere liefdesverbanden, waarbij alle betrokkenen op de hoogte zijn en ermee instemmen. Meer weten? Kijk op www.polyamorie.nl en op www.groot-hartcoaching.nl.