

Sinds redacteur Sabine Leenhouts (55) single is, heeft ze regelmatig **dates**. Maar hoe leuk of spannend ook, iets blijvends zat er nog niet tussen. Daarom gaat ze bij een **liefdes-expert** in de leer. Kijken wat dat oplevert.

Tekst **SABINE LEENHOUTS**
Fotografie **FERIET TUNC**
Visagie **BART BROM**

Dat ik een klein jaartje vrijgezel ben, is geen geheim. Ik vertel mijn date-verhalen in de *Zo doet zij dat*-podcast van VROUW. Het vrijgezellenbestaan beviel me vorig jaar zo goed, dat het een gezellig komen en ook gaan was van mannen die ik toeliet in mijn leven. Ik wilde me niet vastleggen en me zeker niet halsoverkop in een nieuwe relatie storten. Het was mijn eerste single periode sinds mijn achttiende. Want tussen de langdurige relaties van respectievelijk zeven, zestien en negen jaar zat elke keer maar een jaartje. En zeker tussen relatie twee en drie was ik echt niet in de stemming om in de kroonluchters te gaan hangen. Vandaar dat ik me begin vorig jaar voornam om niet meteen weer in een langdurige relatie te belanden. Ik had wel mannen lief, maar met de rem erop. Na het verbreken van mijn laatste relatie heb ik me echt wel even zielig gevonden. En gedacht dat ik over zou blijven. Ik moest wennen aan mijn leven zonder relatie. Als je vanaf je vijftiende doorlopend verkering hebt, lijkt het alsof het hebben van een *lover* ook deel van je identiteit is. Maar na een tijdje kwam ik weer bovendrijven en kreeg ik ook best zin om losbandig te daten. Ik bekeek datingapps als Happn, Bumble en Inner Circle. In eerste instantie schuchter, maar na een date of wat steeds zelfverzekerder.



Daten kun je leren

De afspraakjes waren leerzaam en eigenlijk allemaal wel leuk. De ene man paste beter bij me dan de andere en ik kwam ook verschillende rare types tegen. Zo wilde de ene man dat ik onderdeel zou worden van zijn open relatie. De ander alleen maar vuige seks en dat ik mee ging naar seks-huizen. En hoorde ik van de man die de ene week nog encyclopedieën aan liefdesverklaringen stuurde, de volgende week helemaal niets meer. Ook had ik voor het eerst lekkere seks zonder verliefd te zijn. En sprak een keer af met iemand van wie ik na de eerste aanblik al wist dat ik me helemaal vergist had. Dat werd een kort drankje samen. Ik leerde vooral steeds beter naar mezelf te luisteren. Durfde beter bij mijn eigen gevoel te blijven en begon een maand of twee geleden uit te zien naar een relatie die uit meer bestaat dan de jacht. Dus besloot ik een bezoek te brengen aan Marie-José Bosch-Kuiper, een echte liefdesexpert.

Alfamannen

Marie-José is ervaringsdeskundig: ze heeft gejaagd, geflirt en verlangd, en kwam na jaren rommelen de man van haar leven tegen. “Ruim zes jaar begeleid ik vrouwen naar de liefde. Eerst als matchmaker, maar sinds drie jaar als gediplomeerd datingcoach. Dat matchen blijkt namelijk niet goed te werken. Het coachen en geven van praktische, persoonlijke inzichten over de liefde is veel effectiever.” We plannen een sessie van ruim twee uur met elkaar in. Marie-José vraagt me van alles en ik vertel. Over vorige relaties, over vrouwen- en mannenvriendschappen en over mijn idealen als het om de liefde gaat. En uit die enorme brei aan informatie schrijft zij in een paar dagen een *Liefdesscan* en een zogenaamde *Loveletter* over mij. Ze waarschuwt me voor de alfamannen die ik vaak leuk vind. Ik ben zelf ook wel een beetje alfa en herken in die mannen het gevoel dat ik uitgedaagd word. Dat spel leidt volgens Marie-José tot passie. Maar passie is verlangen en liefde is verbinding. Ik knoop het in mijn oren. Ik geniet er echter ook van als een man over bepaalde zaken veel meer weet dan ik. Maakt niet eens zoveel



Ze waarschuwt me voor de alfamannen die ik leuk vind: ‘Dan krijg je passie, geen verbinding’

uit waarover. Als hij maar bevlogen over iets kan vertellen. Maar van iemand die alleen maar zendt, krijg ik ook jeuk. Door allerlei vragen te beantwoorden over eerdere relaties en wat ik wil van een liefdespartner, weet ik inmiddels wat belangrijk is voor mij: dat hij blij wordt van zijn kinderen, van muziek, eten, feest, reizen, praten en vriendschappen. Ik hou van gretig leven en in een relatie doe ik dat het liefste samen. Ik wil iemand van wie ik de grootste fan ben, en andersom. Maar hoe vind je zo'n man? En bestaat hij wel?

Beter kiezen

Marie-José raadt me datingapp Breeze aan. “Daar kun je niet vooraf ellenlange app-gesprekken met elkaar voeren. Dat is beter. Je krijgt ook maar vijf profielen per dag te zien waardoor je beter gaat kiezen.” Ik geef het een kans, maar ben geen fan van datingapps. Gechargeerd zitten daar vooral mannen die veel willen seksen, mannen die in het dagelijks leven overblijven of mannen met issues die ik echt niet wil oplossen. En ik kom liever iemand in het wild tegen. Maar goed, op straat staat niet op je voorhoofd dat je beschikbaar bent. Dus ik zet een paar leuke foto's en een gezellig kletspraatje over mezelf in mijn profiel. Diezelfde dag krijg ik vijf profielen te zien. Onder het motto 'het moet voor m'n werk' kies ik binnen twee weken vijf heel verschillende mannen uit. Een reislustige man (49) met een volle kop zwart haar, een vrolijke blondie (56), een kale grote man met baard (57), een knapperd in een surfpak (55), een mediaman die me bekend voorkomt (54) en een Surinaamse gast (58) die in z'n bio heeft staan dat hij filosofiedocent is aan de universiteit. En wat denk je, ze willen ook met mij op date. Zodra het een match is, serveert de datingapp me een datumplanner. En zo maak ik binnen een week vijf afspraken. Dat worden drukke tijden...

Gedateerde foto

Het eerste afspraakje is op een zondag in Haarlem. Ik meld me bij het barpersoneel en vind het een gênant moment. Blondie is een stuk ouder dan ik dacht en ik vind hem veel minder aantrekkelijk dan op de blijkbaar gedateerde foto. Hij werkt in de sales en kletst makkelijk. Best gezellig, >

maar geen match en ik geef hem niet mijn nummer. Date twee met de surfer is in mijn eigen stad. Hij zit al op me te wachten. Hij praat graag over zichzelf. Een baan heeft hij momenteel niet, maar hij is wel een cursus tot coach aan het volgen... We wisselen telefoonnummers uit, want hij is knap en woont dichtbij. Misschien bel ik hem ooit, maar relatie materiaal is het niet.

Tijdens deze twee afspraken kijk ik vooral naar mezelf. Ik herinner me Marie-José's woorden. "Je moet je niet zo bezighouden met wat je van hém vindt, maar welk gevoel geeft hij je over jezelf tijdens de date? Is de versie die je laat zien er een waar je blij van wordt?" Nou, bij deze eerste twee mannen ben ik gewoon de nieuwsgierige journalist. Ik laat vrijwel niets van mezelf zien. Dan date drie. De man met het zwarte haar praat alleen over zichzelf. De problemen die hij heeft gehad, vind ik als journalist interessant. Maar ik zie het echt niet zitten om de rest van ons leven zijn hand vast te houden. En dan volgt de doordeweekse date met de grote kale man met baard. Zo stoer als hij lijkt, zo ontwapenend is het gesprek. Hij stelt me veel vragen en heeft een ontzettend leuk eigen verhaal. Hij werkt in een heel andere branche, maar heeft, net als ik, een goed gevulde agenda. Hij houdt van zijn vijf zelfstandig wonende kinderen, is creatief, maakt me voortdurend aan het lachen en lacht ook om mij. Als we uiteindelijk rond sluitingstijd de zaak uitgeveegd worden, geeft hij zijn nummer. "Ik had bijna afgezegd, maar ben blij dat ik dat niet heb gedaan. Ik wil je graag snel weer zien." Daarop volgt een korte kus op mijn mond. "Lekker voorproefje," zegt hij.

En nu?

Ik rijd naar huis met een grijns op mijn gezicht. Wat een leuke man. Ik voelde me heel prettig naast hem. Gezien, gehoord, mooi en grappig. We appen diezelfde avond tot diep in de nacht. Inmiddels zijn we een maand verder en zoeken we elkaar nog steeds op. De date met de mediaman die ik nog had staan, werd door hem afgezegd en de filosofieleraar bleek te hebben gelogen in zijn profiel, hoorde ik van een collega die in hetzelfde vijvertje vist. Dus die heb ik zelf afgezegd. Ik app met Marie-José en vertel over de leukerd die ik langzaam maar zeker meer van mezelf laat zien. En ook dat ik haar tip toepas om vooral te kijken hoe ik me naast hem voel. "Jij hebt de wijsheid in pacht. Mooi als je het kan voelen en ernaar kan handelen," antwoordt ze. En zo is het natuurlijk. Als je weet wat je wil, is daten echt niet zo lastig. Je zult soms wat langer moeten zoeken naar de partner die jouw liefde echt waard is. Maar dat traject was eigenlijk heel leuk de afgelopen maanden. Of het iets wordt tussen mij en de grote man met baard? Ik durf het nog niet op te schrijven. Dan wordt het ineens zo echt... ●

Marie-José Bosch-Kuiper schreef het boek *Zo is daten wél leuk* en leert singles via haar *Methode d'Amour* aan om van vluchtig daten naar blijvende liefde te gaan. Het is een maatwerktraject en de prijs ligt er niet om: tussen de € 5000 en € 15.000. Meer info: www.mjdeliefdesexpert.nl

Wierd



Martin



Robbert



Positief

Drie mannen schrijven bij toerbeurt over hun leven. Deze keer Telegraaf-journalist **Wierd Duk**, vader van een dochter en een zoon.

De columns zijn zo zwaar op de hand," klonk het vanaf de redactie. Goh, dat had ik me nou nooit gerealiseerd. Ik zie mijzelf namelijk als een vrolijke schrijver, maar zelfbeeld en werkelijkheid lopen wel vaker uiteen. Bij *Vandaag Inside*, het tv-programma waar ik tweewekelijks aanschuif, vinden ze me ook heel serieus: "Ga je vandaag weer de ondergang van de wereld aankondigen?" Waarop ik vanzelfsprekend bevestigend antwoord, want zoveel positiefs is er niet te melden over de staat van de wereld. Bovendien: geen hond zit te wachten op goed nieuws. Elke goed-nieuws-show die omroepen of commerciële opzetten flopt niet voor niks. Mensen willen drama en toestanden, om vervolgens te kunnen zeggen: 'Gelukkig hebben wij het hier, in vergelijking met al die ellende, nog best goed.' Althans, zo sta ik erin, en als ik afga op mijn vele volgers op X – dat 'verschrikkelijke, extreem-rechtse platform' – zijn er nog veel meer mensen die geïnteresseerd zijn in allerhande serieuze zaken.

Maar goed, X is ook maar een bubbel en ik leef grotendeels met mensen uit die bubbel, dus ik ga mij nu verplaatsen in u, de lezer van *Vrouw*, die mogelijk niet op X zit en niet wil worden lastiggevallen door een columnist die allerlei zwaar op de hand-achtige overpeinzingen de wereld in slingert. Het komt goed uit dat deze column verschijnt in het nummer dat gaat over romantiek en liefde. Normaal had ik natuurlijk gewaarschuwd: begin er niet aan, romantiek is niks anders dan jezelf moedwillig zand in de ogen strooien! En weet je wat de andere kant is van liefde? Juist. Maar vanaf vandaag is alles anders. U wil een positief verhaal. Daarom: lezer, er is niks mooiers dan de liefde. Sterker: zonder liefde zou de wereld niet eens bestaan! Neem dat maar van mij aan. ●

'Elke goed-nieuws-show flopt niet voor niks'