

## 54 mannen over de liefde

Juni 2011 | Artikel

**Ze hebben liever seks dan liefde, zijn wars van romantiek en vinden praten over hun relatie al helemaal onzin. Denken wij. Maar hoe kijken mannen zelf eigenlijk aan tegen de liefde? Glamour voelde een roedel bekende en minder bekende mannen aan de tand.**

### Liefde = meer geluk

Volgens socioloog en ‘geluksprofessor’ Ruut Veenhoven leidt liefde meestal tot meer geluk. “We zijn nu eenmaal paardieren die zich lekkerder voelen met een maatje dan alleen,” legt hij uit. Dat liefde en geluk veelal hand in hand gaan, blijkt volgens hem onder meer uit het feit dat mensen met een partner gemiddeld gelukkiger zijn dan singles. Veenhoven: “Overigens hebben gelukkige mensen betere kansen in de liefde. Ze zijn meer in trek en nemen gemakkelijker zelf het initiatief.”

### 10 x

#### Waar mannen op afknappen:

1. “Dat ze zichzelf standaard te dik vindt.” (Jeroen, 31)
2. “Dames met prikkende snorren.” (Freek, 35)
3. “De vrouw die me haaks op de missionarischbeweging bereed en toen ik het uitschreeuwde van pijn antwoordde: hij kan niet breken, want er zit geen bot in.” (Michael, 29)
4. “Een vrouw die rookt als een ketter zodat je het idee hebt een asbak te zoenen.” (Daan, 32)
5. “Altijd maar klagen. Dat je niks in het huishouden doet, niet gezellig bent, te laat thuis bent...” (Patrick, 37)
6. “Stoppels op haar benen en huidkleurig ondergoed.” (Sven, 31)
7. “Vrouwen die als een zoutzak in bed liggen en geen enkel initiatief nemen.” (Erik, 35)
8. “Als ze bij het minste of geringste haar moeder belt om advies.” (Patrick, 26)
9. “Vrouwen die overdag altijd stoer doen en de vamp uithangen en ’s avonds in een big ass Snoopyshirt met het haar in een wikkelfloep sexy denken te zijn. Onbegrijpelijk.” (Rudolf, 36)
10. “De keer dat een meisje daar beneden met me bezig was en ineens zei: volgens mij zit mijn kroon los.” (Chris, 24)

**Engels zoöloog en schrijver Desmond Morris:** “Liefde betekent vóór alles innig contact, aanraking samen lichamelijk zijn.”

### Romantiek ten top volgens Waldemar

Zijn visie geven op liefde vindt hij lastig, want ‘de liefde is altijd anders’. “Er valt zo veel over te zeggen,” aldus acteur Waldemar Torenstra. “Maar bij liefde en hoe je die goed houdt, moet ik vaak denken aan het gedicht ‘Zwerversliefde’ van A. Roland Holst. Lees maar, het zegt alles.”

*Laten wij zacht zijn voor elkander, kind  
want o, de maatloze verlatenheden,  
die over onze moegezworven leden  
onder de sterre waaie’ in de oude wind.*

*O, laten wij maar zacht zijn, en maar niet  
het trotsche woord hooge woord van liefde spreken,  
want hoeveel harten moesten daarom breken  
onder den wind in hulpeloos verdriet.*

### **Sperma is een antidepressivum**

Aldus Mark Miers in zijn laatste boek *Liefde: wetenschappelijk onderzoek naar de klik, de kus en al het andere* waarin hij deze en andere opmerkelijke wetenswaardigheden optekende, zoals: verliefdheid stimuleert de breinontwikkeling, testosteron maakt minder sociaal en verliefdheid heeft in de hersenen dezelfde kenmerken als een dwangneurose. *Nice to know!*

### **4 x**

#### **Liever liefde dan seks?**

1. “Er zijn vrouwen met wie je een wilde nacht beleeft en vrouwen die je aan je moeder wilt voorstellen. Het verschil tussen die twee is hemelsbreed.” (Gijs, 31)
2. “Niks mis met seks om de seks, maar uiteindelijk dromen we allemaal van huisje, boompje, beestje.” (Michael, 34)
3. “Vrouwen die gelijk het bed met je induiken, zullen nooit relatie materiaal worden. Maar daarom kan het nog wel lekker zijn.” (Bas, 34)
4. “Kiezen is onmogelijk. Het één is voor mij onlosmakelijk met het ander verbonden.” (Pieter, 30)

**Stylist Bastiaan van Schaik over de liefde voor mode:** “Het meest ontroerende modemoment ooit was de haute couture show van Christian Lacroix, een jaar of negen geleden, waar ik en velen met mij tot tranen toe geroerd waren. Op dat moment voelde ik pure liefde. Het was zó mooi.”

#### **Romance of relatie?**

In de liefde moeten zowel mannen als vrouwen volgens relatietherapeut Jean-Pierre van de Ven kiezen: ga ik voor saai of vlammend? Ofwel: wil ik een relatie of een romance? “In een romance weet je niet waar je aan toe bent: hebben we nu iets of niet? Die onzekerheid doet de passie opvlammen. Je ziet de ander door een roze bril en kent hem of haar eigenlijk niet. Het is vooral veel knuffelen, lieve woordjes en seks,” aldus Van de Ven. “In een relatie heb je duidelijkheid, maar is de passie minder groot. Je kent elkaars tekortkomingen en bespreekt ook praktische zaken. De meeste mensen verlangen naar een bloeiende romance, maar verdragen de onzekerheid niet. En eindigen daarom in een relatie.”

### **8 x wijsheden over de liefde**

‘Liefde maakt een smal bed breed’ (Bertus Aafjes, dichter)

‘Je hebt de liefde... en dan nog het leven, haar vijand’ (Jean Anouilh, schrijver)

‘Wat uit liefde wordt gedaan, geschiedt altijd buiten goed en kwaad om’ (Friedrich Nietzsche, filosoof)

‘Er is geen groter plezier dan lichamelijke liefde’ (Plato, filosoof)

‘Liefde is altijd ongerust zijn om de ander’ (Marcel Achard, schrijver)

‘Naast liefde op het eerste gezicht is er ook liefde op de eerste aanraking’ (Vladimir Nakobov, dichter)

‘Van liefde dromen is soms heerlijker dan ze te bedrijven’ (Georges Guilbert, schrijver)

‘In dromen en in de liefde is niets onmogelijk’ (Janus Arony, schrijver)

**Regisseur Woody Allen:** “Liefde is het antwoord, maar terwijl je op het antwoord wacht, stelt seks je een paar leuke vragen.”

### **Het oog wil ook wat**

Of niet? “Uiterlijk speelt een belangrijke rol bij het eerste contact, maar wordt daarna steeds minder doorslaggevend,” zegt cosmetisch arts Robert Schoemaker. “Toch denk ik dat je – ook al heb je al lang een relatie – elkaar aantrekkelijk moet blijven vinden, zeker ook fysiek. Dat gaat van fris wassen, haarverzorging, goeie kledingkeuze en gezond eten tot – aan het eind van het spectrum – cosmetische chirurgie. Pas als je gaat dementeren valt het belang van uiterlijke presentatie weg: we noemen dat decorumverlies.”

### **6 x**

#### **Liefde is...**

1. “Een vreemd iets,” zegt regisseur Eddy Terstall. “Vaak kijken mensen naar de ander in termen van wat die persoon voor hen betekent. Tegen een geliefde zeggen ze dat ze van die persoon houden. Maar als diegene hun geliefde niet meer is, dan is ‘de liefde ineens over’. Was het dan wel liefde? Want de persoon is immers niet veranderd, slechts de betekenis van de relatie. Er zijn veel exen met wie ik nog de dikste maatjes ben, maar sommige zie ik nooit meer. Dat zijn vaak degenen die het hardste riepen dat ze van me hielden.”
2. “In mijn optiek heel wat anders dan verliefdheid,” zegt stand-upcomedian Howard Komproe. “Dat gaat meestal over uiterlijk, buitenkant. Liefde gaat verder. Voorbij de buitenkant, naar binnen. Zoals gezongen wordt in een nummer van Lucy Pearl: ‘Good Love Will Make You Cry. Die plaat moet je in het donker luisteren met de stereo op 10.”
3. “De brandstof van mijn bestaan,” aldus dj Sander Kleinenberg kort maar krachtig.
4. “Iets wat je snel uitspreekt, dat je van iemand of iets houdt. Maar de echte kern is soms ver te zoeken,” zegt zanger Tim Akkerman. “Liefde kan warm en vertederend zijn, maar tegelijkertijd snoeihard en kil. Voor mij speelt liefde een belangrijke rol in mijn leven. Liefde voor muziek, de onvoorwaardelijke liefde voor mijn kinderen, voor mijn vrouw bij wie ik alles kwijt kan, mijn ouders omdat ik er zonder hun liefde zelf niet zou zijn geweest.”
5. “Mijn visie op liefde is kort,” zegt cabaretier Ruben van der Meer. “Het is een citaat van mijn held, maar hij zegt alles: ‘*It’s all for love. L.O.V.E.*’ Van Michael Jackson in *This is it*.”
6. “Iets waar je niet te lang over na moet denken,” vindt acteur Roeland Fernhout. “Dat wordt heel erg *to the point* uitgelegd in *Scènes Uit Een Huwelijk*, een van de liefdestoneelstukken waarin ik heb gespeeld. Vier uur lang werpen de geliefden Johan en Marjanne elkaar de meest vreselijke, mooie, kwetsende en hartverscheurende zaken voor de voeten. Zoals dat gaat in een relatie (en ik heb er zelf al twintig jaar eentje, dus ik weet waar ik over spreek). Uiteindelijk vat Johan hun liefde aldus samen: ‘Als we er te lang over doorzeuren, dan geeft de liefde het op’. Een wijze les!”

### **Verliefdheid maakt knap**

Visagist en haarstylist Leco van Zadelhoff: “Er kan geen make-upproduct op tegen verliefdheid. Mensen die verliefd zijn hebben een bepaalde glow: ze voelen zich goed en knap en strálen. Ik wilde dat ik die uitstraling in een serum kon verwerken, want dan zou ik heel rijk worden.”

### **Liefdesliedjes, ze klinken in je oren...**

En het zijn er volgens zanger/pianist Ruben Hein eigenlijk te veel, liedjes over de liefde. “Het is een uitgekauwd onderwerp, wat misschien ook wel weer een uitdaging is. Schrijf maar eens een goed liefdesliedje, zonder dat het ranzig en cliché wordt. Dat is verdomd lastig, en ik spreek uit enige ervaring. Een van de mooiste die ik ken is ‘Case of you’ van Joni Mitchell, en dan de versie op de plaat *Both Sides Now*: ‘You are in my blood like holy wine, you taste so bitter and you taste so sweet. I could drink a case of you darling and still I'd be on my feet. I would still be on my feet.’ Dit was de eerste keer dat een liedje in het genre liefdesliedjes bij mij binnenkwam. Dank u wel, mevrouw Mitchell, zo hoort het. Ik ben verliefd op uw plaat!”

### **Liefde buiten de deur**

Uit onderzoek van psycholoog Henk Noort blijkt dat 25 procent van alle Nederlanders vreemdgaat. Wereldwijd ligt dat percentage volgens een onderzoek van Durex op 22 procent.

**Schrijver Allan Pease over het miniroksyndroom:** “Een minirok is uitdagend bedoeld, maar met de bijpassende gereserveerde lichaamshouding – benen gespannen over elkaar – wordt het tegengestelde bereikt. Het is beter om jezelf te trainen in het aannemen van positieve of open poses. Dit vergroot je zelfvertrouwen, en anderen zullen je op positievere manieren tegemoet treden.”

### **10 x**

#### **Mannen over hun eerste kus**

1. “Ik was 22 en ging langs bij een vriendin van wie ik de zolder kon huren. We kletsten de hele avond en die zolder heb ik nooit gezien. Wel werd ik na een paar uur wakker van... mijn eerste zoen. Heerlijk, ik smolt helemaal weg.” (Arnoud, 38)
2. “Voor de jeugdsoos. Ik had nét mijn tong in haar mond, toen haar vader de lichten van zijn auto vol op ons richtte...” (Jurjen, 35)
3. “Om 12 uur 's nachts bij station Geldermalsen kuste ik als zestienjarig ventje voor het eerst een meisje. Bij Engels zat ik naast haar. De volgende keer dat we elkaar tegenkwamen, deden we alsof er niks aan de hand was. Romantiek!” (Mick, 33)
4. “We aten allebei eerst een groen appeltje voor de smaak. Het was heerlijk!” (Freek, 33)
5. “Tijdens carnaval, ik was dertien, en de setting was een beetje triest. Maar het gevoel was – ondanks de onhandige en onbeholpen handeling – magisch.” (Raymond, 29)
6. “Ze draaide met haar tong rond als een tornado. Ik vond het maar vies.” (Guido, 27)
7. “Op het randje van het zwembad op de camping in Frankrijk. Ik was zo zenuwachtig dat ik hard op mijn eigen tong beet. Ze moest erom lachen, gelukkig.” (Dick, 40)
8. “Nat en warm. En voor herhaling vatbaar.” (Nigel, 33)
9. “Mijn eerste kus was eigenlijk een soort omhelzing. En ik was al achttien. Een tijd later hebben de omhelzingen zich tot kussen ontwikkeld. Maar die omhelzing blijft voor mij Het Moment.” (Ryan, 33).
10. “Mijn beugel ketsend tegen die van haar. We kregen al snel de slappe lach.” (Rik, 34)

### **Literaire liefde**

“Ik ben gek op de liefde omdat ze zo kwetsbaar is,” oreert schrijver Herman Brusselmans. “Alles wat hard is en ondoordringbaar, daar hou ik niet van, en de liefde is anders: zacht, brekend, doorzichtig, mistig, als een sluier die over je dovende ogen wordt gelegd. Ja, als je de liefde bekijkt doe je dat het beste met dovende ogen, want wie haar met open ogen aanstaart, die wordt natuurlijk verblind, en blinde liefde moet je vermijden want ze zal je meesleuren in een afgrond met op de bodem een dikke laag onverschilligheid, en haat, en

afgrijzen. Ik ben gek op de liefde omdat ze tegengesteld is aan zichzelf. En ook omdat een vrouw tieten en een kut heeft.”

**Je hebt slechts 0,1 seconde nodig om te bepalen of je iemand aantrekkelijk vindt.** (Bron: Onderzoeker Alex Todorov van de Universiteit van Princeton)

### **Liefde voor muziek**

“Muziek speelt voor mij bij alles een belangrijke rol” zegt dj Don Diablo. “Ik zie het als de soundtrack van mijn leven, waarbij verschillende emoties extra kunnen worden benadrukt. Ik kan me persoonlijk ook het beste uitdrukken in muziek, vandaar dat ik dan ook af en toe mixtapes maak voor dierbaren als woorden simpelweg tekort schieten. Momenteel heb ik vooral de laatste cd van Peter Gabriel, *Scratch my back*, opstaan wanneer ik samen met mijn meisje een intiem avondje samen doorbreng.”

### **Vermijd seksuele sleur!**

Elke relatie heeft wel eens een dip die het er niet gezelliger op maakt in bed, of tijdens het diner. “Eigenlijk is dat een normaal proces tussen twee mensen die lief en leed willen delen,” zegt seksuoloog Egbert Kruijver. “Je kunt de crisis zien als noodzakelijk om in je relatie uit te groeien tot volwassen mens. En die emotionele volwassenheid is nodig om elkaar werkelijk te blijven ontmoeten in de seks. Als je vastloopt met je partner, en er is ook geen seks meer, dan kunnen deze tips van Kruijver helpen:

- Wees eerlijk tegen jezelf. Zorg dat je op eigen benen staat in je relatie. Hoe beter jij in staat bent rustig op je partner te reageren, hoe beter hij dat ook kan doen.
- Laat jezelf kennen. Deel wat je verlangt en nodig hebt in je relatie met je partner. Dat helpt hem of haar om hetzelfde te doen.
- Als je seks ziet als een grote, geurende, rijk gevarieerde Indische rijsttafel, dan nemen helaas veel mensen genoegen met de klikjes. Vermijd sleur! Creativiteit groeit naarmate je echt in contact met elkaar durft te staan en je jezelf veilig voelt bij jezelf.