

FRANK

DE VIER



Zelfs leden van een motorclub speurde in Heerhugowaard naar een hortensiadief, maar het was een opletende buur die de dader ontmaskerde. ILLUSTRATIE FRANK MUNTJEWERF



De Vier is een nieuwe rubriek waarin vier schrijvers uit de regio hun talenten mogen tonen. Vandaag: Klaas Luchtmeijer.

Gemengde gevoelens

Genoten! Er is volop genoten van een prachtig Paasweekende. Veel warme sfeer, ook gevoed door de zon. Het Waagplein, de hele Alkmaarse binnenstad bruisde als een schuimend glas bier. Of sprankelend bronwater voor anderen. Ieder zijn of haar meug, zolang het niet tegen heug en meug is. Goede zaken voor de mensen in de plaatselijke horeca en op tweede paasdag voor de tuincentra. De een geniet, de ander werkt en dat geeft soms gemengde gevoelens.

Kopje 'oorlog tijdens vrijmarkt'. Aansluitend een zonnige Koninginnedag, dat uit de hand gelopen verjaardagsfeestje waarbij het niet echt uitmaakt wie er jarig is. Hoewel, een rondje van het koninklijk huis zou toch een vorstelijke geste zijn.

Daarna Dodenherdenking, ingetogen, twee minuten

doodse stilte. Dat is ook de dag waarop mijn zoon jarig was, voor de twintigste keer. Voor de twintigste keer niet de vlag kunnen hijsen op zijn verjaardag, halfstok is voor hem ongepast. Een op zich voor hem feestelijke dag, overschaduwd door oud zeer, leed met terugwerkende kracht. Een donker tintje, een rouwrand. Leven en dood gaan hand in hand. Was hij een paar uur later geboren, dan had hij kunnen meedelen in de feestvreugde van Bevrijdingsdag.

Donker

Vijftig jaar eerder, dan was er niets te vieren geweest in de donkere dagen van de Tweede Wereldoorlog. Goed om daarbij stil te staan, ondanks gemengde gevoelens.

Tussen allerlei bedrijven door de dood van Bin Laden, op veilige afstand. Ver van ons bed?

Een dag daarvoor, in De Vest, 'The African Mamas'. Een kleurrijk gezelschap van donker gekleurde mensen uit verschillende Afrikaanse landen. Een paar weken eerder bezocht ik dat optreden in Den Haag, met mijn lief en liefdochter. Liefde brengt een mens op soms onvermoede gedachten en plaatsen, vandaar. Een prachtig theater en een schitterende voorstelling. Met gepassioneerde zang, dans en muziek. Swingend, waarbij ik me met recht een houten Klaas voelde. Gebaseerd op het levensverhaal van Miriam Makeba tijdens de Apartheid in het oude Zuid-Afrika. Een met bloed geschreven geschiedenis, bloed van mensen van vlees en bloed. Met de vraag, waarom vandaag de dag grenzen worden gesloten en overschreden. Met gemengde gevoelens.

KLAAS LUCHTMEIJER

Vrouwen, stop nou gewoon eens met klagen

De mannenfluisteraar

Met de volgende man wordt alles anders. Dat denken vrouwen vaak na de beëindiging van een relatie. Maar vaak verandert er helemaal niets. Sterker: op den duur lijkt de nieuwe man steeds meer op de vorige partner.

DOOR BO-ANNE VAN EGMOND

Dat heeft volgens lifestylecoach Monika Tuzar uit Alkmaar veelal te maken met hoe de vrouw de man ziet en benadert. „Wij vallen in oude rollen terug, onze patronen uit de vorige relatie nemen we mee.”

Wat wil de vrouw? was de vraag die psychiater Sigmund Freud zichzelf al stelde. Bij vrouwen rijst die vraag andersom ook regelmatig op: wat bezielt de man? Om inzicht te krijgen in zijn brein, is Monika Tuzar er. De mannenfluisteraar.

De van oorsprong Duitse Tuzar (55) volgt de methode 'Geen techniek, dat klinkt zo manipulatief' van de Amerikaanse Gigi Sage. Sage raakte geïnspireerd door de paardenfluisteraar die zelfs de moeilijkste paarden kon benaderen door zijn houding en toon aan te passen. Zij ontwikkelde 'Power Connections', een training waarin ze vrouwen bewust maakt welke invloed hun communicatie en houding hebben op mannen en relaties.

Glimlach

Tuzar kwam in aanraking met Sage door een training van haar te volgen. „Ik leerde de basisbeginselen van de mannenfluisteraar. Hoe kom je over op mannen? Ik merkte bijvoorbeeld dat wij met een glimlach die daaronder liggende woede kunnen 'transporteren'. Mannen merken dat meteen als er iets is. Ik dacht na afloop van de training echt: 'Arme man, dat ik zo tegen hem kan reageren.'”

Tja, dat verschil tussen man-

nen en vrouwen. Dat lijkt wel eens lastig, weet Tuzar ook. „Over het algemeen valt te zeggen dat vrouwen procesgericht zijn en mannen oplossingsgericht. Zij denken meteen aan de oplossing, terwijl vrouwen graag het hele proces vertellen. Bij vrouwen komt heel veel informatie binnen, waardoor zij vaker zijn afgeleid, terwijl een man meer gefocust kan werken.”

Bekritisieren

Vrouwen hebben de neiging om dingen negatief te benaderen en te bekritisieren. De vinger op de zere plek te leggen. Klagen: 'We hebben nooit meer tijd voor elkaar'. En daar ligt het probleem. Vrouwen moeten bij zichzelf beginnen. „Ze hebben de neiging om zichzelf op te offeren. Daarvan worden we uiteindelijk ontevreden. En zo zorgen wij onbewust ervoor dat de mensen om ons heen ook niet krijgen wat ze willen. De vrouw is het zonnetje van het gezin en als het zonnetje schijnt gaat het in het gezin ook goed.” Pas daarna kun je gaan werken aan de relatie.

Zeven punten zijn er om de relatie met je man (nog) beter te maken. Erkenning en nieuwsgierigheid tonen. Observere zijn gedrag. Moedig hem aan. Accepteer en wees ontvankelijk. En misschien ook wel heel belangrijk: toegankelijkheid. „De centrale vraag die we stellen is: wil je gelijk hebben of wil je gelukkig zijn?” Niet zo dramatisch, luidt de boodschap.



Monika Tuzar heeft van 'mannenfluisteren' haar vak gemaakt.

FOTO JIFOTO/ERNA SAUST

„In plaats van jezelf af te vragen waarom je hem erkenning moet geven voor het feit dat hij de vaatwasser heeft uitgeruimd,

terwijl hij toch nooit wat zegt als jij hebt gestofzuigd, kun je ook zeggen dat je het fijn vond dat hij dat heeft gedaan, omdat

je zo meer tijd had voor iets anders. Maar erkenning is geen vleitij. Je moet het wel menen.”

Een man heeft vaak prachtige plannen. „Dan gaat zijn licht aan, zoals wij dat zeggen”, vertelt Tuzar. Hij begint te

stralen, wordt enthousiast en gaat harder praten. „Vroeger had ik wel eens de neiging om direct te zeggen 'Ja, maar dat

kan toch helemaal niet', als een man zijn ideeën vertelde. Dan zag je het licht uitgaan. Nu luister ik en stel ik vragen. Ik laat hem uitspreken. Dan gaat het licht meteen weer aan. Pas later vertel ik mijn bedenkingen en laat het dan los. Dan ontstaat er ook ruimte dat ze zelf gaan nadenken.”

Prestatieniveau

Ruzie maken heeft een slechte invloed op je relatie. „Dat heeft zoveel impact. Het vertrouwen van de man breekt. Ze hebben tien dagen de tijd nodig voordat ze weer op honderd procent van hun prestatieniveau zitten, terwijl het bij vrouwen sneller gaat. Het duurt bij mannen langer om de emoties te verwerken. Bij vrouwen gaat alles via het limbisch systeem: wij nemen overal emotie in mee. Mannen kunnen dat gemakkelijker scheiden.”

Training

Bij Tuzar zijn trainingen en programma's te volgen in het mannenfluisteren. „Ik wil weten wat de behoefte is van de vrouwen, geef adviezen over hun levensstijl, hoe ze communiceren en we doen ook rollenspelen. Daarbij observeren de vrouwen de emoties goed en vragen ze ook om feedback. Uiteindelijk leren ze bewuster met hun gedrag omgaan. We maken video-opnames voor en na de training. Je ziet dat de vrouwen er achteraf veel jonger en veel meer ontspannen uitzien. Zo zie ik hoe mensen en relaties veranderen. Dat is echt een cadeautje.”

Op 26 juni wordt er in Alkmaar een 'Power Connections' training gegeven door Monika Tuzar, speciaal voor vrouwen die hun relatie willen verbeteren. Voor aanmelding en meer informatie, zie www.mannenfluisteraar.nl.

LEZERS SCHRIJVEN

Brieven van lezers zijn welkom. Houdt u er rekening mee dat de lengte beperkt blijft tot 250 woorden en dat het een onderwerp betreft waarover de krant heeft bericht. De redactie heeft het recht bijdragen te weigeren of in te korten. Insturen kan ook via e-mail naar lezers@hdcmedia.nl met vermelding van uw postadres.

Duinbrand

Het begint duidelijk te worden dat het vinden van de pyromaan lang gaat duren. Er kunnen ook weer nieuwe pyromaanen bij komen. De risico's waar we bewoners maar ook de hulpverleners aan bloot stellen, zijn veel te groot. Het wordt tijd voor structurele oplossingen: Hierbij is te denken aan: - brandgangen van dertig meter breed in een ruitpatroon van een bij een kilometer, - permanente brandblusleidingen ondergronds aanbrengen. Of gebruik maken van bestaande PWN-leidingen, - tijdens extreem droge perio-

des het gebied ontoegankelijk verklaren.

- permanent verbod op het bezit van aansteekmateriaal. - het hele gebied omheinen en alleen via toegangspoorten laten betreden (zoals op de Hoge Veluwe).

We moeten de dure brandblusoperaties met gevaar voor bewoners en hulpverleners zo snel mogelijk vervangen door een structurele verbetering waardoor we ons weer veilig gaan voelen in onze gemeente.

A.G.JANSEN
Egmond aan Zee

Zonnestralen

Een reactie op uw bericht over knipperende zonnestralen in de

AC van 22 april. Ook ik als bewoner van Stad van de Zon heb moeten wennen aan de drie gigantische windmolens bij het Strand van Luna. Toen ze werden opgebouwd, dacht ik: wanneer stoppen ze toch? Het lijkt wel alsof ze de hemel willen raken! De molens kun je horen bij bepaalde windrichting en ook bij zonnig weer is 's avonds enige schaduw waar te nemen. Toch zie ik ook positieve punten. Als ik 's ochtends één blik naar buiten richt, dan kan ik zien vanuit welke richting de wind waait. Da's handig voor een fietstocht. 's Middags weer even kijken en dan inschatten waar ik het beste uit de wind kan zitten en aan het eind van de dag voor het installeren van

mijn barbecue. De middelste windmolen is eigenlijk mijn gratis windmeter! Wellicht dat de bewoner Jan van der Starre op deze wijze de molens kan benutten en zijn videocamera gebruiken voor andere, mooiere filmpjes en plaatjes.

ERIC SMIT
Heerhugowaard

Republikeinen (1)

Het republikeinse deel van het college B&W Heerhugowaard; twee man hebben niets met het Koninklijk Huis.

Wel snoepen van een oranje-bitter (het was natuurlijk gratis).

Wat een hypocrisie.
L.W. VAN DEN BOS

Heerhugowaard

Republikeinen (2)

Met verbazing en ergernis heb ik wederom kennis genomen van het infantiele, bijna puberale gedrag van de 'wethouders' de Boer en Kwint, respectievelijk van PvdA en Groen Links. Volgens hun zeggen hebben beide heren niets met het koningshuis, maar 'moesten' acte de présence geven aan de plechtigheid van het uitreiken van een koninklijke onderscheiding.

Wel aanwezig dus, genietend van de koffie en snoepend van de oranjebitter, maar ondertussen provocerend met een donkere bril en donkere kleding.

Bah! Blijf een volgende keer thuis!

Het getuigt van geen enkel respect naar de nieuw geridderde werkers aan het 'wij-gevoel' in onze gemeente Heerhugowaard.

Het is de zoveelste blijk van bijna volledige incompetentie van dit onvolwassen tweetal, die binnen het college van bestuur de pretentie hebben veel te betekenen of veel betekend hebben voor de gemeente en gemeenschap van Heerhugowaard.

WILLEM HIMMELREICH
Heerhugowaard

Ganzeneieren

In de krant van maandag 2 mei

staat dat Landschap Noord-Holland begonnen is met het behandelen van ganzeneieren. Dan zijn ze knap laat. Iedereen kan zien dat er al welken overal grauwe ganzen met jongen lopen. Het behandelen van eieren van ganzen is door een speciale ontheffing van de provincie toegestaan, omdat het er in de ogen van de provincie te veel zijn. De wet staat dat alleen toe, als die schade is aange-toond en als de methode effectief is. En het is wetenschappelijk onweerlegbaar aangetoond, dat het behandelen van eieren van ganzen geen enkel effect heeft op de aantallen ganzen. Er is volgend jaar geen gans minder door het oliën van de eieren. Daarmee is het in feite in strijd

met de wet. Behalve zinloos, is het ook nog eens duur en zeer verstorend in de natuurgebieden, waar de ganzen tussen kwetsbare soorten als roerdomp en grutto broeden. Overigens zullen ook schieten of zelfs vergassen de aantallen niet kunnen verminderen. De ganzen verblijven niet alleen in Noord-Holland, ze verspreiden zich tot in Spanje, Hongarije en Polen aan toe en worden in veel landen met rust gelaten. In ons land worden er jaarlijks honderdduizenden geschoten zonder dat de aantallen of de schadeclaims minder worden.

Namens De Faunabescherming,
HARM NIESEN