



# Verliefd Wat is dat?

door een beetje aan te rommelen. Op zich vind ik die rationele houding helemaal niet onverstendig, maar je moet er niet in doorslaan. Het gevaar is dat je onbewust de lat te hoog legt, waardoor je niemand meer leuk vindt."

## Verdwijnende vlinders

Amy (31) herkent zich in de omschrijving van Evelyn. Toen haar ex twee jaar geleden een punt achter hun relatie zette, had ze een tijdje haar buik vol van mannen. Maar een half jaar geleden schreef ze zich toch in op een datingsite. Amy: "Bij de derde date ontmoette ik Michaël. Hij was gescheiden, vader van twee zoonnetjes, iets ouder dan ik en in het bezit van de mooiste blauwe ogen die ik ooit had gezien. Het klikte onwijs en er bloeide iets op. Na vier weken nodigde ik hem uit op een barbecue bij mijn beste vriendin en haar vriend. Helaas bleek hij in gezelschap van anderen erg verlegen. Hij klapte dicht en bleef voortdurend bij mij in de buurt staan, terwijl ik juist hou van mannen die spontaan zijn en hun eigen gang gaan. Mijn ex was ook niet zo zelfverzekerd in gezelschap, waardoor ik vaak de kar moest trekken op sociaal gebied. Ik vond het dus op z'n zachtst gezegd jammer dat Michaël zich ook als muurbloempje ontpopte. De vlinders in mijn buik verdwenen als sneeuw voor de zon." Evelyn Prinsen: "Alles wat je meemaakt, programmeert je op een bepaalde manier. Voor oude liefdes geldt dat al helemaal. Ik zou Amy adviseren om in dit geval heel goed naar haar gevoel te kijken. Is ze afgeknapt op deze man omdat hij verlegen is? Of valt het wel mee? Om verliefd te worden, moet je iemand wel een kans geven. In plaats van alleen naar hem te kijken, kun je ook eerst naar jezelf kijken. Amy zou zich bijvoorbeeld kunnen afvragen hoe zij destijds met de - in haar ogen mindere -

Ben je single en zelden onder de indruk van een man? Zo laat je je hart weer sneller kloppen.

### Blijferin geloven

➡ Evelyn "Bedenk of je nog wel gelooft dat je verliefd kunt worden. Als dat gevoel ontbreekt, ga je de situatie misschien zelf creëren en dat zorgt voor een negatieve focus."

➡ Ben je je geloof in de liefde kwijt? Praat met

vriendinnen die gelukkig zijn in de liefde en besef dat als het hen lukt, het ook voor jou is weggelegd. Probeer positief te blijven, dan straalt je dat ook uit.

### Stel je ervoor open

➡ Voel je wel genoeg, maar ontbreken juist de romantische gevoelens? Werk aan je mood. Ga dansen, flirt puur voor de lol met een knappe man op straat, kijk een romantische film of hoor een

vriendin uit over haar nieuwe liefde. Kortom: sta open voor verliefdheid. ➡ Kijk je op de juiste plek? Of verwacht je stiekem dat 'de ware' vanzelf naar je toe komt galopperen? Niet doen! Trommel vriendinnen op om uit te gaan, schrijf je in op een datingsite, nodig die leuke collega uit voor een etentje of laat je vrienden weten dat ze je best mogen koppelen aan een leuke man.

eigenschappen van haar ex omging en hoe ze dat nu anders zou kunnen aanpakken."

## Chemie zegt ook niet alles...

Feit is dat we niet op zoek moeten gaan naar perfectie. Hoe perfect iemand ook lijkt, het zegt weinig over de chemie tussen jullie. En trouwers, chemie verzekert je ook al niet van een *happily ever after*. Wat dat laatste betreft is Babette (28) een expert. Ze wordt regelmatig verliefd, maar nooit op mannen met wie ze oud wil worden. Babette: "Ik ontmoet tijdens het uitgaan regelmatig iemand met wie ik meteen een klik heb. Samen dansen is sowieso dé manier om verliefd te worden. Je lichaam is dicht bij dat van hem, de muziek zorgt voor emotie, je voelt je vrij en sexy. Heerlijk. Jammer alleen dat de mannen met wie ik klik meestal van het type 'bindingsangst', 'booty call' of 'bachelor for life' zijn." Evelyn Prinsen beaamt dat omgeving een invloedrijke factor is als het om verliefd worden gaat. Evelyn: "Als je jong bent, kom je vaker op plekken waar verliefdheid je gemakkelijk overkomt, bijvoorbeeld in het uitgaansleven. De sfeer is er maar: je drinkt wat, laat je meevoeren. Mensen van rond de dertig zijn vaak meer gebonden. Ze hebben vaste gewoontes ontwikkeld en een baan waardoor ze niet elke

avond de stad in kunnen. En als je gewoon geen zin meer hebt om nachten door te halen, moet je dat ook vooral niet doen."

## Voorbij het wensenlijstje

Maar wat moet de single die open staat voor verliefdheid dan wel doen? Evelyn: "Datingsites zijn een prima uitvinding. Enerzijds is het heel rationeel, je hebt nota bene zoekopties! Maar aan de andere kant is het superhandig dat je kunt aanvinken dat je iemand wil dateren met een kindervens." Dat ook op internet de lat hoog ligt, weet Evelyn uit eigen ervaring. "Ik heb mijn partner ontmoet via Relatieplanet. Toen ik zijn profiel foto zag, heb ik hem een hartje gestuurd. We kregen contact, spraken af en het klikte. Later zag ik welke foto's er nog meer op zijn profiel stonden. Daarop droeg hij best foute kleren waar ik zeker op was afgeknapt. Dan had ik dat hartje dus niet gestuurd. En nu hebben we twee kinderen. Idioot toch?" Ook Amy besloot dat de verlegenheid van Michaël geen reden was om de stekker uit de relatie te trekken. Bij zijn vrienden bleek hij wel extravert en naarmate hij haar vrienden beter leerde kennen, kwam hij meer los. Amy: "Ik besef dat hij nooit de gangmaker op elk feestje zal zijn, maar inmiddels maakt dat me niet meer uit. Er zijn zo veel andere dingen aan hem die ik leuk vind, dat ik me niet meer kan voorstellen dat ik ooit heb overwogen ermee te stoppen. Mijn *gut feeling* - dat is een leuke vent - klopte. Toen ik besloot ervoor te gaan, kwamen de vlinders vanzelf terug. En ze zijn er nu, een jaar later, nog steeds. Ik denk dat verliefd worden voor mij veel te maken had met de controle loslaten en voor bij mijn wensenlijstje kijken. Nu ik dat weet, is verliefd zijn - en blijven - heel makkelijk."

# Mannen LATEN ZICH BIJ VERLIEFDHEID VAAK LEIDEN DOOR UITERLIJKE KENMERKEN VAN VRUCHTBAARHEID, ZOALS EEN GEZONDE HUID EN RONDE HEUPEN

BRUN, COSMOPOLITAN US