

'STOP MET EEN HOND TE MENSELIJK TE MAKEN'

Nieuw boek maakt komaf met hardnekkige mythes over honden

'Een hond is een beetje een hoer.' Wie dacht in het nieuwe boek 'Liefde tot op het bot' alleen de romantische versie van de hondenliefde te vinden, is eraan voor de moeite. Gedragstherapeut Wilfried Van Craen doorprijkt de ene na de andere mythe. Gesteund door een stapel wetenschappelijke studies én zijn eigen hond Lorca, een Leonberger. 'Het werd tijd dat iemand eens op zoek ging naar de waarheid over honden. En dan nog het liefst vanuit hun perspectief. Baasjes moeten stoppen met een hond te menselijk te maken.'

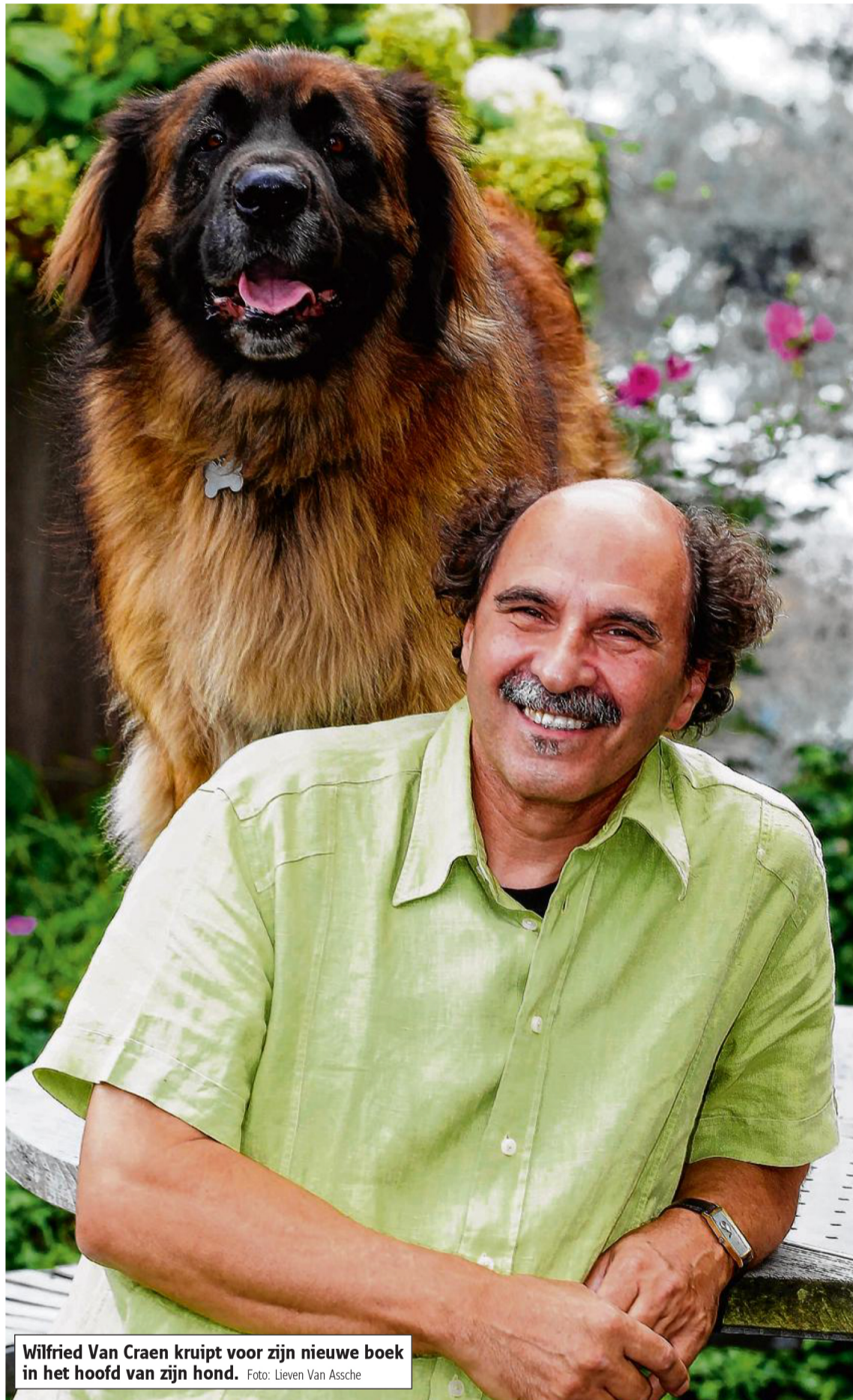
KIM CLEMENS,
FOTO LIEVEN VAN ASSCHE

Lorca ligt er gezapig bij. Ze geniet van de zon. 'Eigenlijk zouden we allemaal eens wat meer op hondenhoogte moeten gaan liggen. En kijken naar de wereld zoals zij dat nu doet', zegt Wilfried Van Craen. In twaalf boeken doorploegde de psycholoog alle aspecten van het menselijke zijn. Maar voor zijn dertiende kruipt hij in de ziel van zijn hond. 'Tijdens een wandeling beseftte ik plots hoe weinig zij eigenlijk mag kiezen. Ik, als mens, beslis alles. Het werd een oefening om me even in te beelden hoe ik me zou voelen in haar plaats. Zo is het boek ontstaan. En omdat Lorca een *non-nonsense* hond is, wist ik dat ik voor een wetenschappelijke benadering moest kiezen.'

Wij kozen enkele straffe stellingen uit het boek.

'Een hond heeft geen menselijke gevoelens'

'Opgetutte mormels' noemt hij ze, de beestjes die met strikje, jas en pet door het leven moeten. 'Net dragqueens.' Maar wel typerend voor de tendens om dieren menselijke eigenschap-



Wilfried Van Craen kruipt voor zijn nieuwe boek in het hoofd van zijn hond. Foto: Lieven Van Assche

pen toe te dichten. Zelfs de psychologische etiketten worden niet meer geschuwd. 'Een nieuwe en negatieve trend', zucht Van Craen. 'Je hebt honden die boulimie hebben, die autistisch zijn of depressief, en uiteraard bestaat er dan een bijhorend pilletje. Pure commercie. Al is de tegenovergestelde benadering, de hond als wolf, ook een stap te ver. Dat is de geliefde theorie van hondentrainers, maar de hond is al duizenden jaren gedomesticeerd. Dat maakt hem noch wolf noch menselijk.'

'Een hond is instant prozac. Hij maakt mensen lichamelijk beter én gelukkiger'

Hele bibliotheken heeft de schrijver uitgepluisd op zoek naar bewijzen van het tegendeel. 'Maar ik vond ze niet. Er zijn bovendien echte bewijzen van een lichamelijk effect. Uit een hele rist studies blijkt dat er endorfines vrijkomen als je een hond streelt. Die verhogen het geluksgevoel en de weerstand. Uit één studie bleek zelfs dat mensen

met een hond 30 procent sneller recupereren van een hartaanval. Vooral op langdurig zieken, bejaarden en kinderen heeft een hond een zeer heilzaam effect. Ze trainen je ook in mindfulness. Die levensvisie draait om het constant terugkeren naar het heden en je daarop te concentreren. Wel, een hond leeft alleen in het nu. Die piekert niet over gisteren of morgen. Ik raad baasjes aan om zich tijdens de wandeling even net als hun hond te concentreren op al hun zintuigen. Ze zullen snel stoppen met piekeren.'

'Een hond is een mensenfluisteraar. Hij herstelt het evenwicht in huis'

Vergeet hondenfluisteraars. Eigenlijk kan een hond vaak beter inschatten wat er zich in het hoofd van zijn baasje afspeelt dan omgekeerd.

'Je moet er eens op letten, een hond observeert constant iedereen rondom zich. Hij moet wel, alleen op die manier weet hij hoe hij met zijn gezin moet omgaan', zegt Van Craen. 'Hij voelt het meteen als je gemoedstoestand verandert of als er spanningen zijn in huis. Is er *ambros* in huis, dan zoekt iedereen nadien de hond even op voor een snelle knuffel. Zo herstellen ze het evenwicht.'

In Vlaanderen zijn er steeds meer initiatieven rond therapie met honden. 'Magnifiek wat daarmee bereikt wordt. Daar kan een gedragstherapeut als ik alleen maar van dromen. Vooral bij mensen met posttraumatische stress en autisme zijn de resultaten verbluffend.' Soms wordt het eerder *mensensnuffelen*. 'Sommige honden kunnen ziektes ruiken. In Amerika worden ze zo sinds een jaar ingeschakeld om prostaatanker op te sporen. Indrukwekkend.'

'Een hond is een beetje een hoer. Maar wel één die je onvoorwaardelijk lief heeft'

Houdt een hond van zijn baasje omdat die de eetbak vult? Of komt er meer bij kijken?

'De waarheid ligt ergens in het midden. Een hond is een beetje een hoer, maar hij geeft ook onvoorwaardelijke liefde. Ben je ontslagen of verdikt, dan blijft hij je trouw.'

Al mag je dat niet gaan idealiseren. 'Heel wat baasjes willen in hun hond menselijkheden weerspiegeld zien die velen helaas fundamenteel ontberen: liefde, trouw, levenslust. Maar het blijven dieren.' Eenzame mensen maken dankzij hun hond sneller een praatje met een passant; singles geraken zelfs makkelijker aan een lief, zo blijkt uit een studie. 'Maar als je de hond gebruikt als substituuft voor een kind, een overleden echtgenoot of een zus, dan wordt het gevaarlijk.'

INFO

'Liefde tot op het bot', Wilfried Van Craen, Witsand uitgeverij, 14,95 euro