

Doe vaker een dutje




www.boekerij.nl

Francesco Marciuliano

Doe vaker een dutje

En andere lifehacks van katten





ISBN 9789022591093

NUR 370

Oorspronkelijke titel: *You Need More Sleep:
Advice From Cats*

Vertaling: Jonas de Vries

Omslagontwerp: Hillary Caudle, bewerkt door Pinta
Grafische Producties

Omslagbeeld: © Shutterstock.com/MaxyM

Zetwerk: Steven Boland

© 2015 Francesco Marciuliano. Through arrangement
with the Mendel Media Group LLC of New York

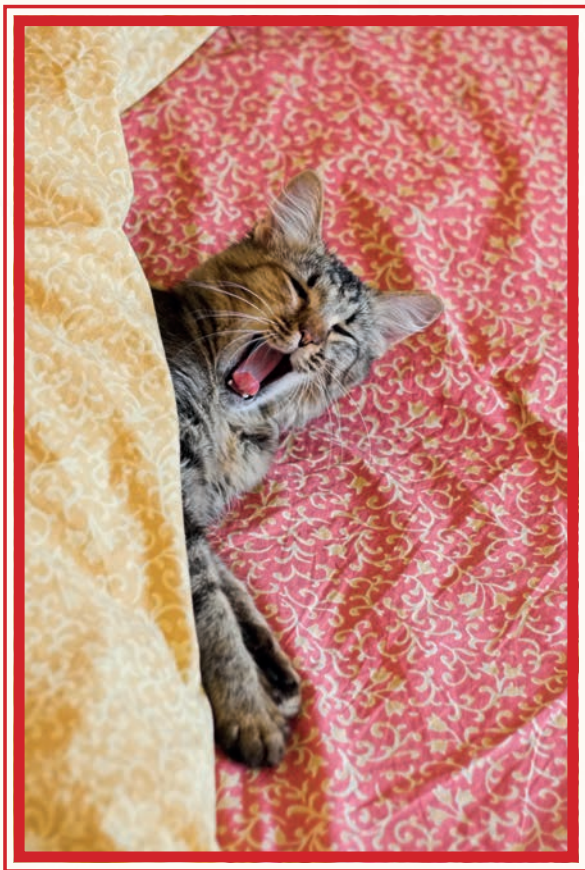
© 2020 Nederlandse vertaling Meulenhoff Boekerij bv,
Amsterdam

Niets uit deze uitgave mag openbaar worden gemaakt
door middel van druk, fotokopie, internet of op welke
andere wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke
toestemming van de uitgever.



Opgedragen aan de kat uit mijn jeugd,
Bettina, die me alles heeft geleerd wat ik
weet – behalve hoe je kunt blijven slapen
zonder van de koelkast te lazeren.





Inhoud



INLEIDING: Luister naar je kat	8
I: Persoonlijke relaties	11
II: Sociale interactie	39
III: Werk en loopbaan	63
IV: Jij, jij, JIJ!	89
DANKWOORD	115



Inleiding

Luister naar je kat

Hoe vaak is het niet voorgekomen dat het je even te veel dreigde te worden, maar dat je toen naar je kat keek die uitgestrekt op de salontafel lag, genietend van het vijfde uur van zijn derde dutje die dag? Hoe vaak heb je niet gewikt en gewogen over iets onbenulligs, om vervolgens te zien hoe Poekie voor het oog van iedereen zijn blaas leegde, waarbij hij jou even aankeek met een blik van: *Is er wat?* Hoe vaak werd je niet gekweld door besluiteloosheid, om ineens uit je gedachten op te schrikken wanneer de kat achteloos een glas van tafel schoof, omdat het nou eenmaal dinsdag is en dat soort dingen nou eenmaal moeten gebeuren?

Katten leven al sinds mensenheugenis een leven vol zelfvertrouwen, complete onafhankelijkheid en zalige onverschilligheid, terwijl de mens zichzelf tot het uiterste drijft met zijn onzekerheden, emotionele afhankelijkheid en het schokkende besef dat het berichtje dat

ze zojuist hebben geappt, getwitterd of ge-maild wel eens het einde van hun baan, relatie of reputatie kan betekenen.

Maar wanhoop niet, tobber. De katten kunnen je helpen. Jazeker, voor het eerst in de geschiedenis hebben onze muizenjagende meesters al hun wijsheid en inzichten verzameld in een levensveranderend en egostrelend boek, in de wetenschap dat hun manier van leven de juiste is. Of het nu gaat om de liefde, het doorstaan van sociale gelegenheden of het beklimmen van de carrièreladder (om er vervolgens achter te komen dat je niet meer naar beneden durft), de katten in dit boek zullen je uitleggen hoe je voor gemoedsrust, zelfverzekerdheid en een bijna onnatuurlijke zelfingenomenheid kunt zorgen, ook als je liever in je blootje rondjes door de woonkamer rent.

Begin dus vooral met lezen en sla de volgende bladzijde van je leven om. Misschien dat je dan, als je een kat zijn ding ziet doen, kunt uitroepen: 'Ja! Dat is hoe ik mijn leven moet leiden!' Om vervolgens tegen beter weten in te glimlachen, omdat hij zich niets aantrekt van wat je net zei.



A golden retriever dog is lying on a couch, partially covered by a brown patterned blanket. A newspaper and a magazine are scattered on the couch next to the dog. The background shows a window with a view of trees. The text is overlaid on a white rectangular box with a light blue border.

I PERSOONLIJKE RELATIES



Voor als je zo nu en dan beseft dat je in hetzelfde huis woont als iemand anders.

Blijf altijd op tien meter afstand van je geliefde

Een gezonde relatie gaat evenzeer om samen-zijn als om persoonlijke ruimte. De beste manier om voor dat laatste te zorgen is door nooit, maar dan ook nooit stil te zitten. Als je partner de kamer binnenkomt, kom dan overeind en sluip weg. Als ze je volgt, schiet dan de trap op. Blijft ze je achternazitten, ren dan naar de slaapkamer, bots tegen de kast-deur, vlucht de overloop op, sprint naar de werkkamer, veeg alle kantoorpullen van het bureau, donder in de prullenmand en vlieg de trap weer af. Blijf rennen totdat je partner naar haar werk gaat en jij je acht uurtjes zalige rust krijgt die jullie beiden nodig hebben om de liefde te laten opbloeien.





Toon je genegenheid met cadeautjes

Er is geen mooier gebaar dan met een cadeautje aan de ander duidelijk maken dat je van haar houdt. Je partner zal het geschenk – en de tijd en moeite die het je heeft gekost om het te bemachtigen – zeker waarderen. En jij zult tot je genoeg merken dat je nog steeds in staat bent een dikke kraai te verschalken. Zorg er alleen voor dat het cadeau intact is. Een halve verjaardagstaart is ook maar zozo, dus waarom iets geven wat zijn kop mist?

Mocht dat te inspannend zijn, dan kun je je geliefde ook het mooiste denkbare geschenk geven: jezelf, nadat je hebt liggen rollenbollen in het lint dat ze vergeten was op te bergen.



Verander voortdurend waar en wanneer je aangeraakt wilt worden

Net als een virus moet een liefdesrelatie muteren om te kunnen overleven en gedijen. Daarom is het zo belangrijk om de ander te verrassen door dingen ineens niet meer leuk te vinden. Wispelturigheid geeft je partner een broodnodige emotionele opkikker: na te zijn teruggedeinsd van haar aanraking kom je later, als ze op het toilet zit, weer terug voor kusjes en knuffels.

.....





Levenslange affectie duurt hooguit zes seconden

Liefde is nooit zo ingewikkeld als mensen je willen doen geloven. Het gaat er gewoon om dat je partner je overlaadt met affectie in die korte periode tussen het tonen van oprechte tederheid en de eerste tekenen van het stockholmsyndroom. Waarna je kunt besluiten te ontsnappen of te blijven liggen totdat zijn benen beginnen te slapen en de drang om te plassen ondraaglijk wordt. Dat laatste onderstreept trouwens een andere levensles: liefde gaat gepaard met offers.

Overlaad je partner niet met liefde, maar toon wel je goede wil

Toon nooit te veel affectie. Hoe vaker je je gevoelens met haar deelt, hoe gewoner het wordt en hoe minder betekenis het krijgt. Wees spaarzaam met je genegenheid, maar treed dan wel doortastend op. Duw je kop – onverwacht hard – tegen haar kin. Lik niet alleen haar neus, maar ook haar neusvleugel, om haar eraan te herinneren hoe raar dat is in gezelschap. Ga op haar gezicht zitten totdat het blauw aanloopt.

Kort gezegd: doe alles wat nodig is om haar om vier uur 's ochtends te laten opstaan, wat immers het beste moment is om ontbijt voor je klaar te maken – of om haar officieel dood te laten verklaren.



Wat van hem is, is nu van jou



Relatie: twee geliefden die gaan samenwonen en al hun bezittingen in een kleine huurwoning proppen. Dat is ook precies waarom de spullen van je geliefde nu van jou zijn, hoe goed hij ook zijn best doen ze voor je verborgen te houden. In relaties gaat het nou eenmaal om geven en nemen (en dan vooral om nemen).

Ga er dus vandoor met een van zijn lievelingssokken. Dompel je poot in zijn glas om een ijsblokje of olijf te pikken, of om te ontdekken hoe die eenentwintig jaar oude single malt nou eigenlijk smaakt. Speel met al zijn bezittingen en vooral met de spullen die beschreven worden als 'breekbaar'. Hoe meer je ze als gedeeld bezit beschouwt, hoe minder zorgen je je hoeft te maken over een ongelukje hier en daar.

Toon NU interesse in je partner



Schaken heb je natuurlijk nog nooit gedaan, maar dit is het uitgelezen moment om op het speelbord te springen en een paar stukken te verplaatsen, gewoon om te kijken hoe het werkt. Je hebt nog nooit wagyubiefstuk geproefd, maar als je toch in de buurt van het bord van je partner bent, kun je net zo goed even proeven, toch? Scheren is niet echt jouw ding, maar je kunt toch best even je partner helpen door zijn scheermes steeds weer de juiste kant op te duwen?

Als je interesse toont in je partner, zal de band alleen maar hechter worden... of hij sluit je op in de slaapkamer, in welk geval het noodzakelijk wordt patience te leren spelen op die dure iPad.





Begroet de vrienden van je partner eenmalig

En dat betekent niet telkens als je ze passeert: het betekent echt maar één keer, wanneer je de kamer binnenkomt... om vervolgens stoicijs door te lopen totdat je de kamer weer uit bent.

Tenzij de kamer natuurlijk maar één deuropening heeft. In dat geval moet je rechtsomkeert maken terwijl je – met afgewende blik – een ommetje onder het meubilair door maakt of strak tegen de muur blijft plakken. Als iemand je naam roept, blijf dan minstens een uur stokstijf staan of zet meteen een sprintje in naar de deur zonder ook maar acht te slaan op wat je omstoot of achter je aan sleept.

Kijk naar je geliefde alsof je zijn naam nog weet

Komt het geregeld voor dat je partner naar je kijkt, blijft kijken en vervolgens opzichtig begint te kuchen in jouw richting, en wend je dan je blik af om uit het raam te gaan staren? Dat komt omdat mensen die in een relatie zitten zich erkend willen voelen. Kijk zo nu en dan vol bewondering naar je partner, van achter het gordijn, wanneer je aan zijn greep probeert te ontkomen. Dat geeft hem een prettig gevoel en hopelijk besluit hij dan om ergens anders naar te gaan kijken.



Vertrouw degene die jou regelmatig van voedsel voorziet

Sommige mensen liegen. Andere stellen je teleur. En weer andere zijn zo dom dat de hond van de buren vergeleken met hen Albert Einstein is. Maar iemand die elke ochtend uit bed komt om ervoor te zorgen dat je maagje goed gevuld is, die kun je volledig vertrouwen.

Tenzij ze eerst naar de badkamer gaat. Of eerst haar eigen ontbijt klaarmaakt. Of je ineens een ander merk brokjes voorzet. Of een pil in je eten probeert te verstoppen. Of het water te dicht bij je etensbakje neerzet. Of niet wil dat je aan háár ontbijt begint zodra je klaar bent met het jouwe. Op zulke momenten besef je dat je beter af bent in je eentje.

