

Het bed als relatiebarometer

BOEK



Vertellen de lakens een verhaal van liefde en passie, of hullen ze zich in stilzwijgen? En wat betekent dat dan? Je leest het in 'Over lakens en geluk', van therapeute Martine Mingelincx.

Voor wie heb je dit boek geschreven?

"Eigenlijk voor iedereen die een relatie heeft. Ook voor wie op het punt staat om er een aan te gaan, staan er nuttige adviezen in. Zo helpt het boek je om te achterhalen of je wel voor de juiste partner kiest. Neem in ieder geval geen genoegen met 'zomaar iemand'. Per slot van rekening gaat het om de persoon met wie je je leven wilt doorbrengen. Daarnaast behandelt het boek ook thema's als

respect, vertrouwen, ontrouw, familie, communicatie en ruzie. Kortom, alle obstakels waarmee je in een relatie geconfronteerd kunt worden en hoe je ermee kunt omgaan."

Waarom koos je voor relaties als thema?

"Na mijn eerste boek, 'Blijvend geluk vind je in jezelf', vroegen lezers me hoe je dat geluksprincipe in een relatie kunt toepassen. Want geluk nastreven is mooi, maar als je met een partner zit met wie het

echt niet klikt, word je steeds ongelukkiger. Daarom dit tweede boek. In de titel 'Over lakens en geluk' verwijs ik met een knipoog naar de situatie in bed. Seks is een barometer. Als twee partners in bed met hun rug naar elkaar toe liggen, zonder enige vorm van communicatie, is er op andere vlakken vaak iets mis. Zodra je weet waar de problemen liggen, kun je ze aanpakken."

Wat is de grootste troef?

"Het is vlot leesbaar en heel

herkenbaar dankzij de vele getuigenissen. Ook geeft het inzicht als het slecht gaat in je relatie. In mijn praktijk als therapeute merk ik dat mensen soms niet eens in de gaten hebben dat hun relatie bergaf gaat, tot ze opeens vaststellen dat hun relatie over is. Dit boek zorgt ervoor dat je alert blijft."

'Over lakens en geluk', door Martine Mingelincx.
Uitg. Houtekiet. ISBN 9789089240880, € 17,50.