● Ludo Hugaerts en Gilda Benjamin

Motorrijden maakt écht gelukkig

Plannen om een motor te kopen? Doen! Volgens de psychologen kunnen we hiermee een spannende nieuwe stap in ons leven zetten en zelfs depressies vermijden, zeker als we onze partner erbij betrekken. Maar lees eerst dit rapport: feiten, trends, gevoelens, getuigenissen... én tips.

Eerst de feiten: in 2008 werden in België 101 293 motorfietsen ingeschreven (een derde nieuw, twee derde tweedehands). Dat is 30% meer dan in het jaar 2000. De motor blijft dus – crisis of niet – in de lift zitten.

Het cliché wil dat het vooral 45-plussers zijn die deze dure tuigen kopen, maar klopt dat ook? Bij Febiac, de overkoepelende organisatie van de auto- en motorenhandel, en ook bij Honda, de marktleider in België, willen of kunnen ze dat echter niet bevestigen. Wij doen niet aan leeftijdsanalyses, horen we. Febiac wijst wel op een trend: zwaardere motortypes (vanaf 500 cc) worden nu vooral door 45-plussers gekocht, terwijl jongvolwassenen duidelijk voor lichtere types (tot 125 cc) kiezen omdat ze hiervoor geen apart motorrijbewijs nodig hebben.

Bij Harley-Davidson hebben ze wél een leeftijdsprofiel: de leeftijd van een Harleyrijder bedraagt gemiddeld 47 tot 48 jaar. Bij de Motorcycle Action Group (MAG), een belangenvereniging van motorrijders, schat men dan weer dat zeker één derde van alle leden van Belgische motorclubs uit 45-plussers bestaat. En dat zijn lang niet meer alleen mannen. Meer en meer vrouwen worden de jongste jaren enthousiaste motorfanaten. De meeste merken spelen daarop in door nu vrij zware modellen aan te bieden met een lagere zitting.

"Als twintiger nemen mannen hun vriendin achterop mee op hun motor, als vijftiger rijdt hun vrouw naast hen op haar eigen machine", vat ➜

CARTOONIST QUIRIT EN ZIJN VROUW SABINE: *"Een onweerstaanbare drang"*

Bij ons kloppen alle clichés", lacht Jean-Marie Mathues (56), beter bekend als cartoontekenaar Quirit. "In het jaar waarin ik vijftig werd, liep ik langs een grote dealer van Harley-Davidsons. Ineens voelde ik een onweerstaanbare drang. Ik ben binnengestapt en heb een H-D Dyna Superglide gekocht. En zeggen dat ik nog nooit op een motor gereden had! Ik heb rijles genomen en al snel ondervonden dat het allemaal waar is, die gevoelens van vrijheid-blijheid en de positieve rebelsheid. Achteraf heb ik als grap de midlifecrisis aangevoerd als excuus, maar misschien is dat nog waar ook. Mijn vrouw Sabine (50) vond mijn aankoop in elk geval heel vreemd. Tot ik twee jaar later in de States een motortrip maakte. *Easy Rider* in het echt. Sabine reed achter mij met de auto en zag mijn geluk. *Manneke, ik wil dat ook,* zei ze. Terug thuis heeft ze prompt zelf een Harley gekocht! Vandaag rijdt ze meer dan ik. Onze vakanties bestaan nu uit gezamenlijke motortrips. Volgend jaar wil ik meedoen aan de 55cc Quest van de Amerikaanse motorclub Iron Butt Association. Je moet dan van de oost- naar de westkust van de VS rijden in 50 uur. Als ik dat haal, hoor ik er helemaal bij!





Meer en meer motormerken bieden modellen met een lage zitting aan voor de groeiende groep vrouwelijke bikers (op de foto: de Forty-Eight van Harley-Davidson, vanaf € 10.595).

→ Erwin Steegmans van MAG de heersende trend samen.

Nog volgens MAG zouden één vijfde van alle Belgische motorrijders *herbeginners* zijn. Erwin Steegmans: "Daarmee bedoelen we mannen die in hun jeugd een motor hadden, maar op een auto zijn overgeschakeld toen ze een gezin stichtten. Zodra hun kinderen op eigen vleugels vliegen, keren ze dan terug naar hun vroegere liefde."

Het leeftijdscliché lijkt dus te kloppen en dat is begrijpelijk ook. Een goede motorfiets is niet goedkoop. Dertigers en beginnende veertigers hebben daar zelden een budget voor. Bovendien past een motor op dat moment niet in hun levensfase. Ze hebben dan vooral een grote auto nodig om hun kinderen te vervoeren.

Ook het cliché dat mannen een motor kopen om hun midlifecrisis te bezweren, berust voor een groot deel op realiteit. "Iedereen staat rond zijn vijftigste stil bij de vraag: *heb ik alles uit het leven gehaald?*", zegt klinisch psycholoog Carlo Van den Berge. "We gaan dan zoeken naar nieuwe uitdagingen – liefst iets dat het ouder worden uitstelt en de jeugdigheid die we aan het verliezen zijn, compenseert. Met een zekere nostalgie knopen we weer aan bij de leeftijd 18-25 jaar. De aankoop van een motor is een boodschap aan onszelf en aan de buitenwereld: *Kijk, ik kan het nog en ik moet het nu doen.*"

"We worden weer rebel"

Dat het vooral (maar niet meer alleen!) een mannenzaak is, mag niet verwonderen. "De snelheid van een motor en de fysieke inspanningen van het motorrijden helpen ons de vermindering van onze viriliteit te compenseren. Daarom zie ik de aankoop van een motor als een opbouwende stap. We krijgen een nieuw levensdoel en als remedie tegen een midlifecrisis is dat veel beter dan het slikken van antidepressiva of het urenlang uitgezakt kijken naar de televisie."

Met een motor herwinnen we tegelijk een vergeten gevoel van vrijheid-

Musts voor (her)beginners

Ogenblikje! Vóór u de knoop doorhakt, leest u beter eerst de adviezen die Erwin Steegmans meegeeft aan alle 45-plussers met motorplannen:

- **Volg een opleiding:** als u vóór 1 januari 1989 een rijbewijs B hebt gehaald, hoeft u weliswaar niet een apart motorrijbewijs A te hebben. Toch is het vrijwillig volgen van een basiscursus aan te bevelen. De verkeersomstandigheden en de machines zelf zijn al lang niet meer dezelfde als in uw jeugd. Zeker 35 % van de slachtoffers van motorongevallen zijn bikers van 40+ die nog niet lang met motorrijden zijn gestart of herbegonnen. Bij MAG kunt u een overzicht van erkende motoropleidingen vinden (☎ 03 8884163 en www.mag.be).
- **Vraag een testrit.** Een motor moet u liggen en bij uw fysiek passen. Vraag de verkoper om een testrit, ook als u tweedehands koopt.
- **Houd wat geld over.** Besteed niet uw volledige budget aan de motor alleen, houd nog wat over voor goede beschermkleding (verplicht vanaf 1 januari 2011!) en nuttige accessoires.
- **Volg een zogenaamde sleutelcursus.** Daar leert u hoe een motor werkt en hoe u hem zelf kunt onderhouden.
- **Start met korte ritten.** Plan niet meteen lange trips: verplicht uzelf eerst tot een flink aantal korte trips in eigen land om aan uw motor gewend te raken.
- **Controleer de bandenspanning.** Kweek de routine aan om de bandenspanning om de twee weken te controleren.
- **Zoek een club.** Er zijn tal van bonafide motorclubs, al dan niet gebonden aan een merk (zie de portaalsite http://motorclubs.2link.be). Voor beginners bieden ze het voordeel van de onderlinge hulp. Ze zorgen ook voor variatie in de uitstappen.
- **Neem elk jaar deel aan een screening.** Dat is een rijvaardigheidstest die door tal van clubs georganiseerd wordt.



blijheid. "Als vijftiger vallen gezinslast en grote loopbaanambities grotendeels van onze schouders. We trekken ons ook veel minder aan wat de buitenwereld zegt", verklaart onze psycholoog nog. "Een auto staat voor onvrijheid (denk maar aan de files!) en gebondenheid (werk, gezin), een motor voor vrijheid en avontuur. Het Easy Riderimago straalt op ons af, we worden weer een beetje rebel. Of we nu manager, leraar of bouwvakker zijn: op een motor vallen rang en stand weg en stappen we uit ons normale keurslijf. Koning Albert II is een motorrijder en hem kunnen we toch moeilijk een nozem noemen."

Het geheim: dopamine

In een onderzoek dat hij deed voor Harley-Davidson, heeft de Amerikaanse psycholoog Aric Sigman naar een verklaring gezocht voor het fenomeen. Blijkt dat we bij het motorrijden een reeks sterke gewaarwordingen tegelijk beleven: geluid, snelheid, wind, buitenlucht, kracht... Die sensaties samen doen in onze hersenen de neurotransmitter dopamine vrijkomen. Deze stof stimuleert de pleziercentra in onze middenhersenen en het voorste deel van onze hersenen. "Dezelfde gebieden die oplichten bij andere welgekende hoogtepunten zoals fantastische seks, winnen in een casino of bungeejumpen", schreef Sigman.

Motorrijden kan ons dus gelukkig maken. Op één voorwaarde: dat we onze levenspartner bij de aankoop betrekken. "Als een motor moet dienen om thuis weg te vluchten, dan maken we alles behalve een positieve keuze", waarschuwt Carlo Van den Berge. "De aankoop van een motor moet – ook financieel – door het thuisfront gedragen worden. Als man moet je erover spreken met je levenspartner. Als vrouw mag je niet meteen schrik krijgen. Misschien kunnen jullie weer dingen samen gaan doen? Gezamenlijke trips en opgaan in dat gevoel van solidariteit. Dat kan voor even veel geluk zorgen als de dopamine!" ■



THIERRY DRICOT EN CHRISTIANE DELVAUX: *"Rond de Middellandse Zee"*

Op het ogenblik dat u dit leest, ben ik samen met mijn vriendin Christiane met een KTM 990 Adventure bezig aan een tocht van 22000km in drie maanden", vertelt journalist en fotograaf Thierry Dricot. "Onze motor kan flink wat bagage dragen en is geschikt voor alle terreinen. We willen proberen helemaal rond de Middellandse Zee te rijden, dus langs de Spaanse Costa's en dan langs de kusten van Noord-Afrika, Egypte, het Nabije Oosten, Turkije, Griekenland, de Balkan en Italië. We willen eerst en vooral testen of dit mogelijk is en verder zoveel mogelijk mensen ontmoeten, foto's nemen en geld ophalen voor een goed doel. Ons streefdoel is 15 tot 16 uur per dag te rijden, maar niet in het donker. Uit ervaringen weet ik dat motorrijden 's nachts heel gevaarlijk kan zijn. Ik ben van jongs af aan een motorfanaat en ik ken het wereldje goed. Mijn vader nam me als kind mee om te kijken naar motorraces. Toch is deze tocht voor mij de kers op de taart voor mijn vijftigste verjaardag.

Motorrijden is voor mij een wezenlijk onderdeel van mijn bestaan en van mijn persoonlijkheid geworden. Ik kan niet meer leven zonder. Als je in het buitenland met de motor reist, voel je je een rondzwervende zigeuner. In een auto heb je altijd nog de ruiten en de deuren als een soort van muur, op de motor leg je veel gemakkelijker contact. En de solidariteit tussen motorrijders mag dan folklore lijken, ze bestáát echt. Christiane vindt het dan weer heerlijk achterop te zitten en zich te laten rijden, met de neus in de wind. Je beleeft intense sensaties: de bochten, de snelheid, de geur van versgemaaid hooi, stallen en warm asfalt. En met gebruik van een koptelefoon of andere accessoires kun je onderweg met elkaar communiceren... ondanks het lawaai!

Plus.be magazine

Kent u routes of tips die u wilt delen met andere motorfans? Mail naar: webredactie@plusmagazine.be. Wij zullen de reacties publiceren op onze website www.plusmagazine.be