

# Een adres om van te dromen

Henk Prakken zit al een leven lang in de dravers. Tegenwoordig heeft hij een stal in Nijeholtpade. Hij houdt er dekhengsten, verzorgt er de opfok van veulens en biedt er onderdak aan paarden die van rust genieten. Een bijzondere man, die honderduit praat over zijn grote liefde. Als we na het gesprek tot besluit door de stallen lopen, zie ik in de praktijk wat Henk bedoelt. Als topdraver, die even moet bijkomen van de harde koerswereld, droom je van zo'n adres.

De wereld van de draf- en rensport is een boeiende wereld, waarin je met enige regelmaat bijzondere mensen tegenkomt. Henk Prakken is er zo eentje. Hij past bepaalt niet in het profiel van de doorsnee Nederlander en weet dat zelf maar al te goed. Het lijkt hem niet zoveel te interesseren hoe mensen over hem denken. Daar in de volstrekte rust van het Friese land is hij volmaakt gelukkig te midden van zijn viervoeters.

Als ik in het stikdonker de smalle weg volg richting de snelweg, die me terugvoert naar Groningen is er tijd om de indrukken van een speciale avond te overdenken. Dan ontdek je dat voor het grote geluk eigenlijk niet zoveel nodig is.

Henk gaat niet gebukt onder werkstress, de eurocrisis, hypotheekrente aftrek, verhoging van de AOW leeftijd, files, treinen die niet op tijd rijden, onzekere pensioenen, vrienden op Facebook/Hyves en getwitter. In zijn paradijsje nabij het riviertje de Tjonger draait het alleen maar om paarden, die gelukkig moeten zijn.

Als ik hem naar zijn toekomstwensen vraag, dan heeft hij er eentje voor zichzelf en een

voor de sport. "Ik weet al heel veel van paarden, maar nog niet alles. Ik hoop dat ik nog tijd genoeg krijg om nog meer te weten te komen. Ik heb nog vragen waarop ik antwoorden hoop te vinden. Geld heb ik niet en dat interesseert me ook niet. Ik vind het geen probleem om hier in het harnas te sterven. Ik hoop dat de sport er weer bovenop komt. Ik geloof best dat alle bestuurders het beste met de sport voor hebben, maar vaak realiseren ze zich niet dat ze er voor het algemeen belang zitten. Daarvoor moet je de persoonlijke belangen opzij zetten. Zoals het nu gaat, moet het niet. Onze sport lijkt bestuurlijk teveel op Ajax".

## Naar de garage

Henk Prakken is van huis uit opgegroeid met paarden. Zijn ouders hadden een stalhouderij in Sneek en bezaten ook dravers. De stalhouderij werd later ingeruild voor een autobedrijf. Henk wilde in zijn jeugd maar een ding en dat was pikeur worden. Zijn vader had echter andere ideeën. Hij wilde zijn zoon in het garagebedrijf. Daar heeft Henk inderdaad gewerkt, maar het was bepaald niet zijn ding. Hij zette er een dikke vette streep onder en ging verder in de paarden. Thuis raakte hij vertrouwd met Wachtel P, die ze zelf beleerden en waarmee Klaas Kramer koerste. Later was er Corrie Again M die bij Hendrik Maring stond en die bracht de familie Prakken succesvolle paarden als Immer Treu en Janny P. Zij wonnen omgerekend in euro's ieder ruim twintig mille.

Uit die tijd weet Henk van zichzelf dat hij bijzondere gaven heeft om met paarden om te gaan. Hij heeft er veel met psychologen over gesproken en die herkennen zijn verhalen en waarnemingen. Er volgt een boeiende monoloog. Henk, met zijn excentrieke lange grijze lokken, blijft mij consequent met u



Henk Prakken is één met zijn paarden.

aanspreken en vraagt met grote regelmaat 'duidelijk'? In het vuur van zijn betoog roept hij ook af en toe 'kijk me aan'. Dat geeft hem de bevestiging dat zijn gesprekspartner het echt begrijpt en geïnteresseerd is in zijn verhaal. Niet iedereen die hij ontmoet hoeft weer te komen. Dan mist hij de klik. Hij roemt gaandeweg de avond mensen als dierenarts Folkert van der Veen en de rechterhand van Hugo Langeweg, Peter Quist. Dat zijn mensen waarmee hij over zijn dravers kan praten en waarvan hij heel veel leert. Zij spreken zijn taal en begrijpen hem.

Op de praatstoel met de kletterende regen op het dak van zijn onderkomen steekt Henk van wal. "Ik was zes jaar toen ik al leerde om een veulen te vangen. Dat blijft mooi werk. Ik doe het nog altijd zonder camera's en geboortemelders. Ik voel precies aankomen wanneer een merrie gaat veulen. Ik ben er dan ogenblikkelijk bij en slaap desnoods een week lang niet als het veulen me nodig heeft. Ik probeer het veulen direct aan de biest te krijgen. Dat is goud waard. Ik zeg altijd dat een eetlepel biest meer dan een miljoen waard is. Voor jong leven moet je vechten. Het belang van het paard staat voorop. Ik denk nooit in geld. Daarom ben ik denk ik ook zover gekomen in mijn band met paarden. Als je een goed paard wil fokken, dan moet je heel kritisch naar de merrie en de moeder van de merrie kijken. Je moet de fouten in je eigen merrie opzoeken. Eigenlijk is het moment van dekking al belangrijk. Dan moet de merrie in de juiste stemming zijn. Ze moet geestelijk en lichamelijk helemaal top zijn om drachtig te worden. Als je een goede draver wil fokken, moet je oog hebben voor het exterieur. Je moet niet teveel toegeven op de basis eisen. Aan de ogen van een paard kan ik heel veel afzien. Ik wil karakter en talent zien. Door heel intensief met een veulen bezig te zijn, kan ik meestal na veertien dagen op basis van observatie al zeggen of het een goed paard wordt. Ik zie ook een wereld van verschil tussen veulens van een goede of een slechte moeder. Dat is net als bij mensen. Bij mijn prognose zeg ik er altijd bij, dat ongelukken en blessures achterwege moeten blijven. Helaas hebben wij de Derby al op driejarige leeftijd en valt er verhoudingsgewijs daarna weinig te verdienen. Daardoor gaat er noodgedwongen heel veel talent verloren. We denken teveel aan de korte en te weinig aan de lange termijn."

#### Goede voeding

"In mijn visie gebeurt er tijdens de dracht en de opfok ontzettend veel en daarbij is goede



De stal van Prakken, langs het riviertje de Tjonger, is voor de paarden een paradijs op aarde.



Virgill Boko kijkt nieuwsgierig over de omheining naar zijn bezoek.

voeding heel belangrijk. Daar heb ik heel lang op gestudeerd, maar nu weet ik hoe de juiste voeding eruit ziet. Ik maak dat allemaal zelf. Een nadeel daarvan is het kostenplaatje, maar als mijn paarden er gelukkig van worden, dan ben ik dat ook. Als je goed voert, dan hoef je helemaal niet zoveel vitaminepreparaten te geven. In goed voer moet alles zitten en daarbij is het juiste hooi ook heel

belangrijk. Een paard moet elke dag goed eten en na het eten laat ik ze steevast een uur volledig met rust. Weet je dat bij mij merries en veulens 's avonds altijd naar binnen gaan? Ook als het warm is. Wij leven hier in een kikkerland, waar een ideaal klimaat heerst voor reuma aandoeningen en problemen met de luchtwegen. Daarom moeten paarden 's avonds lekker naar binnen. Bij



heel slecht weer gaan de paarden hier ook niet naar buiten. Mensen hebben toch ook geen zin in training als het slecht weer is. Als je na een dagje pauze een paard bij goed weer naar buiten laat, dan is hij blij en traint extra.

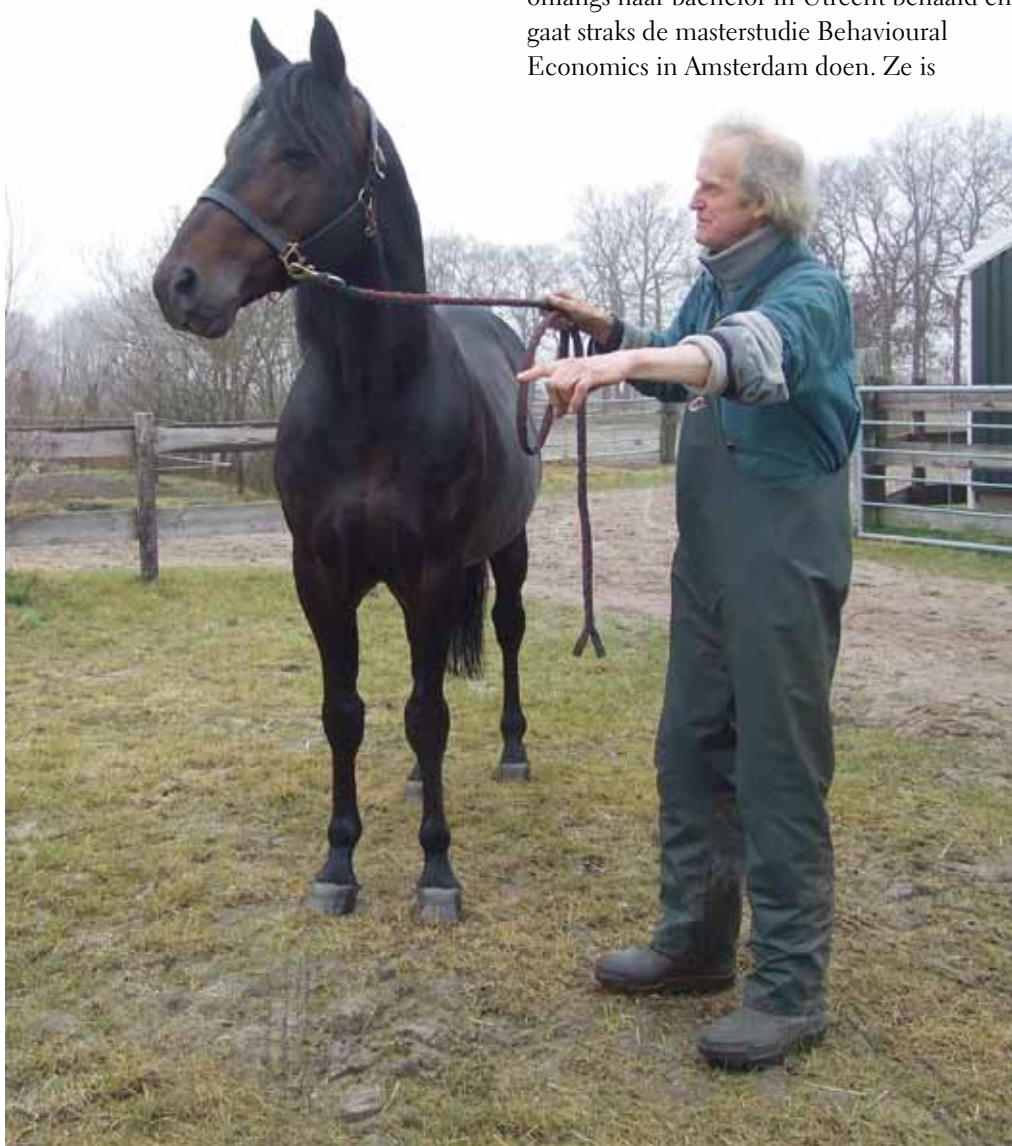
In ons land dwingen we paarden vaak onder verkeerde omstandigheden. Ik zeg altijd dat het verschil tussen een paard dat het naar zijn zin heeft en een minder gelukkig paard een seconde in kilometertijd is. Van jongs af praat ik veel met paarden en dat blijf ik doen. Sportpaarden hebben praktisch allemaal last van stress en daar moet je rustig mee praten. Wat dat betreft zijn het precies kinderen. Je moet ook weten dat topdravers geen kudde-dieren zijn. Voor de top moet je echte egotrippers hebben. Bij mij gaan paarden vaak liggen in de box. Dat doen ze omdat ze zich thuis voelen. Hennie Grift keek daar ooit enorm van op. Dat komt ook omdat ieder paard bij mij zijn eigen box heeft en ik niet wissel. Vergelijk het maar weer met mensen die vinden het ook fijn om een eigen plekje te hebben. Ook heb ik ontdekt dat paarden net als mensen dromen. Ik heb hier

in het dorp een woning, maar daar ben ik eigenlijk nooit. Ik slaap het liefst hier in de stal dichtbij de paarden. Als er dan iets is, dan ben ik tenminste in de buurt. De rust die hier 's nachts heerst en de geur doet me goed en maakt me blij. Ook zorg ik af en toe voor muziek. Daar worden de meeste mensen blij van en dat is bij paarden niet anders. Vaak heb ik hier paarden staan die een zware blessure hebben of een operatie achter de rug hebben. Dat zijn de probleempaarden, die moeten revalideren. Dat is weer een vak apart. Het is de kunst om ze fysiek weer in orde te krijgen, maar ook mentaal. Ze moeten hier lief en blij vandaan gaan. Ondanks dat ik vaak probleempaarden heb, komt de dierenarts hier verhoudingsgewijs weinig. Het enige waarin ik consequent ben is tweemaal per jaar een influenza en rhino injectie”.

#### **Kennis overdragen**

Henk Prakken heeft meestal zo'n 25 paarden staan. Het kost hem af ten toe moeite om personeel te vinden, maar momenteel heeft hij het erg getroffen met Cora. Zij heeft onlangs haar bachelor in Utrecht behaald en gaat straks de masterstudie Behavioural Economics in Amsterdam doen. Ze is

helemaal gek van paarden. Henk draagt zoveel mogelijk van zijn kennis aan haar over en inmiddels kan zij hem ook assisteren in de training van de koerspaarden op rust. De tijd vliegt voorbij, maar voor de rondgang met Henk door de stallen wil ik best nog even blijven. Het valt op, dat er absolute rust heerst als we binnenkomen. Alle paarden staan hoog in het stro en van de vloer kun je bij wijze van spreken eten. Henk opent rustig iedere box en spreekt de paarden kalm toe, zoals een vader dat met zijn kinderen doet. Ze krijgen allemaal een “hapje van pap”. Een lekkernij, die hij steevast meevoert in zijn broekzak. Sommige paarden legt hij uit dat het meegebrachte bezoek deugt en dat lijkt ze gerust te stellen. Het is heel bijzonder om te zien, dat alle paarden zich zonder uitzondering bij hem melden zonder geluid of wilde bewegingen. We komen veel paarden van de familie De Witte tegen, waarmee hij al jaren een goede band heeft. Hij laat vol trots een jaarling van Expo Bi zien. “Dat wordt een topper. Geloof mij maar. Een heel best paard en kijk dat jaarling dat bij hem in de box staat, heeft hij mee opgevoed. Zo slim is hij”. We zien Nevele Cero O, die geniet van een rustige oude dag en de nog actieve dekhengsten Expo Bi en Pim Wielinga. Diens eigenaar, Jan-Ede Kuipers was zo onder de indruk van de nieuwe locatie van zijn dekhengst, dat hij een prachtig compliment per sms stuurde. Henk is er zichtbaar door geroerd. Hij stopt zo ontzettend veel energie in zijn paarden, dat hij het mooi vindt dat anderen dat waarderen. Verder staan er veel koerspaarden, die deze winter mogen bijkomen. Paarden waar vaak een verhaal bij hoort, maar bijna altijd slaagt Henk erin om ze weer helemaal fris in hoofd en lijf terug te geven aan de trainers. Arco Robel is er zo eentje. Een paar jaar geleden haalden we fokker Belga voor het voetlicht en sindsdien volg ik Arco met iets meer dan normale interesse. Zijn fokker heeft me meer dan eens verteld over de vele problemen, die Arco gehad heeft, maar mede dankzij de zorgen van Henk Prakken kan hij nog altijd uitgroeien tot een topdraver. Dat geldt voor veel dravers die een tijdje bij Henk hebben gestaan. Als “zijn kinderen” weer moeten koersen, dan gaat hij vaak wel even kijken. Verder bezoekt hij niet zo vaak onze koersbanen. Eerder op de avond heeft hij me verteld, dat hij soms verdrietig wordt van wat hij daar ziet. Hij bewondert wat dat betreft de vergevingsgezind van dravers. “Daar kunnen mensen nog veel van leren. Na herstel doen paarden weer met veel inzet hun werk. Dat vind ik soms ontroerend om te zien”.



**Henk Prakken toont Pim Wielinga. De hengst van Jan-Ede Kuipers voelt zich thuis in Friesland.**





**De merries gaan 's nachts naar binnen, ook in de zomer als het warm is. "Zo voorkom je ziektes", aldus Prakken.**

Na het afscheid wijst Henk me de juiste route vanaf zijn erf naar de doorgaande weg. Als ik lang zijn land rijd, valt me op dat alles er perfect uit ziet. Voor alles gaan zijn dravers, die moeten het goed hebben. Dan is "pap" ook gelukkig. Henk keerde in 2004 vanuit Heino terug naar Friesland. Hij kon zijn huidige accommodatie, waar ooit Arnold Mollema zat, huren en hoopt er tot in lengte van dagen te kunnen blijven. Natuurmens als hij is, is hij er volstrekt gelukkig. Pas als er iets met een van zijn paarden is, dan heeft hij het zwaar. Hij kan er dagen lang van wakker liggen. Als hij het met al zijn kennis zelf niet weet, dan gaat hij op zoek naar het beste adres om de oplossing te vinden. Tijd voor andere dingen heeft hij niet. Zijn dochter Ageeth is inmiddels uit de sport en woont op Tenerife en zijn zoon Henk Jaap heeft een eigen bedrijf in de Dominicaanse Republiek. Ze vragen regelmatig of hij eens langs komt, maar zijn paarden laten dat niet toe. Gelukkig komen ze dan wel naar hem toe. "Ik ben één met het paard, maar blijf wel de baas" zo noemt hij dat zo mooi.



**"Aan de ogen van een paard kan ik heel veel aflezen. Ik wil karakter en talent zien."**