

# De Sensitieve Pionier 9

Voorjaar 2013

*De Sensitieve Pionier wordt verzorgd door Marian van den Beuken en verschijnt vier keer per jaar op [www.desensitievepionier.nl](http://www.desensitievepionier.nl). Je kunt je er gratis op abonneren. Voel je vrij de informatie te gebruiken. Wel graag de bron vermelden.*

## De gevonden tweelinghelft

De afgelopen winter is een van de betere in mijn leven geweest. Ik heb haar vooral als een rijke tijd ervaren. Ik heb genoten van mijn besluit om een stap terug te doen en veel uit te rusten, na de drukte rond het uitkomen van *Meer zijn dan je brein* en de nasleep daarvan. Als het een besluit is, kan het heerlijk zijn om te niks en zomaar wat aan te tutten. Al moet dat ook weer niet te lang duren, want dan begint het weer te kriebelen.

Deze winter was ook een tijd van veel ervaren. Ik las een boek over de verdwenen tweelinghelft, waarover verderop meer, en dat resoneerde en resoneerde maar door. Ik wist het niet, maar 10% van alle baby's die geboren worden blijken deel uitgemaakt te hebben van een tweeling en in veel gevallen verdwijnt een van de twee in de loop van de zwangerschap. Dit blijkt voor de overgebleven tweelinghelft verregaande consequenties te hebben, zonder dat dit ooit onderkend wordt. Deze 'overlevenden' blijken allemaal zeer sensitief te zijn. Andersom: er zijn schattingen dat een op de twee hooggevoelige mensen een overlevende tweelinghelft is. Kenmerken van het 'verloren tweeling syndroom' zijn onder meer een neiging tot symbiose, steeds maar willen versmelten, of, andersom, juist geen band aan durven gaan, steeds tevergeefs op zoek zijn naar de ideale partner, op allerlei gebieden onvervuld blijven, moeilijk afscheid kunnen nemen, een preoccupatie hebben met de dood. Terug naar mijzelf: de ontdekking van mijn verloren tweelinghelft verklaart voor mij allerlei vragen die tot nu toe onopgelost bleven. Heel veel ervaringen komen nu in een ander licht te staan. Ik vermoed bijvoorbeeld dat mijn chronische vermoeidheid hier op terug te voeren is.

Ik ben blij met deze ontdekking, het is net alsof ik me nu compleet begin te voelen waar ik nog altijd onvervuld was gebleven. Ik ga door, dit te onderzoeken. Ik voel een groot verlangen, me hier in te gaan specialiseren en deze informatie, die voor hoogsensitieve mensen van zo groot belang kan zijn, door te geven en verder te verspreiden. Ik wil me daarbij niet beperken tot de problematische kant ervan. Het duizelt me bij het perspectief dat al deze mensen, die in het begin van hun aardse bestaan het (nog onbewuste) geluk van de totale eenheid met een ander wezen hebben beleefd, deze bijzondere ervaring, als de wonden geheeld zijn, in kunnen zetten om de mensheid vooruit te helpen.



## Deze en komende tijd



### Prana

Ik vermeldde het al in de vorige nieuwsbrief: het februari/maart nummer van Prana is gewijd aan de wijsheid van het kind. Er staat een artikel van mij in met de titel *Joep gaat naar school en we leren allemaal*. Ik heb er al leuke reacties op gekregen. Het is een mooi nummer geworden. Je kunt het bestellen op [www.ankh-hermes.nl](http://www.ankh-hermes.nl).

### Enkele mooie reacties op Het geluk van hooggevoeligheid:

*'Dank voor de herkenbaarheid, je woorden hebben mijn hart gestreeld, deden me regelmatig glimlachen van geluk. Je hebt mijn hart geraakt. Zelfliefde en heling komen op mijn innerlijke pad. Je bent niet alleen een woordkunstenaar maar ook een levenskunstenaar die verstand, gevoel en zielenleven weet te doseren. Je inzicht, levenservaring en zijn geven me juist net die duw die ik nodig had.'* C.G.

*'Wat na jaren van therapie onmogelijk leek, lijkt nu gewoon een haalbare kaart: gelukkig zijn met wie ik ben en mijn talenten gebruiken in plaats van ze te onderdrukken.'* E.V.

*Blauwe geur*

*vooral in de lente  
bruist het leven  
door uitbundige groei*

*na het loslaten  
van wat achter mij ligt  
ontstaat nieuwe ruimte*

*in het bloembed  
van de liefde  
geuren blauwe viooltjes*

© Marion Spronk

## Lezingen en workshops

### Roermond

Donderdag 21 maart, Lezing Hooggevoeligheid als kracht, Bezinningscentrum Het Labyrint, Herderstraat 4, 6045 CA Roermond, tijd: **Let op!** 19.00 – 21.00 uur, kosten: € 10, 0475 327105, 06 52306618, <http://www.het-labyrint.com>, aanmelden noodzakelijk, via [info@het-labyrint.com](mailto:info@het-labyrint.com).

*Ieder mens is gevoelig. Die gevoeligheid is een kant van de mens die niet altijd op zijn waarde geschat wordt. Ze wordt vaak beschouwd als zwakte, terwijl er juist zoveel moois in schuilt. De uitdaging waar je als (hoog)gevoelig mens voor staat, is je eigenheid te erkennen, te accepteren, lief te hebben en te vieren, wat je omgeving daar ook van vindt. Als je je aan dat proces durft over te geven, dan ga je merken dat je die gevoeligheid kunt leren hanteren als een verfijnd instrument. Dan blijkt er in het kwetsbare een kostbare kracht te schuilen: de kracht van je eigen natuur.*

*Als je die kracht eenmaal voelt, dan kun je je sensitieve kwaliteiten bewust in gaan zetten voor jezelf en voor de wereld. Dan word je een echte sensitieve pionier.*

*De tijd is gekomen om in jezelf te investeren en je eigen kracht te eren. Zo zul je steeds meer sprankelende energie genereren en jezelf optimaal beschermen tegen negatieve prikkels en energieverlies. Vol vreugde neem je dan je unieke plaats in de wereld in.*

### Diessen, 13 juli en 3 augustus

In de vakantietijd verzorg ik twee informele ontmoetingsmiddagen in Yogastudio De Zonnestraal in Diessen (regio Tilburg) naar aanleiding van *Het geluk van Hooggevoeligheid* en *Meer zijn dan je brein*. Ik vertel over het boek van die middag en er is alle ruimte voor persoonlijke vragen en het uitwisselen van (lees)ervaringen. In principe kan alles rond het thema aan de orde komen. In de pauze kun je eventueel boeken kopen en desgewenst laten signeren.

Zaterdagmiddag 13 juli Ontmoetingsmiddag Het geluk van hooggevoeligheid

Zaterdagmiddag 3 augustus Ontmoetingsmiddag Meer zijn dan je brein

Tijd: 14.00 – 16.00, aantal deelnemers: maximaal 10, Kosten: de basiskosten zijn € 5 per persoon, bepaal na afloop zelf wat je deze middag waard vond en wat jij vanuit je hart kunt geven. Adres: Zijthorst 34 5087 BX Diessen, 013 504 2299, [www.yogastudiodezonnestraal.nl](http://www.yogastudiodezonnestraal.nl), aanmelden: stuur een mailtje met je naam, telefoonnummer en woonplaats naar [yogastudiodezonnestraal@home.nl](mailto:yogastudiodezonnestraal@home.nl).

*Elke keer als je een ongemak ervaart, van welke aard ook,  
of dit nou emotionele of fysieke pijn is, het betekent altijd hetzelfde:  
'Ik heb een verlangen dat energie oproept, maar ik heb een overtuiging die dit niet toelaat,  
en daardoor heb ik weerstand gecreëerd in mijn lichaam.'*  
*De oplossing om ongemak of pijn los te laten is elke keer opnieuw:  
je ontspannen en een gevoel van opluchting bereiken.*

*Abraham/Hicks*

## Gehoord – gezien – gelezen – ervaren

### Het drama in de moederschoot, boekbespreking <sup>1</sup>

Alfred en Bettina Austermann, ervaren therapeuten, werkend met lichaamsgerichte, energetische en traumatherapie en familieopstellingen, zijn vanuit hun ruime ervaring en na uitvoerig onderzoek tot het inzicht gekomen dat ongeveer 10% van alle baby's die geboren worden, in de eerste drie maanden van de zwangerschap deel hebben uitgemaakt van een tweeling. Dit wordt bevestigd vanuit ervaringen in België, waar de gewoonte bestaat om al zeer vroeg in de zwangerschap echo's te laten maken. Dit gegeven blijkt voor het leven van de overgebleven tweelinghelft verregaande consequenties te hebben, terwijl dit zelden onderkend wordt. Een gevolg hiervan is dat veel mensen zich ondanks allerlei therapieën niet helemaal gehoord en geholpen blijven voelen. Ze blijven met onopgeloste problemen zitten, variërend van eenzaamheid, schuldgevoel, bindingsangst, verlatingsangst, moeite om het leven in eigen hand te nemen, angst voor aanraking, claustrofobie, ernstige jaloezie en sommige vormen van autisme tot paniekaanvallen, benauwdheid, pijn in het hart, beverigheid, tandenknarsen, nagelbijten en niet zwanger kunnen worden. En dit rijtje is nog niet eens volledig. Je zou bijna denken dat het concept van de verdwenen tweelinghelft de oplossing voor ieder probleem kan bieden. Dit wordt door de Austermanns ontkend. Ze benadrukken dat zulke problemen regelmatig ook *niet* worden veroorzaakt door dit trauma, maar dat de mogelijkheid aanwezig is en altijd moet worden onderzocht.

Het boek beschrijft tot in detail wat het verloren tweeling syndroom is, geeft veel praktijkvoorbeelden en behandelingsmethoden. De stijl is vlot en aangenaam; ik heb het in één adem uitgelezen.

Informatie over de verloren tweelinghelft op Nederlandse websites:

- <http://www.menssana.nu/pages/nl/publicaties/ziektebeelden/alleengeboren-tweeling.php>
- <http://www.ronborsboom.nl/index.html>
- <http://www.margreeth-stoffers.nl/lost-twin.html>
- Het is ook de moeite waard om de reviews op [bol.com](http://bol.com) te lezen.

Met dank aan Anita.




---

<sup>1</sup> Alfred en Bettina, Austermann, Het drama in de moederschoot, Akasha 2008<sup>2</sup>

## Van gifbelt tot tempel

Een tweetal andere boeken dat veel voor me is gaan betekenen. Ze gaan over ontgiften en een gezonde voedingsstijl. Ik had ze al een tijd in huis liggen, maar ik wilde ze niet alleen lezen, maar ook ervaren. Het duurde even tot ik zover was. Maar ruim vijf weken geleden besloot ik te starten met een ontgiftingskuur van vier weken volgens de methode die detoxcoach Jacqueline van Lieshout beschrijft in het eerste deel: *In 28 dagen van gifbelt naar tempel*<sup>2</sup>. Het *Tempelkookboek*, het tweede deel, geeft extra recepten voor de ontgiftingskuur en de tijd erna. Ik had nooit gedacht dat ontgiften zo'n feestelijk gebeuren zou kunnen zijn. Het feest begon al met in de boeken te kijken. Ze zien er zo fris en smakelijk uit en van de mooie lay out en de prachtige foto's loopt het water je meteen al in de mond. Het zijn boeken voor mensen die van heerlijk en eerlijk houden. Tijdens de ontgiftingskuur is een aantal voedings- en genotsmiddelen taboe: vlees, koffie, alcohol, suiker, zuivel van koemelk, eieren, transvetten, artikelen met gluten, gistextract, E-nummers en andere toevoegingen. Je zou denken dat je vier weken heel erg gaat afzien. Niets is minder waar. De manier waarop Jacqueline het weekmenu in deze tijd invult, is leuk, aantekelijk, en leidt tot zeer smakelijke maaltijden. Ja, het is wel bewerkelijk, maar ik vond het fijn om zo zorgvuldig met mijn gezondheid bezig te zijn en ik voelde me steeds schoner worden van binnen. Nog een prettig gevolg: zonder enige moeite viel ik 3,5 kilo af. Nu is de kuur al een week achter de rug en ik eet en drink nog steeds op dezelfde manier. Het bedenken en bereiden kost me minder moeite, want ik ben in die weken behoorlijk creatief geworden. De klachten waarom ik aan de kuur begon, zijn voor een groot deel verdwenen (maag-, darm- en gewrichtsklachten) en ik geniet ervan hoe schoon en licht ik ben. Allerlei mensen geven me complimenten over mijn uiterlijk. Ze vinden me slanker, energieker en roemen mijn frisse huid. Tot slot: je zou misschien na deze lofzang denken dat ik betaald word voor deze promotie, maar dat is niet zo.

Nu we toch bezig zijn: een website met [Leuke en gezonde recepten](#)

Een tip om regelmatig te relaxen tijdens het werk: [Installeer een mindfulness bell op je computer](#)

*De basis van je leven is absolute vrijheid, het doel is vreugde,  
en het resultaat van die perfecte combinatie is voorwaarts bewegen, of groei.  
Jouw doel is om voorwerpen van aandacht te vinden die je kurk doen opwippen.  
Abraham- Hicks*

---

<sup>2</sup> Jacqueline van Lieshout, *In 28 dagen van gifbelt naar tempel*, AnkhHermes 2010<sup>5</sup>, *Het Tempelkookboek*, AnkhHermes 2012<sup>1</sup>

## Kinderen – opvoeding – onderwijs

### Kidspower boeken

Kidspower is een reeks boekjes van **Irene Heim** met leuke verhalen en tips die kinderen helpen om met problemen om te gaan. Er zijn nu zes titels verschenen met thema's als *boos, verveling, druk in mijn hoofd, overgewicht, een zieke ouder en faalangst*. De reeks zal elk jaar worden uitgebreid.

[www.puur-boeken.nl](http://www.puur-boeken.nl)

### Het verhaal van kleine beer

Elisabeth Ouborg van Filmatelier La Luna maakte een filmpje speciaal voor peuters en kleuters die verwekt zijn met behulp van een donor. Het is bedoeld als voorbereiding op een gesprek met het kind hierover. Door het kijken naar **Het Verhaal van Kleine Beer** geef je je kind de mogelijkheid op een eigen moment met vragen te komen. Er zijn drie varianten: I voor kinderen met een alleenstaande moeder; II voor kinderen met twee moeders; III voor kinderen met een moeder en een vader. De DVD is te bestellen bij Filmatelier La Luna: [ouborg@zonnet.nl](mailto:ouborg@zonnet.nl) (o.v.v. I, II of III)

Prijs: 7,50 Euro + verzendkosten



*Today, no matter where I'm going and no matter what I am doing,  
it is my dominant intent to see that which I am wanting to see.*

*Abraham-Hicks*

## Sensitief studeren

*Toos de Wildt, docent op een hogeschool voor kunstonderwijs, en een echte sensitieve pionier, deed tijdens een Masteropleiding Special Educational Needs met als afstudeerrichting Coachend Innoveren in Nijmegen een onderzoek naar de relatie tussen hoogsensitiviteit en studeren. Het viel niet mee om het onderzoeksthema erdoor te krijgen; aanvankelijk werd het niet serieus genomen omdat het niet wetenschappelijk onderbouwd werd geacht. Maar Toos is een doorzetter, als die iets wil, haalt ze werkelijk alles uit de kast om het voor elkaar te krijgen. En met succes! Hier volgt een samenvatting.*

Concentratieproblemen, faalangst, overprikkeling en oververmoeidheid zijn niet bepaald factoren waarop je als student in een studie op HBO-niveau zit te wachten, terwijl je eerder bewezen hebt genoeg intelligentie of talent te bezitten om de opleiding met goed gevolg te kunnen afronden. In meer situaties dan gedacht wordt, is dit een gevolg van een hoge mate van gevoeligheid. Hierdoor neemt de student veel meer informatie op dan gemiddeld en heeft daardoor meer verwerkingstijd nodig. Deze opgenomen informatie bestaat niet alleen uit de opleidingskennis, maar uit alles in en

De Sensitieve Pionier voorjaar 2013

om die persoon heen. Geluid, licht, elk detail of stemming wordt intens geconsumeerd, vaak in eerste instantie zonder onderscheid van prioriteit. In de meeste gevallen gebeurt dit onbewust: de persoon in kwestie weet niet beter. Hooggevoelige mensen hebben het niet alleen tijdens het studeren zelf zwaar, maar komen ook in moeilijkheden door de steeds strakker gestelde studietijd, waarbij uitlopen niet mogelijk is of erg duur blijkt door een boete voor langstudeerders. Er bestaat nog veel onwetendheid of onbegrip over dit fenomeen, ook bij de betrokkenen zelf. Aangezien uit eerder onderzoek blijkt, dat veel hoogsensitieve mensen meer dan gemiddeld aanleg hebben voor esthetiek, muziek en creatief denken, was het extra interessant om dit onderzoek uit te voeren op een Hogeschool voor Kunstonderwijs om de effecten ervan te kunnen meten op theoretische en praktische studievaardigheden. Bij een landelijk gemiddelde van 15% bleken hier 60% studenten hoogsensitief, evenals hun docenten. De vele respondenten hebben een duidelijk beeld gegeven van de problematiek en oplossingsbevorderende aspecten. De uitkomsten lijken zeer relevant voor HSP's op andere universiteiten of hogescholen. Met dit onderzoek hoopt Toos bij te kunnen dragen aan de bewustwording van de studieproblemen vóór en ín deze groep. Bewustwording bij sensitieve studenten die bijdraagt tot het beter leren omgaan met deze gevoeligheid tijdens de studie, maar ook bewustwording bij diegenen die de huidige studietijd en omstandigheden bepalen, waardoor de uitkomst van dit onderzoek kan helpen bij het ontwikkelen van een adequate begeleiding en didactiek in een tijd, waarin steeds meer prikkels ontstaan en de groep personen die overlast ondervindt in omvang aan het toenemen is. Je kunt het onderzoek [hier](#) downloaden. Het onderzoek had al meteen een positief effect in haar eigen werkkring: sinds dit studiejaar mag ze twee uur per week colleges ontwikkelen en geven in Studievaardigheden voor eerstejaars HBO. Een tweede succes is dat ze een aanbod heeft gekregen om een tijdschriftartikel over het onderzoek te schrijven en/of geïntroduceerd te worden bij een uitgeverij om haar onderzoek in een boekje te verwerken. Toos is voor verdere informatie te bereiken via [dewildt.astro@planet.nl](mailto:dewildt.astro@planet.nl).

*Vijftien*

*ze wil graag geld  
voor haar verjaardag  
de tijd van little pony  
is al lang voorbij*

*knuffels vindt ze fijn  
vooral van jongens  
school is verplichte bezigheid  
dat is voor door de week*

*met gelakte teennagels  
loopt ze haar Lente in*

© Marion Spronk

## Als je tijd nodig hebt om je mening te vormen

*Ik heb al eerder over het werk van Marloes Bouwmeester geschreven. Ze is onderwijskundige en als introvert ervaringsdeskundige. Ze leert introverten om succesvol te zijn op een manier die bij hen past. Het verhaal van Martine hieronder is met toestemming overgenomen uit haar nieuwsbrief De succesvolle introvert.*

### Het verhaal van Martine

"Ik ben altijd erg nieuwsgierig en stelde veel vragen, ook in vergaderingen. Niemand anders deed dat zo. Mijn extraverte collega's gaven juist heel snel hun mening. Hun gedrag voelde voor mij als de 'norm': om serieus genomen te worden, moet je vlot en overtuigend je mening naar voren brengen. Dan kom je deskundig over. Ik wilde niets liever. Dus deed ik een serieuze poging. Maar ik voelde me dan zo opgelaten, dat ik het woord al snel weer aan anderen gaf tijdens vergaderingen. Heel frustrerend! Alsof ik tekort schoot. De welbekende druppel was toen één van mijn extraverte collega's plagend opmerkte: 'Die Martine, die stelt altijd zoveel vragen.' En mijn manager voegde daar nog eens aan toe: 'Laat je toch eens wat meer zien. Mensen weten niet wat je kunt'."

Martine is communicatieadviseur bij de Dienst Werk en Inkomen (DWI) van de Gemeente Amsterdam. Ze geeft directie, management en de wethouder communicatieadvies. Ook ontwikkelt ze campagnes over armoedebestrijding, schuldhulpverlening en jongeren. Onderwerpen die haar na aan het hart liggen.

In ons eerste gesprek vertelt Martine dat het haar soms zo frustreert om niet gezien te worden in vergaderingen. Ze vraagt zich af of deze baan wel bij haar past. Misschien moest ze maar op zoek gaan naar ander werk. Uit de test om haar natuurlijke voorsprong te achterhalen, blijkt het opbouwen van persoonlijke relaties met mensen haar tweede natuur te zijn. Juist door vragen te stellen. Ze is oprecht geïnteresseerd in anderen en dat voelen mensen feilloos aan.

Daarnaast ziet Martine intuïtief in welke werkzaamheden mensen tot hun recht kunnen komen en waar ze plezier in hebben. Het geeft haar een goed gevoel om mensen aan werk te koppelen dat bij hen past. En als kers op de taart weet ze ook mensen in beweging te krijgen. Het is tijd om deze mooie eigenschappen te laten groeien en bloeien. Dus ik daag Martine uit om haar natuurlijke voorsprong meer in te gaan zetten in haar werk. Ze twijfelt, want ze is bang dat mensen haar minder serieus nemen als ze haar vragen de ruimte geeft.

### Klein beginnen

Toch wil ze het proberen en plant ze iedere week twee activiteiten in die passen bij haar natuurlijke voorsprong als introvert. In adviesbesprekingen met managers en projectleiders neemt ze bijvoorbeeld de tijd om hen eerst te leren kennen. Ook investeert ze tijd in het opbouwen van persoonlijke relaties in de rest van de organisatie. Ze zet haar talent om belangstellende vragen te stellen hierbij volop in. "Ik haal veel plezier uit persoonlijk contact in mijn werk", aldus Martine.

Op een bepaald moment moet haar afdeling een organisatiebreed project leiden met een strakke deadline. En dan ervaart ze welke vruchten haar afdeling plukt van de relaties die zij heeft opgebouwd. Zij weet namelijk precies wie welke rol het beste op zich zou kunnen nemen vanuit de



verschillende afdelingen. En deze mensen waarderen de betrokkenheid van Martine. Ze zetten graag een tandje bij om haar de gewenste informatie aan te leveren. Met als resultaat dat het project op tijd klaar is. Dat had echt niemand verwacht.

Martine merkt hoeveel succes ze heeft met het inzetten van haar natuurlijke voorsprong. Ze durft hier nu meer en meer op te vertrouwen en weet deze steeds vaker te verzilveren.

Tijd voor een volgende stap. Ik leer haar hoe ze haar stempel op een vergadering kan drukken door haar manier van vragen stellen verder te verfijnen en te professionaliseren. Dit blijkt haar natuurlijk af te gaan.

### **Het balletje gaat rollen**

De collega die Martine eerst plaagde met haar vele vragen, verzuchtte op een gegeven moment na een vergadering: 'Ik praat misschien veel, maar jij stelt één vraag in de vergadering en bereikt daar meer mee dan ik.' Als klap op de vuurpijl ziet ook een andere extraverte collega nu wat Martine te bieden heeft. Als er een ingewikkeld adviestraject ter sprake komt met veel belanghebbenden, kijkt ze in de richting van Martine. "Dat is zo moeilijk. Dat kan Martine beter doen. Zij weet de persoonlijke verhoudingen goed te houden. En ze kan voor een soepel en snel verloop van dit traject zorgen waarbij ons advies geaccepteerd zal worden."

### **Conclusie van Martine**

"Ik vergelijk mezelf wel eens met een dolfijn, die door een enorme nieuwsgierigheid en een speels karakter het contact opzoekt met anderen. Ik vind het ook heerlijk om te 'spelen': ik haal veel plezier uit het beter leren kennen en het verbinden van mensen. Ik was me nooit zo van dat talent bewust omdat het gewoon in me zit. Ook wist ik niet dat ik het zo in kon zetten voor mijn werk. Door mijn natuurlijke voorsprong helemaal te omarmen, het als bijzonder te zien en bewuster in te zetten, ben ik gegroeid als professional, maar ook als mens. Ik heb vertrouwen in mijn talenten gekregen en weer plezier in mijn werk. Ik merk aan collega's dat ze me nu veel meer als expert zien!"

Wil jij ook jouw natuurlijke voorsprong als introvert serieus nemen? Dan is misschien het programma '*Je punt maken, ook als de spanning hoog oploopt*' iets voor jou. Zie [www.desuccesvolleintrovert.nl](http://www.desuccesvolleintrovert.nl). [Hier](#) vind je een interview met Marloes in Management Support, november 2012.



## Parels op internet

Ook al weten we niet hoe, er is veel meer mogelijk dan we denken. Dit moeten wij in principe ook kunnen. [Hoe doetie het?](#) (3.5 min.)

Vertrouwen, openheid en liefde zijn begrippen die veel managers doen huiveren. Toch werd de Braziliaanse topondernemer **Ricardo Semler** er schatrijk mee. Iedereen wil weten welke toverformule hij heeft. Zie de boeiende documentaire [De kapitale kracht van geluk](#) in Tegenlicht (50 min.)

[Susan Cain](#) bij Ted: de kracht van de introverte mens (19 min.)

Heel bijzonder spiritueel concert: [Canto Ostinato](#) en dansende derwish (8 min.) Met dank aan Edwin.

Loes Veenstra uit Rotterdam-Zuid breid al sinds 1955 truien. Veel truien. Na bijna zestig jaar insteken, omhalen, doorsteken en afglijden heeft ze ruim vijfhonderd truien in haar woning gestald, maar doet er niets mee. De truien waren zelfs nog nooit gedragen. Ontwerpster Christien Meindertsma stuitte bij toeval op de verzameling van de Rotterdamse. Ze fotografeerde de truien en maakte er een boek van, maar dat vond ze niet genoeg. Ze wilde iets meer doen. Binnen een korte tijdspanne wist ze de hele buurt bij elkaar te trommelen en organiseerde een [flashmob](#) als verrassing voor de ijverige handwerkster. Om haar levenswerk één keer gedragen te zien worden, voordat alle truien worden geveild (3 min.). Bron: [www.hpdetijd.nl](http://www.hpdetijd.nl).

### *Grens weg*

*een koolmees bouwt  
vol levensdrift  
een nest  
op het wankel randje*

*kippen blijven pikken  
in het lijf  
van hun twaalf jaar oude  
stervende moeder*

*twee buizerds schreeuwen  
vleugel aan vleugel  
hun oerkreet*

© Marion Spronk

## Aanbod van anderen

### Kunst & beweging in de Eiffel

Mijn favoriete medicijnvrouw en topdeskundige op het gebied van hooggevoeligheid organiseert samen met Dian Langewouters een voorjaarsweek met lichaamsbewustwording, dans, meditatie en intuïtief creatieve werkvormen: 'Ingebed in een prachtige natuur, waar je alleen de wind in de bladeren van de bomen hoort ritselen, de vogels hoort zingen en 's nachts alleen nog het kabbelen van de beek. Waar de zuurstofrijke lucht je longen vult en liefdevolle aanwezigheid van elkaar je hart verzacht. Waar meditatieve momenten je dieper in contact met je zelf brengen en waar de weidsheid van de natuur je ziel laat ademen. Een week geheel verzorgd in de Eiffel van zaterdag 27-4 t/m vrijdag 3-5 2013'. Zie [www.birgittapanhans.nl](http://www.birgittapanhans.nl) (naar onderen scrollen voor de brochure).

### Otto Scharmer (Theory U) in Nederland

Toegepaste spiritualiteit in organisaties. De essentie van leiderschap, een dag met Otto Scharmer en Alan Seale, beiden bekend door de U-Theory en transformationeel leiderschap. Donderdag 18 april 2013 bij [De Baak](#) in Driebergen.

## Oproep

### Gratis vakantie in Brabant

Wij zoeken twee lieve, zorgzame mensen die tijdens onze vakantie(s) in ons huis willen verblijven en als tegenprestatie voor huis, tuin, hond en poes willen zorgen. We wonen in Vlijmen (vlak bij Den Bosch) in een vrijstaand huis aan een dijk, met een grote tuin met vijver en jeu de boules baan. Zwemgelegenheid op loopafstand, Bos op 15 min. fietsen. Ook van huis uit kun je prachtige wandel- en fietstochten maken. Periode: 5 weken in mei/juni. [Mail me](#) als je belangstelling hebt.



**De volgende nieuwsbrief verschijnt juni 2013**

### Marian van den Beuken

Coach – bewustzijnstrainer – dialoogbegeleider - publicaties – lezingen – workshops

[info@desensitievepionier.nl](mailto:info@desensitievepionier.nl) [www.desensitievepionier.nl](http://www.desensitievepionier.nl)