



Melissa Kamstra versleet heel veel coaches en vond pas de antwoorden bij een handlezeres.

FOTO MARGOT BRAKEL FOTOGRAFIE



Melissa Kamstra heeft al meer dan duizend paar handen gelezen.

FOTO MARGOT BRAKEL FOTOGRAFIE

Ontdek wat je dominante hand is

In het boek 'Je hebt het zelf in de hand' legt coach, spreker en auteur Melissa Kamstra (1983) op een laagdrempelige manier uit hoe je handleeskunde kunt inzetten voor persoonlijke ontwikkeling, groei en succes. Ze geeft veel praktische uitleg over wat lijnen en patronen vertellen. Lezers kunnen meteen aan de slag met het lezen van hun handen. Zo kun je met een simpele oefening bepalen wat je dominante hand is. Je dominante hand laat zien of je geneigd bent vanuit gevoel (linkerhand) of ratio (rechterhand) tot actie over te gaan. Wat is je

primaire reactie in situaties? Om te bepalen welke hand dominant is vouw je je handen ineen (alsof je bidt). Kijk welke duim bovenop ligt. Is dit je linker- of je rechterduim? Draai je duimen vervolgens om. Voelt dit prettiger, neutraal of juist onnatuurlijk? De duim die bovenop de andere duim het meest prettig voelt maakt de hand dominant. Als je linkerhand dominant is zul je vanuit een instinctieve natuur tot actie overgaan. Als je rechterduim bovenop het prettigst voelt ga je vanuit een praktische benadering tot actie over.

INTERVIEW Hilversumse Melissa Kamstra schrijft boek over handlezen

Je handen vertellen precies wie je bent

Melissa Kamstra is handlezer. Als De Handcoach leest de Hilversumse in je handpalmen en vingers wie je bent. In haar net verschenen boek 'Je hebt het zelf in de hand' legt ze uit hoe je handleeskunde kunt inzetten om jezelf beter te leren kennen.

Susanne van Velzen
s.vanvelzen@mediahuis.nl

Hilversum ■ Hoe oud word ik? Vind ik de prins op het witte paard? Win ik de loterij nog een keer? Een interviewafpraak met iemand die kan handlezen roept meteen allerlei intrigerende vragen op. Een beetje eng ook wel, want stel nu dat ze ziet dat er een hoop ellende in het verschiet ligt. De jonge blonde vrouw aan tafel lijkt in niets op een mysterieuze vrouw met glazen bol. Een open gezicht, beweeglijke handen en een grote lach op haar gezicht. Er hangt weinig hocus pocus om haar heen. Eerder een nuchtere Hollandse uitstraling.

Melissa Kamstra (1983) zit ontspannen aan een tafel in Ivy Office aan de Gijsbrecht van Amstelstraat in Hilversum. Champagne staat klaar om te toosten op de lancering van haar boek 'Je hebt het zelf in de hand'. In het boek legt ze uit hoe je handleeskunde kunt inzetten voor persoonlijke ontwikkeling, groei en succes. Door te kijken naar je handpalmen en vingers, kun je een handleiding van jezelf maken. Zo leer je volgens Kamstra niet alleen jezelf beter kennen, maar krijg je ook inzicht in hoe je die eigenschappen beter kunt benutten in het dagelijks leven. Door je sterkten en zwakten in kaart brengen komt datgene wat je echt wil binnen handbereik.

„Leg jullie handen eens op tafel.“ Het is even schrikken als Kamstra de vraag stelt. „Kijk jij spreidt je vingers veel meer dan je collega.“ Ze wijst naar de hand van fotograaf Margot Brakel die inderdaad haar vingers stijf tegen elkaar houdt. „Vingers bij elkaar betekent dat je iets voorzichtiger bent. Elke vinger staat voor een karaktereigenschap. En de unieke vingerafdruk of draaiing van het vingerkootje geeft een verdiepingsslag over het karakter.“

„Mag ik je linker handpalm zien?“ Kamstra kijkt geconcentreerd en wijst naar twee lijnen halverwege mijn palm. „Dit zijn je levenslijn en je hoofdlijn. Mensen denken vaak bij een korte levenslijn 'oh oh dan ga ik zeker snel dood'. Dat kun je daar helemaal niet aan aflezen“, stelt Kamstra gerust. „De levenslijn gaat over de energie en vitaliteit die je hebt. Het zegt iets over hoeveel daadkracht en wilskracht je hebt. En de hoofdlijn vertelt meer over de denkwijze. Zo is bij jou te zien dat die lijn onder je ringvinger stopt. Dit betekent dat je snel van begrip bent en vingervlug verbanden kunt leggen. In tegenstelling tot iemand met een langere hoofdlijn, die is veel

bedachtzamer en heeft meer tijd nodig om tot een beslissing te komen.“

Wat heb je in de praktijk aan de wetenschap dat een hoofdlijn die lang doorloopt je bedachtzaam maakt?

„Ik had een collega die in vergaderingen vaak heel moeilijk deed. Hij gaf nooit meteen antwoord op een voorstel dat ik inbracht. Man doe niet zo ingewikkeld dacht ik dan. Hij vond weer dat ik hem voor het blok zette. Een blik in zijn handen leerde mij dat hij een lange hoofdlijn heeft. Toen ik dat eenmaal wist vroeg ik hem of hij het prettig zou vinden als ik hem voor de vergadering op de hoogte zou stellen over wat ik in zou brengen. Hij was daar blij mee omdat hij zo meer bedenktijd kreeg en zijn beslissing houden met iemands karakter.“

Handleeskunde heeft dus niets te maken met de toekomst voorspellen. Waarom wordt vaak wel die associatie gemaakt wordt?

„Als iemand in een gemiddelde televisieserie of in een film wil weten wat er in de toekomst gebeurt gaan ze negen van de tien keer naar zo'n mysterieuze dame met een glazen bol. Als je verdiept in de oorsprong van het handlezen en de stromingen snap ik wel waarom mensen bij het horen van handlezen daar aan denken.“

Wat is de oorsprong van handlezen?

„Handleeskunde is 5000 jaar geleden in het Verre Oosten ontstaan en via handelsroutes in het Westen terecht gekomen. De Grieken en de Romeinen namen de kunst van het handlezen over. Met de opkomst van de kerk in de vijftiende eeuw werden handleeskunde, astrologie en andere studies, door de kerk als zwarte magie gezien. De kerk kon het niet duiden en daarom werd het verboden. Een aantal eeuwen is handleeskunde daardoor minder bekend geweest. Mensen durfden er in die tijd niet openlijk voor uit te komen dat ze de kunst van het handlezen beoefenden. In diezelfde periode is ook de chiromantie ontstaan, een andere stroming in de handleeskunde. In deze stroming wordt alleen naar de linkerhand gekeken. De lijnen worden anders geïnterpreteerd, meer met de insteek om de mogelijke tendens voor de toekomst te voorspellen. Doordat hier weinig over op schrift wordt vastgelegd is het lastig te achterhalen waar deze kennis op gebaseerd

„**Handlezen heeft niets met helderziend zijn te maken**“

wordt.“

De andere stroming binnen handleeskunde is chiromantie. Dat is de eeuwenoude studie die Melissa Kamstra beoefent. Hier wordt elke kenmerk van de hand bekeken en is het uitgangspunt het analyseren van het karakter. „Door deze kennis te combineren met psychologisch inzicht en mensenkennis kun je meer inzicht krijgen in je persoonlijkheid.“

Hoe ben je met handleeskunde in aanraking gekomen?

„Ik werkte op de marketing- en communicatieafdeling van een grote retailer. Ik deed het met plezier, maar ze schreven werken met een hoofdletter W. De werkdruk was hoog waardoor ik mezelf voorbij gelopen ben. Ik realiseerde me dat ik iets zou moeten veranderen om te voorkomen dat het me nog een keer zou gebeuren. Het zou te kort door de bocht zijn om alle schuld bij mijn werkgever neer te leggen. Na een periode van reizen dacht ik de hele wereld weer aan te kunnen maar ik kwam toch weer in hetzelfde patroon terecht. Ik versleet diverse coaches en nadat de vierde concludeerde dat ik vaker 'nee' moest zeggen, was ik klaar voor een meer holistische aanpak. Ik kom uit een heel nuchter gezin

waar niemand iets heeft met spiritualiteit. Ik ging me erin verdiepen en stuitte op een workshop handlezen op de Volksuniversiteit in Amsterdam. Iets triggerde me en tegelijkertijd vond ik het ook een beetje spannend en eng want ik had geen idee wat ik kon verwachten en dacht voor de hand liggende zaken voorgeschied te krijgen. Niets was minder waar. De handlezer wist niets van mijn oververmoeidheid toch wist ze mij precies te vertellen waarom ik mezelf voorbij was gelopen. Sinds lange tijd voelde ik me toen echt gezien. Ik wist meteen dat ik ook iets met handlezen wilde doen en ben toen de 2,5 jarige opleiding handlijnkunde gaan volgen.“

Is handlezen moeilijk?

„Het is een kwestie van veel oefenen.“

Je hebt inmiddels meer dan duizend paar handen gelezen. Herkent iemand zich ook weleens niet in jouw analyse?

„Nee, want de kunde klopt. Handlezen heeft niets met helderziendheid te maken. Je hoeft niet iets te voelen. Ik ben eerlijk gezegd ook blij dat ik dat niet heb, dat zouden voor mij teveel prikkels zijn.“

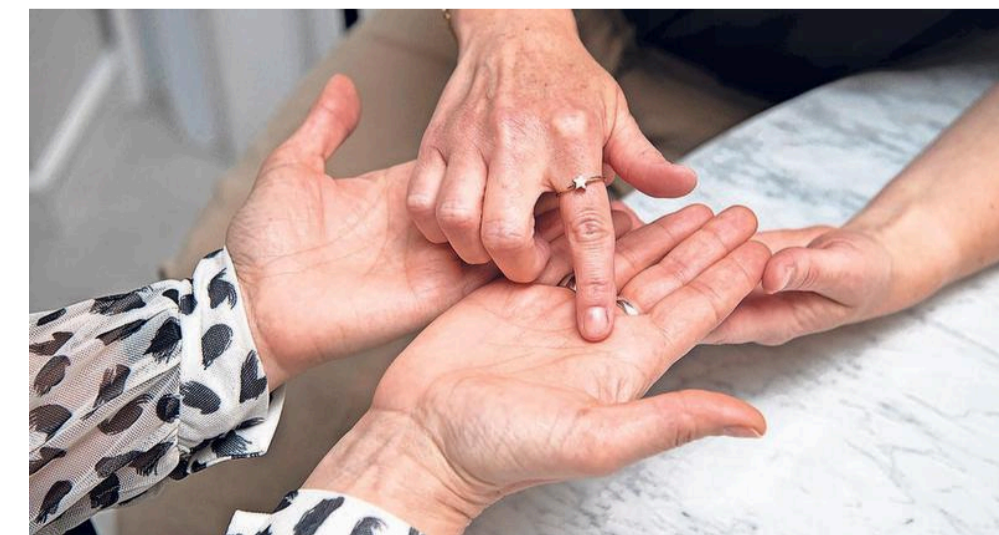
Ben je niet je eigen concurrent door een boek uit te brengen?

„Nee hoor, ik kan niet iedereen een-op-een een handanalyse geven. Om zoveel mogelijk mensen met de kracht van handleeskunde in aanraking te laten komen heb ik mijn kennis gebundeld in dit boek. De combinatie met positieve psychologie zorgt ervoor dat het niet alleen bij inzichten blijft maar ook praktische handvatten worden. Het boek is niet alleen interessant voor jezelf, maar ook om samen met familie of vrienden op onderzoek uit te gaan.“

i

Boek

Je hebt het zelf in de hand, door Melissa Kamstra, Kosmos Uitgevers, prijs 18,50 euro. ISBN 9789043927024



Daadkracht blijkt uit lijnen in de handpalm.