



Bombus

Vandaag las ik een spannend boek. Ontspannen lag ik in de ligstoel in mijn tuin. Tussen de rustige stilte af en toe het gezoem van een bezig bijtje. Ik keek naar rechts en stond oog in oog met het noeste werkertje. In close-up bleek het een hommeltje te zijn. Naarstig nectar aan het nippen uit de bloemen. Prachtig om al de details van dit insect zonder vrees te mogen aanschouwen van zo dichtbij. Schoonheid in haar meest natuurlijke vorm. Mooier dan elk geschreven woord uit mijn boek.

Ik krijg een heel apart gevoel vanbinnen wanneer ik een oud koppeltje hand in hand zie lopen over straat. Nog steeds verliefd na al die jaren. 'Welke geschiedenis schuilt er achter hun liefdesverhaal?' vraag ik me dan af. Ik voel vlinders in mijn buik. Onlangs zag ik een oud koppeltje romantisch samen eendjes voeren in het park.

Ik kon het niet laten om een welgemeende 'Oh zo lief!' uit te roepen. Schoonheid in haar meest oprechte vorm.

Wanneer mijn zes zintuigen tegelijkertijd geprikkeld worden met aangename sensaties, dan geniet ik ten top! Dit gebeurt bijvoorbeeld wanneer ik lekker languit in mijn sofa lig, warm ingeduffeld in mijn dekentje. De geur van oosterse sferen komt mij vriendelijk tegemoet door de kop thee die op het salontafeltje staat te dampen. Begeleid door een heerlijk zinnenprikkende en smakelijke chocoladepraline, die niet kan wachten om geproefd te worden. Op de achtergrond klinkt rustgevende instrumentale muziek. Ik zie het gedimde licht waarin ik baad, versmelten met de sfeer van gezelligheid.

Als HSP beschouw ik mijn zesde zintuig als een extraatje, waardoor ik dit zorgeloze moment van zelfzorg in al zijn schoonheid nog dieper en nog intenser kan voelen, ruiken, proeven, horen, zien en ... ervaren.

*Schoonheid, details en perfectie
een zegen of een vloek?*

*Schoonheid, details, en perfectie
op elke hoek,
in elke hoek
om elke hoek*

*Schoonheid, details en perfectie
het is als zonneshijn
het is als regen
soms een vloek
maar meestal
een zegen*

Ann Baeyens



Ik beschouw mijn zesde zintuig als een extraatje, zo kan ik dit zorgeloze moment van zelfzorg in al zijn schoonheid, nog dieper en intenser voelen, ruiken, proeven, horen, zien en ervaren.

