

# Leven vanuit hooggevoeligheid



## Je bent hooggevoelig of hoogsensitief (hsp)

- Misschien weet je niet beter en is dit vanzelfsprekend en van kinds af aan een deel van jouw leven geweest,
- misschien ben je hier later in je leven achter gekomen,
- misschien ontdek je dit nu,
- misschien twijfel je nog.

Voor een overzicht lees het artikel op Wikipedia:  
[http://nl.wikipedia.org/wiki/Hoogsensitief\\_persoon](http://nl.wikipedia.org/wiki/Hoogsensitief_persoon)

Hoe dan ook, hoogsensitiviteit heeft grote invloed op de wijze waarop je je leven leidt, welke keuzes je maakt en hoe zich dingen ontwikkelen. Om te worden zoals je bedoeld bent, met en door die bijzondere kwaliteit.

Als hoogsensitief mens heb je een intuïtief besef van levensvragen. Tegelijk leef je met innerlijke beelden en zintuiglijke gewaarwordingen die de onmiddellijke weg wijzen naar mogelijke antwoorden. Jouw wezen **IS** vraag, weg en antwoord ineen. Het leven wordt voor jou pas ingewikkeld als je over deze vragen nadent, of als de omgeving van jou vraagt rekenschap af te leggen over jouw doen en laten. Als je leert het intuïtieve kompas van jouw beelden en gewaarwordingen te volgen, vind je telkens de goede richting voor jouw leven. En misschien niet alleen voor jouw eigen leven.

## Nieuw en niet nieuw

Het herkennen van, de ervaring met en de kennis over hoogsensitiviteit hebben zich in de afgelopen jaren sterk ontwikkeld. Zo gezien is dit kenmerk van een persoonlijkheid een nieuw en jong gebied. Het lijkt alsof het volkomen onbekend is.

Het bijzondere van jou als hoogsensitief mens is dat je intuïtief de grote levensvragen bevat. Dat is van alle tijden geweest, alleen werd het niet zo genoemd. Alle religieuze tradities en stromingen kennen hun mystici, hun profeten en zieners, vele duizend jaren geleden evenzeer als nu, in onze tijd. Mensen die vergezichten hadden en er woorden aan konden geven, mensen die een onnavolgbaar en onwankelbaar gevoel voor een innerlijke weg volgden, mensen die met één gebaar of blik het heelal konden omvatten of tot in het diepste van de aarde konden zien.

Bekende namen uit verschillende werelddelen, religieuze stromingen en tijden zijn de Boeddha, Hildegard van Bingen of Mahatma Gandhi. Dit zijn mensen die op zeer verschillende wijzen door hun wezen tot levensgidsen werden. Je kent vast wel veel meer namen uit het verleden of uit onze tijd. Misschien heb je zelf een eigen favoriete levensgids.

Maar je hoeft geen bekende stichter van een godsdienst, een dichtende en zingende mystica of de geestelijke leider van een volk te zijn om de wonderlijke weg van jouw beelden en gewaarwordingen te volgen.

Ga je eigen innerlijke, hooggevoelige en mystieke weg!



Amanda Lang