



Online training Handlezen in een notedop.

NAMASTÉ CAFÉ

Een eerste indruk...

- ▶ Handlijnkunde is een vrij complexe studie en het duurt vaak jaren eer je alle kennis van alle primaire en secundaire lijnen onder de knie hebt.
- ▶ Ik wil jou in deze online training laten zien dat je met een goede blik op de hand al vrij snel in kunt schatten wat voor persoon er tegenover je zit, zonder kennis te hebben van de lijnen.
- ▶ Doe hier je voordeel mee als het aankomt op een eerste date, een samenwerking, een collega, een medewerker of een klant.
- ▶ Natuurlijk kun je al veel uit de **allereerste handdruk** halen:
- ▶ is het een slap handje? Dat getuigt vaak van niet al te veel zelfvertrouwen en dit zal niet de persoon zijn die erg daadkrachtig is.
- ▶ Is het een vochtig handje? Deze persoon heeft moeite om zijn/haar zenuwen onder controle te houden en is wat gevoeliger van aard.
- ▶ Is het een gemiddeld krachtige hand?
- ▶ Is het een ferme harde en droge hand? Deze persoon zal dominante eigenschappen hebben, maar wel daadkrachtig zijn.



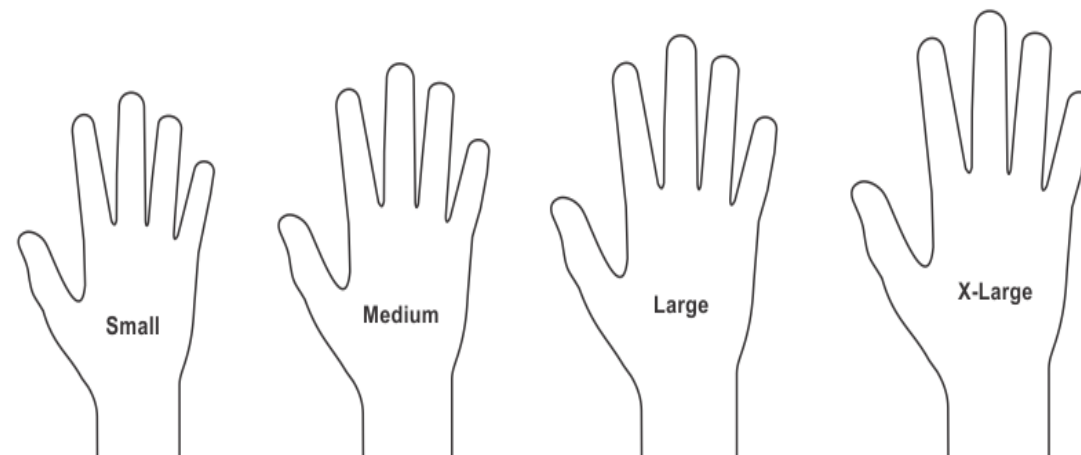
Grootte van de hand

- ▶ Kijk eerst naar de **grootte van de hand** in verhouding tot de lichaamslengte. Als iemand klein is, is het vaak logisch dat iemand ook kleine handen heeft en als iemand lang is, is het logisch dat deze persoon ook wat grotere handen heeft.
- ▶ Als de hand opvallend klein is of opvallend groot, daar is waar het om gaat.
- ▶ De meeste mensen hebben echter 'gemiddelde handen' en dat betekent dan ook dat de eigenschappen niet zozeer afwijken.



Kleine handen

- ▶ Iemand met opvallend kleine handen is **ongeduldig**. De energie is als het ware gedrongen in die handen. Mensen met kleine handen hebben daarentegen 'helicopterview' en dus oog voor het grote overzicht. Ze kunnen ook snel beslissingen nemen, bijna zonder na te denken. Daarbij zijn ze pro-actief, maar wel wat slordig. Ze houden niet bepaald van geneuzel. Ze hebben een enorme drang om te winnen en zijn ambitieus. Heb je dus een echte 'tijger' nodig als personeel, dan zit je met iemand met kleine handen goed. Deze persoon pakt de dingen '**grootscheeps**' aan.
- ▶ Ken je iemand met kleine handen? Kom dan direct 'to the point' en verhaal niet te langdradig. Hou het kort en bondig, anders zal deze persoon zijn/haar aandacht verliezen. Heeft een groot persoon kleine handen? Dan zal deze persoon vaak tegendraads zijn.
- ▶ Mensen met kleine handen zijn goed in werk waarin ze snel beslissingen moeten kunnen nemen! Mensen met kleine handen zijn niet goed als: analist, detailwerk, want ze zijn vaak slordig.



Grootte van de handen

- ▶ **Grote handen**

- ▶ Mensen met grote handen zijn energiek en veelzijdig. Als ze dan ook nog lange vingers hebben zijn ze intuïtief, hebben oog voor detail en zijn analytisch. Mensen met grote handen zijn doorgaans ontspannen personen. Het zijn levensgenieters. Ze hebben veel talenten. Harde werkers. Deze mensen zijn het best in stressvolle banen, ze blijven rustig.

- ▶ **Middelgrote handen:**

Mensen met middelgrote handen zijn bemiddelaars, zowel intuïtief als verstandelijk.

- ▶ **Smalle of brede handen?**

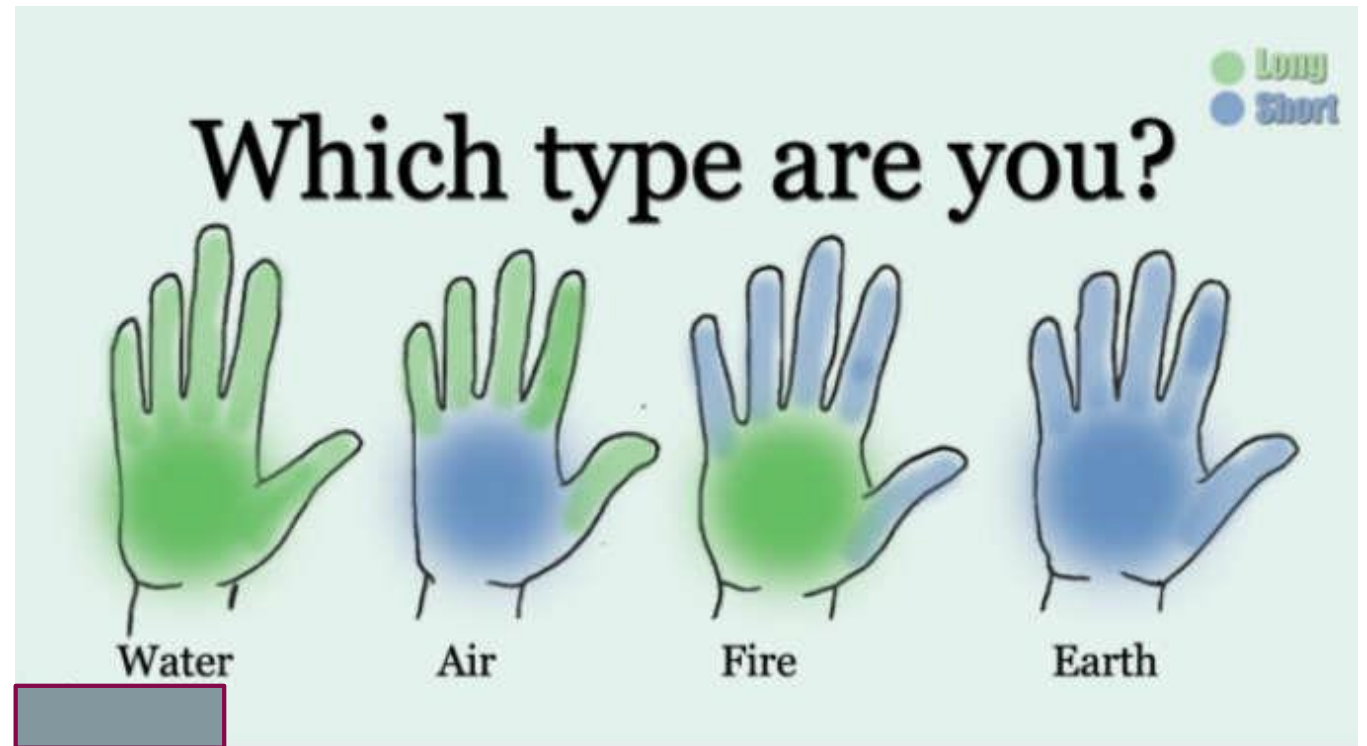
- ▶ Smalle handen verwijzen naar introverte mensen, neiging tot zelfzuchtigheid en niet direct gezellig, maar ze zijn wel inschikkelijk, hebben een grote werkkraft en een goed concentratievermogen. Daarbij kunnen smalle handen goed focus houden, zijn ze intuïtief en leren meestal vanuit theorie.

Mensen met brede handen komen meestal sympathiek over, kunnen zich goed aanpassen, zijn niet graag alleen en kunnen goed werken in groepsverband. Ze hebben een bredere interesse, een brede kijk op het leven, leren het beste uit de praktijk en zijn multitaskers.

- ▶ Smalle handen (denkers, dromers) zijn goed in individuele beroepen.
- ▶ Brede handen zijn goed in: doeners, fysieke arbeid, boekhouding.

Vorm van de hand

- ▶ Vierkante handen, korte/gemiddelde vingers: aarde handen: praktisch, betrouwbaar, weinig nodig om gelukkig te zijn, bourgondisch, houden van comfort.
- ▶ Vierkante handen, lange vingers: luchthanden, communicatie staat in het leven centraal.
- ▶ Rechthoekige handen, korte/gemiddelde vingers: vuurhanden: actie. Hebben veel afwisseling nodig.
- ▶ Rechthoekige handen, langer vingers: waterhanden: zeer gevoelig, dromerig, emotioneel en intuïtief.



Huidstructuur

- ▶ Kijk vervolgens naar de huidstructuur.
Ruwe huid: wat onstuimig van aard, is zich niet altijd bewust van de gevoelens van anderen en houdt daar ook geen rekening mee.
Normale huid: gaat evenwichting om met eigen gevoelens en die van anderen en is zich hier ook goed bewust van.
- ▶ Fijne huid: overgevoelig en kwetsbaar, lief, verfijnde aard, sensitief, romantisch, houdt van vrede en harmonie. Gevoelig voor sferen en stemmingen.



Spreading van de handen

- ▶ Laat iemand even spontaan de handen spreiden.
Gesloten handen: de persoon heeft even genoeg op het bord liggen (rechts maatschappelijk, links privé). Er is even geen behoefte aan nieuwe mensen, nieuwe avonturen of nieuwe interesses.
Licht gespreide vingers: er is een lichte, selectieve interesse.
Wijd gespreide vingers: deze persoon staat helemaal open voor vernieuwing.
- ▶ Laat iemand de handen neerleggen:
Legt iemand de handen plat neer: deze persoon neemt ruimte in. De persoon is aanwezig.
Legt iemand de handen bol neer met ruimte ertussen: deze persoon neemt niet genoeg ruimte in, zet niet genoeg de eigen energie neer.



Oefening voor het neerleggen van bolle handen: ruimte innemen.

- ▶ Als je je handen spontaan bol neerlegt en je moeite hebt je ruimte in te nemen, doe dan de volgende oefening **om je energie bewust groter te maken.**
- ▶ Als je je ergens onzeker voelt, stel dan voor dat je met jouw energie de gehele ruimte vult.
Loop eens door de stad en verbeeld je dat je heel groot bent. Je zult merken dat je dan rechtop gaat lopen, met rechte rug en borst naar voren. Je zult merken dat mensen voor jou opzij gaan. Als je dit niet doet en je eigen energie is niet krachtig genoeg, zul je merken dat jij altijd diegene bent die opzij moet gaan voor de tegenligger

► **Stand van de duim**

wijd gespreid: overmatig zelfvertrouwen, overdonderd anderen met zijn/haar energie, maar schijn bedriegt. Neiging om te bluffen om onzekerheid te verbergen.

neutrale spreiding: gezond zelfvertrouwen.

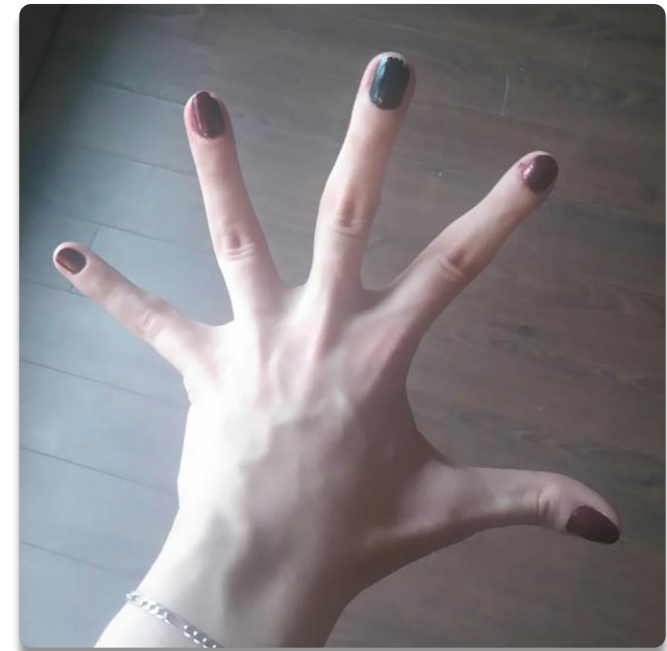
► **Kleine spreiding:** weinig zelfvertrouwen, staat te voorzichtig in het leven, leeft geremd.

► **Soepelheid of stijfheid?**

Zeer soepele handen: erg flexibel, erg beïnvloedbaar, wijkt makkelijk af van eigen mening. Dit geldt ook voor een zeer soepele duim die helemaal naar achteren buigt. Vaak zijn mensen trots op zo'n buigzame duim, maar het is eigenlijk niet iets om trots op te zijn!

Normaal flexibele handen: flexibel, meegaand, maar kan toch goed bij eigen mening blijven.

Stijve handen: niet buigzaam, afspraak is afspraak, moeite met veranderingen. Deze mensen moeten ook letten op stijfheid in de botten.



Structuur van de hand

▶ **Structuur van de hand**

- ▶ Vlezig : materialistisch, op seks gericht
- ▶ Mager, benig : weinig behoefte aan liefde, plezier, streng voor jezelf
- ▶ Knokelig : controlfreak, denker
- ▶ Harde handen : kunnen wel tegen een stootje, maar soms emotioneel geblokkeerd.
- ▶ Zachte handen : zachtaardig, mededogend, flexibel, aanpassend.
- ▶ Weke handen : weinig zelfvertrouwen, dromerig, gevoelig, passief
- ▶ Moeite met uiten van gevoelens, weinig behoefte aan seks.
- ▶ Stevige handen : stabiel, met beide benen op de grond, mentaal sterk.

Vingerkootjes

▶ Vingerkootjes:

- ▶ Een evenwicht tussen de vingerkootjes betekent dat onze denkwereld geïntegreerd is met geest en lichaam. Een disbalans in de vingerkootjes laat zien dat het een niet aansluit bij het ander.
- ▶ **Bovense kootje:** dit gaat over voelen en op een vermogen om onze energie positief te richten. Een overontwikkeld bovenste kootje wijst op egoïstische neigingen.
- ▶ **Middelste kootje:** denken. Als deze het overmatig ontwikkeld zijn, zitten de mensen veel in het hoofd, we denken teveel en hebben met name teveel saboterende gedachten. We zijn ons ook sterk bewust van de mening van anderen.
- ▶ **Onderste kootje:** zegt iets over doen en de mate waarin iemand geaard is (gegrond).
- ▶ Als de onderste kootjes ingesnoerd zijn, dan is iemand niet goed geaard. Er zit te weinig energie in de onderste chakra's. Is het onderste kootje overmatig ontwikkeld dan worden we teveel in beslag genomen door lichamelijke behoeftes.



Vingerkootjes en vingers

- ▶ **Lange bovenste kootjes:** inspirerende mensen, spontaan, creatief
- ▶ **Lange middelste kootjes:** verstandelijk sterk, zetten ideeën om in reële plannen. Een goed gevoel voor sociale contacten.
- ▶ **Lange onderste kootjes:** Gaan aan de slag, doeners.

▶ **Vingers**

- ▶ De vingers zijn de antennes waarmee we indrukken van buitenaf verwerken.
Kromme vingers: hier kan de energie niet goed stromen. Iets heeft een belangrijke rol gespeeld in ons karakter en/of ontwikkeling. Een kromme vinger groeit niet meer recht.
- ▶ Hoe lopen de vingers?
Lange Vingers: analytisch, oog voor details, puntjes op de i.
Korte vingers: ziet het grotere geheel, heeft overzicht.
Gemiddelde lengte: de krachten zijn verdeeld.

Duim en wijsvinger

▶ Duim

Sterke duim: sterke wilskracht, doorzettingsvermogen, maar leeft op wilskracht en gaat niet mee op stroom van het leven. Ook anderen 'onder de duim' willen houden.

Lange duim: een goede motivator.

Dik bovenste kootje (stompduim): mensen kunnen heel ver gaan, maar ineens kan deze persoon ontploffen.

▶ **Wijsvinger:** Jupiter, staat voor groei, ambitie, zelfbewustzijn en spiritualiteit.

▶ Mensen met een lange wijsvinger kunnen moeilijk genieten van het hier en nu, zij willen nog zoveel doen en ontdekken.

Goed ontwikkelde wijsvinger: goed contact met zelf>

Korte en dunne wijsvinger: onzekerheid, minderwaardigheidsgevoel>

Neutrale wijsvinger: gezonde ambitie, positief zelfbeeld.

Als de wijsvinger opvallend langer is dan de ringvinger, dan heeft deze persoon de neiging om thuis ook nog de rol van het werk aan te nemen.

Krom: gebrek aan zelfvertrouwen.

Middelvinger en ringvinger

▶ **Middelvinger**

Saturnus: verantwoordelijkheidsgevoel, structuur, ernst

Kort: omgeving heeft veel invloed, neiging verantwoordelijkheid uit weg te gaan.

Neutraal: gezond verantwoordelijkheidsgevoel. Balans tussen verantwoordelijkheid en plezier.

Lang: grote behoefte aan structuur, houdt zich goed aan wetten en een groot verantwoordelijkheidsgevoel.

Krom: het moeilijk vinden om confrontaties aan te gaan, verantwoordelijkheden vooruit schuiven.

▶ **Ringvinger:** Apollo, zonnekracht, levenslust

Neutraal: harmonie, ervaart geluk

Kort: innerlijke angsten, verlegenheid, weinig geluk ervaren

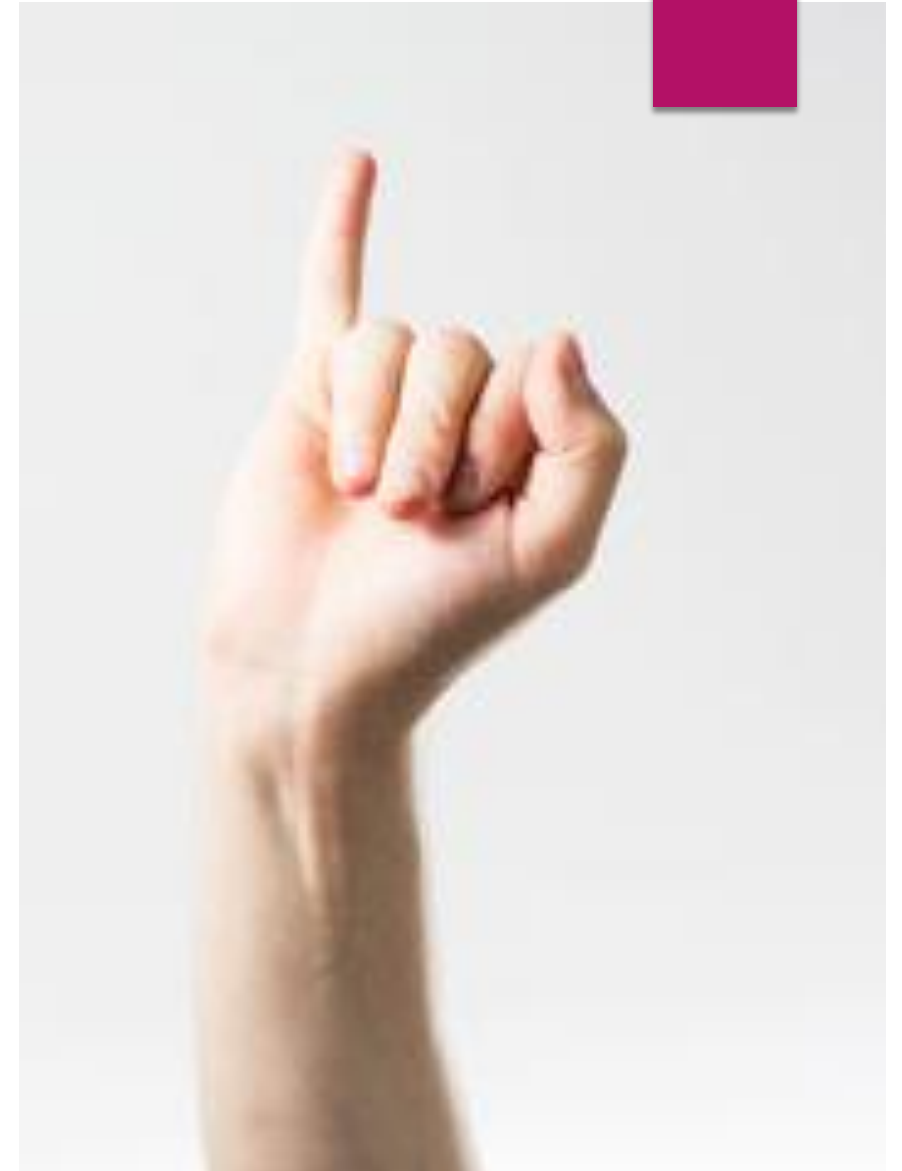
Lang: enorm vermogen tot zelfmanifestatie, wel veel behoefte aan erkenning, jagen applaus achterna. Trots en ijdelheid.

Krom: innerlijke angsten



Pink

- ▶ **Pink:** Mercurius, communicatie en zelfexpressie, gevoel voor handel
neutraal: goede communicatieve vaardigheden, snelle denkers, behoefte om gedachten te delen.
- ▶ Kort: verlegen in jeugd, behoefte aan harmonie, laatbloeiers, lang jeugdig. Veel lessen in zelfexpressie en communicatie. Kunnen wel diepe gesprekken voeren.
Lang: bij de pinken, slimme praters, goede verkopers, leergierig en handig.
Beetje krom: houdt van harmonie, verlegen geweest in de jeugd. Erg krom: spreekt niet de waarheid.



Nagels

▶ Nagels

Kort: kan goed relativeren en loslaten, korte verwerkingstijd van emoties.

zeer kort: kritisch

middellang: heeft tijd nodig om gebeurtenissen te verwerken.

lang: heeft lange tijd nodig om emoties te verwerken, kan niet loslaten.



▶ Rond: houdt van harmonie

▶ Amandelvormig: betrouwbaar

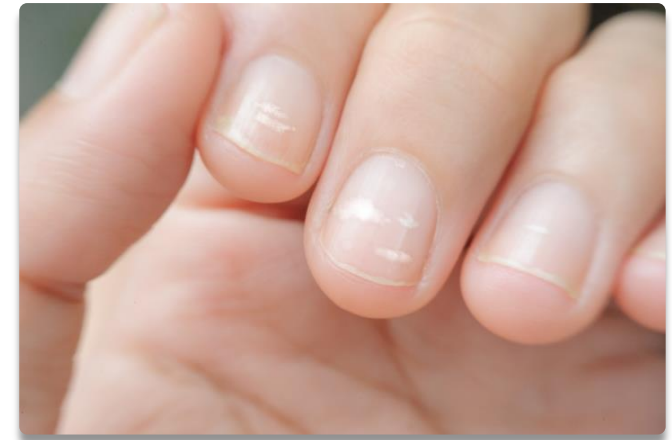
▶ Vierkant: zakelijk, beheerst

▶ Schepjes: wil graag alles zelf doen, wel creatief.



Witte plekjes en strepen op de nagels

- ▶ Witte plekjes op de nagels: veel: persoon moet lichaam ontzuren, te veel verzuring.
Een enkel wit plekje op de nagel: een stressmoment in de afgelopen tijd:
 - Duim: in de basis, thuis
 - Wijsvinger: op werk
 - Middelvinger: onrecht, rechtvaardigheid, vervelend gevoeld over verantwoordelijkheid.
 - Ringvinger: schuldgevoel over genieten, ergens van genoten hebben en achteraf vervelend over gevoeld
 - Pink: vervelend gevoeld over communicatie. Iets wel/niet uitgesproken hebben en er vervelend over gevoeld hebben.
- ▶ Verticale strepen op de nagels: overbelasting van het zenuwstelsel, over grens gaan.
- ▶ Enkele dikke strepen op de nagels: vervuiling in darmen, obstipatie
- ▶ Horlogeglas nagels (volgende pagina): vallen meteen op, ronde indruk, duidt altijd op een medische betekenis. Komt vaak voor bij longaandoeningen of hartproblemen.





Horlogeglas
nagels

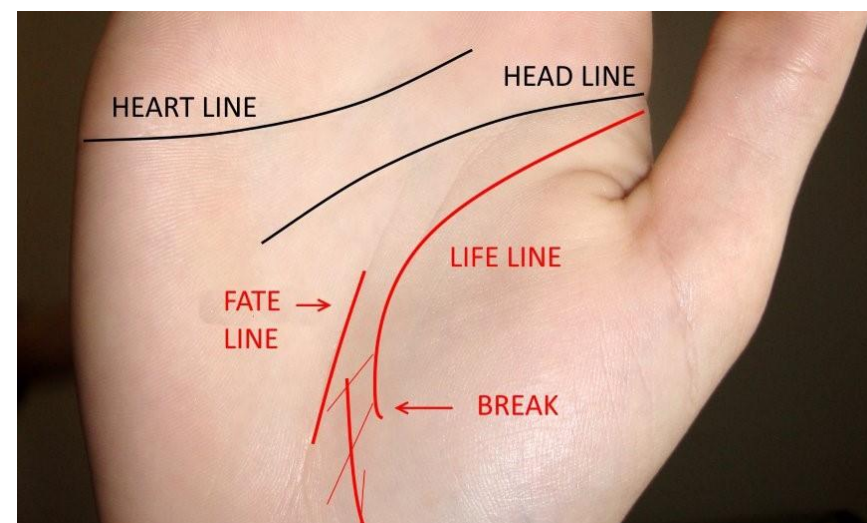
Lijnen

▶ **Lijnen**

Alhoewel we in deze workshop niet inhoudelijk op de lijnen in de hand ingaan, kun je wel even een blik werpen op de hoeveelheid lijnen in de hand.

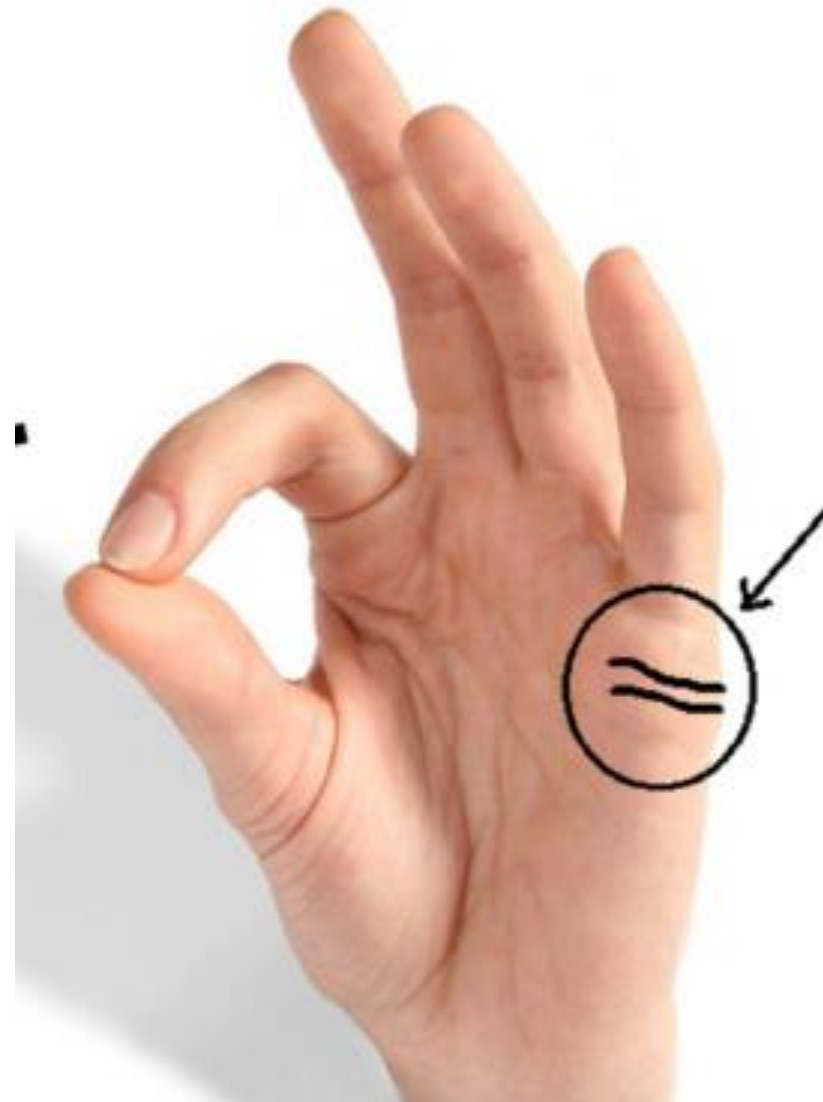
Weinig lijnen: dan is iemand niet zo gevoelig voor de invloeden van een ander en kan goed bij zichzelf blijven.
Veel lijnen: vol hoofd, iemand is wat meer stress-gevoelig en gevoelig voor invloeden van anderen.
Heel veel fijne dunne lijntjes: duidt op hoogsensitiviteit. Deze persoon is extreem gevoelig.

- ▶ Sterke levenslijn: genoeg prana (levenskracht)
- Zwakke levenslijn: energieniveau niet altijd optimaal
- Korte levenslijn: energie is snel op
- Lange levenslijn: de hele dag genoeg energie



Liefdeslijnen

- ▶ In je linkerhand, vind je tussen de pink en de hartlijn horizontale lijntjes. Dit zijn je belangrijkste liefdesrelaties. Niet elke relatie staat in de hand, alleen die relaties die transformerend voor je zijn, dus van wie je iets leert.



Copyright & disclaimer

Voor de volledigheid sluiten we in deze module de complete disclaimer bij. Ik ga ervan uit dat jij, als deelnemer, de inhoud van deze training zult gebruiken voor de persoonlijke of zakelijke groei.

- Het copyright van dit leerboek behorende bij deze training is vastgelegd door Ira Nagel. Het is niet toegestaan om de inhoud van dit werkboek en video's te verspreiden. Ongewenste verspreiding op welke manier dan ook zal juridische gevolgen hebben. Als deelnemer van deze cursus stem je er automatisch mee in dat elke overtreding hiervan onbetwist leidt tot een direct opeisbare boete van minimaal 10.000 euro per overtreding, plus een vergoeding van alle juridische kosten en een aanvullende schadeclaim. Bij twijfel niet doen of per e-mail toestemming vragen via: info@namastecafe.nl Het is toegestaan om korte tekstfragmenten en oneliners te citeren op social media onder vermelding van 'bron': Ira Nagel, Namaste' Cafe".
- Elke handeling die je doet naar aanleiding van deze online training is jouw eigen verantwoordelijkheid. Ira Nagel /of deNamaste' Cafe kan in geen geval aansprakelijk worden gesteld voor consequenties en resultaten.
- Mijn training is bedoeld om je te helpen jezelf spiritueel te ontwikkelen, Wat jij doet met de door mij aangeboden kennis is geheel aan jou. Ik kan je alleen helpen door het delen van mijn kennis, • Op geen enkele wijze kan ik aansprakelijk worden gehouden voor jouw beslissingen, acties en resultaten op welk moment dan ook en onder alle omstandigheden.

Copyright ©2019 Namaste Cafe. All rights reserved.

