

[Wijzig](#) [Amersfoort](#) ▶ [Net Binnen](#) [112 nieuws](#) [Van de lezer](#) [Uit-tips](#) [Eten en drinken](#) [Regiosport](#)

Tenenlezer Monique (51) uit Nijkerk: 'Je tenen vertellen wie je echt bent'

Hoe leer je jezelf nou echt goed kennen? De Nijkerkse Monique van den Beld (51) weet het. Het antwoord ligt in je tenen.

Bernadette Keizer

26 januari 2019, 07:55

Je neemt de titel 'tenenlezer' misschien niet meteen serieus. Toch verdient Monique van den Beld er haar brood mee, naast het geven van reflexzonemassagebehandelingen. Bernadette Keizer gaat zelf ook met de tenen bloot. Het is een professioneel beroep, vertelt Van den Beld: „Met onze voeten staan we in verbinding met de aarde. Aan de hand van je tenen kan ik je karakter aflezen. Je tenen liegen niet.”

Tenen lezen werd veertig jaar geleden op de kaart gezet door Nederlanders Imre en Margriet Somogyi. Sindsdien is er een handjevol erkende tenenlezers in ons land.

Monique laat een kaart zien, een soort handleiding voor de voet. „Je rechtervoet staat voor je rationele kant en je linkervoet staat voor je emotionele kant”, legt ze uit. „Elk teen symboliseert een eigenschap. Zo staat je rechter grote teen voor vreugde en is je linker kleine teen je seksualiteitsteen.”

Tenen lezen is weten, volgens Monique. „Je tenen kunnen je vertellen hoe jij als persoon in elkaar zit: je sterke en je zwakke punten. Die informatie kun je gebruiken om het beste uit jezelf te halen. Is jouw grootste teen het langst, dan ben je een gestructureerd persoon. Mensen met een lange tweede teen zijn geboren leiders en kunnen tien dingen tegelijk. Helaas zijn ze wel chaotisch, dat merk ik bij mezelf ook.”

Pijn verzachten

Zweverig of spiritueel is het niet, benadrukt de Nijkerkse: „Het is puur gebaseerd op voetreflexen. Daarmee kan ik ook pijn verzachten. Heb je bijvoorbeeld last van hoofdpijn, dan besteed ik extra aandacht aan je grote teen, want die staat direct in verbinding met je hoofd. Zelfs kiespijn kan door een teenmassage worden verlicht.”



▲ Monique van den Beld neemt uitgebreid de tijd voor een tenenconsult. © Cees Wouda

In tenen lezen en reflexologie heeft Monique haar droomberoep gevonden: „Het is heel bijzonder om mensen bewust mogen te maken van hun karakter en kwaliteit door middel van hun tenen. Op deze manier leren ze hun krachten en valkuilen kennen.” Wordt ze nooit vies van zweetvoeten? „Nee hoor”, lacht ze. „Iedereen krijgt eerst netjes een voetenbadje.”

Spottende reacties krijgt de tenenlezer weleens, maar gelukkig heeft ze genoeg eelt op haar ziel. „Waarom zou je me serieus nemen? Als ik een antwoord geef dat klopt, dan ga je me wel serieus nemen. In 95 procent van de gevallen klopt het wat ik zeg: hoe zou ik dat allemaal kunnen weten zonder die persoon te kennen?”

Monique vertelt over een jonge vrouw die met zichzelf in de knoop zat en bij haar kwam. „Dit was terug te zien in haar tenen: ze stonden dwars over elkaar van de spanning. Ik las haar tenen en probeerde er een positieve draai aan te geven: ze had veel meegemaakt, maar dat maakte haar ook een hele krachtige vrouw.”

Toen barstte de vrouw in huilen uit. „Ik ben al mijn hele leven op zoek naar hoe ik in elkaar zit en jij vertelt me dit in tien minuten, zei ze tegen me.”

Vreemdgaan

Om eerlijk te zijn ben ik sceptisch. In hoeverre verraden mijn tenen nu mijn hele karakter? Ik besluit de proef op de teen te nemen. Monique gaat mijn tenen lezen.

„Je hebt hele lange tenen. Dat betekent dat je ambitieus bent en een doel voor ogen hebt”, zegt ze gelijk als ik mijn sokken uit doe. „Ook zijn je tenen vrij hoekig, je bent recht voor zijn raap. Misschien af en toe zelfs iets te direct. Herken je dit?”

Ik knik bedenkelijk. Ze slaat de spijker op zijn teen. Tien minuten lang vertelt ze me alles over mijn karakter. Mijn tenen staan naar buiten, dus ik heb een grote interesse in de wereld om me heen. Mijn tweede linkerteen hangt een beetje van de grond, waardoor omgaan met emoties soms lastig voor me is. Mijn dikke nagels duiden op een olifantenhuid en een kleine angsteen vertelt haar dat ik mijn onzekerheden niet graag blootgeef.



▲ Monique van den Beld leest tenen. © Cees Wouda

Opmerkelijk: mijn tenen verraden blijkbaar ook alles over mijn seksualiteit. „Mensen waarbij de vierde en de kleine teen van hun linkervoet uit elkaar staan, kunnen liefde en seks scheiden, dat moet je kunnen om vreemd te gaan”, zegt Monique. „Bij prostituees zou je dit ook kunnen verwachten.”

Ze vraagt of ik deze twee tenen kan spreiden. Het lukt me niet. „Dat betekent dat seks voor jou gelijk staat aan liefde. Je zult niet snel vreemd gaan”, is haar oordeel. Ik maak een notitie om vanavond de tenen van mijn vriend te checken.



Als ze bij mijn linker derde teen is aangekomen, fronst ze. Ze merkt een klein deukje op halverwege mijn teen. „Een deukje op je liefdesteen betekent dat je als kind iets heftigs hebt meegemaakt, maar dat nog niet goed hebt verwerkt”, zegt ze. „Aan de hoogte te zien, was je een jaar of tien.” De tenenlezer brengt me even van mijn à propos. Hoe kan ze dat weten? „Bizar”, antwoord ik. „Ik doe niets. Je tenen vertellen me alles”, zegt Monique.

Voor wie zichzelf eens goed aan de teen wil voelen: Maandag 11 maart geeft Monique een workshop tenen lezen aan de Volksuniversiteit Hoevelaken.

Dagelijks het nieuws uit de regio in je mailbox? Schrijf je in op de [nieuwsbrief!](#)



Wij zijn altijd op zoek naar het laatste nieuws.

Tip de redactie >

Algemeen

Colofon
Auteursrecht
Abonnementsvoorwaarden
Gebruiksvoorwaarden
Privacybeleid
Toegankelijkheidsverklaring
Cookiebeleid
Vacatures
Privacy-instellingen

Service

Klantenservice
Bezorgklacht indienen
Bezorging pauzeren of tijdelijk wijzigen
Bezorgadres wijzigen
Adverteren
Losse verkoop
Zakelijk abonnement

Mijn omgeving

Mijn account
Mijn abonnement(en)

Meer de Stentor

Abonnee worden
Digitale krant
Nieuwsbrieven
Webwinkel
RSS

Apps



Nieuwsmedia

