



## Diana

Diana Willemsteijn-Mitrasca kwam in 1988 naar Nederland. Ze ging fysiotherapie studeren. Tegenwoordig richt ze zich met haar eigen praktijk Lumina op aanvullende geneeswijzen. Ze begon met biophotonen coherentie therapie (simpel gezegd een reset van de energie in het lijf) en breidde dat uit met oosterse geneeswijzen. Diana is al jaren gelukkig getrouwd met Rob.

[www.lumina-bct.nl](http://www.lumina-bct.nl)

# Honger naar kennis

In de serie 'Lekker weekend' schuiven we wekelijks ergens aan voor het ontbijt. Deze keer is dat bij Diana Willemsteijn (54) in Alphen aan den Rijn.

Tekst en foto: **Nancy Ubert**

**E**chtgenoot Rob („Mijn grote liefde.”) ligt nog te slapen als Diana 's ochtends vroeg aan haar ontbijt zit. Sinds een paar jaar zijn de weekeinden waarop zij beiden vrij zijn behoorlijk schaars. Diana volgt een intensief opleidingstraject. Haar honger naar kennis over oosterse en aanvullende geneeswijzen is niet te stillen.

„Het is fijn als je weet wat je levenstaak is. Ik heb mijn missie gevonden. Ik wil mensen helpen die - om wat voor reden dan ook - meer nodig hebben dan een standaard aanpak van hun gezondheidsprobleem. De resultaten die ik boek, zijn een sleutel naar betere samenwerking tussen de reguliere geneeskunde en de complementaire geneeswijzen.”

**De ontbijtplek:** „Ik ontbijt gewoon aan onze eettafel die dicht bij de open keuken staat. Ik ben erg gelukkig in dit mooie huis en geniet van elke hoek in elke kamer. Behalve in die donkere periode toen mijn man Rob levensbedreigend ziek was. De gedachte dat ik zonder hem door moest - we hebben geen kinderen mogen krijgen - was ondraaglijk. Maar hij heeft het gered. Al heeft het gevecht met de dood flinke krassen achtergelaten.”

**Op tafel:** „Ik vermijd zoveel mogelijk suikers op een studiedag. Als je veel wilt leren, moet je een stevig, eiwitrijk ontbijt nuttigen. Vandaag bestaat dat onder meer uit kaas, hardgekookt ei, avocado en wat aanvullingen. Ik voed mezelf 's ochtends niet alleen met eten, maar ook met kennis. Er liggen

altijd boeken bij mijn bord. Zo kan ik me voorbereiden. Ik ben al gediplomeerd acupuncturist en heb me ook kunnen bekwamen in Shonishin, een Japanse acupunctuurvorm waarbij je geen naalden gebruikt. Ideaal om baby's, peuters en schoolgaande kinderen tot 12 jaar te behandelen. Daarnaast ben ik ook bevoegd om Toyohari toe te passen, weer een andere vorm van Japanse acupunctuur. Met de studies die ik nu volg ga ik vooral de diepte in. Tegenwoordig mag ik mijn leermeesters assisteren. Ook daar leer ik veel van. Vandaag staat er trouwens ook een stukje taart op het puntje van de tafel. Om in te pakken en weg te geven. Mijn moeder stuurt me af en toe vanuit Roemenië haar zelfgemaakte lekkernijen toe. Dat maakt me gelukkig en dat wil ik delen. Ik laat anderen graag proeven van mijn moeders bakkunst.”

**De rituelen:** „Als je zo'n vol programma hebt, is het vooral een kwestie van doorgaan. Zeker in het tweede jaar van mijn studie acupunctuur had ik het heel, heel zwaar. Van de dertig mensen die aan het traject begonnen, wisten maar zes hun diploma in een keer te halen. Dat dit mij ook was gelukt, vervulde me met trots en dankbaarheid.”

**Weekendprogramma:** „Ik ben meestal op zaterdag en zondag naar de academie. Studeren. Ik vind het heerlijk. Mijn praktijk is aan huis. Ook Rob, hij is business development manager bij BP, werkt vanuit huis. Dus zien we elkaar doordeweeks wel veel. Dan lunchen we samen en maken we dikwijls een goede wandeling.”

**En verder:** „De Chinese filosoof Confucius zei: 'Geef me een baan die bij me past en ik hoef nooit meer te werken'. Ik heb niet het gevoel dat ik altijd werk of studeer. Het belangrijkste is dat ik mensen echt kan helpen. Ze komen daarvoor uit alle delen van het land bij me. Dat ik dit werk mag en kan doen, maakt me heel nederig.”

Ook in deze rubriek? [vrij@hollandmediacombinatie.nl](mailto:vrij@hollandmediacombinatie.nl)

'Ik heb  
mijn missie  
gevonden'