

De beste remedie tegen stress... is bloemschikken



Lijd jij onder stress door lange werkdagen? Volgens Japanners is het dan de moeite om te leren bloemschikken.

Japane werknemers moeten veel lange werkdagen kloppen. Hun gezondheid lijdt niet alleen onder de bijhorende stress, ook de kans op depressies en zelfmoord zou relatief hoog zijn, meldt Nu.nl. Daarom oefenen steeds meer overspannen Japanners zich in de rustgevende kunst van het bloemschikken.

Ikebana

Het is opvallend dat het traditionele bloemschikken, ook 'Ikebana' genoemd, vooral meer mannelijk aanhangers krijgt. Dat zou een onrechtstreeks effect van de crisis kunnen zijn. "Mensen zoeken tegenwoordig naar een hobby waar ze rustig van worden", zegt docent bloemschikken Gaho Isono. Volgens Isono is het vooroordeel dat bloemenschikken iets voor vrouwen is kleiner geworden.

De 45-jarige Koji Takahashi is alvast overtuigd. "Aan het begin van de les ben ik altijd moe, maar als ik me eenmaal begin te focussen op de bloemen en hoe deze in de vaas te combineren, word ik rustig." Een rustige hobby is een weldaad voor alle gestresseerde zakenlui. Zouden Westerse zakenmannen ook overtuigd kunnen worden door dit Japanse fenomeen? Dat lijkt alleszins niet zo evident.

(bron: Het Nieuwsblad – De Standaard)