

Interview voor Bres

‘Genezen’ vanuit neutraliteit. Interview met Mieke Berger.

‘Ik kan niet zeggen dat ik iemand genees. Ik kan alleen de kracht erkennen die voor genezing zorgt.’

Albertine van Peursen

Mieke F.W. Berger, al meer dan dertig jaar een succesvol natuurgenezeres, schoolt zich als een van de eersten in Nederland onder meer in acupunctuur, *psychic surgery* en *Reiki*. Haar zoektocht naar een alomvattende geneeswijze schraagt zij met oosterse en westerse filosofie en zij vindt haar bestemming in *Jin Shin Jyutsu*. Als *healer* en als wijze vrouw draagt zij deze kennis mondiaal uit. Ons gesprek gaat over de Advaita Vedanta en de authentieke beoefening van Jin Shin Jyutsu.

Genezen zit Mieke Berger in het bloed. Zij groeit op in een dorpspraktijk, waar haar vader apotheek aan huis houdt. ‘Ik zag wat mensen scheelden, maar er mocht nooit over gesproken worden. Ik moest alles inhouden.’ In zijn voetspoor gaat zij medicijnen studeren, maar uit drang naar financiële onafhankelijkheid breekt zij deze studie af.

Hoewel zij weet dat zij daar niet past, stapt zij de verpleging in, om vervolgens voor medici te gaan werken. Zij bezoekt hun terminale patiënten als ‘privé-pleeg’ en doet ook hun microscopisch onderzoek. In de ban van geneeskruiden schoolt zij zich in Duitsland tot natuurgenezeres (*Naturheilverfahren*). ‘Duitsland is de bakermat van puur natuurgeneeswijze en de praktijk kan er in de *Kurorte* geleerd worden.’ Dan stort zij zich op acupunctuur. Een verzoek om acupunctuur te komen doceren in een opleiding voor huisartsen, doet haar besluiten hierin eerst een academische graad te behalen. Zij volgt een opleiding volgens de Bejin traditie in Taiwan en Ceylon en promoveert op anesthesie met acupunctuur.¹

Explorer

Parallel aan haar ontwikkeling als genezeres verdiept Mieke Berger zich vanaf haar achttiende in yoga. De inzichten, die aan yoga ten grondslag liggen, gaan een blijvende rol in haar leven spelen.

‘Jaren zat het mij dwars, dat ik met niemand kon delen, wat ik bij anderen zag. Doordat ik al die informatie naar binnentrok en niet kon uiten, ging mijn *body* gek doen. Ik vond dat ik daar zelf uit moest komen en ging mij op yoga toeleggen.’ Reislustig als zij is, volgt zij ook buiten de landsgrenzen yoga, onder anderen bij Selvarajan Yesudian in Zwitserland.

In Nederland schoolt zij zich bij Jhr. Robert van Heeckeren en Rama Polderman, waar zij Wolter Keers leert kennen. Polderman vindt haar interesses te divers en stuurt haar weg, maar met Wolter Keers blijft zij contact houden. Zij ontmoet Saswitha (J. Rijks) en is onder de indruk van zijn visie, uiteengezet in zijn boek *Swabhawat*. In de loop der jaren krijgt zij een sterke persoonlijke band met hem. Mieke betreurt het, dat haar yogaleraars niets van elkaar willen weten, maar zij kiest niet tussen hen - in haar ogen is geen enkel systeem zaligmakend. Voor haar is het moment onvergetelijk, dat Rama, Saswitha en Wolter, tijdens een yogadag in de Kosmos, met elkaar in gesprek raken, wanneer zij Mieke komen begroeten.

In 1971 reist Mieke met Wolter Keers en een aantal andere *yoguiten* naar India. Mieke: ‘Ik was heel jong. We kwamen vlakbij Auroville en Wolter weigerde daarheen te gaan. Ik snapte het eerst niet, maar de reden was dat de weg van Sri Aurobindo niet direkt non-dualistisch genoemd kan worden. Dat vond ik zo sterk van hem!’ Doel van de reis is de ashram van Ramana Maharshi, maar eerst brengt Wolter hen naar Sri Nisargadatta Maharaj, die in de hoerenbuurt van Bombay woont, voor de *satsang* op zolder. Tijdens *satsang* (Sanskriet voor: ‘samen zijn in het Zijn’) zitten volgelingen en toehoorders bij een meester, die al dan niet spreekt en eventuele vragen beantwoordt. ‘Wolter heeft mij als eerste, alleen, daar die zolder op geduwd. Het was hartstikke donker. Toen ik ging zitten, zag ik ineens een knal in die hoek. Het was alsof ik door de bliksem getroffen werd. Daar zat Sri Nisargadatta. Dat was een enorme confrontatie en er volgden nog vele. Terwijl hij bits was tegen anderen, was hij ontzettend lief voor mij; maar dat was, wat ik niet verdragen kon. Hij vroeg mij altijd naast hem te zitten.’ Nisar, zoals Mieke hem liefkozend noemt, is haar belangrijkste leraar, aangezien hij het ongrijpbare, dat wat IS, duidelijk wist te maken door het te ZIJN.

Ook de leringen van Ramesh S. Balsekar en U.G. Krishnamurti hebben grote invloed op haar. ‘U.G. is het onoverkomelijke. Wat U.G. zegt is té hard voor de mensen, maar voor mij is het als zalf voor de wonde. U.G. zei bijvoorbeeld: “Als je probeert goed te doen, lok je kwaad uit.” Dat wil niemand horen. Ik raad nooit aan om over zulke mensen te lezen; wanneer je dat nog niet *aan* kan, gaat de *mind* op hol en komt in opstand. Je kan U.G. geen vraag stellen, want het is toch allemaal onzin. Wanneer je bij meesters zit, weet je dat elk woord te

¹ *Zhen Djoh, algemene praktische acupunctuur*. Mieke F.W. Berger, Ph.D. Uitgeverij De Tijdstroom, Lochem, 1978.

belachelijk is om los te lopen, dus je zit in stilte met hen.' Aanvankelijk moet zij eraan wennen, maar al snel voelt zij zich erin opgenomen, vanuit het inzicht dat het denken er niet meer toe doet.

Eenheidsdenken

Het gedachtegoed van haar Indiase leraren bevredigt haar verlangen om het levensmysterie te doorgronden. Kern ervan is de Advaita Vedanta, het laatste boek der Vedas (Sanskriet voor wijsheid, kennis) dat omstreeks 200 v.C. opgetekend werd. In *Leven vanuit neutraliteit* omschrijft J. Kramer Schippers de kern van de Advaita Vedanta als 'een allesomvattende eenheid waaruit alles voortvloeit en waarvan alles onderdeel vormt, en in overvloed. Dit alles omvat subject en object, pool en tegenpool, goed en kwaad, omdat het één niet zonder het ander kan. Sterker nog; het één roept het ander op.'² Uit deze eenheid komt zowel de ongemanifesteerde, nog niet gestolde, potentiële energie voort, als de gemanifesteerde, stoffelijke energie, de zintuiglijk waarneembare verschijnselen. Beide aspecten samen **zijn** de Bron, die onder andere ook aangeduid wordt met het Al, het Geheel, God, Bewustzijn, Energie, Leegte of Kracht.

Volgens de Advaita, die deze visie met vele oerkosmologieën uit diverse windstreken deelt, is alles energie, of het nu een gedachte, voorwerp of emotie is. Het kenmerkende van energie is, dat zij onophoudelijk beweegt en verandert. De levensloop van alle fenomenen, inclusief de mensheid, is volgens deze oervisie afhankelijk van kosmische energieën. Mensen worden niet gezien als autonoom handelende wezens, die vrij zijn in het maken van keuzen en controle hebben over de omstandigheden waarin zij verkeren. Wij hebben namelijk geen invloed op de belangrijke levensgebeurtenissen, zoals geboorte, ziekte of dood. Gedachten en emoties verschijnen en verdwijnen buiten onze wil. In tegenstelling tot de westerse opvatting is wereld noch mens maakbaar. Wij maken onderdeel uit van het grotere geheel, de kosmos, die onafhankelijk van ons zijn loop heeft. Kramer Schippers gebruikt voor het universum de metafoor van een gecompliceerde machine, waarin mensen de piepkleine schroefjes zijn, die zich verantwoordelijk voelen voor het geheel, dat zij echter nooit kunnen kennen.³

Wij ervaren de werkelijkheid weliswaar als objectief buiten ons bestaand, maar ons beeld ervan is persoonlijk gekleurd. Er is altijd een interpretatie van wat wij 'zien'. Enerzijds door de normen en waarden van cultuur en milieu, anderzijds is die persoonlijke bril ook fysiologisch bepaald. 'Aard, opbouw en aantal zintuigen bepalen hoe we een werkelijkheid intern construeren.' Plastisch vervolgt Kramer Schippers: 'In feite bestaat er dus geen buitenwereld, want alles speelt zich af binnen de centrale hersenen. De immense buitenwereld blijkt dus illusoir te zijn en geprojecteerd te worden in de hersenen, te vergelijken met een *virtual reality* ervaring. Realiteit is als een film, die in het bewustzijn wordt geprojecteerd en bestaat uit beelden, geluid en gevoel.'⁴

Moederkoord

De westerse filosofie gaat uit van de driedeling: het lichaam, de geest of het denken en de ziel. De ziel verbeeldt het *moederkoord*, de verbinding met het goddelijke. Het uitgangspunt is de veronderstelling dat we afgescheiden zijn van het totaal. Mieke: 'We denken afgescheiden identiteiten, ego's, te zijn door de onterechte identificatie met ons lichaam. Het ego, het 'ik' van het dagelijkse taalgebruik, is een bal van gedachteprojecties. Daar vallen gedachten uit en komen nieuwe bij, dat is niet permanent en dus illusoir. Terwijl het Ik als zijnservaring, die overtuiging van *het zijn*, tijdloos is. Die was er al toen ik drie jaar was en voelt nu nog precies hetzelfde.' Volgens de Advaita zijn wij niet ons lichaam, noch onze gedachten of ervaringen, maar de zijnservaring, die altijd toegankelijk is en voortkomt uit de ene niet-deelbare Bron. Er is geen afgescheidenheid. Mieke: 'Wij huizen in het goddelijke, zo ook al wat bestaat. Wat eigenlijk wil zeggen: alles is bewustzijn en daar spelen wij ook in af!'

De Advaita maakt onderscheid tussen geest/lichaam (*mind/body*) enerzijds en de Bron of Bewustzijn anderzijds. 'De *mind*, de geest of het denken, is de zender en tevens ontvanger van het lichaam. De geest werkt met impulsen en geeft deze vorm: dat is het lichaam, dat *kastje*. Je kunt geen lichaam hebben zonder geest. Het denken is oorzaak van al het lijden en wordt meestal aangestuurd door emoties, waarbij angst altijd de onderliggende emotie is. Emoties horen bij het Ik-bewustzijn; en het lichaam, dat *geval*, reageert alleen wanneer wij denken. Denken en interpreteren zijn echter onvermijdelijk zolang wij leven. We gebruiken het denken om te reageren, dat is een gewoonte van de *mind*. Het is een instrument, maar het is ideaal als de *mind* er niet meer bovenop springt.'

'Voelen is dus – en dat begrijpt de *New Ager* niet goed – een secundair gebeuren, dat voortkomt uit het interpreteren van de *mind*, namelijk wanneer het denken de prikkel via lichaamstaal gaat beschrijven. In *New Age* wordt er vaak op aan gestuurd, dat je wat moet voelen. "So what?" zeg ik dan, het is slechts een identificatie!'

² *Leven vanuit neutraliteit. De Advaita Vedanta filosofie toegepast op het dagelijkse leven in het westen*, Justus Kramer Schippers. Phanta Rhei, Katwijk 1997. Blz. 26.

³ Blz. 24.

⁴ Blz. 71.

Gespreksbrug

Wie Mieke Berger nu ontmoet, kan nauwelijks geloven dat zij in die tijd moeite heeft zich in woorden uit te drukken. Da Free John en vooral Barry Long krijgen haar aan het praten. 'In het Westen kunnen we niet anders dan praten, maar in het Oosten ben je vaak in stilte bij meesters en genezers. Om mijn werk te doen, moest ik leren praten. De gespreksbrug was voor mij Barry Long. Toen ik midden jaren tachtig met hem in aanraking kwam, was het contact nog één op één. Hij liet mij inzien, dat je verantwoordelijk bent voor wat je denkt. Als je dat wat je denkt met je meedraagt, dan moet je daarvoor staan. Hij heeft mij door confrontatie laten zeggen wat er in mijn *mind* aanwezig was. Omdat hij zó door je heen sneed, moest je wel iets zeggen; en wat je zei, moest dekken wat je voelde. Dat had ik nooit gedaan en het was een enorme overgang.'

'In India werd altijd gezegd: *'Your body is your temple'*. Dat vond ik de meest gekke uitspraak. Wat is dat *body*? Het lichaam is een tempel, in de zin van een kunstprojectie. Het geeft uitdrukking aan onze indrukken en emoties, in wezen de collectieve projecties over het bestaan. Mijn grootste stap is geweest, dat ik werkelijk zag, dat het lichaam een uitdrukking is van gedachten, niet *mijn* gedachten.' Gedachten komen en gaan zonder dat we daar veel invloed op hebben. Hoe wij met die gedachten omgaan, komt tot uitdrukking in ons gezicht en motoriek. 'We spelen allemaal voortdurend met onze gedachten. Ook met de ik-gedachte, waar de *body* een stolling van is. We willen telkens herkend en bevestigd worden in wat wij denken.'

Wanhoop

Het spreekt Mieke Berger aan, dat genezen als activiteit volgens de Advaita niet bestaat. 'Alles in de gemanifesteerde wereld komt voort uit de Bron, de ongemanifesteerde wereld, dus ook ziekte en genezing. Het zelfregenererend vermogen van het lichaam is een onuitsprekelijk wonder. Je snijdt erin en het groeit weer aaneen! Het medische succes hangt grotendeels van dit vermogen af; in die zin doen artsen niet veel meer dan de natuur een handje helpen.'

Spiritueel vindt Mieke Berger haar draai, maar onderwijl zoekt zij naarstig naar een alles omvattend systeem, dat werkzaam bij alle kwalen is. In haar vijfendertig jaar als *healer* leert zij praktisch elke alternatieve geneeswijze die haar pad kruist; variërend van *aura-reading*, *Ayurveda*, Bach bloesemtherapie, tot kinesiologie, diverse massagevormen en magnetiseren. 'De oosterse en westerse filosofie vormen de basis, want zonder deze inzichten had ik het nooit kunnen doen.' Geen plek is haar te ver en zij reist de wereld af op zoek naar de ware meesters; zo leert zij *psychic surgery* in de Filippijnen en *Reiki* in Japan.

'Het uitgangspunt was altijd de adem; de relatieve aanwijzing dat er leven is, de vertegenwoordiger van de Bron. Het zogenaamde fysieke ijkpunt in het persoonlijke van het onpersoonlijke. De adem is zonder vorm, maar bestaat in het manifeste. Zij komt van niemand en is onpersoonlijk.

Mieke: 'Het deed er niet toe wat ik deed, ik was overal behendig in en ik deed het graag, maar bij al die therapieën was ik de enige die er ongelukkig in was. Omdat ik wist: het is niet de waarheid. Alles wat ik toepaste werkte, dus wat deed ik nou eigenlijk? Dat is een vreselijke wanhoop geweest. Zolang ik dat niet wist, bleef ik doorzoeken.'

Turning point

Als zij, begin jaren negentig bij een artikel over Jin Shin Jyutsu een foto ziet van Mary Burmeister, een Japanse geboren en getogen in de V.S., voelt Mieke direct: deze vrouw weet het! 'Ik heb een oosterse trek in mij: als ik iets wil leren, ga ik naar de meester en voor minder doe ik het niet. Maar dan geef ik me ook totaal over aan die persoon, dan ben ik dag en nacht met hem of haar bezig en zitten mijn zakken vol aantekeningen.'

Zij vertrekt naar Arizona voor een *selfhelp course*. Mary Burmeister krijgt zij echter niet te zien. Een van de door haar opgeleide leraren geeft de cursus. 'Dat was om nog wanhopiger van te worden. Deze vrouw is heel goed in de praktijk, maar kan niet spreken. Na die lessen zei ik haar: "Als dit binnen een maand niet werkt, dan hou ik met alles op." Het was een *ultimate* voor mijzelf. Maar het uitgangspunt van Jin Shin Jyutsu, namelijk dat jij niet degene bent die geneest, maar de Bron, was een *turning point* voor mij. Eindelijk had ik een systeem gevonden dat een connectie maakte tussen de gemanifesteerde en de ongemanifesteerde wereld. Elke therapie zit in het gemanifesteerde, dan denk je dat de oorzaken ook in het gemanifesteerde zitten, maar dat zijn coincidenties, synchroniciteiten. De oorzaak zit altijd in het ongemanifesteerde. Dankzij deze denkbeelden hervond ik mijn plezier. Ik zag ineens dat ik er een communicatiemiddel bij had, waarbij ik minder hoeft te praten - maar wel in communicatie ben.'

Universele energie

Jin Shin Jyutsu was eeuwen her een wijdverbreide Japanse geneeskunst, waarnaar verwezen wordt in het *Kojiki Document der Oude Dingen*, opgetekend in de achtste eeuw. Letterlijk betekent Jin: mens, Shin: goddelijke natuur of God en Jyutsu: kunst. De naam is te danken aan Jiro Murai (1886-1961), die deze kennis uit de

vergetelheid haalde. Mieke: 'Jin Sin gaat over de kunst om van een persoonlijk wezen tot een volledig (dus onpersoonlijk) ZIJN te komen – hetgeen compassie is, want compassie is een zijnsstoestand.' Net zoals onder andere de Advaita Vedanta, gaat Jin Shin Jyutsu ervan uit, dat al het leven afhangt van een allesomvattende energie, waarin het universum en al wat leeft, verrijst. De energie beweegt in het lichaam aan de voorkant omlaag en langs de rug omhoog. Het is een eivormige *zijnsstroom*, die de samenhang in het lichaam bewerkstelligt. Een ongehinderde energiestroom voedt en harmoniseert het organisme, terwijl belemmering tot disharmonie leidt. Disharmonie, of die nu fysiek, mentaal of emotioneel is, spruit altijd voort uit emoties. Ongeacht de omvang van de verstoring, beschikt ieder mens altijd over een onderliggende harmonie, namelijk de Bron, de oerenergie.

De adem is volgens Jin Shin Jyutsu de grondvorm waarin de levensenergie zich uit. Mieke: 'Tijdens de uitademing is het lichaam op non-actief, dan doet het niets, dan ben je in je zijn. De uitademing is de voeding op niet-fysiek niveau. Die zijnsenergie is er altijd, zij maakt je *body* als het ware klaar voor de inademing. De attentie van de *body* gaat onbewust naar zijn aanvoer; dat is de ongemanifesteerde energie die je eigenlijk bent. Zodra de inademing begint, is het ontvangstkastje, de *adapter*, aan en volgt er een verandering op het fysieke vlak, waardoor je in het 'ik-proces' bezig bent, dan ben 'ik' er ineens. De uitademing is de ontvangende onpersoonlijke fase, de inademing is de heb-fase en niet langer onpersoonlijk.'

Veiligheidskleppen

Ziekte is volgens Jin Shin Jyutsu niet iets materieels, maar een verstoring in energiebalans; de verschillende energieën werken niet meer harmonieus samen. De levensenergie manifesteert zich in verschillende gradaties van dichtheid. Hoe de verschillende energielagen resoneren, wordt aan de polsen gevoeld; hieruit is de verstoring in energiedoorstroming af te leiden.

Elke disbalans kan geharmoniseerd worden met universele energie door met de vingertoppen contact te leggen tussen verschillende energiezones.

Jin Shin Jyutsu onderkent zesentwintig energiezones, die als stroomonderbrekers fungeren; zij sluiten zich wanneer de energiestroom hapert. De fysieke klacht die daarop volgt, is een waarschuwing van het lichaam. Mary Burmeister noemt deze zones *safety energy locks*, dat vertaald wordt met veiligheids-energie-sloten of veiligheidskleppen. Zodra de verschillende energievelden weer samenwerken, kan spontaan herstel zich voltrekken. Mieke heeft dit vaak meegemaakt. Het tijdelijk geblokkeerde vermogen van het lichaam om zichzelf te herstellen, wordt gemobiliseerd met de levensenergie.

Het uitgangspunt van Jin Shin Jyutsu is een immaterieel standpunt en in deze visie bestaat ziekte noch diagnose. Mieke: 'Ik kan niet zeggen dat ik iemand genees. Ik kan alleen de kracht erkennen, die voor genezing zorgt. Vanuit een bepaalde relatieve laag moet je zeer goed weten waarmee je bezig bent, maar vanuit het absolute gezien, weet je dat het niet te weten is.'

Gouden knoop

'Jin Shin Jyutsu was mijn redding. Ik was mij ervan bewust, dat het belangrijkste buiten het kleine gebied van de gemanifesteerde verschijnselen zit, terwijl je wel binnen dat gebied moet opereren. Ik vind Jin Shin Jyutsu een gouden knoop, omdat zichtbaar wordt dat wanneer je met gemanifesteerde verschijnselen bezig bent, zoals in de acupunctuur, je een voorraad energie hebt die je op zijn best gaat verdelen. In Jin Shin Jyutsu zie je echter, dat de voorraad niet van deze wereld is, maar van het totaal. Er is geen veel of weinig. Er is niets anders.'

Jin Shin Jyutsu is voor haar de eerste geneeswijze, die uitgaat van een ongemanifesteerde oerenergie. 'Jin Shin Jyutsu activeert opnieuw de levensenergie, de bron waaruit al het leven voortkomt. Dit heeft niet alleen fysieke gevolgen, maar het heeft ook zijn weerslag op emotioneel, mentaal en spiritueel niveau.'

'De grote tegenstelling met ander benaderingen is dat Jin Shin alles in het onpersoonlijke ziet, in plaats van in het persoonlijke. De *hara*, bijvoorbeeld, het centrale krachtscentrum in je buik volgens diverse Japanse gevechtskunsten, staat voor persoonlijke kracht. Wanneer je gericht bent op persoonlijke kracht, ben je aan het overleven. Terwijl het bij Jin Shin Jyutsu om overgave gaat: *Thy will be done*. Dat geeft mij vitaliteit.'

Authentiek

Mieke Berger is een innemende vrouw en door haar integere aandacht neem je haar snel in vertrouwen. Maar zij kan ook fel uit de hoek komen en je confronteren met de vraag: 'Waar bemoei je je mee?'. Dit is echter niet persoonlijk bedoeld, maar gaat uit van het idee dat Bewustzijn de dingen doet.

Zij bewondert de oosterse aanpak van Mary Burmeister: 'Je ligt in kamertje, zij komt binnen, geeft je een behandeling en vertrekt. Er wordt niet gesproken. Tegen mij zegt ze: "*You beautiful body, I ask God to be with us.*" Na 50 minuten verdwijnt ze. Je kan haar niet bedanken; die 'ik' is er niet. Dat is echt de meester. In het Westen kunnen velen dat niet verdragen. Een Hollander zou die stilte niet accepteren.'

Burmeister behandelt haar cliënten twee keer per dag gedurende vijf dagen achtereenvolgend, een schema dat Mieke in haar kuurweken ook aanhoudt. 'Zoals Mary Burmeister het doet, zo wil ik het doen. Ik snap het, wanneer zij

tussen twee behandelingen door in de gang loopt met haar vingers onder d'r billen. Ik ga haar niet nadoen. Ik moet er wel aan denken. Zelf ga ik meestal even iets afwassen om die communicatie te doorbreken. Dan is dat specifieke gebeuren over en ga ik naar de volgende.'

Mieke heeft kritiek op Jin Shin Jyutsu beoefenaars, die hun eigen interpretaties aan het systeem willen geven, bijvoorbeeld door alternatieve grepen te bedenken. 'Ik wil een boodschap vanuit het meest authentieke doorgeven, meer niet. Ik ga niet over een variatie. Waarom moet ik in iets, dat al perfect is, veranderingen aanbrengen?'

Ook staat zij kritisch tegenover mensen, die over één nacht ijs gaan en hun kennis direct op anderen toepassen: 'Er is verschil tussen leren en kennen als levende ervaring. Ik vind eigenlijk, dat je je ermee terug moet trekken en in jezelf en met jezelf onderzoeken en toepassen, alvorens je dat bij anderen kunt aanwenden. Je kan er wel dertig jaar mee bezig zijn zonder dat het ooit in je rijpt, want dat hangt van Bewustzijn af.'

Overgave

Een paar jaar geleden kreeg Mieke Berger een indringende ervaring, toen haar geest stil viel en ophield te projecteren. 'Het projecteren van de *mind* houdt jezelf in het lichaam. Dat aspect had ik eerder niet zo scherp gezien. Als het projecteren ophoudt, zou het leven zo afgelopen kunnen zijn. Normaal gesproken projecteert de *mind* voortdurend, bijvoorbeeld dat je morgen opstaat, of dat je binnenkort in het buitenland gaat wonen en noem maar op. Er kunnen echter momenten zijn, zoals ik toen ervoer, dat de *mind* niet meer projecteert en dan gebeurt er niet zoveel meer met het lichaam. Ik was in zo'n leegte - waar de *body* nog wat nazoemde - maar er was geen projectie in de toekomst, noch in het verleden. Er was dus ook geen herinnering, alleen maar het nu. Er was geen woord om te spreken, de stem deed het niet meer. De functies van het lichaam vielen uit; lopen ging eigenlijk niet. Er was geen gedachte: gaat dit lichaam nu dood. Niets. Er was ook geen angst. Angst, heeft Da Free John mij duidelijk geleerd, is inherent aan het lichaam. Zolang er een identificatie met het lichaam is, dan is er altijd in zekere mate angst, als was het om de *body* te laten overleven.'

'In al die 35 jaar van *healing* zou het meest echte voor mij zijn, als ik gewoon maar zat en niets deed. Waarom moet ik zo'n vertoning doen?' Mieke kent zichzelf echter goed genoeg om dat te relativiseren. Haar structuur omschrijft zij als: 'Een akelige combinatie; de doener die zo graag wat wil doen en het bewustzijn dat zegt: er valt helemaal niets te doen. Mijn India ervaringen en Mary Burmeister hebben dat voor mij helder gemaakt. Het gekke is dat ik met Mary Burmeister niet over *Jnana*, de Advaita Vedanta, kan spreken, want zij is niet intellectueel. Dat vind ik zo'n grap.'

Het belangrijkste doel van Jin Shin Jyutsu is voor Mieke Berger niet het verbeteren van de doorstroming van levensenergie door het lichaam (het 'genezen'), maar 'het inzicht dat bij de cliënt kan ontstaan over het wezen van het mysterie, dat we leven noemen'. Volgens haar wordt Jin Shin Jyutsu ten onrechte vaak uitsluitend als techniek of geneeswijze gebruikt, terwijl het een levenskunst is, die vroeg of laat tot een levenshouding van aanvaarding en overgave leidt. Mieke Berger vertaalt Jin Shin Jyutsu dan ook met: 'De mens die de kunst verstaat om zijn goddelijke natuur te begrijpen'.

Informatie:

Mieke Berger verzorgt kuren op aanvraag, meestal in juni, augustus en oktober in een natuurlijke omgeving (Frankrijk, Spanje, Lanzarote of België). De weekkuren zijn *intensives*, waarbij in één-op-één sessies naast de behandeling het geven van inzicht centraal staat. Kennismakingssessies zijn mogelijk in Haarlem in de maanden mei, september en februari.

Selfhelp workshops, twee maal per jaar op aanvraag; evenals 'neutraliteitsworkshops'.

Kuren in Costa Rica het gehele jaar door.

Informatie is ook te vinden op internet: www.jinshinhealing.com. Mieke Berger is bereikbaar via e-mail:

MFWBerger@jinshinhealing.com Telefonisch via de heer Negenborn: 023 542 0411 in Haarlem.