

# Healthappiness

Mieke F.W. Berger Ph.D. - Nieuwsbrief 2011/2012

## 2012 een bijzonder jaar?

Het jaar 2012 heeft een magische klank, al was het maar vanwege alle speculaties op basis van de Maya kalender. Reden genoeg om daar in deze nieuwsbrief extra aandacht aan te besteden. **Zie pagina 3 van deze nieuwsbrief.**

2012 is ook een bijzonder jaar, omdat we (voorlopig?) met pijn afscheid gaan nemen van La Gomera als plaats voor de kuurweken. Reden is de toch erg moeizame reis naar dit prachtige eiland. Een vliegreis met overstap, taxi, bootreis en weer een taxi wordt steeds bezwaarlijker.

Bovendien zijn de aansluitijden van vliegreis en boot zeer ongelukkig geworden. Als vervangende plaats hebben we voor volgend jaar Salerno in Italië gevonden. Voor details zie hierna.

## Werkwijze

Het werk wordt uitsluitend in de vorm van **individuele 'begeleidingsweken'** (kuurweken) toegepast.

Deze bestaan uit 10 intensieve, individuele sessies (twee per dag) gedurende vijf aaneengesloten dagen. Meer dan 45 jaar ervaring is de basis van een integere, soms confronterende maar altijd liefdevolle werkwijze. Het werk staat beschreven in het boek 'Oorspronkelijk Jin Shin'.

Onbekend met doel en inhoud van Jin Shin kuur- en begeleidingsweken? Ga naar <http://jinshinhealing.com/dutch.html> en download de informatiefolder.



## Individuele begeleidingsweken

Individuele begeleidingsweken vinden wisselend plaats in: Frankrijk, België, Spanje en dit jaar ook Italië. Mieke woont en werkt in Costa Rica. Twee keer per jaar komt zij naar Europa voor de begeleidingsweken. Gewoonlijk is dat een periode in het voor- en najaar. Zie verderop in de nieuwsbrief de exacte data en locaties.

'Healthappiness' is een directe verwijzing naar de twee pijlers waarop het werk van Mieke Berger berust. De ene pijler heeft te maken met lichamelijke gezondheid en vitaliteit. Om die te bevorderen gebruikt zij de Japanse 'energy healing' werkwijze, die bekend staat als Oorspronkelijk Jin Shin. Dit is complementair en juist ook effectief als reguliere behandeling niet tot resultaten leidt. De tweede pijler bestaat uit filosofisch onderricht. Daarbij wordt uitgegaan van de inzichten die de 'Advaita Vedanta' filosofie ons geschonken heeft. Uiteindelijk is de kern van het werk: *acceptatie van jezelf en je omgeving* gebaseerd op het inzicht dat het leven zichzelf leeft.

## Locaties, tarieven, data

Voor **2012** kan men zich nu nog inschrijven voor de volgende locaties:

### Salerno (Italië)

Week 1: 2 mei tot 8 mei

Week 2: 8 mei tot 14 mei

Kostenindicatie: honorarium € 750, vliegreis € 250 (rechtstreekse vlucht Amsterdam - Napels met Transavia) en accommodatie ca € 480.

### Diest (België)

Week 1: 13 augustus tot 19 augustus

Week 2: 19 augustus tot 25 augustus

Optioneel een derde week indien er sprake is van overboeking.

Kostenindicatie: honorarium € 750, accommodatie ca € 540.

Honorarium en verblijfkosten vormen een onverbrekelijk pakket.

Email: [MFWBerger@Jinshinhealing.com](mailto:MFWBerger@Jinshinhealing.com)

Website: [www.jinshinhealing.com](http://www.jinshinhealing.com)

Secretariaat: Nieuwe Gracht 43, 2011 ND Haarlem  
Telefoon: +31.23 5420411  
Mobiele tel.: +31625098309

# Healthrapportage

Mieke F.W. Berger Ph.D. - Nieuwsbrief 2011/2012

Incidenteel worden er begeleidingsweken in Europa georganiseerd die buiten genoemde arrangementen vallen. Uitsluitend in overleg met Mieke wordt gekeken of daartoe mogelijkheden zijn. Tarieven, locatie etc. in overleg en op aanvraag te verkrijgen.

## Inschrijven

De inschrijving is vanaf dit jaar simpeler geworden. U kunt uw voorkeur kenbaar maken door een email te zenden naar [MFWBerger@Jinshinhealing.com](mailto:MFWBerger@Jinshinhealing.com) Let erop dat u aangeeft welke kuurweek uw voorkeur heeft, bijvoorbeeld Salerno Week 1 of Diest Week 2. Ook kunt u naar [www.jinshinhealing.com/kuurweek/inschrijven.asp](http://www.jinshinhealing.com/kuurweek/inschrijven.asp) gaan en daar uw voorkeur aangeven. Het is van het grootste belang om dit zo snel mogelijk te doen omdat de kuurweken gewoonlijk erg snel ingevuld.



Salerno centro storico

Zodra u zich heeft ingeschreven, ontvangt u snel daarna een ontvangstbevestiging en heeft u uw plaats gereserveerd. Eind november ontvangt u alle details m.b.t. kuurweek, locatie en alle van belang zijnde info. U wordt dan uitgenodigd de accommodatiekosten te voldoen. Na ontvangst is uw inschrijving definitief.



Salerno kuststreek

Zodra u in november accoord gaat met alle voorwaarden en u de 1e betaling heeft gedaan, adviseren wij u voor de Salerno kuurweken zo spoedig mogelijk uw reis te boeken. U kunt dat rechtstreeks doen bij Transavia. Zie [www.transavia.com](http://www.transavia.com) Bestemming is Napels, zijnde de meest nabij gelegen luchthaven.

**Let op:** Ten tijde van de samenstelling van deze nieuwsbrief zijn nog niet alle details bekend. Afwijkingen van kosten voor accommodatie kunnen zich voordoen omdat nog niet alle afspraken daarover definitief afgerond zijn.

Prijzen in deze nieuwsbrief met uitzondering van het honorarium zijn dus in dit stadium indicatief.

Ook is ons het transavia vluchtschema voor 2012 op Napels nog niet bekend. Hierdoor is het mogelijk dat de kuurweken in Salerno een of twee dagen kunnen verschuiven.

Email: [MFWBerger@Jinshinhealing.com](mailto:MFWBerger@Jinshinhealing.com)

Website: [www.jinshinhealing.com](http://www.jinshinhealing.com)

Secretariaat: Nieuwe Gracht 43, 2011 ND Haarlem  
Telefoon: +31.23 5420411  
Mobiele tel.: +31625098309

# Healthrapportage

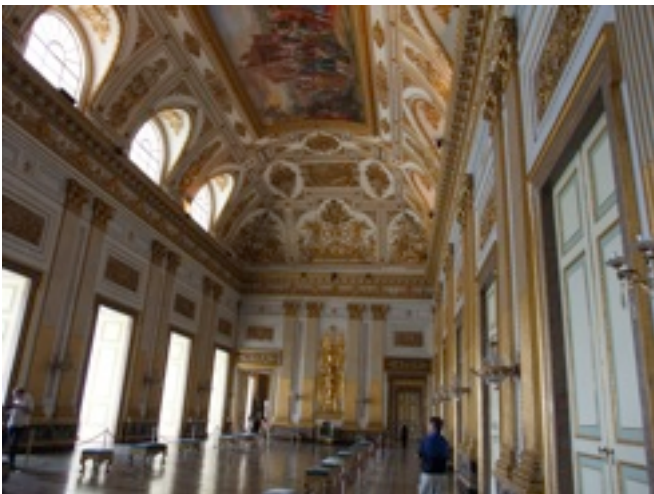
Mieke F.W. Berger Ph.D. - Nieuwsbrief 2011/2012

## Salerno

Salerno is een prachtig kustplaatsje op 30 treinminuten afstand van Napels. Het heeft een aantrekkelijk historisch centrum met veel fraaie gebouwen, winkeltjes, kerken etc. Heerlijk om door heen te slenteren. De temperaturen zijn zoals men mag verwachten van een mediteraan land: in mei gemiddeld 22<sup>o</sup>.

Salerno ligt aan zee en heeft een leuke boulevard met gezellige eettentjes en een prettig strand. De locatie voor de kuurweken is dan ook pal aan de boulevard en op 5 minuten loopafstand van het station.

Vanuit Salerno zijn leuke uitstapjes te bedenken. Met de trein naar Napels duurt 30 minuten, met de bus een klein uurtje. Verbazingwekkend weinig mensen kennen het paleis in Caserta, zie <http://www.comuni-italiani.it/061/022/foto/>. U heeft niet veel fantasie nodig om te begrijpen dat dit paleis de vergelijking met Versailles aan kan. Caserta ligt op 45 treinminuten afstand van Salerno en leent zich buitengewoon voor een excursie. Het nabijgelegen plaatsje heeft veel leuke zeer authentieke (weinig toeristische) restaurantjes.



*Interieur van het paleis in Caserta*

## Diest

Voor wie de afstand naar Salerno bezwaarlijk is of om andere redenen een reis naar Italië niet wenselijk acht, is de Belgische locatie in Diest een goed alternatief. Diest is per auto en trein goed te bereiken vanuit

Nederland. De reis duurt met de auto ca 2,5 uur. Onderkomen is een fraai hotel dat in een voormalig klooster in het centrum van het levendige stadje Diest is gerealiseerd. In 10 minuten met de auto bent u in uitgestrekte bosgebieden. Daarmee biedt Diest een aantrekkelijke variatie van stadsleven en natuur.



*Marktplein Diest*

## Overige begeleidingsweken

Net als dit jaar het geval is geweest, valt niet uit te sluiten dat er in een bepaald geval toch nog een extra mogelijkheid is voor het meemaken van een kuurweek dichterbij in de buurt, zoals bijv. in België.

Dit is overigens allerminst zeker, maar laat u zich in elk geval op de 'afroep' lijst noteren. Als zich een kans voordoet, krijgt u (meestal op korte termijn) een oproep.

Omdat in de beslissing om extra naar Europa over te vliegen, de omvang van de lijst sterk meeweegt, is er het verzoek alleen daarop in te schrijven als u werkelijk wilt en een flexibele agenda heeft.

## JinShinhealing in een notepad

*'Bevorderen van Inzicht in wie we zijn door realisatie dat wij en de bron waaruit we voortkomen Één zijn. Dat leidt tot acceptatie van Wat-Is'*

Email: [MFWBerger@Jinshinhealing.com](mailto:MFWBerger@Jinshinhealing.com)

Website: [www.jinshinhealing.com](http://www.jinshinhealing.com)

Secretariaat: Nieuwe Gracht 43, 2011 ND Haarlem  
Telefoon: +31.23 5420411  
Mobiele tel.: +31625098309

# Healthrapportage

Mieke F.W. Berger Ph.D. - Nieuwsbrief 2011/2012

## Boeken

In het verleden zijn een aantal boeken verschenen van de hand van Mieke, die verduidelijken wat de werkwijze en filosofische achtergrond van haar werk is. Gemakshalve verwijzen we naar [www.jinshinhealing.com/dutch.html](http://www.jinshinhealing.com/dutch.html), daar kunt u de verschillende boeken bestellen.

Dit jaar zal er opnieuw een boekje verschijnen dat zij vertaald heeft. 'Vingerwijzingen van Sri Ramana Maharshi' zoals samengesteld door Sri Ramesh S. Balsekar. Het boekje zal eind oktober beschikbaar zijn en zal worden uitgegeven door uitgeverij Inzicht.

## 2012: Einde der tijden of een nieuw tijdperk?

De kranten en overige media hebben er veel aandacht aan besteed: de Maya kalender en de aanstaande apocalyps. Ook veel verwarring en veel zich zelfbenoemde experts die elkaar tegenspreken en met een zekere regelmaat op wetenschappelijke gronden nieuwe inzichten claimen. Zo zou niet 2012 het jaar van de grote verdwijning zijn, maar 2021. Wel aantrekkelijk want dat geeft weer negen jaar respijt. Ook als we kijken naar het aanbod van boeken over dit onderwerp, is dat zonder overdrijving indrukwekkend te noemen. Althans in kwantiteit.

## Afwisselende golven

Wat te denken van al deze vaak tegenstrijdige berichten? Allereerst ben ik ervan overtuigd dat de inzichten van de oude Maya cultuur, veel overeenkomsten vertonen met bijvoorbeeld de inzichten die we in de veda's aantreffen. Middels metaforische uitspraken, wil men duidelijk maken dat eigenlijk de hele wereld van de fenomenen een verschijnsel is in bewustzijn. Een ver-'schijn'-sel, een zinsbegoocheling maar als illusie met een hoog 'echtheids' gehalte. Als we ons op het niveau van de zinsbegoocheling (Maya in Sanskriet!) naar de fenomenen kijken, kunnen we daar talloze golven aantreffen. Kortere, bijvoorbeeld van ons eigen leven, waar het leven afgewisseld wordt door de dood, en langere golven tot hele lange golven. Zo wordt de periode waarin we nu leven in de Veda's aangeduid als de Kali Yuga. Kenmerk van die periode is ongehoorde wreedheid, egoïsme, oorlog en destructie. Die periode duurt zo'n 432000 jaar (!) en komt nu

langzamerhand teneinde. Het zijn dus niet de einde der tijden, maar er is sprake van het einde van een periode, die wordt opgevolgd door een nieuwe periode. Een begin kent een einde, en het einde luidt een nieuw begin in. Perioden met elk hun eigen kenmerk zijn zoals de seizoenen van het jaar: ze wisselen en volgen elkaar op. Dat gaat op voor de vedische golven en periodes, net zozeer als voor de periodes die in de Maya kalender zijn terug te vinden.

## Onderzoek naar de Maya's door Natascha Zwaal

Iemand die heel gedegen onderzoek heeft gedaan naar de Maya's is Natascha Zwaal. Zij is een gepromoveerd antropologe, gnostica en heeft zich gespecialiseerd in de cultuur van de oude Maya's en in "storytelling" als interculturele communicatiemethode.

Natascha heeft een aantal jaren gewoond in een Mayadorp in Mexico en twee boeken op haar naam staan. Ze schreef 'Kinderen van de Zon', een boek dat een verrassende en onthullende kijk biedt op de eeuwenoude Maya-cultuur en op de nazaten van de bouwers van de beroemde tempels en piramides. Ze ontdekte dat de Maya's heel anders leven dan de westerse mens, maar ook heel anders dan verstedelijkte Mexicanen. Ze zijn een met de natuur en proberen door de kracht van hun gedachten de wereld naar hun hand te zetten. Natascha Zwaal was getuige van enkele onverklaarbare fenomenen.

In haar tweede boek 'Maya's Draggers van Universele Wijsheid' laat de auteur aan de hand van talloze voorbeelden zien dat in de cultuur van de Maya's wetenschap, spiritualiteit en kunst hand in hand gingen. Tevens worden linken gelegd met talloze andere grote culturen in de wereld. Aan de hand daarvan toont zij ons dat de Maya's op hun eigen wijze en met een rijke symboliek dezelfde kernboodschap uitdroegen als alle grote scholen en leermeesters van alle tijden. Door middel van prachtige getekende illustraties wordt de lezer ingewijd in de wijsheid van de Maya's die ook voor onze huidige tijd nog uiterst actueel is.

## Transformatie is de kern

De wijsheid waar al op gedoeld werd is het inzicht dat wisseling van perioden in feite een transformatie

---

Email: [MFWBerger@Jinshinhealing.com](mailto:MFWBerger@Jinshinhealing.com)

Website: [www.jinshinhealing.com](http://www.jinshinhealing.com)

Secretariaat: Nieuwe Gracht 43, 2011 ND Haarlem  
Telefoon: +31.23 5420411  
Mobiele tel.: +31625098309

# Healthrapportage

Mieke F.W. Berger Ph.D. - Nieuwsbrief 2011/2012

behelst. Het ene eindigt en trans- formeert zich in het nieuwe zoals de rups sterft op het moment dat de vlinder tot leven komt. Transformatie duidt in deze culturen en systemen vooral ook op de 'dood' (van het ego) en de geboorte van een getransformeerd bewustzijn.

Van de Maya's is bekend dat er een geheimzinnig balspel werd gespeeld. De bedoeling is zonder gebruik te maken van bijvoorbeeld armen of benen en zuiver op gedachte kracht een bal door een ring te werpen. Wie het voor elkaar kreeg, werd het hart uitgerukt en moest sterven.

Uiteraard is dit een metaforisch vertelling. Het toont dat de transformatie van een bestaan waarin we ons identificeren met het ego, naar een ongeïdentificeerd bestaan, een heel moeilijke weg is. Maar als het lukt sterft het ego met al zijn beperkingen en ongemakken, en vindt de transformatie plaats naar een vrij leven, waarin we onthecht naar het leven kunnen kijken zoals het zich aan ons voordoet. De metafoor is krachtig omdat juist onze armen gebruikt worden om af te weren ter bescherming van ons bestaan of om te pakken, alweer omdat we bang zijn dat ons ikje iets te kort zou komen.

## Relatie met Veda's en Jin Shin

We zien hetzelfde verhaal in de Veda's maar ook in Jin Shin. Het verwijst direct naar de functie van Safety Energy Lock (SEL) 3. Als de veiligheidsstop niet langer contraheert, gaan we opinieloos waarnemen Wat-Is. We realiseren ons dan dat het leven zichzelf leeft. Daarom is dit de belangrijkste zone en de essentie van Oorspronkelijk Jin Shin, die direct verwijst naar de transformatie van een geïdentificeerd naar een niet-geïdentificeerd bestaan. Het doel van Oorspronkelijk Jin Shin is de mens weer in contact te laten komen met zijn Bron en zich ervan bewust te laten worden dat hij gemaakt is door de Bron. En omdat je de mens niet kan losmaken van de bron, waaruit hij gemaakt is, is hij die bron. Dat is het te realiseren inzicht waar het omdraait. Als er een contractie in SEL 3 zich voordoet, is dat altijd het gevolg van onze opinies en onze afweer door ons ikje. Het resultaat is een overweldiging van emoties zoals woede, angst, verdriet, doen alsof etc., feitelijk de basis voor al ons lijden.

Leuk is om vast te stellen dat SEL 3 direct gerelateerd is aan beweging van de armen, die 'wegduwen'. Net zoals in het balspel van de Maya's de armen niet gebruikt mochten worden, omdat het erom gaat alleen met aandacht de bal door de ring te krijgen. De kern is dus weer aandacht voor de Bron.

## Sterven voor het doodgaan

Aandacht voor de Bron is tegelijkertijd het wegvallen van de aandacht voor het ikje. Het is dus zo dat het ikje sterft. Het is het sterven voor we doodgaan. Dat is de transformatie waar het om draait. Gedurende de laatste kuurweken was een deelnemer zo de grens van de transformatie genaderd dat er de laatste dag een mededeling uit kwam die nu niet raar klinkt:

*'eigenlijk heb ik nu de wens 'te sterven', waarmee ik doel op op de bevrijding van al dat gedoe en bezig zijn met de verwickelingen in het bestaan en van verdediging en overwinning van het ikje. Ik hoop dat het besef van 'geleefd worden' tot me komt in volle bewustzijn.'*

Beter zou ik niet onder woorden kunnen brengen wat de essentie van mijn werk is.

Boek van Natascha Zwaal: zie <http://www.bol.com/nl/cl/nederlandse-boeken/natascha-zwaal/49250/index.html>



Maya Calendar

Email: [MFWBerger@Jinshinhealing.com](mailto:MFWBerger@Jinshinhealing.com)

Website: [www.jinshinhealing.com](http://www.jinshinhealing.com)

Secretariaat: Nieuwe Gracht 43, 2011 ND Haarlem  
Telefoon: +31.23 5420411  
Mobiele tel.: +31625098309