

# Healthappiness

Mieke F.W. Berger Ph.D. - Nieuwsbrief 2013/2014

## Healthappiness

Het logo '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.

## Jin Shin kuur/begeleidingsweken

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'.

Een begeleidingsweek biedt een unieke kans eens vanuit een ander optiek het verloop van ons leven te beschouwen. Waar zijn we tevreden en waar hapert er iets. Bijvoorbeeld op relationeel, fysiek, materieel of levensbeschouwelijk gebied. Even ontkoppelen van de dagelijkse beslommingen in een andere omgeving zorgt voor een nieuwe kijk op de dingen en biedt de mogelijkheid weer eens een frisse start te maken.



Eindelijk die energieslurpende soms halfbewuste wensen of frustraties naar boven halen om in alle rust uitgestelde beslissingen een kans te geven. Om tegelijkertijd te ervaren dat wat ons mentaal bezighoudt van directe invloed is op ons fysieke welzijn.

In het kort komt het erop neer dat aan alle aspecten van het bestaan intensieve aandacht wordt besteed. Met andere woorden: verander je leefomstandigheden als het kan en leer ze te accepteren als dat niet kan. Onbekend met doel en inhoud van Jin Shin kuur- en begeleidingsweken? Ga naar <http://jinshinhealing.com/dutch.html> en download de informatiefolder.

## Locaties, tarieven, data individuele begeleidingsweken 2014

Mieke komt twee keer per jaar naar Europa, gewoonlijk in het voor- en najaar. Individuele begeleidingsweken zullen in 2014 plaats in Bari (Italië) en Gent (België) worden georganiseerd.

Voor **2014** kan men zich nu inschrijven voor de volgende locaties:

### Bari (Italië)

Week 1: 24 april tot en met 30 april

Week 2: 30 april tot en met 6 mei

**Let op: deze data zijn iets vroeger dan andere jaren. Dit heeft te maken met het niet beschikbaar zijn van accommodatie i.v.m. het St Nicolà feest in Bari, dat 3 (!) dagen duurt en op 7 mei start. Derhalve is er ook geen optionele 3e week gepland!**

Kostenindicatie: honorarium € 790, vliegreis ongeveer € 270. Kosten voor accommodatie zal vergelijkbaar zijn met vorig jaar en tussen € 490 en € 590 uitkomen. Honorarium en verblijfkosten voor Bari vormen een onverbrekelijk pakket, m.a.w. u schrijft zich in voor kuurweek met accommodatie.

### Gent (België)

Week 1: 14 augustus tot 20 augustus

Week 2: 20 augustus tot 26 augustus

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

# Health Happiness

Mieke F.W. Berger Ph.D. - Nieuwsbrief 2013/2014

Optioneel een derde week indien er sprake is van overboeking.

Kuurweek honorarium incl. accommodatie Gent (Hotel Onderbergen) zal vergelijkbaar zijn met 2013 en uitkomen op ongeveer € 1375.

Diegenen die liever zelf hun accommodatie wensen te arrangeren, verzoeken we dit aan te geven bij de inschrijving.

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

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 Bari Week 1 of Gent 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 zijn ingevuld. Zodra u zich heeft ingeschreven, ontvangt u 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 van uw betaling is uw inschrijving definitief.

**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.

## Bari

Bari is een prachtig kustplaatsje in Zuid Italië aan de Adriatische zee. Het heeft een zeer aantrekkelijk



Onderkomen in Bari

historisch centrum met veel fraaie gebouwen, winkeltjes, kerken, terrassen etc. Heerlijk om door heen te slenteren. De temperaturen zijn zoals men mag verwachten van een mediteraan land: in april rond de 20<sup>o</sup> en in mei gemiddeld 23<sup>o</sup>. Het ligt op dezelfde hoogte als Barcelona.

Zodra uw inschrijving definitief is, adviseren wij u voor de Bari kuurweken zo spoedig mogelijk uw vlucht te boeken. Er zijn veel aanbieders met aantrekkelijke tarieven en vertrektijden. Het loont wat te 'shoppen' op internet. Vooral nog lijkt Lufthansa (met één overstap) het meest aantrekkelijk te zijn. Mogelijk dat Transavia een rechtstreekse vlucht zal plannen; dat is nu nog niet bekend.

## Gent

In augustus staan er kuurweken gepland in de Belgische plaats Gent. Deze stad is per auto en trein goed te bereiken vanuit Nederland. De reis duurt met de auto ca 2,5 uur. Gent biedt een aantrekkelijke

---

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

# Healthappiness

Mieke F.W. Berger Ph.D. - Nieuwsbrief 2013/2014

variatie aan culturele manifestaties en ligt nabij  
Knokke de Zoute.

*Blik op Gent*



## 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. Dit is overigens allerm minst zeker, maar laat u zich in elk geval op de 'afroep' lijst noteren.

## Graag aanmelden per email of via

[www.jinshinhealing.com/kuurweek/inschrijven.asp](http://www.jinshinhealing.com/kuurweek/inschrijven.asp),  
ook als u dat al eerder heeft gedaan.

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.

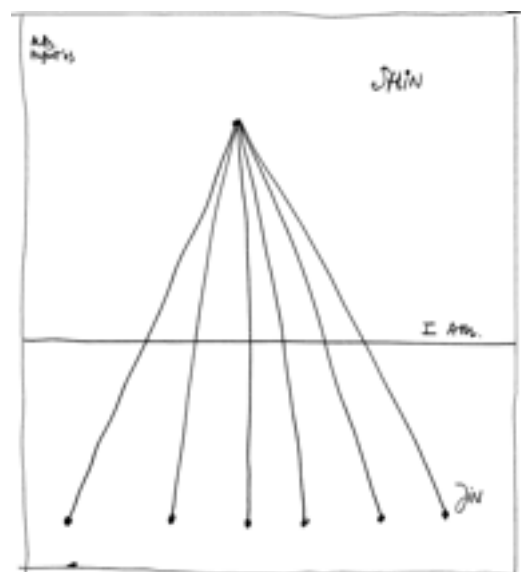
## JinShinhealing in een notedop

*'Bevorderen van Inzicht in wie we zijn door realisatie dat wij en de bron waaruit we voortkomen Één zijn. Het besef 'alles is in mij en ik ben in alles' als eenheidservaring leidt tot acceptatie van Wat-Is' Schematisch weergegeven ziet dat er als volgt uit: Jin (de mens) als manifestatie is een ander aspect van het ongemanifesteerde (Shin).*

## Informatiedag relatie lichaam/geest/voeding

Tijdens de Jin Shin sessies wordt aandacht besteed aan mentale, emotionele, energetische en lichamelijke processen. Hoe voeding op deze processen inwerkt blijft vaak onderbelicht. In 2014 zullen we een informatiedag organiseren waarbij vanuit de cel de relatie voeding-lichaam-geest aan de orde komt. Klachten als: terugkerende blaasontsteking, hooikoorts, allergieën, schimmels etc. etc. zijn bijvoorbeeld terug te voeren op de wijze waarop ons voedsel wordt geconserveerd. Uiterst actueel in een tijd waarin 'duurzaamheid' in het centrum van de belangstelling staat. Waarom biologische voeding? Waarom vitamines en supplementen? Is vasten nodig/nuttig/wenselijk?

De bedoeling is dat in samenwerking met een voedingsdeskundige, een osteopaat en deskundigen werkzaam in de biocultuur e.e.a. belicht gaat worden. We zijn nog bezig met de details van de opzet, maar nu is al duidelijk dat het niet alleen een theoretisch verhaal wordt. Er wordt echt ook geproefd om bewust te worden van de verschillen in kwaliteit van voeding. Ook al is er nog geen datum bepaald, als u geïnteresseerd bent in het bijwonen van deze dag, meld dat eens tijdens een van uw sessies.



*Jin (mens) als aspect van Shin (het ongemanifesteerde)  
Tekening uit: Original Jin Shin*

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