

Interview van Paravisie

Vraag 1:

Kun je aan een leek (wel spiritueel ingesteld) uitleggen wat Oorspronkelijk Jin Shin inhoudt? Wat is de essentie ervan? En hoe werk je?

Antwoord:

Uiteraard valt uit te leggen wat Oorspronkelijk Jin Shin behelst. Einstein zei al (vrij vertaald) 'als je niet kunt uitleggen waar je mee bezig bent, dan heeft het weinig betekenis'. Ik heb een grote kring klanten, waarmee ik, waar ik me ook bevind, voortdurend contact onderhoud dankzij het internet en de mogelijkheid van emails schrijven. Een van deze 'correspondenten' is een jongetje van 12 jaar, die ik stapsgewijs duidelijk maak waar het met Oorspronkelijk Jin Shin om gaat. Naar zijn reacties te oordelen begrijpt hij precies waar het omgaat. Anders dan men vaak denkt is Oorspronkelijk Jin Shin een levensfilosofie, een benadering van het mysterie dat we 'leven' noemen en waar iedereen vroeg of laat mee worstelt. Degene die Jin Shin Jyutsu in het westen introduceerde is Mary Burmeister, mijn grote voorbeeld, waar ik veel aan te danken heb en die ik vaak heb mogen ontmoeten. Zij is het geweest die zei: Jin Shin is geen therapie. Dat is dus het eerste misverstand wat we moeten wegnemen. Het is niet een set kunstgrepen, die je over het weekend leert, waarna je jezelf alternatief therapeut, healer of spiritueel genezer kan noemen. Misschien voor veel lezers een teleurstelling. Ik ben Oorspronkelijk Jin Shin zo toegedaan dat ik het zonder compromissen Shin wil uitdragen voor wat het is om er vervolgens ook naar te leven. Je zult er op bedacht moeten zijn dat ik in alle oprechtheid zo correct mogelijk de vragen wil beantwoorden, waarbij het er mij omgaat zo goed mogelijk over te dragen wat Oorspronkelijk Jin Shin is. Of iemand spiritueel ingesteld is of niet zou geen verschil moeten uitmaken. Helderheid is helderheid. Ook tijdens de toepassing in de praktijk maakt het voor mij niet uit of iemand spiritueel is of niet, er voor open staat of wantrouwend is en een mentaliteit heeft van 'eerst zien, dan geloven'. Die laatste categorie geeft trouwens vaak betere feedback en je weet wat je aan zo iemand hebt. Ze vertellen wat ze ervaren zonder er iets bij te verzinnen. Dit geeft aan dat toepassing van Oorspronkelijk Jin Shin effecten heeft, die los staan van je eigen standpunten m.b.t. een alternatieve aanpak.

Dan kom ik bij je tweede vraag: wat is de essentie van Oorspronkelijk Jin Shin? Als het dan geen therapie is, wat is het dan wel? Zoals gezegd het is een levensfilosofie, een levensbeschouwing, die, en dat valt niet te ontkennen, het leven voor ons lichter kan maken. Wat is die levensbeschouwing dan? Waar gaat die vanuit uit? Uitgangspunt is dat we allemaal ervaren dat we over een lichaam beschikken uitgerust met zintuigen die alle mogelijke ervaringen op doen, leuke en minder leuke, waarop we moeten reageren. Als er een hongerprikkel is voelen we ons ongelukkig, dat zet ons aan te gaan eten om bij verzadiging ons weer even lekker te voelen. Alle zintuiglijke impressies zorgen ervoor dat we als het ware een onderscheid maken tussen enerzijds het 'ik' als ontvanger van prikkels en anderzijds de 'buitenwereld', waar die prikkels vandaan komen. We worden zo in beslag genomen door het reageren en verwerken van het bombardement van prikkels dat we helemaal geen aandacht meer hebben voor het grote mysterie van het leven. Dat mysterie, dat dus niet begrepen kan worden (anders zou het geen mysterie zijn), is de oerkracht die ons lichaam met alle zintuigen en de buitenwereld met alle prikkels voortbrengt. Die oerkracht is een eenheid, die zich dus schijnbaar opsplijt in zintuig en prikkel, ofwel in waarnemer en dat-wat-waargenomen wordt. We vergeten onze werkelijke oorsprong (de ondeelbare oerkracht waar alles {lichaam, gedachten, gevoelens, buitenwereld} uit voortkomt) en zijn dan overgeleverd aan het spel van de zintuigen. Soms is het leven dan fijn (als de zintuigen bevredigd zijn), vaak zijn we gefrustreerd omdat de zintuigen onbevredigd blijven. Daardoor ontstaat een voortdurend

gevoel dat er iets ontbreekt in ons leven. En wat ontbreekt zouden we ‘permanent’ en onveranderlijk, bestendig geluk kunnen noemen. Iedereen is daar naar op zoek, maar we zoeken in de verkeerde richting: namelijk de buitenwereld, de wereld die we kunnen zien, horen en voelen. Die wereld die ons afleidt. Welnu als er te veel en te lang frustratie is en te lang het geluksgevoel uitblijft, kan dat uiteindelijk ook zijn weerslag vinden op ons lichamelijk functioneren en dat is de basis van het ontstaan van talloze lichamelijke klachten. Het zal duidelijk zijn dat problemen zich alleen oplossen als ze bij de wortel worden aangepakt, dus op het niveau waar ze ontstaan zijn. We moeten niet het symptoom bestrijden (dan zou Oorspronkelijk Jin Shin inderdaad therapie zijn) maar ingrijpen op het niveau van de oorzaak. En die ligt altijd bij een verkeerd inzicht in wie we werkelijk zijn. Oorspronkelijk Jin Shin beoogt ons daar van bewust te maken met als gevolg: geluksbeleving en wellicht ook in het verlengde daarvan gunstige lichamelijke effecten. Maar pas op: we zijn niet ongelukkig omdat we een kwaal hebben, we hebben een kwaal omdat we ongelukkig zijn! Als we permanent geluk beleven wordt ons lichaam trouwens sowieso minder belangrijk.

De essentie is dus bewustmaking van wie we zijn.

Hoe gaat dat dan in de praktijk? Het lichaam vertelt in feite zijn eigen verhaal. Natuurlijk laat ik de mensen hun verhaal doen, men wil nu eenmaal altijd stoom afblazen en dat kan een nuttige functie hebben. Toch luister ik liever naar wat het lichaam mij te zeggen heeft. Als we de oerkracht even de naam ‘energie’ geven dan zal duidelijk zijn dat als er door onze reactie op de (soms onaangename of zelfs zeer onaangename) buitenwereld contracties plaatsvinden die verhinderen dat die energie ongehinderd ons van levenskracht voorziet. Die energieloop is te voelen (aan de pols) en wie er ontvankelijk voor is in zekere zin te zien door naar het lichaam te kijken. Op basis van de informatie die ik daarmee krijg kan ik vaststellen waar de energie stagneert. Daar is dus altijd een lichamelijk effect, dat echter altijd (en dat is veel belangrijker) gekoppeld is aan een psychologisch of filosofisch vraagstuk, waarmee die persoon worstelt. Door het aanraken van bepaalde zones wordt de energiestroom op gang gebracht, met als gevolg dat het lichamelijke probleem wordt aangepakt, maar ook ontstaat er een bewustwording van het onderliggende levensprobleem. Er komen bij mij veel uitbehandelde cliënten, waar geen medisch objectiveerbare klacht te vinden is. Maar hun lijden is er niet minder om. Om daar een voorbeeld van te geven. In Costa Rica meldt zich een cliënte van ca 30 jaar, die al jaren hevige rugpijn had. De laatste 10 jaar is ze in het ziekenhuis behandeld, zonder merkbaar resultaat. Omdat mijn Spaans laten we zeggen ruimte tot verbetering heeft, is de conversatie beperkt en moet ik vooral af gaan op wat ik zie en aan de polsen voel. Mijn indruk is dat er een niet gezegd probleem veel belangrijker is: ernstige migraineaanvallen en een onvermogen tot aanpassen aan haar omgeving. Na de ermee in verband staande zone zo’n 20 minuten te hebben aangeraakt, begint zij spontaan te vertellen dat ze altijd zo’n hoofdpijn heeft en eigenlijk het gevoel heeft niet geaccepteerd te worden door haar familie. Hier zie je dus onmiddellijk de wisselwerking tussen lichaam en geest. Door inzicht in haar situatie is er uitzicht op verbetering van de klacht. Om elk misverstand te voorkomen: bij lichamelijke klachten is het altijd gewenst (voor mij zelfs vereist) dat er een medicus wordt geconsulteerd. Ik pleit altijd voor samenwerken met reguliere medici in plaats van ermee competieren. Ieder heeft zijn specifieke kennis en kunde.

In puur praktische termen werk ik met kuurweken, waarbij de client gedurende 5 achtereenvolgende dagen 2 sessies van een uur heeft. Doel is op alle niveaus de levenskracht te laten doorstromen en tegelijkertijd inzicht te geven in waar het probleem vandaan komt. Het uiteindelijke doel is natuurlijk inzicht geven in onze ware aard en in de oorzaak van ons lijden. Daarmee is niet gezegd dat elk lichamelijk lijden opgelost kan worden. Maar wie door inzicht in het levensmysterie het lichamelijk lijden kan accepteren, wordt in elk geval ontlast van psychisch lijden bijvoorbeeld als gevolg van schuldgevoelens en gevoelens van

onvermogen en incompetentie. Op een meer filosofisch vlak is trouwens volledige acceptatie van 'wat-is' het einde van alle lijden.

Je zult snappen dat met deze aanpak zoals hiervoor beschreven, dat na een kort inleidend gesprek, de sessies in stilte plaatsvinden. Lichaam en energie doen hun werk, ook als we er niet over praten.

Verder is nog belangrijk te melden dat ik nooit concrete beloftes doe over het eindresultaat. Wonderen gebeuren soms, maar kunnen niet afgedwongen worden. Zo'n wonder is het jongetje dat 2 weken voor het geplande verwijderen van een falende nier een kuurweek deed. Bij de laatste beslissende test, was een dermate verandering opgetreden dat men besloot de operatie een paar maanden uit te stellen. Het is er daarna nooit meer van gekomen. Nu inmiddels 10 jaar later is het een kerngezonde puber. Dat zijn heerlijke ervaringen, maar voor mij is het allerbelangrijkste dat men aan het eind van een kuurweek tot acceptatie komt en inziet dat het niet het 'kleine ik' is dat bepaalt hoe het gaat, maar de oerkracht.

Overigens heb ik een CD gemaakt met als titel 'Original Jin Shin' dat uitlegt wat Oorspronkelijk Jin Shin is en hoe ermee gewerkt wordt.

Vraag 2:

In hoeverre is dat anders dan Reiki en magnetiseren?

Antwoord:

Je moet altijd kijken wat het basisprincipe is dat ten grondslag ligt aan systemen zoals in dit geval Oorspronkelijk Jin Shin, Reiki en magnetiseren. Wat is de oorsprong? Terecht wordt Reiki en magnetiseren aangeduid als een therapie. Therapieën zijn werkzaam in de tastbare wereld. Niets mis mee, maar zijn daardoor in hun werkzaamheid beperkt. Bij Reiki horen we altijd dat de 'universele energie' de basis is. Het woord geeft al aan dat het energie van het universum is. Dat wil zeggen energie die in zekere zin al vorm heeft aangenomen. Bij Oorspronkelijk Jin Shin praten we over de oerenergie, die mysterieuze kracht die vormloos is en boven dualiteit uitstijgt. Dat laatste (die dualiteit) heeft altijd te maken met goed en kwaad. Vanuit de oerenergie gezien is er alleen maar energie, geen goed en kwaad. Een infectie is slecht voor de mens, maar goed voor de bacterie. En toch, beiden komen voort uit die oerenergie die zich niet met goed en kwaad bezig houdt.

Laten we dan eens kijken naar Reiki. Niet iedereen weet (nog) wat de basisprincipes van Reiki zijn. Ik noem ze nog maar even:

- maak je alleen vandaag geen zorgen
- maak je alleen vandaag niet boos
- eer je ouders, je leraren en je voorouders
- verdien je brood op een eerlijke manier
- wees dankbaar voor al wat leeft

Je ziet hier veel moraliseren. Oorspronkelijk Jin Shin staat, zo zou je kunnen zeggen, boven de moraal. Het beoogt acceptatie van wat de oerkracht ons brengt, hetgeen de enige weg tot bestendig geluk is. Gezondheid is heel erg belangrijk, vaak het allerbelangrijkste wat we hebben. In de 43 jaar dat ik praktiseer ken ik niettemin oergezonde mensen, die diep ongelukkig zijn en aan de andere kant van de schaal heel zieke mensen, die een onverwoestbaar, sereen en diep doorleefd geluksgevoel met zich dragen. Niets in de buitenwereld is voor hen wezenlijk of dienstbaar aan hun geluksgevoel. Ik heb een leven van onderzoek achter me en ik zou geen uitspraak willen of kunnen doen, als ik niet zelf onderzocht heb hoe het werkt. Ja, dus ook ik ben al heel lang geleden opgeleid in Reiki (voor de kenners: Reiki 1 en 2). Naar mijn mening is er dus een hiërarchisch verschil.

Oorspronkelijk Jin Shin stijgt boven Reiki uit en is daardoor in zijn werkzaamheid veel uitgebreider en omvat lichaam en geest. Het wordt ook niet voor niets aangeduid als een

systeem van fysio-fysiologie, fysio-psychologie en fysio-filosofie. Kort gezegd bij Oorspronkelijk Jin Shin is het doel bestendig geluk, bij Reiki het oplossen van een fysiek probleem.

Dan magnetisme. Een magnetiseur voelt zich heel erg emotioneel betrokken bij en aangetrokken tot de emotionele kant van een probleem (kan dus ook een fysiek probleem zijn). Uiteraard zijn hier ook effecten te verwachten. Alleen kunnen door emoties veroorzaakte problemen niet door emoties (van anderen) permanent worden opgelost. Uiteraard geldt ook hier weer dat zich fysieke verschuivingen en verbeteringen kunnen voortdoen. Het spreekt vanzelf dat zoiets heel fijn en prettig is, maar het gaat mij om het uiteindelijke grotere doel; inzicht en in het verlengde ervan aanvaarding en verlichting.

Vraag 3:

Kun je iets meer vertellen over ademen? (het persoonlijke-onpersoonlijke)

Antwoord:

Ademhaling ligt aan de basis van Oorspronkelijk Jin Shin. Oerkracht is niet waarneembare en vormloze potentiële kracht, die zich een vorm schept door middel van ademhaling. Alles wat leeft en tot vorm gebracht is, ademt. Dat beperkt zich niet tot de functies van onze longen. Ook onze huid ademt, planten en dieren ademen. Ademen heeft als functie vormloze energie tot vorm te brengen. Dat gaat volkomen vanzelf, daar hoeven we niets voor te doen; dat hoeven we niet te leren. Dat zouden we het onpersoonlijke ademhalen kunnen noemen. Daar kun je je aan overgeven omdat het de werking van de oerkracht is.

Pas als we gaan ingrijpen in de ademhaling ontstaat er een ander fenomeen. Het is niet langer de oerkracht die automatisch zijn werk doet, maar wij als 'ikje' gaan ons ermee bemoeien. Op het moment dat we onze ademhaling gaan manipuleren bijvoorbeeld als therapie, versterken we ons gevoel van autonomie. We versterken het gevoel een 'ikje' te zijn. Daarmee creëren we het onderscheid 'ik en de ander'. Dat zou je persoonlijke ademhalingstechnieken kunnen noemen, die uiteindelijk de persoon, het ego, aanscherpen. Daarmee wordt je gevoel van eigenheid bevorderd, maar ook van afgescheidenheid en eenzaamheid. Dat gaat uiteindelijk gepaard met een gevoel van ongelukkig zijn en brengt je tenslotte weer naar het verlangen één te zijn met de oerkracht. En zolang je die weg naar die eenheid niet gevonden hebt, blijf je met onbestemde onlustgevoelens voortgaan.

Vraag 4:

Wat zijn SEL's (veiligheidstoppen)? En er zijn er 26? Is er nog een kleinere verdeling bijvoorbeeld 4 groepen van 6?

In mijn boek Oorspronkelijk Jin Shin, hoofdstuk 7 (ISBN 90 6963 632 8) ga ik daar in behoorlijk detail op in. Populair gezegd komt het neer op het volgende. In het lichaam zijn zones terug te vinden waar energie voelbaar stroomt. Dit voelen komt neer op tactiel voelen in de vorm van waar te nemen pulsaties, die je niet moet verwarren met de pulsaties van je eigen hartslag. In die zones kun je ook contracties terugvinden die er voor zorgen dat de ongehinderde doorstroming van de energie wordt belemmerd. De contracties kunnen door verschillende zaken worden veroorzaakt: emotionele problemen, maar ook fysieke gebeurtenissen zoals verwondingen of operaties etc. De constellatie oorzaak (fysiek, emotioneel, mentaal probleem) en gevolg (contractie van een of meer zones) kunnen tot een verscheidenheid aan problemen leiden. Inderdaad zijn er 26 van die zones terug te vinden, elk met een specifieke achtergrond. E.e.a. staat zoals gezegd beschreven in het boek en tijdens de z.g. Self Help Course wordt er nog nader op ingegaan. Er is geen verdere onderverdeling terug te vinden.

Vraag 5:**Is het idee SEL anders dan andere healingmethodes?**

Uit de beantwoording van de vorige vraag kun je al afleiden dat de SEL (veiligheidstop) een zone is die tijdens de behandeling wordt aangeraakt om de energiestroom weer tot leven te brengen. Vaak denkt men dat het een soort van drukpunten zijn. Dat is absoluut niet aan de orde. Bij drukpunten, beoogt men fysieke weefsels te manipuleren. Zij bevinden zich trouwens ook op heel andere plaatsen op het lichaam. Acupressuur en Shiatsu werken direct in op de weefsels op locaties die op de z.g. meridianen liggen. Doel daarbij is een orgaanenergie aan te zetten of af te voeren binnen een orgaancircuit. Ook hier spreek ik uit directe ervaring. Indertijd heb ik het eerste Nederlandse handboek 'Practische acupunctuur Zhen Djoh' geschreven toen ik nog docent acupunctuur was bij de 'Opleiding van artsen tot homeopath/acupuncturist' te Nijmegen.

Belangrijk is dus in te zien dat meridianen en veiligheidsstoppen geen verband met elkaar hebben.

Vraag 6:**Wat kan je meer vertellen over HARA?**

Hara is de zone, die 2 dwarsliggende vingers (ztsun) onder de navel ligt. In de gevechtkunsten zoals Kendo, JuJyutsu, Aikido wordt die gebruikt als concentratiepunt om de persoonlijke kracht te vergroten. Graf Karlfried von Duerckheim heeft hierover het beste boek uitgegeven dat er m.i. over bestaat: 'Hara het dragende midden van de mens'. Over Aikido moet dan nog wel gemeld worden dat het de bedoeling is om die persoonlijke kracht weer te laten oplossen in de onpersoonlijke oerkracht. Er bestaat dus geen Hara begrip in Oorspronkelijk Jin Shin. Dat zou er mee in strijd zijn omdat Oorspronkelijk Jin Shin juist beoogt de onpersoonlijke oerkracht zijn werk te laten doen, zonder ingrijpen van ons 'ikje'. Het doel van Oorspronkelijk Jin Shin is dus zeker niet het versterken van dat 'ikje', zoals dat bij Hara geldt.

Vraag 7:**Wat is Jnana? (Advaita Vedanta)**

Jnana is het Sanskriet woord voor 'het pad van wijsheid'. Dat pad leidt uiteindelijk tot het inzicht dat er eenheid is, waar buiten niets kan bestaan. Binnen die eenheid wordt schijnbaar een wereld van verscheidenheid geprojecteerd. In sanskriet wordt die eenheid aangeduid met het woord 'Advaita'. Letterlijk Niet-tweeheid. Vedanta heeft betrekking op de heilige geschriften die voor het eerst naar buiten gebracht werden na de Veda's. Een bekende naam daarbij is Shri Shankara.

Is jnana het pad, zo is de Jnani degene die dit pad heeft afgelegd en ten diepste ervaart dat er alleen eenheid is en geen afgescheidenheid. Door het diep geleefde inzicht zijn diens persoonlijke attributen zoals, wensen, verlangens, weerstand etc afgevallen. Hij geeft niets, neemt niets, overtuigt niet, hij is slechts. Zuivere Aanwezigheid.

Vraag 8:**Wil je dieper ingaan op het doel van Oorspronkelijk Jin Shin? Waarom gaat dit als het ware 'boven' healing van jezelf, je lichaam?**

Het doel van Oorspronkelijk Jin Shin zoals al hiervoor menigmaal betoogd, is inzicht te krijgen in je ware aard. Door een wonderlijk misverstand maken we allerlei onderscheiden: een 'ik' dat toekijkt, een ego dat bestudeerd wordt, een lichaam waarmee we ons verbonden voelen, gevoelens die we 'onze' gevoelens noemen. Al deze 'ikken' hebben gemeenschappelijk dat ze door iets dat we ook 'ik' noemen geobserveerd kunnen worden.

Wie we werkelijk zijn is dat wat waarneemt, maar zichzelf aan waarneming onttrekt. Zoals het oog dat alles ziet, behalve het oog dat ziet. Oorspronkelijk Jin Shin beoogt dat duidelijk te maken. Hoe kun je jezelf healen als je niet weet wie of wat jezelf bent? Als je werkelijk weet wat je bent, zie je onmiddellijk dat dat niet geheald kan of hoeft te worden. Het tijdloze onaantastbare Zelf heeft geen healing nodig. Dat Zelf kan als het zo de bedoeling is, wel je lichaam of je psychologische structuur herstellen of beïnvloeden.

Vraag 9:

Zijn er andere ideeën die je over Oorspronkelijk Jin Shin kwijt wil?

Het gaat er niet om, iemand te zijn, iets te voelen, iets te weten (van een ander), iets te verkrijgen. Het gaat om het diepe inzicht: de realisatie dat iedereen de uitdrukking is van het Geheel en al wat hem overkomt is daar onvermijdelijk deel van. Het geheel zorgt voor hulp of niet en het leven gaat oordeelloos door. Dat inzien (realiseren) zou je een mens toe willen wensen. Mocht toch iedereen inzien dat het 'leven zichzelf leeft'.

Wat betreft de praktische toepassing maak ik me wel eens zorgen dat men vergeet dat Oorspronkelijk Jin Shin een zelfhelp methode is. Ik heb al een aantal malen gezien dat men na wat korte cursussen, Jin Shin op anderen gaat toepassen. En bedenk dan eens dat Mary Burmeister pas na 30 jaar beoefenen van de kunst en bestuderen van wat de grondslagen zijn, voor het eerst een ander heeft geholpen. Ook ben ik van mening dat degenen die Jin Shin toepassen een grondige kennis van anatomie moeten hebben. Ook kijk ik met gemengde gevoelens naar een zekere trend dat Jin Shin als een recepturenboek wordt gehanteerd: bij hoofdpijn doe je greep 1, bij verkoudheid greep 2. Als men het op deze wijze toepast, laat men zien de essentie van Jin Shin totaal niet begrepen te hebben. Maar ik ben me ervan bewust dat ook dit spel zich zo moet afspelen en wie ben ik om me daar tegen te verzetten.

Vraag 10:

Wat vind je het mooiste aan Oorspronkelijk Jin Shin?

Het is een heel eenvoudig medium dat aantoont dat de vorm de onafgescheiden expressie is van het vormloze. In de praktische toepassing spreekt mij vooral aan dat ik met inzicht en twee handen overal dit heilzame werk kan doen.

Vraag 11:

Ben je door Oorspronkelijk Jin Shin tot een bepaald inzicht gekomen?

Ik zou het liever omdraaien. Door een bepaalde realisatie heb ik het voorrecht gehad de Oorspronkelijke kracht van Oorspronkelijk Jin Shin te herkennen. Deze kracht kan ertoe bijdragen dat anderen inzicht in hun ware Zelf verkrijgen.

Verder zou ik willen zeggen dat Shin (de oerkracht) altijd tenvolle daar is, als Jin (de persoon) zich niet op de voorgrond stelt.