**Genezen 26-10-2018**

Van de zes leden van de Duitse groep zijn er al weer vijf vertrokken, twee vrouwen hebben we net uitgezwaaid. De laatste Duitse vrouw blijft tot 10 november, die heeft een verblijf van een maand gekozen. Zij is afgekomen op het verhaal van de Mongoolse vrouw Wang, die hier in een opgegeven stadium van borstkanker is komen wonen en binnen zeer korte tijd – twee weken – genezen bleek te zijn. De Duitse vrouw heeft zelf borstkanker. Op haar verzoek heeft Wang op een avond haar verhaal verteld, met een teacher als tolk omdat zij zelf geen Engels spreekt. Wang leefde in Mongolië, met een man en kinderen, in een thuissituatie waarvan ik begreep dat die niet goed voor haar was. In eerste instantie genas ze van borstkanker, maar na een paar jaar kwam die terug. Op dat moment heeft ze radicaal gebroken met haar leefsituatie en is ze naar het qigong centrum hier gekomen. Daar heeft ze twee weken in een soort trance van vermoeidheid La Qi gedaan, het openen en sluiten met de handen voor de buik of de borst. Ze herinnert zich heel weinig van die weken omdat ze tijdens de La Qi meestal half sliep. Na die twee weken kon het regionale ziekenhuis hier geen kanker meer vinden. Om het zeker te weten is ze nog naar een meer gespecialiseerd ziekenhuis gegaan, maar die bevestigden de diagnose. Ik zie haar hier zeer gedetermineerd 3-6 uur per dag staande meditatie oefenen, dat geeft haar vreugde, zegt ze zelf.

Een van de Duitse vrouwen, Renate van 76, de afgelopen week hier met haar dochter, vertelde mij dat zij op haar 62ste zoveel rugproblemen had dat ze niet meer normaal kon functioneren. Ze heeft een wervel teveel, waardoor de wervels in die tijd zo op elkaar drukten dat zij enorm veel pijn had. Op gegeven moment nam haar dochter haar mee uit met de auto. Toen zij zag dat haar moeder een kwartier nodig had om de zithouding in de houding om te zetten naar de houding rechtop, en hoeveel pijn haar dat kostte, gaf ze haar moeder te kennen dat het zo niet langer door kon gaan. Ze gaf haar moeder qigong oefeningen op, die haar moeder zonder nadenken uitvoerde, en belde elke dag om te controleren of ze de oefeningen wel gedaan had. Na anderhalf jaar wilde de moeder haar medicijnen bestellen, omdat ze bijna op waren, maar besefte dat ze geen pijn meer had. Ze besloot geen medicijnen meer te nemen. En in plaats van de diagnose van de artsen, dat zij op haar 65ste in een rolstoel zou zitten, is ze nu 76 en kan ze alles nog. Ze heeft nog steeds een wervel teveel, maar ondervindt geen hinder meer in haar functioneren.

Vandaag aan tafel veel verhalen van een nieuw gearriveerd stel uit Hawaii, Lulu en Karen, die als leiders van een groep van 10 vast vooruit gekomen zijn. De groep komt rond dit weekend aan. Opnieuw veel verhalen van wonderbaarlijke genezingen. Genezen door een energetische methode zoals Zhineng Qigong is een gebied vol met valkuilen. Jianshe zegt voortdurend dat hij heel voorzichtig is met het genezen van mensen. Je kunt eigenlijk alleen maar jezelf genezen, volgens hem, en ik denk dat dat klopt. Maar wat hij vaker benadrukt, is dat in het contact tussen genezer en zieke er vanzelfsprekend informatie over de ziekte naar de zieke gaat. En je zou elke informatie, die ziek zijn bevestigt, moeten vermijden. Dat komt overeen met wat ik bij een qigong leraar las: die gaf aan dat hij nooit een diagnose aan iemand gaf als die voor behandeling bij hem kwam. Zijn ervaring was dat het geven van een diagnose alleen al het genezingsproces bemoeilijkte, omdat de informatie daarvan het ziek zijn bevestigde en zich in de mind van de zieke vastzette.

Dat betekent dat je, in geval van ziekte, een precair evenwicht moet zoeken tussen enerzijds aanvaarden dat er ziekte is en anderzijds gewoon doorleven alsof er geen ziekte is. Dus de ziekte er te laten zijn, maar die geen gevolg te laten hebben voor jouw eigen ‘zijn’. En dat is volgens mij met onze Westerse doorontwikkelde mind een moeilijke opgave. Ik heb dat zelf een beetje ervaren toen ik met hartklachten in het ziekenhuis lag, afgelopen februari. Na de eerste schrik werd ik mij de volgende dag bewust van een gevoel, dat het gebeuren rond mijn hart voor mij eerder iets opende naar voren toe, dan dat het op mij drukte of ernstig was. Ik ben natuurlijk in eerste instantie geschrokken, maar die schrik was snel weg. Toen kwamen de reacties van mijn omgeving, en die laten zoiets er behoorlijk ernstig uitzien. Dat maakt het al moeilijker om zo’n gebeuren rond het hart op te vatten als iets dat moet gebeuren om een verdere ontwikkeling mogelijk te maken. Onze maatschappelijke opvatting van ziekte speelt daarin een grote rol. En natuurlijk kan ziekte heel ernstig en bedreigend zijn, dat wil ik niet ontkennen, maar die kant die ik voelde was er wel degelijk.

Om je te laten genezen door het universum heb je een heel groot vertrouwen daarin nodig. En dat vertrouwen wordt gehinderd door onze mind, die in de diepte toch vaak geregeerd wordt door angst. De geneeskunde biedt vaak de schijn van zekerheid, terwijl ook de geneeskunde in zeer veel gevallen geen antwoord heeft op aandoeningen. Jianshe kiest voor de meest radicale oplossing: geen dokter, geen ziekenhuis en geen medicijnen. Een medicijn bevestigt volgens hem de informatie dat je ziek bent en staat genezing in de weg. Daar zit ik dan met mijn arsenaal aan pillen, sinds mijn hartklachten. Ik heb die pillen al tot de helft teruggebracht, maar slik er nog steeds 4 per dag. Ik heb mij voorgenomen die een jaar te slikken, dat is ook voorschrift vanwege mijn stent, en dan te kijken of ik er niet mee kan stoppen. Wat dat betreft ben ik wel van de middenweg.

Op een ander vlak gaat mijn hart hier gewoon door met genezen. Ruim een week geleden droomde ik dat mijn broer, die 40 jaar geleden zelfmoord pleegde, in mijn armen sloot. Daarna hadden wij in de droom een lang gesprek, waarin ik ergens begon te beseffen dat het een droom was. Daardoor werd ik wakker met een diepe emotionele pijn die rond mijn hart losliet, en die ik wel uit kon schreeuwen. Die droom heeft mij nog een dag en een nacht bezig gehouden. Op de ochtend daarna stond ik op het strand en begon ik aan de Lift Qi Up, toen ik opeens intuïtief wist dat ik op mijn hart moest focussen. Ik heb de eerste twee rondes, twee volledige versies van de Lift Qi Up, in tranen uitgevoerd, zoveel pijn liet mijn hart los. Maar met de pijn kwam er een opening in mijn hart en begreep ik dat mijn broer stond voor een afgesloten stuk in mij. Ik had mij afgesloten van mijzelf en naast de pijn begreep ik tegelijkertijd ook dat ik een stuk van mijzelf terugkreeg. De pijn van het afgesloten zijn en de blijheid van een nieuwe opening stonden naast elkaar. Daar in het licht van de opkomende zon, het voelen van de wind en het geluid van de golven, voelde het alsof een deel van mij voor het eerst in wisselwerking met dit universum was. In de Lift Qi Up, die in feite niets anders is dan het uitwisselen van qi of energie met het universum, zei ik elke keer als ik energie opnam ‘Thank you’ en als ik energie afgaf ‘Here I am’. Dat gebeurde vanzelf.

Dit stuk genezing maakt me blij en dankbaar en bevestigt mij in mijn zijn hier.