

## **Hollands Duo Dagboek**

**Van 19 tot en met 22 maart 2006 vond de vierdaagse Kersenbloesem workshop plaats in Tokio, voor alle niet-Japanse leden van de Toyohari Association. Kathinka Droogleever Fortuyn en Ton van Huffelen bezochten samen het congres. Beiden hielden zij een dagboek bij. In verkorte vorm werd het gepubliceerd in de Huang Ti, de uitgave van de Nederlandse Vereniging voor Acupunctuur (NVA) en in de Zhong Xin, het vakblad van de Nederlandse Vereniging voor Traditionele Geneeskunde ZHONG. Hier op de website van de Nederlandse Toyohari Vereniging (NTV) valt hun volledige verslag te lezen in de vorm van een duo dagboek. Twee blikken op dezelfde gebeurtenissen.**

Tijdens en na mijn TCM-opleiding tot acupuncturist kreeg ik alle gelegenheid om een bezoek te brengen aan China en stage te lopen in Chinese klinieken. Ik heb van die geboden mogelijkheden geen gebruik gemaakt. Toen ik in oktober 2002 begon met de cursus Japanse meridiaantherapie volgens Manaka wist ik wel dat ik daarna de Toyohari-methode wilde leren kennen. Ik vermoedde niet dat die keuze me in maart 2006 naar Tokio zou brengen.

De Toyohari-methode kenmerkt zich vooral door een bijzondere naaldtechniek, waarbij de naald niet ingezet wordt in de huid, maar hooguit de huid raakt. En in tegenstelling tot de TCM-methode waarbij de patiënt degene is die Dè Qi zou moeten voelen is het in dit geval de behandelaar die de Qi voelt bewegen. Dat betekent dat er hoge eisen gesteld worden aan de naaldtechniek van de therapeut. Een Toyohari-therapeut zal de rest van zijn leven zijn naaldtechniek aan het verbeteren zijn. En van wie kan een mens nu meer leren dan van de Japanse leraren zelf? Dus nam ik de eerste de beste gelegenheid om een vierdaagse workshop in Tokio bij te wonen met beide handen aan.

De zetel van de Toyohari Association is in Tokio. Alleen al in deze gigantische stad (inclusief voorsteden wonen er 30 miljoen mensen) zijn er negen afdelingen en in de rest van Japan 34. Buiten Japan bestaan er dertien afdelingen: vier in Australië, een in Nieuw Zeeland, vijf in de Verenigde Staten en drie in Europa (United Kingdom, Duitstalig en Nederland). De organisatie heeft tot doel het bevorderen van de Toyohari-methode in de ruimste zin van het woord. En de leden verplichten zich een bepaald aantal uren per jaar te besteden aan na- en bijscholing, welke op haar beurt zeer systematisch is. De workshop was in diezelfde sfeer opgezet.

Junko Ida en Steven Birch hadden alles georganiseerd: de data, de locatie, het hotel met conferentiezaal, de leraren en alle andere dingen die zo'n vierdaagse tot een succes maken. Mijn onvolprezen collega Ton van Huffelen had er voor gezorgd dat ik een ticket had in hetzelfde vliegtuig als hij – opdat we samen konden reizen. *(Kathinka)*

### **Vrijdag 17 maart 2006**

Vierentwintig uur achtereen zal de reis naar Tokio duren. Het tijdsverschil is plus acht uur. Jetleg dus. Een weinig aantrekkelijke gedachte als om kwart over vijf 's ochtends de taxi voorrijdt. Rond 1600 zetten de Hollanders voor het eerst voet aan wal in Japan. Hoe lang deden ze erover, een half jaar of langer misschien? Uitgezonden voor een reisverslag in 1922 kostte het Louis Couperus nog enkele weken. Zeilboot, stoomboot, vliegtuig. Scheurbuik, zeeziekte, jetlag. Iedere tijd zijn ritme, zijn vervoermiddel, zijn ziekte. Ach, wat zeur ik over jetlag?

Ik tref mijn collega Kathinka Droogleever Fortuyn tegen 08:30 uur op Schiphol. De komende dagen verbrengen we samen in Tokio om het Kersenbloesem congres bij te wonen van de Toyohari Association. We delen een passie voor ons vak acupunctuur, we delen onze gedrevenheid en humor en beroepsmatig kunnen we het soms behoorlijk oneens zijn. De lange reis belooft alleszins onderhoudend te worden.

Wij vliegen via Kopenhagen, onze Britse collega's via Amsterdam en onze Duitse collega's via Londen. De wegen van luchtvaartmaatschappijen zijn ondoorgrondelijk. *(Ton)*

### **Zaterdag 18 maart 2006**

Kathinka heeft wat kunnen slapen in het vliegtuig. Ik niet. We vliegen en ook het yang zit hoog. Vlak voor het weggaan heeft Mirjam me een stapeltje enveloppen meegegeven, gedateerd en iedere dag één te openen. Deze dag schrijft ze: "Vandaag brengt iedere minuut je verder weg van mij, en tegelijkertijd is iedere minuut er één die ons samenzijn dichterbij brengt." Zelden zo mooi de begrippen tijd en liefde verwoord gezien.

Narita Airport bereiken we om 10:30 uur lokale tijd (het tijdsverschil is +8 uur). We zijn moe, maar niet gebroken. Na de passagiersslurf betreden we de gang. We worden begroet door uitbundig bloeiende orchideeën paars en wit en een groot bord "welcome to Japan".

Bij de bushalte worden we door meneer 1 beleefd tussen twee lijnen op de stoep gemaneoeuvreed in afwachting van de bus. Meneer 2 neemt de koffers in ontvangst, labelt ze en zet ze klaar aan de straatkant. Als de bus komt, stapt de buschauffeur (meneer 3) uit en helpt meneer 1 en 2 met het inladen van de koffers. Mevrouw 1 begeleidt ons naar binnen. Als allen zitten, schuifelt ze achterwaarts het gangpad terug, spreekt iets waar wij van vermoeden dat het een bedanken is voor het reizen met haar busmaatschappij en verlaat buigend de bus. Als we wegrijden, blijven ze gedrieën buigend op de stoep staan. (De buschauffeur is weer ingestapt).

Afgezien van het Japanse schrift op de verkeersborden is Tokio zo op het eerste oog niet opvallend minder lelijk dan een andere grote stad. Hotel Pacific le Meridien (coïncidentie!) is zeer sjiek en 30 verdiepingen hoog. Het is gelegen in het centrum en staat recht tegenover het metro / treinstation Shinagawa. Voor ieder handeling is er iemand in dit hotel: bus het terrein op loodsen, koffers aannemen, inchecken, koffers naar boven brengen, ramen wassen, vegen, auto's wegrijden etc.) De kamers op de 25<sup>ste</sup> etage zijn zeer ruim, stil en voorzien van alle gemakken. (Ton)

We wandelen door de omgeving van het hotel en Shinagawa Station, vinden een postkantoor waar ik kan pinnen. In het hotel kan ik alleen met mijn creditkaart geld opnemen en dan slechts een beperkt bedrag. Wat valt ons op? Veel Japanners op de been, letterlijk. De voetgangersoversteekplaats van 'ons' hotel naar het station wordt bij ieder groen licht door een paar honderd mensen per keer gebruikt. Er is autoverkeer, maar dat is niet veel noch vuil of lawaaiig. Fietzers doen het op het trottoir, en vaak in volle vaart. Er blijken enkele doden per jaar te vallen ten gevolge van fietsongelukken. En meestal is het de voetganger die overlijdt of gewond raakt.

Het is fris – de lente komt er aan en dat is zelfs te ruiken! – het is ruim en er is veel hoogbouw. Tussen de kolossen staat soms een kleine tempel geperst. We vinden een kleine supermarkt die iets eetbaars verkoopt, maar dat blijkt geen succes. 's Avonds eten we in een Ramen en hebben ondertussen zicht op de kok die als een kunstenaar de borden opmaakt. (Kathinka)

### **Zondag 19 maart**

Na een Japans ontbijt - de vijf smaken evenwichtig vertegenwoordigd op een sierlijk opgemaakt blad – ben ik om 08:00 uur beneden bij de ingang van de conferentiezaal om samen met Ton de Europese collega's welkom te heten, het inschrijfgeld in ontvangst te nemen en het programma samen met de badge te overhandigen. Om 10:00 uur kijken we aan tegen drie enorme stapels papieren Yennen – de associatie met een spelletje Monopoly dat stevig winnend is afgesloten laat zich niet verdrijven. (Kathinka)

Het congres begint. In de zaal zitten meer dan 100 collega's. Vooraan zitten tien Japanse docenten op een rij, de meeste van hen blind. Een Bruegheliaans tafereel. Murakami sensei opent de dag met een lezing over polsdiagnostiek met daarbij een interessante ingang: de relatieve onbalans in yin / yang posities. Dagelijks is er één langere lezing van vijf kwartieren in het Japans met simultaanvertaling, er is een kortere lezing waarin een techniek wordt herhaald en de rest van de tijd wordt besteed aan praktijkoefening.

Tijdens de praktijkoefening wordt de groep van 100 deelnemers ingedeeld in tien groepen van tien personen. Iedere groep beschikt over twee behandelafels en één docent. Er vormen zich rond de behandelafels twee subgroepen, waartussen de docent zich heen en weer beweegt om instructie, ondersteuning en feedback te geven. De docenten zijn Japanners, 40% van hen is blind.

Voor de lunch lopen we even naar buiten en eten in een souterrain dat is afgeslut met grote lappen doorzichtig plastic. Ramen heet dit soort eten, hardrock de muziek geloof ik. Slurpsoep met knoedels en een stukje vlees. Het is OK. 's Middags vertelt Yanagishita sensei over de behandeling van terminale patiënten. In de kern: less, soft, gentle, not stimulating, only harmonizing. (Ton)

's Middags begint de praktijk. Deze dag gaan we aan de gang met de diagnose. Veel informatie is al te verkrijgen door te luisteren, te kijken, de diverse huidzones te voelen en de vragen te stellen, voordat de pols gevoeld wordt.

Daarna wordt de puntlokalisatie kort geïntroduceerd en mogen we laten zien dat we er mijlener naast zitten – of niet. We eindigen de middag met het verbeteren van onze naaldtechniek. Gelukkig oefenen we de eerste twee dagen in de zelfde groep, dan kan er wat opgebouwd worden. De leraren wisselen wel bij ieder onderdeel van tafel, zodat, aan het eind van de vier dagen, iedereen gewerkt heeft met vrijwel iedere docent. Om daardoor tot de ontdekking te komen dat al deze docenten allemaal hun eigen stijl hebben, hun eigen stokpaarden, hun eigen zwaartepunten. En dat ondanks het belangrijke kenmerk van Toyohari: de Kozato-methode.

Hiervoor zijn drie collega's nodig: een die op de tafel ligt, twee die tot een gezamenlijke diagnose komen, waarna een van hen de pols voelt terwijl de ander de te behandelen punten prikt. De liggende en de polsvoelende collega geven commentaar op het effect van de naaldinzet op

respectievelijk het welbevinden en de polskwaliteit tijdens het prikken. Getuige de diversiteit van de leraren en hun aanpak blijkt dat niet een eenheidsworst op te leveren. *(Kathinka)*

Het dagprogramma gaat naadloos over in het avondprogramma: in een enorme Sissyfeestzaal met kroonluchters is een banket met veel toespraken, toasts, karaoke en creatieve eigen zang. Stephen Birch zingt een onsterfelijke blues, waarin hij het leed bezingt van het verbranden van zijn favoriete vinger, waarmee hij zijn *oshide* maakt. Er wordt af en aan gelopen met schalen en hapjes. Het meeste erg lekker, soms vreemd. De stukjes gele goodyear fietsband waren behoorlijk goor. Kathinka smulde en wist me te vertellen dat het kwal was. *(Ton)*

### **Maandag 20 maart**

De dag begint voor mij om 08:00 uur met een bijeenkomst van de besturen van Austral-Asia, United States en Europa. Om elkaar te ontmoeten en om de General Meeting die voor het begin van de avond gepland is voor te bereiden. Op alle drie de continenten spelen overeenkomstige zaken, i.c. problemen en het is goed dat te weten en het is nog beter als we niet allemaal los van elkaar oplossingen trachten te vinden. Bijvoorbeeld ten aanzien van de diverse scholingsprogramma's, de te bouwen websites, het onderzoekprogramma. Het contact met Japan is geïntensiveerd, de communicatie met de verschillende afdelingen kan verbeterd worden. Ik ga Westers ontbijten en besluit dan om daar de rest van de week niet meer van af te wijken. *(Kathinka)*

Alweer Japans ontbijt: een pallet van mufte en laffe smaakjes. Als ik een tijdje zit te kauwen, merk ik dat ik een schaalpje heb dat nog op de kop staat. Ik kijk rond en zie dat Japanners hun rijst juist in dit schaalpje scheppen. Ik zit dus eigenlijk uit de pan te eten. Wat ben ik toch een ontzettende *geijin* (letterlijk: iemand van buiten / een buitenlander).

Nakada sensei geeft een lezing over polsen naar constitutionele types. Nakada lijkt op Rijk de Gooijer met een kleurig en geverfd permanentje en hij draagt slofjes met poezen erop. Eerst leidt dat wat af, maar allengs wordt zijn lezing boeiender.

Lange middagsessie, veel oefenen. Kikei Extra meridiaantechniek met Takai Sr. Sensei, de nestor van het gezelschap. Inkopen gedaan. Veel naalden, koperen teishin en koperen enshin, incensesticks, kikeiplakkers, naaldendoosje. Alweer een avondprogramma: international meeting met wat er zoal gebeurt in de wereld. Boodschap Stephen Birch: we groeien met alle problemen van dien. Indrukwekkend: alle honderd aanwezigen noemen hun naam en waar ze vandaan komen. Van zover en met zoveel. *(Ton)*

### **Dinsdag 21 maart**

Ik geniet in stilte van scrambled eggs en heel erg vieze worstjes en denk nog even aan mijn schaamteloze vertoning van gisterochtend in het Japanse ontbijtrestaurant. Tot mijn vreugde zie ik dat Japanners hier in het continental restaurant geen bord gebruiken. Ze eten hun omelet en bacon geduldig uit hun kommetje, met stokjes. De tuin is prachtig, er zijn fris spetterende watervallen, de knoppen staan op barsten. Zullen we de bloei meemaken van de kersenbloesem? Op mijn kamer 25-hoog voor een plas en tandenpoetsen zie ik heel in de verte bergen – Mount Fuji? *(Ton)*

Vandaag werken de niet-Japanse docenten en niet-Japanse docenten-in-opleiding hard en in afzondering met Yanaghista-sensei. En de rest werkt ook hard. We krijgen een voortreffelijk verhaal van Takahashi-sensei over het behandelen van leegtes van Qi, Bloed, Yin en Yang. Ik vind het prettig om wat hersengymnastiek te doen. In deze lezing worden de klassieke TCM-begrippen Yin, Yang, vol en leeg gekoppeld aan de binnen de Toyohari-systematiek geldende polskwaliteiten. Ook in dit geval begint het verhaal zo eenvoudig en eindigt het complex.

De groepen zijn door elkaar gegooid – wat mij wat spijt, want ik heb prettig gewerkt de afgelopen twee dagen. De eerste praktijk is puntlokalisatie. We zitten er met z'n allen weer geweldig naast. Ironisch snuivend tracht Kasumi-sensei nog wat gevoel in onze vingers te brengen en enige basiskennis op te poetsen. Lichte schaamte bevangt ons ook.

De lunchpauze, helaas, breng ik door met het zoeken naar een winkel die mijn fototoestel kan repareren: ik had het laten vallen. Ik ben in de veronderstelling dat in Japan, Tokio, de fototoestelwinkels op iedere hoek van de straat te vinden zouden zijn – niets is minder waar. Op het nippertje koop ik beneden in het supermarktje van het hotel een bento – een bakje met keurig opgemaakte Japanse hapjes met tofu, sushi's en rijst. *(Kathinka)*

Kasumi sensei begeleidt de middagsessie. Hij is druk, beweegt snel, heeft grove handen en een reusachtige kop, hij gnuift en heeft veel neushaar. Ik oefen vandaag en morgen met Australiërs en Nieuw Zeelanders. Ze zijn laidback, de tenen minder lang, de sfeer is ontspannen. *(Ton)*

Op Shinida-sensei mogen we onze Shaho-technieken demonstreren. Het is ouderwets gezellig om dat eerst te oefenen met Axel uit Hannover, als waren we nog in opleiding in Amsterdam.

En oh! wat staan we allemaal weer te stuntelen met iets dat we bijna dagelijks doen... We eindigen met Kozato-praktijk. (*Kathinka*)

Natijds hebben we een korte en nuttige bijeenkomst (1 uur) met de Nederlandse bestuurleden op de hotelkamer van Kathinka. Ik eet samen met haar en Sari, onze jaargenote uit Engeland waar we in de loop van de jaren zeer close mee zijn geworden. We eten recht tegenover het hotel bij een klein Koreaans restaurantje waar alles heel vers is. Ik vertrek eerder vanwege de rugpijn en val om 21:00 uur in bed. (*Ton*)

### **Woensdag 22 maart**

Ik ben om 05:00 uur wakker. In Nederland is het nu 21:00 uur. Gebeld met Mirjam, die vandaag met de wichtjes Anne (4 jaar) en Puck (1 jaar) naar de dierentuin in Emmen is geweest. Mijn pap is meegeweest. Hij loopt moeizaam en heeft veel pijn. Het blijkt dat hij aan beide heupen een slijmbeursontsteking heeft. Waarschijnlijk al sinds een jaar. Injecties zullen volgen. Deze pijn komt in ieder geval niet van zijn langzaam voortschrijdende neuropathie. De slijmbeursontsteking heeft de neuroloog over het hoofd gezien. Ik ben verdrietig. (*Ton*)

De lezing deze ochtend door Kasumi-sensei vertelt over de organisatie van de Toyohari Association. Wat me opvalt is dat er verteld wordt dat alle leden, ook de zeer ervarenen, maandelijks bijeenkomen om te oefenen en dat ook nog eens volgens een welbepaald schema. Vergelijkbaar met het schema waarlangs hun studenten worden opgeleid tot acupuncturist. *Education permanente*. De organisatie lijkt voor ons inzichtelijk, maar ik lees Van Wolferen (Japan. De drijfveren van een wereldmacht, 1991).

De praktijk vandaag begint met polsdiagnose en behandeldiagnose en daarna Naso en Muno. Dit zijn naaldtechnieken waarbij de naald de huid raakt, en wel de huid van de hals en nek – ST-12 is het uitgangspunt van de Naso – en de huid rondom het bekken en het sacrum – Muno. Deze zones worden beschouwd als bottlenecks, waar het stromen van de Qi makkelijk stagneert. Door deze huidzones te behandelen met huidrakende naaldtechnieken wordt die stagnatie voorkomen en/of verminderd. Sawa-sensei blijkt zichzelf dagelijks te behandelen met deze methodiek waarbij hij een erg dikke stalen naald gebruikt (#7) – dit, zo zegt hij, om een wisse dood ten gevolge van een hoge bloeddruk te voorkomen.

Nadat ik weer bij de Koreaan heb gegeten, nu met Judith, die met vreugde de Koreaanse steak soep at, en Andrea, Ton en Léon, besteden we de rest van de cursustijd aan de Kozato-praktijk. Hier ervaar ik wat het is om leeg te lopen op een floppy techniek. Ondanks de reddende korte en krachtige tonificatie van REN-4 door Takai jr.-sensei ben ik duizelig na het opstaan en moet even het hoofd tussen de knieën.

Dan wordt de dag en de vierdaagse afgesloten met speeches, dankwoorden, applaus, buigingen en cadeaus. Want wat ik niet eerder meldde: de sensei onderwijzen ons onbezoldigd. Dus is er voor gezorgd dat ze iedere dag een tas met cadeaus krijgen. En iedere dag kijken ze verheugd zonder in de tas te kijken.

Afscheid nemen, dankjewel, tot ziens in september, Amsterdam of over drie jaar in de zomer van 2009, als het volgende grote congres plaatsvindt omdat dan de Toyohari Association 50 jaar zal bestaan. (*Kathinka*)

's Avonds met de meeste Nederlanders (Coquita, Birgit, Joke, Leon, Kathinka) in de buurt van het Kabukitheater. Kathinka en ik maken kennis met de metro. Het gaat allemaal een beetje langs me heen. We gaan naar een voortreffelijke sushibar. Velen van hen vertrekken morgen, dus maken we het niet laat. Ik voel me groen van moeheid. (*Ton*)

### **Donderdag 23 maart**

Het inslapen blijft een probleem. Dus gisteravond nog wat in het dagboek geschreven en gelezen in de Lonely Planet: vandaag begint de toeristische driedaagse. Er moet een keus gemaakt worden uit de veelheid. Duidelijk was al dat we alle musea zouden laten lopen, dat we aardige dingen voor het thuisfront willen meenemen en dat we iets van de stad willen zien. Lopend.

Spontaan om 07:30 uur al wakker. Ook niet fijn. (*Kathinka*)

08:00 uur ontbijt (continental) samen met Kathinka en Leon, die vandaag voor het laatst is. We rijden met de metro naar de wijk Harajuku en stappen maar eens een park in direct naast het station. Deze is aan het eind van de 19<sup>de</sup> eeuw aangelegd in opdracht van de toenmalige Meiji-keizer en keizerin (de ouders van Hirohito?). Er is een geweldig grote poort (*torii*), er staat een shinto bouwsel waarvan me de betekenis ontgaat, maar die me het meest doet denken aan grote en bontbeschilderde beschuitbussen. Later horen we dat er sake voor de goden in die bussen zit. De tempel en het tempelterrein ademen weidsheid, rust en sereniteit uit. Het ongeverfde hout geeft de tempel een stemmige uitstraling en het steekt af bij het lichte plaveisel van de pleinen.

Na een wandeling door het park ('t is fris, Kathinka leent even een regenjas) stappen we vlakbij het station een hippe straat in. Hier lopen veel jongere mensen in lossere outfit, sommigen hand in hand. Midden in de straat is een winkel met kleding voor ..... tekkels!

Bij Starbuck's drinken we koffie, praten en komen bij van opeens zoveel zuurstof uit het park. We gaan op zoek naar de Oriental Bazaar. Gesloten op donderdag. Naar de andere kant van de stad, Asakusa (20 minuten). Prachtige kleine straatjes met Volendamachtige souvenirs. We eten een hap bij twee rimpelige oude dametjes. De wc bevindt zich achter de binnenplaats. De kok staat er te roken in het tuintje. Aan het einde van het Volendamstraatje staat een grote rode Shinto tempel. De rook van het wierookfont schijnt heilzaam te zijn. Er staan heel wat mensen te hoesten. Lourdesachtige tafereelen met rolstoelers.

Kathinka leidt ons met een stadswandeling uit de Lonely Planet door de oude rosse buurt, waar inmiddels geen kleur meer op zit. Een enkele cinema met blote damesposters tussen gokhallen, onderweg zien we een kreukelige travestiet. We lopen wat rond in een wijk waar horecabenedigheden worden verkocht: potten, pannen, aardewerk, schorten, mutsen en alle mogelijke voedingsmiddelen nagemaakt in was. Dit nep-eten staat vaak in vitrines bij de ingang van eettentjes zodat je gemakkelijk kunt kiezen. De absolute topper is een klok waarvan ieder uur en de wijzers zijn belegd met een glimmende nep-sushi. We treffen Claudia en Walter uit Zwitserland die naar een deelvoorstelling in het Kabuki theater zijn geweest en enthousiast zijn. (Ton)

Doorgelopen naar Ueno Park waar we warme thee uit een vending machine trekken en op een muurtje zitten, terwijl we naar de mensen kijken en naar de lichtroze waas van de cherry blossom die over de bomen langs de promenade ligt. De lucht kleurt zacht oranje en wij vinden onszelf bofkonten. Het opengaan van de kersenbloesem is een belangrijk moment in het Japanse jaar. En dat blijkt: overall staan Japanners takken met bloesem te fotograferen en elkaar onder diezelfde takken te fotograferen. Wij hebben de indruk dat het werkelijk de eerste dag is dat de bloesem bloeit. Ik zie een skater met snelle bril en tekkel.

Omdat het kil ging optrekken terwijl de zon zakte treinden we terug naar Shinagawa. Even mijn mail gecheckt en berichten gestuurd. Toen gaan eten met drie Zwitserse dames en Ton en Léon in een nieuw buurtje – aan de andere kant van Shinagawa en de Yamamote Line. Een Chinees, geadviseerd door Alexander S. Een kleine ruimte met vier formicafeltjes en toch nog twintig stoelen erom heen. In de keuken er achter werden heerlijke dingen gemaakt. Wilde spinazie werd het deze keer voor mij. Met misosoep en een biertje.

Naast ons is de tafel bezet door Japanse zakenlui die Chinese sake drinken en ons ook wat inschenken. Ze blijken in hetzelfde hotel te logeren, maar het eten daar buitensporig duur te vinden – waar ze gelijk in hebben - en dus zijn ook zij hier terecht gekomen. Ton heeft ondertussen ontdekt dat we erg leuke reacties krijgen als we vertellen dat we hier zijn voor een workshop acupunctuur. De meesten zijn stomverbaasd en vinden het maar griezelig. Zo ook deze heren. Maar ze vroegen dapper door in hun beste Engels. (Kathinka)

### **Vrijdag 24 maart**

Om acht uur aan het ontbijt met Ton. Léon verschijnt om half negen: hij zal om tien uur vertrekken van het hotel en om 22.00 uur lokale tijd in Amsterdam zijn. Zijn belangrijkste vraag: 'zal de waterleiding bevroren zijn?' (Kathinka)

Kathinka heeft de camera stuk en we gaan naar Big Camera. We vragen. Gedienschtig holt iemand voor ons uit naar iemand die er nog meer van weet. Er wordt veel overlegd. Er wordt heel veel overlegd. Er wordt gebeld, heel veel gebeld. Het gaat een maand duren. Dat is heel, heel lang. Wij bedanken. Er wordt gebogen, heel veel gebogen. De Big Camera is zo big dat we haast de uitgang niet kunnen vinden. Eenmaal op straat begeleidt een vriendelijke meneer ons naar het Kabukitheater. (Ton)

Voor ¥ 500 zitten we in het schellinkie vierhoog, zien net het brede ondiepe toneel, maar niet de aanloopsteiger waar het voorspel plaatsvindt: de klassieke poses worden aangenomen en de toon gezet, het publiek weet wat er komen gaat en verheugt zich. Via een ontvanger met oortje krijgen we Engels gesproken informatie over hetgeen zich afspeelt op de Bühne en Ton weet genoeg om mij wijzer te maken dan ik ben in dezen. We gaan van weeromstuit ook voor de tweede acte, die ik nog interessanter vind dan de eerste. De aanwezige Japanners zitten, zeker bij de tweede voorstelling, lekker te eten uit meegebrachte bento's. Wat vooral verbaast is dat ze regelmatig iets roepen. Op kennelijk welbepaalde momenten ontsnapt een kreet, iedereen dezelfde, maar iedere keer weer iets anders. Ik ben er nog niet achter wat daar gebeurde.

In de LP had ik gelezen dat er in de buurt van het Kabumi-za theater een pand is waar alle tijdschriften van de wereld te lezen zijn – tot zes maanden oud, dan worden ze verkocht, i.c. van de hand gedaan. Ik wil graag in Tokio het filiaal van het Wereldtijdschrift bezoeken, maar helaas: niet te

vinden. De LP is vijf jaar oud en ons Japans niet goed genoeg om navraag te doen naar deze curiositeit.

De eettent die we vinden was nog kleiner dan die van de dag ervoor. Hier spreekt men geen Engels en ook de menukaart is slechts in het Japans en zonder foto's – een oplossing die ons eerder geholpen heeft. De hartelijke uitbaatster haalt het menu zelfs van de muur voor ons om het onder onze neus te leggen en nogmaals nadrukkelijk voor te lezen. Ton verstaat een van de opgesomde gerechten – Tonkatsu – en denkt te weten dat het schnitzel moest zijn. Hij heeft gelijk. Misosoep erbij, sashimi, rijst, rettich, thee. ¥ 750 – hoe doen ze het.... *(Kathinka)*

Rondgelopen in Ginza. Chique wijk. Enorme glazen puien met marmeren vloeren, waar ze dan drie tassen te koop hebben. Wel erg exclusief. We gaan het andermaal op souvenirjacht bij de Oriental Bazaar in Harajuku. Ik verbleek bij de collectie Japanse houtsnedes die er te koop is. Als ik er uiteindelijk vijf heb gekocht (twee van Utamaro en drie van Hiroshige) heb ik het warm en last van counterflow qi. De temperatuur stijgt verder als blijkt dat Kathinka er ook nog een voor mij heeft gekocht. Wat is het toch prettig met iemand te verkeren die zoveel ruimte laat en tegelijkertijd zo betrokken is. *(Ton)*

Ton gaat los. Hij leert me kijken, we gaan in discussie en hij eindigt met zes prenten, ik met een. Hij gaat voor de vrouwenkopjes, sneeuw- en regengezichten. Alles met zijn nieuwe praktijkruimte in het voorhoofd. Ik kies een afdruk van een kale tak met prille kersenbloesem. Die ook terug in Nederland mooi blijkt.

Tegen zessen zijn we terug bij Shinagawa Station waar we naar een theewinkeltje gaan waar Ton twee theepotten koopt, kommetjes, thee. Hij tracht mij bijzondere Japanse theeën te laten waarderen via de neus, maar ik blijf bij mijn voorkeur voor Jasmijnthee – zeer Chinees. Daarna een biertje tegen de dorst en om de balans van de buit op te maken. Ton vertrekt nog naar een boekwinkel, ik naar het internet. Weer gegeten aan het formicatafeltje van gisteren – nu een aubergineschotel, volgezogen met vet. *(Kathinka)*

### **Zaterdag 25 maart**

Vandaag naar Kamakura, een tempelstad op 70 kilometer vanaf Tokio richting de kust. Rond 08:45 uur Sari getroffen op het Shinagawa station. Ze heeft de afgelopen dagen opgetrokken met Miki. Miki is een Japanse vriendin. Ze geeft een aantal maanden per jaar Japanse taallessen in Engeland, een aantal maanden per jaar werkt ze op biologische boerderijen in Europa via de WOOF (World Organisation of Organic Food) en de rest van het jaar woont ze bij haar ouders in Onaga.

Kamakura doet wat dorps aan met een lange straat en veel winkeltjes. In de bosrijke en bergachtige omgeving bevinden zich 70 tempels, Lopend bezoeken we er enkele. Direct vanuit het station nemen we een laan met bloesems naar de eerste shinto tempel die bovenaan een trap is gelegen. Ik maak foto's van vrouwen in kimono's. Ze zijn de aanhang van een bruidspaar dat een fotoreportage maakt in de omgeving van de tempel. *(Ton)*

We lopen verder omhoog naar de Zenboeddhistische tempel Kenchō-ji. Prachtig – totaal anders gebouwd, anders ingebed in de omgeving. Ik ga voor de ruimtelijkheid, merk ik steeds weer. Hier is een herdenkingsdienst aan de gang: Miki weet ons te vertellen dat na zeven en na dertien jaar na een overlijden de dode herdacht wordt volgens Zenboeddhistische principes. En, voegt ze er pragmatisch aan toe: het kan geen kwaad dat te doen, ook al zijn de aanwezigen vast niet allemaal belijdend Zenboeddhist. Kijk, daar spreekt een vrijdenker, een moderne jonge Japanse. Maar ondertussen zitten wij op een bankje naar de tuin te staren met achter ons, binnen, de drum met haar doorgaande dreun. *(Kathinka)*

We eten in een udontent. Dat wil zeggen, ik niet. Soep met pickles en boekweitbami. Ik word misselijk van de groezelknoedels. Via een bergpad met veel klauteren over boomwortels, lopen we naar groot beeld van Boeddha. Miki is haar vriendin Nobu-e van het station gaan halen en we ontmoeten elkaar daar. Nobu-e is zachtaardig en maakt prachtige zangerige en grommende keelgeluiden in het uiten van verbazing, schrik, instemming, plezier etc. Ze is 31 jaar en woont vlakbij, in Yokohama. Ze is twee maanden geleden getrouwd (na dertien jaar vriendschap) en gaat waarschijnlijk voor haar communicationcompany samen met haar husband naar New York voor drie jaar.

De Boeddha is een meter of zeven hoog en er schijnt een trap in te zijn voor een uitzicht. Sari gaat de Boeddha in, ik besluit om de Boeddha in mezelf te bekijken en ga even rustig zitten. Voor ¥ 20 heeft Sari dan in de rij gestaan en rondgelopen in de knieën en de hara van de Boeddha. De trap naar het uitzichtpunt ter hoogte van BL-15 (*Shenshu*) was afgesloten. Ik heb een knaagje in mijn maagje dat ik probeer te verdrijven met niet erg lekkere kroepoek uit een van de vele braderie standjes. *(Ton)*

Doorgelopen naar de volgende prachtige tempel: Hase Kannon-dō. Er is een tuin waar nu zelfs de magnolia bloeit in het zakkende zonlicht, er is een kleinere tempel voor de zielen van de jong

overleden kinderen – en, naar ik later begreep, de geaborteerde kinderen – met veel fijne, kleine beelden van Jizō, de beschermer van kinderen en reizigers. In de hoofdtempel staat een beeld van Kannon, de godin van het mededogen. Ze is van hout en helemaal beschilderd met goud, inclusief haar elf gezichten. In het belendende museum vond ik nog vele houten figuren, gestold in actie. Buiten stond de zon lager, hadden we zicht op de Pacific, bloeien ook de oleander en de cherry blossom. Boven onze hoofden zweeft een jonge zeearend.

We zijn allemaal wat onderkoeld en vinden een Duits georiënteerde theeschenkerij waar Himbeertorte en Schwarzwaldertortorte verkocht worden. Woorden die geannexeerd zijn door de Japanse taal – en als Nobu-e en Miki ze uitspreken klinkt het authentiek Duits, al weten zij niet dat het de oorspronkelijke namen van de geserveerde taart is. De Europees aandoende kroeg helpt ons herinneren aan het feit dat we morgen terug zullen vliegen naar onze bronnen.

De Japanse meiden gaan samen naar Yokohama, waar Nobu-e woont en nu vooral aan het verhuizen is. Wij drieën reizen door naar Tokio, Shinagawa Station, Hotel Pacific, waar Sari haar koffer bij Ton ophaalt, ik mijn laatste e-post ophaal en verstuur en Ton een laatste blik werpt in de boekwinkel van het hotel en koekjes koopt voor onderweg. We eten voor de laatste maal bij de Koreaan, brengen Sari naar het station die dan nog een ongewisse reis naar haar hotel voor de boeg heeft. Voor hij gaat slapen moet Ton nog een tijdje op zijn koffer zitten zodat de sloten dicht kunnen. (*Kathinka*)

### **Zondag 26 maart**

Vroeg wakker: 05:40 uur. Nog even naar buiten gelopen. Veel mensen op straat. Ontbijt en om 08:00 uur de limousine bus naar Narita Airport. Aankomst 09:15 uur. Laatste inkopen: een kersenhouten theelepeltje, een DVD met Kabuki en een CD met shakuhachi. Iets later vertrokken (12:40 uur i.p.v. 11:45 uur). Gelezen in Nippon van Louis Couperus (oubollig). Uitgelezen Zijde van Alessandro Baricco. Een verhaal over Henri Joincourt (Zuid-Frankrijk, 1861) die als gevolg van een onverklaarbare ziekte onder de zijderupsen in Egypte en Klein Azië zijn handel moet verleggen naar Japan. Daar raakt hij onder de bekoring van een geheimzinnige vrouw. Ondanks de wat ronkerige flaptekst een prachtige novelle. Gebeeldhouwde zinnen als: “sterven van heimwee, naar iets dat je nooit zult beleven.”

Keurig op tijd landen we in Kopenhagen en zo ook in Amsterdam. Wat zijn wij Europeanen groot, blond, luidruchtig en lompe!

Tegen 23:30 uur ben ik eindelijk thuis, bij Mirjam. Ik heb thee meegenomen. Mirjam zet het water op, ik haal andere cadeautjes uit de koffer, veel voor de wichtjes die ik erg heb gemist. Samen gaan we zitten en drinken *sakura*: kersensbloesemthee. (*Ton*)