

# stiltij

## BESTE PRAJNA DEELNEMER!

Het Stiltij-aanbod wordt steeds mooier en completer. De Stiltij-ingangen worden almaar diverser. Het groeit waar je bij staat: de agenda op het weblog raakt goed gevuld (<http://weblog.stiltij.nl>, klik op Agenda in rechterkolom)! Het doet goed om dat te zien, om er deel van uit te mogen maken. Dit is tenslotte waar we naar streven: het onderricht voor alle levende wezens toegankelijk te maken. Ons daarvoor belangeloos in te zetten schenkt vreugde.

Hartelijke groet,  
Birgitta Putters

De lessen worden verzorgd door Ad van Dun. Hij beoefent Aikido en Zen sinds 1978 en geeft les sinds 1985.

**Start: zaterdag 2 mei 2009**

**Tijd:** 12:00 - 13:30 uur

**Plaats:** Tsukuri dojo, Topfit, Franciscus Romanusweg 60, Maastricht

**Kosten:** 75 euro voor hele cursus

**Benodigdheden:** gemakkelijke, soepele kleding.  
Informatie en flyer via <http://weblog.stiltij.nl>

**Aanmelden via [friso@stiltij.nl](mailto:friso@stiltij.nl) of 06-10630852**

= Zen =

Op zaterdag **7 maart** start een introductiecursus Zen-meditatie, begeleid door Ad van Dun. Op vijf zaterdagochtenden van 10:00 tot 12:00 uur zullen visie en praktijk uitgebreid aan de orde komen. In de Zen-filosofie gaat het om "zelfkennis", ofwel om bewustwording van je volheid. Op deze weg van verwerkelijking wordt alle conditionering als verwarring, vervorming, afhankelijkheid, beperking, etc. aanvaard, begrepen en doorzien vanuit een diepe, vitale verbinding met je innerlijke kern. Zen beoefening appelleert aan je hartskwaliteiten als vreugde, eerlijkheid, gemoedsrust, vertrouwen, kracht en mededogen. Door ons bewust te worden van onze innerlijke kwaliteiten, zijn we optimaal in staat ons te ontwikkelen in harmonie met de wereld om ons heen.

**Start: 7 maart 2009**

**Tijd:** vijf zaterdagen van 10:00-12:00 uur (4 april niet)

**Plaats:** City Gym, Achter de barakken 13, Maastricht

**Kosten:** € 75,-

Informatie en flyer via <http://weblog.stiltij.nl>

**Aanmelden via [juul@stiltij.nl](mailto:juul@stiltij.nl) of  
043 363672994 / 06 44534541.**

De Weg bewandelen (zelfonderzoek, bewustwording) is geen consumptieproces. Deelname aan Stiltij-activiteiten is dus niet simpelweg betalen voor geleverde diensten of producten, maar bijdragen aan de ontwikkeling van innerlijke kwaliteit, te beginnen bij mijzelf.

Dit is een tijdloze en grenzeloze intentie: jouw vaste maandelijkse bijdrage en jouw bereidheid om mee te helpen of om functies te vervullen, is uitdrukking van precies deze ene intentie.

Het doel van alle beoefening is ontdekken dat wij een "vrije mens zonder functie" zijn, innerlijk vervuld en daarom belangeloos dienstbaar genietend van alles.

Ad van Dun

## INTRODUCTIECURSUSSEN

Zowel voor Zen als voor Aikido zijn er introductiecursussen. Een mooie gelegenheid om kennis te maken, te proeven, te onderzoeken. Voor Stiltij-deelnemers zijn de cursussen gratis te volgen, voor overigen kost deelname € 75,- per cursus.

= Aikido =

Aikido bevordert het staan in je eigen kracht. Deze cursus van 5 lessen werkt met specifieke kernpunten:

**ontspanning, balans, centrum, adem en harmonie** waarmee je al lerend, onderzoekend en genietend leert omgaan met alle dagelijkse processen.



## VOORJAARSBIJEENKOMST

In januari is de nieuwjaarsbrief bij het volledige Stiltij-netwerk op de mat gevallen. Het organogram in de brief liet prachtig zien hoe de Stiltij-activiteiten samenhangen. De ingangen voor mensen die op zoek zijn naar Innerlijke Kwaliteit zijn onbegrensd. Deze mensen (wij, jij, ik) worden nu ook in de gelegenheid gesteld elkaar te ontmoeten.

In maart organiseren we een voorjaarsbijeenkomst voor alle deelnemers. In een open, ontspannen sfeer kunnen

we genieten van Dharma-voedsel. Er is volop gelegenheid voor een levendige uitwisseling onder de deelnemers: elkaar inspireren. We komen bij elkaar op een uitnodigende locatie.

Een persoonlijke uitnodiging volgt te zijner tijd. We verheugen ons op ieders komst!

#### **AANGEBODEN: TAKEN TER VERVULLING**

*Gevraagd: moed, geduld, vertrouwen, inzet  
Geen vaardigheden vereist, alles kan geleerd worden*

*Per: direct*

*Geboden: eindeloze faalkansen, hopeloze opgaven, weergaloze begeleiding  
Prettige werkomgeving*

Voor hongerige geesten werkt elke taak vervullend. Meer specifiek is er momenteel is plaats in de werkgroep accommodatie.



#### **EVEN BIJPRATEN: ACCOMMODATIE**

Er is een aantal werkgroepen aan de gang om alles te organiseren op accommodatie-gebied.

##### Wergroep pelgrimage

De "regioördinatoren" zoeken de locaties voor de Dharmadagen, maken afspraken met de uitbater of beheerder en zijn gastvrouw- of heer. De ruimte voldoet de ene keer wat beter dan de andere ondanks grote inzet en enthousiasme. Je kunt dat ieder laatste zondag van de maand zelf ervaren. Voerendaal en Heerlen zijn al weer besproken en in het Heuvelland wordt gekeken naar een nieuwe plek.

##### Wergroep inrichting

Die taak vraagt nogal wat organisatietalent. Het inrichten van de locatie voor iedere bijeenkomst: wekelijkse training, sesshins, Dharmadagen, enz. De voorraad moet bijgehouden worden en de spullen na de bijeenkomst weer ingepakt en opgeslagen. Dat hoort ook bij pelgrimeren!

##### Wergroep accommodatie (Stiltij)

Deze werkgroep is uitgebreid tot 4 personen. De taak is locaties te zoeken voor de sesshins, verdiepingsweekenden, weektrainingen, huiskameroverleg, cursussen en trainingen en natuurlijk een mooie plek voor Dharma Centrum Stiltij. Omdat er nu behoefte ontstaat aan een (eventueel tijdelijke) vaste plek die geschikt is voor Aikido én Zen zijn we in gesprek met Servatius Wonen die veel leegstaande panden bezit.

Als tijdens zo'n gesprek enige locaties de revue passeren komt ook het realiseren van Stiltij weer wat dichterbij. Heel goed voor het enthousiasme voor alles wat in ontwikkeling is en heerlijk om er al dan niet reële fantasieën op los te laten.

Ook wordt nu leegstaand religieus en industrieel erfgoed onder de loep genomen. Als je leegstand ziet, of het nu een klooster, winkel, loods, watermolen, kasteel, boerderij, school, fabriek, schuur of kerk betreft: tip ons. Niets is te gek om bekeken te worden.

Als (bestuurs)lid accommodatie dank ik alle harde "accommodatiewerkers" !

Juul Hoefsloot

*Van 23 t/m 30 januari is de winterschool.  
Aanmelden voor activiteiten kan het beste na  
deze week.*

*Per e-mail kan natuurlijk altijd; je krijgt dan  
bevestiging na 30 januari.*

**PELGRIMAGE INFO JANUARI / FEBRUARI****Dharmadagen januari en februari**

Tijdens de Dharmadagen onderzoeken we thema's als geluk, wijsheid, vrede. In de middagtraining wordt beoefening werkelijkheid.

*De Dharmadag van januari vervalt i.v.m. winterschool.*

De Dharmadag van februari wordt gehouden op 1 maart.

Kosten: € 5,- (voor niet-deelnemers)

Locatie: Voerendaal

Programma:

10:00-12:00 open lezing

13:00-17:00 training voor beoefenaars en belangstellenden

Begeleiding: Ad van Dun

Contact: Birgitta Putters, tel. 06 41457618

**Weektraining**

Locatie: City Gym Maastricht

Adres: Achter de Barakken 13, Maastricht

Telefoon: 043 3214784

Tijd: donderdag 19:30-21:00 uur

Begeleiding: Ad van Dun

Contact: Birgitta Putters, tel. 06 41457618

Breng je eigen zitspullen mee!

**Inai: Aikidotraining**

Locatie: Tsukuri dojo (TopFit)

Adres: Franciscus Romanusweg 60, Maastricht

Tijd: woensdag 20:30-22:00 uur

zaterdag 9:00-10:00 uur

Begeleiding: Ad van Dun

Contact: Friso Gubbels, tel. 06 10630852

**Huiskameroverleg**

Locatie: thuis bij Wouter

Adres: 't Rooth 6, Margraten

Telefoon: 043 4071706

Tijd: zondag 1 februari 2009, 10:00-12:00 uur

zondag 22 februari 2009, 10:00-12:00 uur

Begeleiding: Ad van Dun

**Persoonlijk overleg**

Neem eerst contact op voor een afspraak: [ad@stiltij.nl](mailto:ad@stiltij.nl) of 043 3438426

**TIJ-DINGEN**

Een rubriekje met korte mededelingen

*Geen Inai trainingen tijdens winterschool*

In de week van de winterschool vervallen de Aikido-trainingen bij Inai. Dus zaterdag 24 januari en woensdag 28 januari is er geen training. Zaterdag 31 januari wordt er weer getraind.

*Data zomerschool en verdiepingsweekend*

Verdiepingsweekend: 3-5 april 2009

Zomerschool: 17-24 juli 2009

*Huisvesting en plandocument*

Er zijn oriënterende gesprekken gevoerd met een woningcorporatie over huisvesting voor Stiltij. Ten behoeve van dergelijke gesprekken is de light-versie van het plandocument definitief gemaakt en als boekje beschikbaar gemaakt. Via het weblog is de huidige versie te downloaden.

*Betalingen Prajna / Inai*

Per 1 januari is de vaste bijdrage € 50,- per maand.

Graag je bijdrage overmaken op de 1e van de betreffende maand onder vermelding van je naam.

Er hoeft voor Inai geen aparte bijdrage meer te worden overgemaakt.

*Introductiecurssussen*

Deelnemers kunnen voortaan ook gratis deelnemen aan een introductie cursus Zen en/of Aikido.

*Verschuiven data*

Vanwege de korte maand en samenkomen van diverse activiteiten, verschuift een aantal data. Let goed op de data in de pelgrimage-info of kijk op <http://weblog.stiltij.nl> voor de actuele agenda.

**COLOFON**

Stiltij is een initiatief van Zen Centrum Prajna.

Deelname kost € 50,- per maand. Alle Stiltij activiteiten staan open voor deelnemers. Deelname is mogelijk als beoefenaar of als begunstiger.

Zen Centrum Prajna is een stichting zonder winstoogmerk, met als doelstelling: "Het bevorderen van zelfverwerkelijking op basis van de Zenboeddhistische traditie". Prajna is een centrum zonder vaste verblijfplaats, maar pelgrimeert richting Dharma Centrum Stiltij, een plek waar oefening wordt beleefd in diverse vormen, ter verwerkelijking van de Dharma.

Contactpersoon: Birgitta Putters, tel 06 41457618

Secretariaat: Fatimaplein 34, 6214 TT Maastricht (Janine Wilms)

Rekeningnr. Prajna: 410313181 t.n.v. Zen Centrum Prajna, Maastricht

Rekeningnr. Inai: 471164836 t.n.v. Aikidoschool Inai, Maastricht

KvK: 14073156

Website: <http://weblog.stiltij.nl>