



Werk maken van je leven

Vijf zaterdagen introductie in spiritualiteit

Spiritualiteit betekent het leren kennen van je ware aard. Hier schuilen ingeboren menselijke hartskwaliteiten als vrijheid, gemoedsrust, kracht, waardigheid, innerlijke vreugde.

Deze introductie cursus nodigt je uit bekend terrein te verlaten en jezelf met al je aannames over je mens-zijn tegen het licht te houden. Je gaat op ontdekkingsstocht op nieuw terrein dat uiteindelijk verrassend vertrouwd blijkt te voelen.

Locatie

Stiltij - centrum Moorveld
Heerenstraat 75, Geulle

Info & Aanmelden

043 - 8519 555
info@stiltij.nl
www.stiltij.nl

Data

7, 14, 21, 28 april
5 mei

Kosten

€ 60,-



INHOUD

- Werk maken van je leven
- Studiemateriaal
- Column: Zijwegen
- Tij-dingen
- Alles heeft een ritme, deel 2
- Druppel: alleen maar leven
- Neus voor boeken
- Laat geen moment verloren gaan
- Agenda
- Introductie cursus spiritualiteit



BiblioNova & Deeplife

April wordt bij BiblioNova de maand van de filosofie met als thema 'de ziel'.

Lieke van Dun geeft namens Deeplife Coaching op drie zaterdagen een lezing voor jongeren om samen met hen vragen te bekijken als 'wie ben ik eigenlijk?' en 'wat zoek ik?'

Lieke doet dit op locatie in Sittard op 7, 14 en 21 april van 10:00 tot 11:30.

Kijk op www.biblianova.nl
voor meer info of mail naar info@deeplifecoaching.nl

Studiemateriaal

We zijn allemaal vele mensen. Sommigen daarvan kennen we en anderen kennen we niet - iemand anders kent hen weer. Sommigen daarvan vinden we aardig en anderen mogen we niet. Naar sommigen van hen verlangen we en voor anderen rennen we weg. Dit alles is als muziek; het is de muziek van ons leven als we alleen maar even de tijd namen om te luisteren. Muziek heeft geen betekenis; je kunt het niet uitleggen. Het nuttigen van een maaltijd heeft ook geen betekenis, maar zonder eten is er geen leven en als we de muziek niet horen kunnen we niet dansen. Dit is onze oefening - om onze maaltijd te nuttigen en daarna de afwas te doen; om te dansen op de muziek van ons leven, elk van ons op zijn of haar eigen manier, om vervolgens te sterven wanneer de tijd daar is.

Om zo te leven is heel eenvoudig en ook heel betekenisvol.

Verder is geen opsmuk nodig.



Column - Zijwegen

door Birgitta Putters

De verhalen van de soefi-meesters lijken soms op een mix van sprookjes en parabels uit de bijbel, soms op zen-dialogen en soms zijn het regelrechte koans.

Het pocketboekje vol eeuwenoude wijsheid lag bij mijn bed, als 'tussendoortje'; de verhaaltjes worden vlot verteld en duren niet lang. Er staat summiere uitleg bij en korte historische achtergrond.

Licht verteerbare kost dus, wat als nadeel heeft dat je het ook snel als zodanig gaat lezen: oppervlakkig, niet invoelend. Jammer, want er staan wel wat juweeltjes tussen. En ook wat onbegrijpelijker verhaaltjes, waar niet de rede wordt aangesproken maar het gevoel.

Als je er zo overheen leest, dan worden de meer 'logisch' opgebouwde verhalen wat flauwig – je ziet al een kilometer van tevoren aankomen dat de zoeker op het pad nogal blind te werk gaat door de schijnbaar nietszeggende opmerkingen van de derwisj¹ te negeren en te willen doorstomen naar zijn ultieme doel: wijsheid vergaren. Maar hoezo flauw? Is dit niet precies wat er vaak gebeurt? Herkennen we de derwisj, de gids op het pad, als deze met ons meeloopt? Of vinden we hem maar een vervelend blok aan het been, die haveloze oude man met zijn gemurmel over stenen en insecten die we moeten helpen?

Adembenemend is het verhaal waarin de zoeker niets mag vragen, alleen maar vertrouwen. De derwisj deed onderweg verschrikkelijke dingen: verraad, ontvoering, noem maar op. De zoeker kon zich de tong niet afbijten en vroeg tot tweemaal toe aan de derwisj hoe hij dit moest plaatsen. Hij wist echter dat hij had beloofd niets te vragen en ditmaal zou hij zich laten wegsturen als hij nog eens de goedheid van de ander zou betwijfelen. Zelf schoot ik ook vol vraagtekens bij het doen en laten van de derwisj. Toen ik aldus werd weggestuurd, liet de derwisj zijn beweegredenen kennen. Die bleken de korte horizon van een mensenleven te overstijgen: waarheid is niet gebonden aan plaats en tijd, en de 'wijsheid' van de sterveling blijkt eerder kortzichtige moraliteit.

Dan nog een uitsmijter over een kameel, die gemakkelijk Dogen of Linji had kunnen heten.

Een man vraagt aan een kameel wat de reden is van zijn on-affe verschijning. De kameel wijst de man eerst welsprekend op de denkfout die in het oordelen besloten ligt. Vervolgens wijst de kameel hem af, maar legt toch nog uit dat de verschijning voortkomt uit werking. Tenslotte schreeuwt hij hem toe – de vertaling wordt nooit vloeiender dan dit origineel in het Engels: "Fool, begone! An ass's perception goes with an ass's nature."²

¹ Derwisj: komt uit het Perzisch en betekent zoveel als: "voor maar één deur willen zitten" (de deur van de goddelijke liefde), maar kan ook bedelaar betekenen

² Idries Shah: Tales of the dervishes. Teaching-stories of the Sufi masters over the past thousand years. New York 1970, p. 152



Tij-dingen

Huishoudelijke mededelingen

Meditatieweekend

30 maart t/m 1 april

Tijdens een meditatieweekend wordt innerlijkheid middels visie-ontwikkeling, meditatie, lichaamswerk en klankwerk een meer duurzaam voelbare volheid. Van daaruit kun je in rust en vertrouwen alle handelen laten plaatsvinden.

Kosten: € 120,-

Aanmelden gaat via het secretariaat: bel 043-8519 555, of email: secretariaat@stiltij.nl.

Trainingen tijdens meditatie-weekend

Vanwege het verdiepingsweekend meditatie gaat de praktijktraining op zaterdag niet door. De kennismakingsmeditatie op zondag 1 april vindt wel gewoon plaats.

Impressies retraite februari

Via www.stiltij.nl zijn de foto's te bekijken en de verslagen te lezen van de deelnemers. Op het weblog verschijnt binnenkort ook filmmateriaal.





Alles heeft een ritme - deel 2

door Landau Hoedemakers

Inmiddels zijn er alweer bijna drie maanden verstreken sinds het besluit om Moorveld te verlaten. Mijn nieuwe stekje, bekostigd door een baan die ik in dezelfde week kreeg aangeboden als mijn nieuwe huis, heeft de contouren gekregen van een fijne oefenplek en een behaaglijke woning. Mijn huidige staat van zijn is een stuk steviger ingebed in bewustheid en de lessen uit mijn periode in het appartement weerklinken levendig binnen de muren van het nieuwe adres:

Zolang ik mijn gedachten blijf volgen zal er weinig gebeuren; vooruitgang hoeft geen langzaam proces te zijn; ik moet iets anders willen, iets anders leven, de Dharma zo veel mogelijk ruimte geven; ik kan mijn diepste ideaal alleen realiseren als ik er echt voor ga staan en mij erop laat toetsen; neem afscheid van kleinheid, leef bescheiden en wees dankbaar voor elk leermoment dat je geschonken krijgt.

Mijn dank naar mijn voormalige medebewoners is groter dan mijn uiting ervan kan zijn voor de bemoediging, correcties en ondersteuning van mijn zoeken tijdens mijn verblijf in Moorveld. Dankzij hun aanwezigheid en inbreng hebben herstel van visie en integratie van het oefenen met het dagelijks leven plaatsgevonden. Op talloze directe en zijdelingse manieren hebben zij mij geïnspireerd en zodoende bijgedragen aan mijn ontwikkeling. De koers is nu gericht en meer behouden.

Het geloof in liefde is liefde. Elke keer wanneer ik mijzelf gezien wist door hun liefdevolle blik dan werd ik eraan herinnerd dat goedheid bestaat. En door die ervaring heb ik de verbinding met mijn eigen goedheid – los van omgevingsfactoren – gevonden. Goed gezelschap is onmisbaar op de Weg.



Alleen maar leven *door Birgitta Putters*

Wij maken zelf onze problemen. Het grootste en meest fundamentele probleem dat we maken, is dat we denken het leven te moeten maken. We zijn vergeten hoe we het leven eenvoudigweg kunnen leven. Al-door voegen we van alles toe aan het leven, vullen het in met activiteiten en doelen, en menen vervolgens dat dat leven is. We laten ons meevoeren in functionaliteit, de meest uiteenlopende rollen voelen aan als ons wezenlijke zelf. Verwarring heerst vervolgens als we de invulling moe worden en het ons niet blijkt te kunnen vervullen. Als de rollen niet meer in overeenstemming voelen met wie we zijn, en we voelen dat dan-weer-dit, dan-weer-dat niet werkelijk ons wezen kan zijn.

Neus voor boeken



Titels voor deze maand:

Ramakrishna:

Gesprekken opgetekend

door M: € 15,-

'Dit werk maakt de persoonlijkheid bekend van een groot mysticus op zo'n intieme en bijna verbazingwekkende manier, dat het te lezen een verrijkende ervaring moet zijn voor een ieder die ontvankelijk is en open voor alles wat menselijk is.'

Takuan Soho:

Onbevangen zijn: € 16,50

Teksten van de Zenmeester aan de Zwaardmeester. Tijdloos en kernachtig. Interessant voor wie de essentie van de martiale kunsten wil integreren in het hedendaagse bestaan.

Praktische informatie

Stuur bij interesse in een boek een mailtje naar remy@stiltij.nl met daarin de titel(s). Vermeld of je het boek wilt ophalen bij Stiltij in Moorveld of dat het moet worden opgestuurd. Als je kiest voor verzending vermeld dan ook je adres en houd rekening met verzendkosten.

Verdere details: [nieuwsbrief # 42](#).



[Lees hier de hele druppel](#)



Laat geen moment verloren gaan

door Ad van Dun

Je zou het oefenen de meest wezenlijke, meest intieme vorm kunnen noemen die ons door het leven is aangereikt: innerlijke verbondenheid met wijsheidswerking die ons stabiliseert, opent, verenigt met alles. Al is dit oefenen in ons dagelijkse leven een constante werkelijkheid (want overal ben ik zélf aan de orde), het wordt pas echt helder en grondig geconcretiseerd dankzij zazen en persoonlijk overleg.

Maar met die twee concrete oefenelementen is het beschikbare arsenaal aan intentie- en expressie-instrumenten allerminst uitgeput.

De nieuwe instroommodule biedt waardevolle integratie- en verfijningsmogelijkheden met twee werkvormen: studie en praktijk.

Deze twee instroomtrainingen vormen niet alleen een geschikte ingang voor instromers. Bewust opererende beoefenaars en leerlingen weten ook uit déze trainingen de voedzame kracht van de Dharma te puren, beseffend dat elke gelegenheid om te oefenen kostbaar is.

Concreet zul je, naast de altijd stimulerende contacten en sfeer, dankzij **studie** een reëler zicht krijgen op alle karmische of dharmische aspecten die jou bezighouden. De instroomgids geeft een mooi overzicht van drie dharmisch gefinte terreinen waarin we kunnen grasduinen: biografie, historie en terminologie. In elk van deze hoofdcategorieën bevinden zich werelden aan beleving en verfijning.

De maandelijkse "kwesties" waarmee we gaan werken zijn om te beginnen vooral karmakwesties: relaties, toekomst, lichaam, werk, verleden, bezit, voeding, spel. Zowel instromers als beoefenaars zullen deze onderwerpen bekend in de oren klinken. Ook deelnemers aan de introductie cursus kunnen zinvol aansluiten via de studie-avonden.

Wat de training **praktijk** betreft, daar geldt hetzelfde verhaal: is niet exclusief voor instromers en is zeer bruikbaar voor alle deelnemers. Daarvoor zijn minstens twee redenen: het is louterend om als beoefenaar steeds soepeler te kunnen terugkeren naar het grondmotief van alle onderzoek ("eindeloos opnieuw beginnen"), en het is inspirerend en leerzaam om anderen te helpen thuis te raken in wat we zo bedrieglijk simpel de Weg noemen, of innerlijkheid, maar wat in de praktijk zo lastig te waarderen en te belichamen blijkt.

"Helpen" - jezelf en anderen helpen hier en nu te ontwaken en definitief tot leven te komen - is natuurlijk de krachtigste reden voor bodhisattva's om alle Dharma-initiatief welbewust te omarmen en te steunen.

Maar wát je motief ook moge zijn, weet dat alléén al jouw aanwezigheid als oprechte zoeker verrijkend en inspirerend is. Zonder levendige, moedige en behulpzame vragenstellers¹ zou de Weg eeuwen geleden verdwenen zijn, ergens in het prachtige Indische zand.

¹ Boeddha zei: "Een wijs mens is iemand die vragen stelt, niet alleen ten bate van zichzelf maar ook ten bate van anderen." (Red Pine: The Lankavatara sutra. Berkeley 2012, p. 35)



Colofon

Stiltij is een wis (wijsheidsplek) ter ondersteuning van verwerking via lichaam, adem en geest.

Je kunt deelnemen als **instromer** of als **beoefenaar**. Instromers wordt een bijdrage gevraagd van € 25,- p.m., beoefenaars € 50,-

Wil je Stiltij ondersteunen als **donateur**, dan wordt jouw gift in dank aanvaard.

Kijk voor alle details op www.stiltij.nl.

De Stiltij nieuwsbrief verschijnt maandelijks en wordt digitaal verspreid of desgewenst per post. Abonneren op de nieuwsbrief kun je je via het secretariaat.

Secretariaat:

Heerenstraat 75,
6237 NC Moordveld,
Tel.: 043-8519555
secretariaat@stiltij.nl
www.stiltij.nl



Stiltij is een stichting zonder winstoogmerk.
Kvk 14073156

Bijdragen en schenkingen steunen ons werk:
Triodos 390375721

Kopij volgende nieuwsbrief:
Kopij (oproepen, mededelingen, tips, etc.) voor de nieuwsbrief van april inleveren **vóór 20 maart**.
Platte tekst per mail naar landau@stiltij.nl.





AGENDA - maart

ma	di	wo	do	vr	za	zo
			1	2 kennismaking krijgskunst	3	4 kennismaking meditatie
5	6	7 kennismaking expressie	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25 intensief 10:00 - 16:00
26	27	28	29	30 verdiepings- weekend medi- tatie 19:00	31 verdieping meditatie	1 verdieping meditatie tot 17:00

Reguliere Programma

Dag	Discipline	Tijd
Ma	Krijgskunst	20:45 - 22:30
Di	Meditatie	19:30 - 21:30
Wo	Expressie	19:30 - 21:30
Do	Studie	19:30 - 21:30
Vrij	Krijgskunst	19:30 - 21:30
Za	Praktijk	10:00 - 12:00
Zo	Meditatie	10:00 - 12:00

(laatste zondag v/d maand tot 16:00 uur)

Locaties

Instream en beoefening:

Heerenstraat 75, 6237 NC Moorveld

Krijgskunst:

Lindenlaan 69, 6241 BB Bunde
(Gymzaal 'De Koprol')

Werk maken van je leven

Vijf zaterdagen introductie in spiritualiteit

Cursusdata

7, 14, 21, 28 april
5 mei



Info & Aanmelden

043 - 8519 555
info@stiltij.nl