



Studie is wijs voedsel

door Ad van Dun

Zonder voedsel verkommt en verdort ons hart - net als het lichaam. Maar met het juiste voedsel komen we tot bloei: wijsheidsonderricht maakt ons tot bewuste mensen, met een bevrijd hart, wakker en licht levend.

We groeien in wijsheid en liefde dankzij het ons openstellen voor ontdekkingen, dankzij het leren zien van samenhangen en wetmatigheden. Dit ontdekken gebeurt op twee manieren: via praktijk en visie, dat wil concreet zeggen, via meditatie en via studie.

Zoals we in meditatie, als expressie van onze ware aard, ons vestigen in de wonderlijke werking van het moment en zo toekomen aan totale en betrouwbare, niet ingevulde (niet geconditioneerde) beleving, zo oriënteren we ons in studie naar de voeding, verheldering en inspiratie van het onderricht dat in geschriften is vastgelegd (soetra's van Boeddha of koans van Zen-leraren bijvoorbeeld) en in talloze biografieën van leraren is gedocumenteerd.

Bestudering van dit bewaard gebleven materiaal is beleven hoe je de complexe, subtiele werkelijkheid kunt belichamen, en hoe men in de verwarrende, verleidende en bedreigende concreetheid van alledag vrij en waardig wandelt.

Dat voelt uitnodigend en inspirerend. Het doet je beseffen: ook ik kan deze kwaliteit van leven realiseren, want al deze mensen hebben dezelfde weg bewandeld als ik nu doe. Ook zij hebben meditatie beoefend en geluisterd naar onderrichtingen.

"Twee voorwaarden zijn er om de juiste visie teweeg te brengen: de stem van een ander en grondige aandacht.

Dit zijn de twee voorwaarden om juiste visie teweeg te brengen."¹

¹ De Breet en Janssen: De verzameling van middellange leerredes, deel 1. Rotterdam 2004, p. 451

Studiemateriaal

Wanneer een leerling zijn drijfveren [*samskara*, conditioneringen] doorziet, de oorsprong ervan, het ophouden ervan en de weg die leidt tot het ophouden ervan, dan wordt hij daarmee iemand met de juiste zienswijze, iemand wiens visie recht door zee is, die van onwankelbaar vertrouwen getuigt.

Maar wat, vrienden, zijn de drijfveren [*samskara*, conditioneringen], wat is de oorsprong ervan, wat is het ophouden ervan en welke is de weg die leidt tot het ophouden ervan?

Het zijn deze drie drijfveren: de aandrijfkraft van het lichaam, de aandrijfkraft van de spraak, de aandrijfkraft van de geest.

Door het opkomen van onwetendheid [blindheid] is er het opkomen van conditionering; door het ophouden van onwetendheid is er het ophouden van conditionering. De weg die leidt tot het ophouden van conditionering is de beoefening van het edele, achtvoudige pad.

INHOUD

- Studie is wijs voedsel
- Studiemateriaal
- Maandkwestie
- Column: Onderweg
- Intensieve zondag uitgebreid
- Tij-dingen
- Stiltij harmonisch orkest
- Druppel: ontslagprocedure
- Neus voor boeken
- Introductie cursus een succes
- Wensenlijst bibliotheek
- Agenda
- Cartoon: In het oude China



Maandkwestie

Conditionering

De "kwestie" wordt gebruikt als ingang voor studie en onderzoek (elke donderdag, 19:30 u).

Als je relevant studiemateriaal kent of ontdekt in verband met de kwestie van de maand, laat het dan a.u.b. even weten aan ad@stiltij.nl.



Column - Onderweg

door Birgitta Putters

Op de fiets van Maastricht naar Moorveld. Een koude, zonnige ochtend. Vogeltjes flieren in de open velden en tussen de verkeersgeluiden aan de andere zijde van het fietspad. Er fietst een jongen, op weg naar school, onderuitgezakt op zijn fiets. Een sigaret hangt uit zijn mond; door de opstijgende rookkolom oogt hij als een fabrieksschoorsteen. Zijn i-Pod produceert een geluid als van stampende machines. Zware omstandigheden! Vrijwillig torst hij deze mee op zijn fiets en zwoegt zich een weg naar de volgende fabriek, een leerfabriek.

Een stukje verder, wat nieuwbouwhuizen. Zo nieuw dat de tuinen nog niet zijn aangelegd. De huizen staan wat onwennig in het gras en kijken met hun te grote ramen uit over het groen. Een klein kindje zit achter het venster aan een tafel: ontbijttijd. Fijn om niet tegen een houten schutting aan te hoeven kijken maar lekker ver de konijntjes te kunnen zien rennen. De wereld aan je voeten! Maar papa, aan dezelfde tafel, ziet het niet. Die zit achter de laptop.

Door Bunde heen. Kolossale woningen van veel beton. Een groot bord vertelt welk project hier gaande is en wie zich daar allemaal mee mogen bemoeien. Het bord staat in een tuin. Die is heel wat van plan blijkbaar! Maar dan blijkt dat het bord vooral de moderne kijk op kinderen krijgen weerspiegelt: het is een aankondiging van een geboorte. Het zware werk is gedaan, meldt het bord. Er zijn opdrachtgevers en sponsors, en een opleverdatum. De vlaggen aan weerskanten geven iets weer van de blijdschap met het behaalde resultaat. Nieuw leven, en al zo functioneel.

Niet te lang bij stilstaan, we moeten de berg op. De helling van tien procent (zoiets dan toch) dwingt me volledig in mijn lijf. Met zo min mogelijk moeite naar boven in de laagste versnelling, met een gestaag tempo; de koude lucht vergemakkelijkt de inspanning. Verfrist kom ik boven. Het is koud en zonnig. Vogeltjes flieren in de bebloesemde fruitbomen. Een vliegtuig stijgt op.

Intensieve zondag uitgebreid

Vanaf deze maand krijgt de intensieve training op de laatste zondag van de maand er een oefenblok bij; 's ochtends begint de eerste training om zeven uur met een innerlijke pelgrimage.

De trainingstijden zijn vanaf heden:

7:00 - 9:00 uur 10:00 - 12:30 uur 13:30 - 16:00 uur

De deelname op deze zondag is nu open; mensen kunnen zelf bepalen aan welke modules ze deelnemen. Als je bijvoorbeeld alleen in de late ochtend (van 10 tot half één) aanwezig kunt zijn is dat geen probleem. Mensen die de hele dag komen moeten niet vergeten om ontbijt en lunch mee te nemen!



Tij-dingen

Huishoudelijke mededelingen

Verdiepingsweekend

krijgskunst 12 en 13 mei

Een weekendje Hasselt? Leer kennen wat het is om een waardig krijger te zijn. Aanmelden kan nog via het secretariaat:

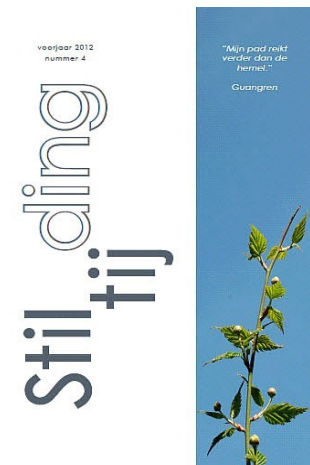
secretariaat@stiltij.nl

Stiltijding 4 is verschenen

De voorjaarseditie van de Stiltijding is verschenen!

Een digitale versie kun je [HIER](#) downloaden.

Deelnemers en abonnees ontvangen de gedrukte versie.



Pinkstermaandag:

geen krijgskunst

Maandag 28 mei houdt de beheerder de dojo dicht in verband met Pinksteren.

De training 's avonds gaat om die reden dan niet door.





Stiltij harmonisch orkest

Nu expressie definitief van stapel is gegaan, zijn we voorzichtig bezig om bruikbaar materiaal als muziekfragmenten en teksten te verzamelen, maar ook zelf te maken.

Leuk en spannend om te zien (en zelf te voelen!) hoe dit op allerlei manieren vorm kan vinden.

Voor Ad, die veel van het basismateriaal ontwerpt, betekent dit een hernieuwd onderzoek van muzikale elementen en structuren. Voor dit onderzoek is natuurlijk allerlei materiaal heel bruikbaar en inspirerend, maar wat haast onmisbaar is is een geschikt muziekinstrument dat als gereedschap kan dienen voor creatieve exploraties en wellicht later ook als onderdeel van collectieve uitvoeringen (onder de naam Wiejloeg bijvoorbeeld ;-)

Als jij hierin iets kunt betekenen zou dat heel fijn zijn. Een eenvoudige mandola is nieuw verkrijgbaar voor zo'n 300 euro; dat zou al hartstikke bruikbaar zijn. Andere snaarinstrumenten die in aanmerking komen zijn saz, oud, cumbuz, bouzouki, mandoline, gitaar of ukelele.

Het zou kunnen dat iemand in je kenniskring een instrument in huis heeft en er geen bestemming voor heeft: vraag dan a.u.b. of het aan Stiltij geschonken kan worden.



In de toekomst zullen we zeker nog meer instrumenten kunnen gebruiken (ierse harp, citer, diverse slaginstrumenten); een goed keyboard trouwens is ook heel welkom. Tenslotte: houd je ogen eens open voor mensen die met opnamefaciliteiten bekend zijn (of idealer nog: erover beschikken), want de studio wordt natuurlijk niet geschuwd door dwaze enthousiastelingen!

Neus voor boeken



Titels voor deze maand:

John Stevens:

De weg van harmonie: € 13,-

De weg van harmonie geeft in heldere teksten en prachtige foto's uitleg over de inzichten die ten grondslag liggen aan aikido.

Huang Po:

In eenheid zijn: € 15,-

Betreft een verslag van het sublieme onderricht van een groot meester uit de Dhyana-school (Zen). Vertaald door Ad van Dun.

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

Op de website staat een overzicht van alle reeds aangeboden boeken die nog beschikbaar zijn: [neus voor boeken](#).



Ontslagprocedure *door Landau Hoedemakers*

Het menselijk dilemma omtrent zijn bestaansredenen wordt vanuit boeddhistisch oogpunt beantwoord met termen als 'eenwording met het universum', 'het oplossen van egoïsme' en 'verlichting'. Ongeacht welk antwoord je het meest aanspreekt, het zal waarschijnlijk een gevoelselement in je raken; een soort van niet-stoffelijk orgaan dat vanzelf opgloeit wanneer het herkent dat iets echt klopt. Het vindt plaats op een bestaansniveau waar het verstand geen stem meer heeft.

[Lees hier de hele druppel](#)



Introductiecursus een succes

De lopende cursus introductie tot spiritualiteit valt goed bij de deelnemers. De informele sfeer geeft iedereen de ruimte om materiaal uit zijn of haar eigen achtergrond in te brengen. Aanvullend worden er vijf thema's als ingang naar zelfonderzoek gehanteerd:

- Verschil therapie-spiritualiteit
- Lichaam als ingang
- Jezelf openen
- Meditatie als expressie
- Natuurlijke wijsheid

De opzet van de cursus heeft veel overeenkomsten met die van reguliere trainingen; lichaamswerk, expressie en meditatie komen allemaal uitgebreid aan bod en ook de evenwichtige samenhang tussen visie en praktijk wordt hier toegepast. Deelnemers die aan het einde van de cursus overwegen om in te stromen zullen een soepele overstap kunnen maken.

In het najaar zal een nieuwe introductiecursus starten die zich uitspreidt over vijf zaterdagochtenden. Kijk voor meer informatie op de website: [Stiltij introductiecursus september 2012](#)

Wensenlijst bibliotheek

De Stiltij-bibliotheek is op zoek naar waardevol maar moeilijk te vinden en/of prijzig studiemateriaal:

- ◆ Verzamelde werken van Rilke
- ◆ Geannoteerde uitgave van Meister Eckhardt
- ◆ Abhidharmakosa van De la Vallee Poussin
- ◆ Miura, Isshu and Ruth Fuller Sasaki: Zen dust
- ◆ De Breet en Janssen: Verzameling van thematische leerredes (6 delen)
- ◆ Sacred songs of india (10 vol)
- ◆ Walter Liebenthal: Chao Lun, Treatises of Seng-Chao

Scheningen door weldoeners of financiële bijdragen worden dankbaar benut.



Colofon



Stiltij is een wis (wijsheidsplek) ter ondersteuning van verwerkelijking 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 via het secretariaat.

Secretariaat:

Heerenstraat 75,
6237 NC Moorveld,
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 juni inleveren **vóór 20 mei**.
Platte tekst per mail naar landau@stiltij.nl.





AGENDA - mei

| ma | di | wo | do | vr | za | zo |
|----|----|-----------------------------|----|-------------------------------|--|--|
| | 1 | 2 kennismaking expressie | 3 | 4 kennismaking krijgskunst | 5 introductie- cursus (laatste bijeenkomst) | 6 kennismaking meditatie |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 verdiepings- weekend krijgs- kunst | 13 verdiepings- weekend krijgs- kunst |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 intensief 7:00 - 16:00 |
| 28 | 29 | 30 | 31 | | | |

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 intensief
van 7:00 tot 16:00 uur - open deelname)

Locaties

Instroom en beoefening:
Heerenstraat 75, 6237 NC Moorveld

Krijgskunst:
Lindenlaan 69, 6241 BB Bunde
(Gymzaal 'De Koprof')

IN HET OUDE CHINA

Het onderricht van meester X dpa-tath



- DOOR JOPPEL -