



Op de schop

door Ad van Dun

*Als je de boeddha zoekt via karmische ondernemingen
wordt de boeddha een grote leverancier
van geboorte en dood.¹*

Alles wat zich vastzet vraagt om wekking.

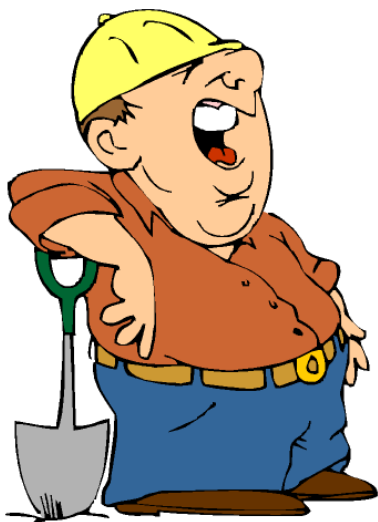
Er is geen houvast te vinden in vormen, niets is wat het lijkt.

Dit geldt ook voor Stiltij met haar kleinschalige functies en organisatie: het zijn slechts hulpmiddelen (*upaya*) voor kwaliteit van leven, voor bewustwording. Alles is leermateriaal, niets is bezit.

Dit besef leert ons steeds lichter en soepeler te opereren.

Je doorziet illusie en beperking (*karma*), en daardoor ontdek je andere mogelijkheden en perspectieven (*dharma*).

Gaandeweg voelt het leven groot en gezaghebbend, en het mysterie laat zich dan ook steeds concreter belichamen.



In deze toenemend innerlijke transformatiebeweging die ontwaken heet, worden we getoetst én beschermd, tegelijkertijd.

Er is confrontatie en er is geruststelling, moeite en gemak, inzet en overgave. Je danst als sterveling op een richel tussen twee afgronden van romantiek en paniek - en de richel blijkt nog te bewegen ook: laat je maar verrassen...

Een recente verrassing was het vertrek van Lieke die op persoonlijke gronden en in goede harmonie afscheid heeft genomen van Stiltij.

We zullen haar missen; zowel inhoudelijk als organisatorisch heeft zij veel bijgedragen aan wat Stiltij nu is, en daarvoor dank ik haar.

Oprechte zoekers brengen mij tot leven, zij laten mij voelen wat mijn hart roert en beweegt. Zij bevestigen de juistheid van onze intentie, de goedheid van onze bestaansstrijd, de kracht van ons vertrouwen.

We gaan naar de zomer toe. Deze wijsheidsplek blijft zich verder openen voor de dans van beleving. Wat achter ons ligt voelt prima: geen lacunes of ophoping - schoon, stevig, beschikbaar.

Jij, kleurrijke wandelaar, maakt elk moment alles mogelijk, jij geeft alles zijn betekenis. Welke rol je ook speelt, jijzelf belichaamt de inhoud ervan. Toon die innerlijkheid, maak hem voelbaar, deel hem met iedereen.

INHOUD

- Op de schop
- Dharmasap
- Column: Delen en helen
- Aikido en haar dynamische werking
- Tj-dingen
- Krijgskunst overal toepasbaar
- Druppel: Bescheidenheid
- Neus voor boeken
- Studie-onderwerp: Dogen zenji
- Agenda
- Cartoon: Buil



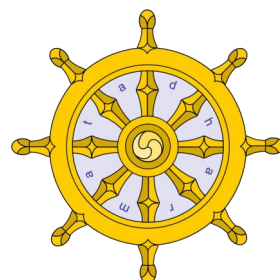
slokje dharmasap

Procesloos

*De grote weg heeft geen
ingang - hij schiet
tevoorschijn uit de hoofden
van jullie allemaal hier.*

Rujing, in:

Dogen: Treasury of the true
dharma-eye. Boston 2010, p. 613



1. Linji, in: Ruth Fuller-Sasaki: The record of Linji. Honolulu 2009, p. 171



Column - Delen en helen

door Birgitta Putters

Als iemand wegvalt, wat valt er dan weg?

Als eerste de betekenis van de woorden, als ik de boodschap lees dat ze weg is.

De werkelijkheid is er al, maar de woorden beschrijven iets wat niet vatbaar lijkt voor woorden. Dan, een kantelpunt: ruim blijven of vernauwen? Wezenlijk veranderen die woorden niets. Dus alle ruimte. Maar het proces van betekenis geven vernauwt. En toch moet het, betekenis geven, wil ik me blijven verbinden met die werkelijkheid. De betekenis moet ruimte krijgen en overal in doordringen. In het gemoed, in het denken, in alle dingen en vormen, die zelf op hun beurt ontdaan zijn van betekenis.

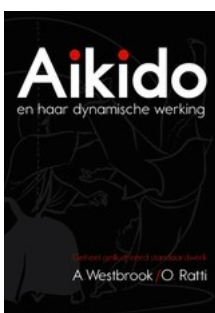
Was de betekenis van de vormen dan verbonden aan de persoon die is weggevallen? Wat vulde zij, waardoor er nu een leegte valt? Valt nu alles op zijn natuurlijke plaats en was er al nooit sprake van hier of daar zijn, laat staan weggevallen?

Een lieve lach, een gul gebaar, een hartelijk woord – mijn geest moet sterk verruimen om te erkennen en te ervaren dat ze er al waren voordat ik haar kende, en nu niet weg zijn. Zo verruimend, leeft ze in mij en voel ik haar kracht, haar hartelijkheid, haar openheid, haar wijsheid.



Voel ik ook haar moeite, pijn, verdriet? Nee, ik geloof van niet. Dat is niet het domein van onze gemeenschappelijkheid en die beleving voelt meer als invulling of projectie van mij. Maar, aan de andere kant, voor mij is het natuurlijk makkelijker om haar te zien in hartskwaliteit. Dat maakt alles 'goed', en dan hoeft ik niet te bewegen op het lastige terrein van persoonlijke affiniteit. Hoe doe je dat eigenlijk goed, delen?

Aikido en haar dynamische werking



Uitgeverij Altamira bracht onlangs een herdruk uit van het zeer gewilde *Aikido en haar dynamische werking*. Het van origine Engelstalige boek is in 1998 voor het eerst in het Nederlands verschenen dankzij vertaalwerk van Ad en Miriam.

Voorzien van een strak ogende cover en een enkele tekstuele aanpassing is dit rijkelijk geïllustreerde (naslag)werk weer voorhanden voor de liefhebber.



Tij-dingen

Huishoudelijke mededelingen

Studie-avond op donderdag vervalt

Het bestuur is bezig met de voorbereiding van het programma voor komend seizoen, waarin we Stiltij wat toegankelijker willen maken: minder categorieën (soorten deelnemers) en opener invulling (studie bijv.). Hierop aansluitend gaat de vaste studie-avond op donderdag vanaf nu vervallen. Tot aan het nieuwe seizoen zijn er verder geen veranderingen in de trainingen.

Verdiepingsweekend krijgskunst 11 en 12 mei

Begin mei wordt een 2-daags weekend georganiseerd in de dojo te Hasselt. De training loopt van zaterdag 12:00 t/m zondag 12:00 uur.

Inschrijven? Neem contact op met het secretariaat:
Tel.: 043 - 851 9555
secretariaat@stiltij.nl
Inschrijving sluit zondag 5 mei.

Impressies oefenperiode

De deelnemers geven hun beleving weer van de afgelopen oefenperiode: <http://info.stiltij.nl/vervolg/meditatie/impressies/oefenperiode/>

De volgende oefenperiode begint op 9 september.





Krijgskunst overal toepasbaar

door Landau Hoedemakers

Elke training is haast een leven op zich; de verantwoordelijkheid voor de kwaliteit ervan ligt bij de beoefenaar. Zwakke interesse en slaperigheid brengen hem nergens; alleen aandachtige en ontvankelijke beoefenaars stellen zichzelf in staat om iets te leren. De ingenomen houding ten aanzien van het leven alsook tijdens een training bepalen koers, verloop en uitkomst.

Een training begint met het betreden van de mat en het groeten van de grondlegger van aikido, Morihei Ueshiba, ook Osensei genoemd. Dan volgt een meditatie in traditionele Japanse kniezit (*seiza*).

Tijdens meditatie wordt de krijger-zonder-functie als het ware geboren.

Vorbereidende oefeningen (*aiki taiso*) brengen geest, adem en lichaam in harmonie met elkaar. De beoefenaar wordt uitgenodigd om in ontspanning, zoals hij of zij daar op dat moment aanwezig is, het universum te exploreren. Deze 'warming-up' genereert meer beleving dan valt te vermoeden als je enkel afgaat op wat van buiten zichtbaar is; interne en vormloze beleving kunnen eindeloos verfijnd werken.

Het is uitzonderlijk maar het komt voor dat een training bestaat uit niets anders dan voorbereidende oefeningen. Daarmee wordt dan geenszins aan leermogelijkheden ingeboet; eerder nog wordt er maximaal geput uit kleurrijk en veelzijdig materiaal dat steeds nieuwe aspecten oplevert.

Met een zuiveringsgebaar ter afsluiting van het werken op de mat (*tatami*) keert de beoefenaar terug naar de functieloosheid van meditatie. Na het groeten van Osensei en de leraar kan de wereld weer betreden worden op eenzelfde manier als aan het begin de mat betreden werd. Binnen of buiten de oefenruimte (*dojo*): geen verschil.

Krijgskunst behelst meer dan weten hoe je een serie technieken kunt toepassen. Kwaliteit die op de mat wordt aangeboord en blootgelegd is niet het persoonlijk bezit van iemand. Het dient ter inspiratie voor en waar nodig ter ondersteuning van anderen, zodat de boodschap van Osensei, vrede voor iedereen ter wereld, werkelijk gerealiseerd wordt.

Neus voor boeken



Philip Kapleau:

De drie pijlers van zen: € 25,-

Met dit werk slaagt Kapleau erin het wezenlijke karakter en de geest van zen over te dragen, inclusief zijn tradities en methoden, evenals zijn aantrekkingskracht op hart en verstand.

Sinds de verschijning in 1965 is dit boek geliefd bij iedereen die een praktische handleiding zoekt voor het oefenen.

Dit boek biedt bruikbare stof voor zowel nieuw geïnteresseerden als mensen die al langer oefenen.

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](#).



Bescheidenheid door Landau Hoedemakers

Het is pijnlijk om materiaal tegen te komen dat mij dwingt naar mijzelf te kijken. Het is des te pijnlijker als wat zich aandient niet open aanvaard maar vooropgezet verworpen wordt. Vaker wel dan niet ontstaat namelijk weerstand tegen wat er gezegd wordt en voel ik mij niet gezien of geen recht gedaan. Het idee van ontrechte bejegening slaat me dicht óf wekt juist een agressie die zich richt op anderen en mij verblindt voor wat er in mij gebeurt.

[Lees hier de hele druppel](#)



Studiethema

Dogen zenji

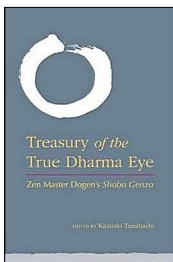
Studie betekent: informatie tot blijvend inzicht maken, en dat komt vooral neer op inleving: kennismaken en vertrouwd raken met het onuitputtelijk arsenaal van de spirituele weg. Je kunt de aangeboden onderwerpen verder uitdiepen via aanvullende teksten en beelden zodat er een levendige voeling kan ontstaan. De volgende drie aspecten zijn voor studie bruikbaar: biografie (leraren), historie (omstandigheden) en terminologie (onderricht).

Het studie-onderwerp van deze maand is Dogen, een niet zo eenvoudig te plaatsen leraar uit de Japanse zen traditie. Hij leefde van 1200 tot 1253 en geldt als de grondlegger van de huidige Soto-zen school.

Wellicht is het onderricht van [Shunryu Suzuki](#), die zich tijdens zijn universitaire studie wijdde aan Dogen en regelmatig naar hem verwijst, een van de directste ingangen naar het begrijpen van Dogen's vaak cryptische taal en van zijn subtiele bedoeling.

Hieronder enkele basisboeken met bronmateriaal van Dogen:

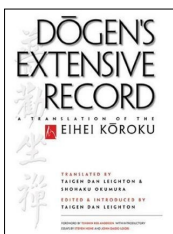
- De Shobogenzo is zijn meest bekende werk, met klassieke teksten als Fukanzazengi, Genjokoan of Bendowa. Zie ook [deze weblogitems](#).
- De Eihei Koroku is boeiend omdat het vooral bestaat uit Dogen's dagelijkse onderrichtingen binnen het monastieke curriculum.
- Daido Looi's redactie van Dogen's verzameling van 300 koans is een prachtige expressie van de tijdloze zengeest.



Tanahashi, Kazuaki (ed.):

Treasury of the true Dharma eye; Zen master Dogen's Shobo Genzo. Boston 2010

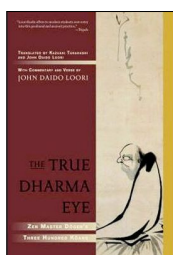
<http://www.bookdepository.co.uk/Treasury-True-Dharma-Eye-Kazuaki-Tanahashi/9781590309353>



Leighton, Taigen Daniel & Okumura, Shohaku:

Dogen's Extensive Record; a translation of the Eihei Koroku. Boston 2004

<http://www.bookdepository.co.uk/Dogens-Extensive-Record-Shohaku-Okumura/9780861713059>



Looi, John Daido:

The true Dharma eye; Zen master Dogen's 300 koans. Boston 2005

<http://www.bookdepository.co.uk/True-Dharma-Eye-John-Daido-Looi/9781590304655>

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 **begunstiger**, dan wordt jouw bijdrage in dank aanvaard.

Kijk voor alle details op www.stiltij.nl/deelnemen.

De Stiltij nieuwsbrief verschijnt maandelijks en wordt digitaal verspreid of desgewenst per post. Abonneren op de nieuwsbrief kun je je via de website of 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: NL40 TRIO 0390 3757 21

Kopij volgende nieuwsbrief:

Kopij (oproepen, mededelingen, tips, etc.) voor de nieuwsbrief van juni inleveren **vóór 18 mei**. Platte tekst per mail naar landau@stiltij.nl.





AGENDA - mei

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

Regulier Programma

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

Elke zaterdagmiddag "open inloop" van 12:00 - 15:00
 Laatste zondag v/d maand intensieve training in drie blokken,
 open deelname: (1) 7:00 - 9:00 (2) 10:00 - 12:00 (3) 13:00 - 15:00

Locaties

Studie en beoefening:
 Heerenstraat 75, 6237 NC Moorveld

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

BUIL door Joppel

