stiltij nieuwsbrief

nummer 62, juli 2013

Doorzien

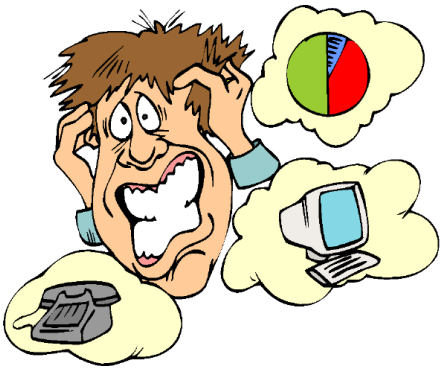
door Ad van Dun

'Het pad dat niet gemaakt is,
dat is mijn ene pad.' [1]

Het is eigenlijk vreemd dat ieder van ons bereid is zoveel tijd te besteden aan afgeleide dingen. Je zou ook kunnen zeggen: het is vreemd dat we onszelf zo weinig waard zijn. Vreemd dat we zo moeilijk geloven in de volheid van ons hart en zo makkelijk onze toevlucht nemen tot afleiding, compensatie, halfslachtigheid.

Tijdens de trainingen verbazen de deelnemers zelf zich er regelmatig over dat ze veel meer (80%) bezig zijn met karmische aspecten en wereldse processen dan met studie en oefening van de dharma of met spiritualiteit in het algemeen.

Blijkbaar heeft de wereld ons flink te pakken...



Nu zegt de hoeveelheid tijd op zichzelf natuurlijk niet alles.
De manier waarop je staat in wat er gebeurt is wellicht nog veel bepalender.
Die levenshouding is rechtstreeks afhankelijk van onze intentie.

Compensatie bijvoorbeeld kan inderdaad een door jou gebruikte intentie zijn waar je voldoening uit haalt.
Maar het kan ook goed zijn dat jouw intentie centraal verbonden is met een dieper waarheidsbesef, zelfs al biedt je huidige staat nog weinig ruimte voor expressie ervan.

Dit is denk ik de manier waarop we allemaal beginnen op deze weg van ontwaken: temidden van de drukke ik-droom wordt er iets wezenlijkers voelbaar en dit wezenlijke gaat steeds herkenbaarder en constanter zingen in je hart.

Voor wie bewust wil leven en echt zichzelf wil zijn, wordt waarheid een concreet, interessant iets, een reëel gegeven.

Is jouw oefenvisie eenmaal helder gevestigd dan vraagt dit om toepassing zodat die vise onvoorwaardelijk getoetst kan worden.
Dat is de praktijkkant van ons oefenen.

Toepassen van innerlijke kwaliteit doe je het kernachtigst via mediatie (vormloos bewogen worden) en onderricht (tijdloos verbonden zijn).
Maar wie door woorden heen kijkt en zélf de betekenis van meditatie en onderricht ziet, beseft hoe wij mensen dag in dag uit bezig zijn met het belichamen van die twee krachten.

1. Uitspraak van Boeddha
(Red Pine: The Lankavatara sutra; a zen text. Berkeley 2012, p. 165)

INHOUD

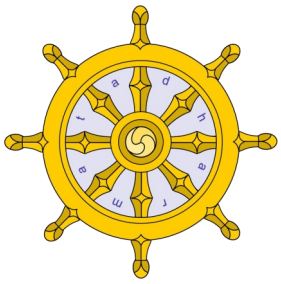
- Doorzien
- Dharmasap
- Column: Invulling
- Tij-dingen
- Kloosterrecept: groentesoep
- Druppel: Pelgrimeren
- Klankschaal- en kniekussens
- Neus voor boeken
- Agenda
- Cartoon: Buil

slokje dharmasap

Inleven

'Als je boeddha Shakyamuni's motief kunt begrijpen, dan maakt jou dat zélf tot een oude boeddha.'

Onderricht 11 juni



Column - Invulling

door Birgitta Putters

"Als afstuderende bedrijfspsycholoog doe ik onderzoek naar interindividuele verschillen bij boeddhisten en personen met een boeddhistisch geïnspireerde levensoriëntatie. Concreet onderzoek ik de overtuigingen en waarden van boeddhisten en personen met een boeddhistische levensoriëntatie." Tijd goed besteden op internet heeft altijd de voorkeur boven zomaar wat facebooken. Het gaat maar twintig minuutjes kosten. "Heeft u even vijf minuutjes om over het eeuwig leven te praten?" Interindividueel en toch verschillend. Daar gaan we dan.

Het doel van het leven is het doorbreken van de cyclus van wedergeboorte. Helemaal niet eens, niet eens, weet niet, eens, helemaal eens. Oei. Is niet echt een interview met open vragen. Wel veel grote woorden. Eens dan maar. Al deugt de formulering niet helemaal.

De vijf boeddhistische leefregels zijn een uitdrukking van de normen en waarden in de tijd van Boeddha. Haha, helemaal niet eens. Uitspraken over het transcendente blijven altijd relatief. Uuuuhh, eens. Wereldlijke en spirituele levensbeschouwingen geven beide bruikbare antwoorden op levensvragen. Hmmm, 't zit 'm in dat 'beide'. Nee, niet eens.

Wat een hilarische onderneming, een boeddhist vragen naar zijn oordeel. Er volgen een helebooel weet-niet's; alles is toch ook veel wonderlijker dan een simpel ja of nee. Wat kun je er dan over zeggen? Arme onderzoeker. Alle respondenten blijken niets te weten.
Niet te hopen dat hij erop wil promoveren. Het enige wat het oplevert is een smeuïge stelling, zoiets als: 'als subject en object één zijn, valt er niets meer te onderzoeken'.

Okee dan, het gaat natuurlijk om de relatieve wereld met haar verschijnselen. En je moet ook durven staan voor waarheid, los van de vormen. Kiezen moet. Dus gewoon ja of nee zeggen als het aan de orde is. Wat is dan het verschil tussen 'eens' en 'helemaal eens'?
Al te ferm stelling nemen voelt weinig open...

Laat ik maar stoppen met vechten met dit onderzoek. Laat ik het maar onder ogen zien: dit is gewoon wat er gebeurt zonder houvast of bevestiging binnen handbereik. Geen mogelijkheid om me nader te verklaren, geen gesprekspartner die een goedkeurend knikje geeft. Geen idee wat de vragensteller wil horen, of hoe hij mijn antwoorden zal interpreteren. Voor welk publiek ben ik eigenlijk aan het optreden? Typisch geval van breindingetje wat hier gewekt wordt.
Was het nou zinvol bestede tijd?

Oproep

Een geschikt snaarinstrument voor Ad
- een mandola of bouzouki bijvoorbeeld -
zwerft stilletjes als wens door het univiversum.

Tij-dingen

Huishoudelijke mededelingen

Aparte site voor onderricht

Sindskort werkt Ad aan een website die specifiek bedoeld is voor het op overzichtelijke wijze beschikbaar stellen van al het onderricht dat in de loop der jaren is ontstaan.

Voor wie het interessant vindt om de ontwikkeling te volgen: stiltijdharma.wordpress.com
Reacties op de site zijn welkom; stuur een mail naar ad@stiltij.nl

De huidige site en het weblog blijven dienst doen als ontmoetingspunt met Stiltij. Wel onderzoeken we hoe de bestaande site nog verder geoptimaliseerd kan worden.

Open inloop schuift naar zondag

De open inloop die afgelopen tijd op de zaterdag geroosterd stond, wordt vanaf deze maand doorgeschoven naar de zondag, van 12 tot 13 uur. Belangstellenden kunnen na elke training op zondag (behalve op de laatste zondag v/d maand) binnenlopen om wat thee of koffie te drinken en snuffelen in de boekenkast.

Nieuw meditatieboekje

Het oefenboekje dat wordt uitgereikt aan nieuwe beoefenaars is onlangs grondig herzien, uitgebreid en omgedoopt tot *wisgids*.

Hier beschikbaar als pdf: http://info.stiltij.nl/publiek/wisgids.pdf

Kloosterrecept: groentesoep

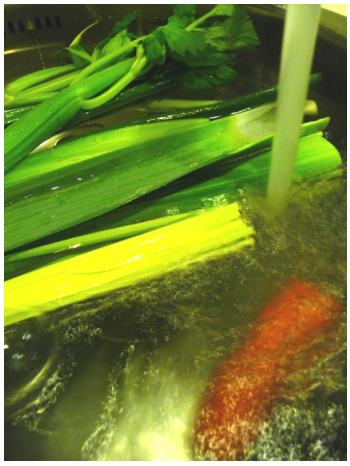
door Juul Hoefsloot

Elke avond kun je bij Stiltij tegen een kleine vergoeding aanschuiven bij de warme maaltijd.

Het huidige weekmenu is in de loop der tijd in overleg met de bewoners ontstaan; elke dag kent zijn vaste schotel: eenvoudig, smakelijk en voedzaam. Voor achtergrondinformatie kun je het artikel "Kloosterkoken" lezen in de onlangs verschenen Stiltijding (nr. 6, p. 16).

Ter verlevendiging volgt hier het zaterdagavondmenu.

Voor een liter Stiltijgroentesoep verhit je twee eetlepels (arachide)olie in een pan. Daarin roerbak je 300 gram kleingesneden groenten, een mix van wortel, prei, en knol- of bleekselderij. Als de groente na ongeveer een minuutje mooi glanst doe je er een liter water bij.



Dat breng je aan de kook en laat het op een zacht vuur een half uurtje "trekken". Dan houd je (ongeveer) een derde deel van de gare groente apart en de rest maak je glad met de staafmixer.
Deze basissoep breng je op smaak met twee bouillonblokjes en een scheutje tamari. Tot slot roer je er de apart gehouden groente door, en nog een handvol kleingesneden basilicum, peterselie of bieslook.
Hierbij knapperige broodjes met kaas, boter en jam.

Probeer het eens en je zult verbaasd zijn hoe lekker eenvoud smaakt. Het Tassajara kookboek is een bron van inspiratie en aan te bevelen als een bewuste manier van koken en omgaan met voedsel je aanspreekt; leuk om te lezen, fijn om te doen.

Neus voor boeken

Edward Espe Brown:
Tassajara Kookboek: € 12,50
Het 'Tassajara kookboek' behandelt ieder aspect van het vegetarisch koken: te beginnen met het snijden van de groenten middels verschillende snijmethoden en het bijhouden van het koksmes, het koken van de juiste groenten in het goede seizoen en het samenstellen van een goed menu met vruchten, eieren, zuivel-producten, bonen, granen, soepen, sauzen, salades, hoofdgerechten… tot en met het afwassen.

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.

druppel dharmaregen

Pelgrimeren *door Juul Hoefsloot*

In de laatste wilsbeschikking van Boeddha die onlangs op het weblog van Stiltij verscheen, wordt de juiste aandacht handhaven als vijfde bewustwording genoemd. Is je aandacht stevig gevestigd, dan zal jou niets kwaads overkomen zelfs al begeef je je temidden van de vijf zintuiglijke begeerten.
De juiste aandacht, beoefend en beleefd in zazen, zal doorwerken in het dagelijks bestaan.
De ik-waan zal plaats maken voor echtheid, directheid, en zuiverheid. Deze waan detecteren en loslaten is pelgrimeren naar echtheid in alles wat ik doe en zeg. Dit is geen gemakkelijke tocht maar een lastige klus, want in blindheid zie je blindheid niet.

Lees hier de hele druppel

Klankschaal– en kniekussens

door Remy Schelling

Het nieuws van de Limboeddha webwinkel deze maand is een kussen. Of liever gezegd: vier kussens, in twee verschillende soorten.

Eerst is er het klankschaalkussen, handgemaakt van zwart katoen en gevuld met boekweit. Leverbaar in drie verschillende maten zijn ze nagenoeg geschikt voor elke grootte klankschaal. De kussens bieden neutrale ondersteuning aan de schaal waardoor de natuurlijke klank ervan puur en intact blijft. De kussens worden geleverd met een diameter van 10cm (€ 4), 14cm (€ 5) en 18cm (€ 6).

De drie klankschaalkussen (v.l.n.r.): Ø 18cm, 14cm en 10cm

Het tweede product is een kniekussen dat extra ondersteuning geeft tijdens zazen bij zwevende kniëen. Net als de klankschaalkussens zijn ze afkomstig uit het atelier, handgemaakt van zwarte katoenen stof en gevuld met boekweit. Middels een ritssluiting aan de onderkant blijft de vulling toegankelijk en kan naar wens worden aangepast.
De standaard maat is 14cm x 14cm en kost € 7,50.

Het Limboeddha knieknussen. Afmeting: 14cm bij 14cm.

De Limboeddha website groeit langzaam uit tot een volwassen webwinkel; dagelijks onderhoud, professionele foto's en een groeiend aanbod van artikelen met nog meer producten in ontwikkelingsfase.
Kijk eens op www.limboeddha.nl.

Momenteel wordt achtergrond-informatie over de producten samengesteld waardoor bezoekers van de site kunnen zien hoe we precies aan het werk zijn.

Voel je vrij om me te laten weten wat je van de website vindt.
Op- of aanmerkingen worden ter harte genomen.
Je kunt je reactie sturen naar remy@stiltij.nl

Colofon

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

Als belangstellende kun je gebruik maken van een gratis proefmaand.
De maandelijkse bijdrage voor deelnemers is € 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 Moorveld,
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, mede-delingen, tips, etc.) voor de nieuwsbrief van augustus inleveren **vóór 18 juli**.
Platte tekst per mail naar landau@stiltij.nl.

AGENDA - juli

ma	di	wo	do	vr	za	zo
1	2	3 kennismaking expressie	4	5 kennismaking krijgskunst	6	7 kennismaking meditatie
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28 intensief 7:00 - 15:00
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 zondagmiddag "open inloop" van 12:00 - 13:00
(m.u.v. laatste zondag v/d maand)
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 Koprol')

BUIL door Joppel