



Transcendentie

door Ad van Dun

*Je moet leven en dood bewust transcenderen
en onvoorwaardelijk in de leegte staan.¹*

Illusie is wat miljoenen mensen voor lief lijken te nemen; werkelijkheid is wat slechts weinigen dierbaar lijkt te zijn. Wat deze laatsten ontdekken is de verrassende kracht van innerlijkheid: kwaliteit van bewustzijn blijkt de grondslag van wat we werkelijkheid noemen.



Een van die schaarse ontdekkers is Shakyamuni Boeddha geweest. Zijn toegewijde zoektocht deed hem uiteindelijk alle persoonlijke inbreng loslaten, wetend en vertrouwend dat wat werkelijk is geen extra inbreng (condities) nodig heeft: als waarheid bestaat, dan zal dat wel blijken uit het feit dat ik geen illusies meer erop na hoeft te houden - enkel zo kan ik echt mezelf zijn.

Boeddha's verwerkelijking, het blootleggen van de werkelijkheid die hij was, bleek zich te openbaren dankzij onvoorwaardelijk vertrouwen in de bestaande werkelijkheid, in het leven zelf. De waarheid daarvan verdreef elke resterende behoefte en onafheid: de karmische persoon Siddharta Gautama (de familienaam van Shakyamuni) loste op in de directe werking van beleving. Sindsdien verkondigde hij: wie mij ziet als een werelds personage, die ziet mij niet; je moet mijn dharmalichaam zien. Met andere woorden: ik ben niets dan dharmawerking.²

Alle wijze, verwerkelijkte mensen verkondigen ditzelfde: de kern van ons leven is innerlijkheid, en de pure betrouwbaarheid van deze niet-particuliere maar diep-menselijke innerlijkheid is wat we waarheid of dharma noemen. Dharmawerking is mijn ware identiteit, niet een of andere karmische ik-waan. Wat we werkelijk zijn is veel transcenderter, ongreepbaarder ('leegte') dan wat de wereld en ons denken al die tijd hebben aangeleverd. Er is een puurheid in ons die onvoorwaardelijk werkzaam is. Die pure werking, permanent en intrinsiek, is de bron van menselijke hartskwaliteit: echtheid, liefde, wijsheid.

Het woord 'verwerkelijking' zegt het helemaal: we kunnen werkelijkheid worden, we kunnen directer in het licht van de werkelijkheid leven. Je weet uit ervaring: hoe platter ik opereer, hoe vluchtiger ik beleef. Maar gelukkig is er ook het omgekeerde perspectief: hoe completer we aanwezig zijn, hoe rijker we functioneren.

1. Ueshiba, Morihei: *The secret teachings of aikido*. Tokyo 2007, p. 30

2. 'Leegte' en 'werking' zijn kernbegrippen in de soetra's (bijvoorbeeld de Diamant soetra).

INHOUD

- Artikel: Transcendentie
- Slokje dharmasap
- Column: Stuurloos
- Tij-dingen
- Citaat: Lijden
- Lezing Centre Céramique
- Neus voor boeken
- Impressies meditatie-weekend
- Colofon
- Agenda
- Kalligrafie

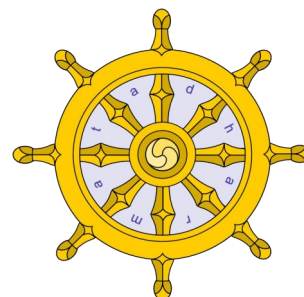


slokje dharmasap

Onbevreesd

*Als je je op de juiste manier
wijdt aan de Weg,
zul je geen angst kennen.*

Buddhaghosa (vert. Bikkhu Nanamoli): *The path of purification; Visuddhimagga*. Onalaska 1999, p. 114





Stuurloos ~ column

door Birgitta Putters

Hoe klink je als je niet meer aan het roer zit?

Dan moet je toch even goed zoeken naar de toon. Misschien wel alleen maar luisteren. Maar dan niet met je roergangers-oren. Wat valt er te oordelen en te sturen?

'Als het door de voordeur komt, zijn het niet de familie-juwelen.'

Als je hard gaat, denk je dat je lekker gaat.

Als je doelen hebt, voelt je koers recht en zinvol.

Als je succes hebt, geloof je dat het klopt.

Maar je ziet niet dat je bootje lek is, dat je koers zwabbert, en dat je tegen de klippen op zeilt.

Tot het gaat dagen dat 'anderen' geen criterium zijn voor de kwaliteit van je leven, dat zingeving invulling blijkt te zijn, en dat het drijfzand van loze motieven de constructie niet zal blijven dragen.

Hoe lang kan een mens zo bezig blijven? Zelfs het bewandelen van de weg wordt op dezelfde manier meegenomen. Dat is uiteindelijk hetgeen ons de ogen opent: dat spiritualiteit als een nieuwe constructie is toegevoegd, voorzien van doelen, beoordeeld met eigen – corrupte – meetlat. Nu weer dichtbij, dan weer veraf, open of gesloten, te veel of te weinig. Zó ben ik dus aanwezig. Zó behandel ik dus waar ik mee te maken krijg. En in die geest heeft mijn leven vorm gekregen, daardoor ben ik nu hier beland.

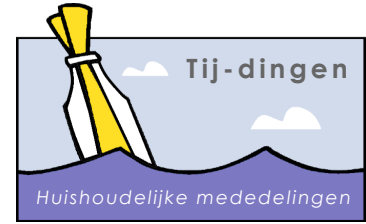
Gelukkig heb ik nu enig waarheidsbesef en voel ik: dat kan anders. Maar de eerstvolgende uitnodiging voor een feestje die mij bereikt, wordt weer even zwaar gewogen als de mogelijkheid om te oefenen. En de gezellige huiskamer met gezinsleven wordt even hoog gewaardeerd als een avondje studeren. Zenmeester Shenxiu zei: 'Buig krom recht' en hij bedoelde niet: 'Praat krom recht'.

Al die argumenten waarmee ik het recht probeer te puzzelen geven alleen maar aan dat ik het gezag aan de wereld geef.

Vroeg of laat komt het moment dat je het gezag van leven moet erkennen. Hoe langer je aan je kleine gezag hebt vastgehouden, hoe meer je hebt gebouwd, en hoe pijnlijker het voelt om dat te ontmantelen. Maar dat éne sprankje waarheidsliefde dat jou de weg heeft doen opzoeken, schenkt nu het volle vertrouwen om alles los te laten. Ongewisheid wordt verwelkomd in plaats van ingevuld. Het perspectief van volheid is uitnodigender dan kleinheid. Anderen hun waardigheid en autonomie teruggeven voelt duizendmaal belangrijker dan elkaar blijven bevestigen in behoefteigheid.

Er zijn geen garanties. De helderheid is fragiel. De praktijk weerbarstig. Er zijn geen excuses. Alleen maar overgave én je stinkende best doen.

1. Uitspraak van Yantou (Cleary, T. & Cleary J.C.: The Blue Cliff Record. Boston 1992, p. 33)



TRAINING VERVALT

De meditatie-training van zondag 14 december vervalt i.v.m. [de lezing](#) die Ad geeft in Centre Céramique, Maastricht.

KRIJGSKUNST VERDIEPING

[Krijgskunstweekend](#) in Hasselt op za. 6 en zo. 7 december van 12:00 u. tot 12:00 u.

EINDEJAARS-WAKE

Van 26 t/m 30 dec. houdt Stiltij weer de jaarlijkse, vijfdaagse [wake](#): dagelijks vier blokken van 2 uur "waken", de achtergrondopstelling van een liefdevolle bodhisattva. Start: 19:30 uur, eind 12 uur; aanmelden is niet nodig. Deelname is open en gratis. Zorg zelf voor je broodmaaltijden; als je 's avonds wilt mee eten (warme maaltijd), laat dit dan a.u.b. uiterlijk de 23e weten via iuul@stiltij.nl, i.v.m. inkopen.

OCHTENDMEDITATE

Elke maandag en woensdag van 07:00 tot 08:00 is er een open [ochtendmeditatie](#). Gratis en toegankelijk voor iedereen, leden en niet-leden.



LIJDEN

Lijden is als een hartje in de handpalm voor de gewone sterveling, maar als een hartje in het oog voor de wijze beoefenaar.

(The Princeton dictionary of Buddhism. Princeton 2014, p. 677)

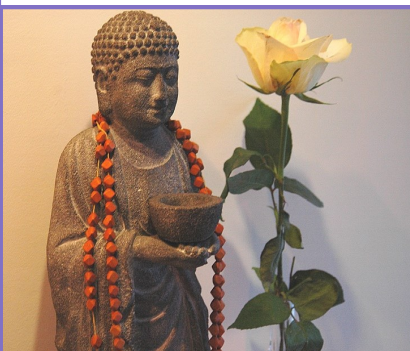


Jij bent een boeddha ~ lezing

Hoe verschillend we ook lijken, we hebben een ding gemeen: we willen allemaal gelukkig zijn. Maar hoe doe je dat? Vaak zoeken we het geluk buiten onszelf. Werk, relaties, bezit; ze hebben allemaal hun waarden, maar hoe gaan we om met de veranderlijkheid hiervan? Hoe vind je die onverstoorbare gemoedsrust?

Wellicht brengt het besef dat we allemaal boeddha-natuur bezitten ons een stap in de goede richting. Dat we niet per se naar het verre oosten hoeven te reizen om wijsheid te vinden, is ons wel bekend. Bronnen zijn rijkelijk voorhanden. Maar blijft het alleen bij kennis en beeldjes of wil je deze wijsheid écht leren kennen en toepassen?

Zenleraar Ad van Dun geeft dagelijks training bij wijsheidsplek Stiltij. Zijn onderricht is geworteld in de traditie van het zenboeddhisme en de krijgskunst aikido. Kenmerkend voor zijn onderricht is de toegankelijke en nuchtere insteek. Ieder mens op zoek naar duurzame kwaliteit van leven is bij hem welkom.



Om te weten hoe je goed zoekt dienen we ons te scholen en te oefenen in wijsheid. Dit gaat net zoals in Boeddha's tijd, door het levend onderricht van hart tot hart te ontvangen. Het leren loslaten van oude patronen en het toelaten van hartskwaliteit laat je beseffen dat jij degene bent die verantwoordelijk is voor alles.

Je ziet steeds helderder hoe je vast komt te zitten in alle dagelijkse condities. Het herstellen van de verbinding met je innerlijke wijsheid maakt je vrij en vredig.

Als het je aanspreekt, voel je dan van harte welkom op deze lezing. Ad zal je dan meenemen naar de oorsprong van het boeddhisme en de beleving ervan door de eeuwen heen. Hij vertelt over de dagelijkse praktijk van zen en hoe je werk van wijsheid kunt maken. Ook is er ruimte voor vragen om je eigen onderzoek te verhelderen.

[HIER](#) een korte Youtube-video voor deze gelegenheid.

Info & aanmelden: <http://www.centreceramique.nl/index.php?id=5285&pi=2644>

Zondag 14 december 2014, 10:30-12:00 uur

Centre Céramique, Avenue Céramique 50, Maastricht

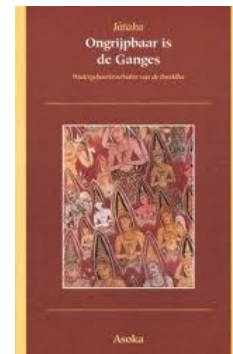
Toegang: € 7,50 (bibliotheek-tarief)

Neus voor boeken



Jataka

Nieuw, hardcover: € 12,50



Jataka betekent geboorteverhaal. Formeel verhaalt elk jataka van een episode uit een vroeger leven van de Boeddha toen deze nog de bodhisattva was, een wezen op weg naar verlichting. De historische Boeddha zou deze verhalen verteld hebben ter illustratie van een zedenles. Tezamen vormen deze jataka's, die vaak zijn doorweven met verzen, een bonte verzameling verhalen die tot diverse genres behoren, maar die, aangezien een moraal onontbeerlijk is, tevens altijd het karakter hebben van een fabel. Zij zijn vaak licht van toon, levendig en spontaan verteld.

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 reeds aangeboden boeken die nog beschikbaar zijn: [neus voor boeken](#).





Impressies ~ meditatie-weekend (31 okt. - 2 nov.)

DRIEVOUDIG RECEPT (voor muzikale bodhisattva's)

<i>Dienstbaar aan de dharma: je laten doorspoelen door de dharm (de muziek)</i>	<i>Dienstbaar aan de gedaante: juist hanteren van een onteigend personage (het instrument)</i>	<i>Dienstbaar aan de wereld: ieder wezen helpen het hart te openen (het publiek)</i>
--	---	---

De volledige impressies vind je [HIER](#); er is ook een [AUDIO](#) van de dharmapraat tijdens de zondag-training (was tevens eerste zondag van de maand, open voor belangstellenden).



- ◆ De hindernissen die je tegenkomt worden geïntegreerd; dit is het grote geschenk voor mij dit weekend. (Yvonne)
- ◆ Kan ik dit vertrouwen? Ja, ik kan dit vertrouwen. En ja, het mag met gebreken. En ja, alles kan geleerd worden. (Maurice)
- ◆ Het afgelopen weekend activeert en versterkt het verlangen naar dienstbaarheid en liefde voor het leven. (Remy)
- ◆ Zelfbedrog werd geplaatst binnen een kloppende en alles omvattende context. (Landau)
- ◆ Ik weet nu dat iets wat geschonken wordt dus niet meer gezocht hoeft te worden: er heerst volheid. (Nikkie)

Jaaroverzicht 2015

[HIER](#) vind je de nieuwe jaarkalender van 2015 (pdf) met het volledige programma van extra activiteiten.

Voor het reguliere weekprogramma is er [deze webpagina](#).

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 **donateur**, 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 is gratis en je kunt je opgeven 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 winst oogmerk.
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 volgende maand inleveren **vóór 15 dec.** Platte tekst per mail naar nieuwsbrief@stiltij.nl





AGENDA ~ december

ma	di	wo	do	vr	za	zo
1 Kennismaking krijgskunst 19:30	2 Kennismaking expressie 19:30	3	4	5	6 Verdieping krijgskunst	7 Verdieping krijgskunst + Kennismaking meditatie 10:00
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26 Wake Start: 19:30	27 Wake	28 Wake
29 Wake	30 Wake Einde: 12:00	31				

Regulier Programma

Dag	Discipline	Tijd
Zo	Meditatie	10:00 - 12:00
Ma	Meditatie	07:00 - 08:00
	Krijgskunst	19:30 - 21:30
Di	Expressie	19:30 - 21:30
Wo	Meditatie	07:00 - 08:00
	Krijgskunst	19:30 - 21:30
Do	Meditatie	19:30 - 21:30
Vrij	Krijgskunst	19:30 - 21:30

Laatste zondag v/d maand
intensieve training in drie
blokken (open deelname):
7 - 9, 10 - 12 en 13 - 15 uur

Elke zondag:
open inloop
van 12-13 uur.

Locaties

Meditatie & expressie:

Heerenstraat 75
6237 NC Moorveld

Krijgskunst:

- maandag & vrijdag
Lindenlaan 69
6241 BB Bunde
(Gymzaal 'De Kopro!')

- woensdag
Heerenstraat 75
6237 NC Moorveld

Morihei Ueshiba Osensei

'Masakatsu agatsu katsuhayabi
ten takemusu'.

'Masakatsu agatsu katsuhayabi'
betekent:
ware overwinning is
zelfoverwinning, een overwinning
met de snelheid van het licht.

'Ten takemusu'
betekent:
de onverschrokken werking
(takemusu) van goddelijkheid (ten).

Bron:
bijgaande kalligrafie van Osensei
werd in 2009 via Aikido Journal te
koop [aangeboden](#).

