

# stiltij

## BESTE PRAJNA DEELNEMER!

De verdieping van de zomerschool is voelbaar in alle berichten op het weblog. De beleving ervan gaat door bij het zien van de video-fragmenten. Alle beoefenaars delen zo mee in de vreugde van een week lang volle aandacht voor de Dharma! (zie <http://weblog.stiltij.nl>)

Voor wie hoopt zich nog met een hand te kunnen blijven vasthouden aan de tak boven het ravijn: je kunt er naar kijken, je kunt het beluisteren, maar eens zul je moeten gáán. Elke gelegenheid is kostbaar, en nu (oktober) is daar dan het verdiepingsweekend. Een 2-daagse sesshin waarin je hartelijk bent uitgenodigd om alles op te geven! Twee dagen waarin je helemaal kunt toekomen aan jezelf, zonder afleiding van de wereld.

Ach, en of het nu twee dagen is, of zeven, of achten-tachtig, dat maakt eigenlijk geen verschil. Niet voor watjes, dus! Er is niet zoiets als 'een beetje gaan', nee, het is meteen de volle mep. Geen concessies, geen voorwaarden, geen toevoegingen... uitsluitend kwaliteit.

Ik wens het iedereen toe om van deze gelegenheid gebruik te kunnen maken en zich helemaal in het onderricht te laten onderdompelen!

Hartelijke groet,  
Birgitta Putters

## VRAGEN OVER DE KOSTEN

Het lijkt zinvol om enige informatie te verschaffen over de materiële (financiële) aspecten van de sesshins en het verdiepingsweekend. Veel deelnemers zijn namelijk geschrokken van de prijs voor het komende verdiepingsweekend die, in verhouding tot de kosten voor een 7-daagse retraite, hoog gevonden wordt.

Bij de bepaling ervan zijn we uitgegaan van de kosten voor logies en voeding bij een deelnemersaantal van minimaal 10 personen, en de uitkomst is redelijk "marktconform". Dit kan niet gezegd worden van de prijs voor deelname aan de 7-daagse sesshins, die historisch gegroeid onevenredig laag is gebleven.

Ik vertrouw op je begrip hiervoor. In de eerstvolgende Zenoniem komen we hier uitgebreid op terug.

Namens het bestuur,  
Juil Hoefsloot

## IMPRESSIES ZOMERSCHOOL 2008

Op het Stiltij-weblog en op de Prajna-site (link "forum", knop "sesshin") is veel materiaal te vinden van de zomerschool: foto's, teksten, opnames van onderricht, recitatie, oefening. In deze nieuwsbrief wat algemene informatie over de gang van zaken tijdens sesshin.

### Programma

Tijdens sesshin is er een vast programma. Doordat er vaste tijden zijn voor oefenen, onderricht, overleg, werken, eten, rusten, hoef je je nergens druk om te maken en kun je je helemaal wijden aan de Dharma.

Een sesshin-dag ziet er bijvoorbeeld zo uit:

5:00	oefenen, zazen
7:00	ontbijt
8:30	overleg/studie en oefenen
12:00	poetsen, warme maaltijd, rusten
15:00	studie/oefenen
17:00	avondmaaltijd
19:00 - 21:00	oefenen, zazen



### Suzuki-roshi over sesshin

"Het doel van sesshin is dat we helemaal een worden met onze beoefening. We gebruiken twee Chinese ideogrammen voor het woord 'sesshin'. *Setsu* [...] betekent dat je iets behandelt zoals je een gast behandelt of een leerling zijn leraar. Een andere betekenis van *setsu* is dat je bepaalde dingen beheerst of in een bepaalde volgorde zet. *Shin* betekent denken of hart. Sesshin betekent dus dat je geest goed functioneert." [...]

"Tijdens sesshin concentreren we ons op de ervaring van echte beoefening. We zitten daar gewoon, het idee dat we er iets mee willen vergetend. Als het in deze ruimte te koud is, maken we het warmer en als je benen pijn doen, kun je ze strekken. En als dat ook te moeilijk is, kun je rusten, maar laten we de beoefening deze zeven dagen volhouden."

Bron: *Het hervatten van de grote geest*, in: Shunryu Suzuki: *Niets is zo; de kern van Zen*. Deventer 2002.



Oefenen:  
"alsof je  
zo geboren  
bent"  
en adem  
hoorbaar  
laten  
worden.

## PELGRIMAGE-INFO SEPTEMBER



### Dharmadag september te Klimmen

Op zondag **28 september** hopen we iedereen te mogen begroeten op de dharmadag te Klimmen.

Locatie: Gemeenschapshuis Op d'r Plats

Adres: Houtstraat 25, 6343 BJ Klimmen

Programma:

10:00-12:00 lezing over leven vanuit innerlijke kwaliteit

12:30-17:00 training beoefenaars/belangstellenden

Begeleiding: Ad van Dun

Contact: Juul Hoefsloot, tel. 043-3672994



### Verdiepingsweekend oktober

Opgeven voor **21 september!** Kosten: € 160,-

Locatie: Charneux, bij Val-Dieu

Adres: Wadeux 432, 4654 Charneux (B)

Tijd: vr. 17 okt. (19:00 uur) t/m zo. 19 okt. (17:00 uur)

Begeleiding: Ad van Dun



### Najaarsoverleg

Op **zaterdag 4 oktober** van 10:00-12:00 uur wordt het najaarsoverleg (voor alle deelnemers) gehouden. De locatie is City Gym Maastricht (zie 'weektraining' voor details). De zaal is open vanaf 9:45 uur. Iedereen wordt verzocht op tijd aanwezig te zijn. Vergeet je zafu niet!



### Weektraining

Locatie: City Gym Maastricht

Adres: Achter de barakken 13

Telefoon: 043-3214784

Tijd: elke donderdagavond 19:30-21:00 uur

Begeleiding: Juul Hoefsloot, tel. 043-3672994

Er zijn yogamatjes aanwezig; daar moet je dan wel zelf een (hand)doek over leggen. Ook moet je je eigen zitkussen (zafu) of bankje en schootdoek meenemen.



### Huiskameroverleg

Locatie: thuis bij Wouter

Adres: 't Rooth 6, Margraten

Telefoon: 043-4071706

Tijd: zondag 5 oktober 10:00-12:00 uur

Begeleiding: Ad van Dun



### Persoonlijk overleg

Neem eerst contact op voor een afspraak: [ad@stiltij.nl](mailto:ad@stiltij.nl) of 043-3438426.



## TIJ-DINGEN

Een rubriekje met korte mededelingen

### Introductiecursus

Om belangstellenden nader kennis te laten maken met de Weg van Zen-beoefening zal er **tweemaal per jaar** een introductiecursus worden georganiseerd.

In 5 bijeenkomsten kan geproefd en getoetst worden of men op structurele basis wil deelnemen.

De eerste cursus start in oktober.

Plaats en tijd worden nog bekend gemaakt.

### Stiltij plandocument

Voor de materiële realisatie van Stiltij is al enige tijd een plandocument in voorbereiding. Dit document bevat een omschrijving van het eindperspectief in alle aspecten, en de weg ernaartoe. Inmiddels is het document zo ver, dat we ermee naar buiten kunnen gaan treden.

Belangstellenden die op enige wijze kunnen bijdragen aan de realisatie van Stiltij krijgen zo een helder beeld van hetgeen we voor ogen hebben en wat daarvoor nodig is. Alle beoefenaars kunnen uiteraard ook kennis nemen van het document.

### Verruiming Stiltij zoekgebied

Om de oerkracht die van het land van Herve (B) uitgaat, is een kloosterplek in dit gebied zeker ook denkbaar. Daarom strekt het zoekgebied voor geschikte locaties zich nu ook uit tot over de grens, ten oosten van Luik.

## PROGRAMMA-OVERZICHT ALGEMEEN

### • **Introductiecursus** – kennismaking met Zen

In april & oktober: 5 bijeenkomsten

### • **Weektraining** – elke donderdagavond

19:30-21:00 uur: reguliere training (zazen), introductie

### • **Dharmadag** – laatste zondag van de maand

10:00-12:00: lezing, introductie

12:30-17:00: training beoefenaars & belangstellenden

### • **Huiskameroverleg** – eerste zondag van de maand

10:00-12:00 uur: overleg

### • **Verdiepingsweekend** – tweedaagse retraite

April & oktober: vrijdag 19:00 uur t/m zondag 17:00 uur

### • **Sesshin** – zevendaagse retraite

Winterschool **januari**: vrijdag 12:00 uur t/m vr. 12:00 uur; (volgende winterschool: 23-30 januari 2009)

Zomerschool **juli**: vrijdag 12:00 uur t/m vr. 12:00 uur; (volgende zomerschool: 10-17 juli 2009)