



Beste cursist(e), relatie,

In deze nieuwsbrief wil ik ingaan op de betekenis en kracht van het gebed, de meditatie. Gebed is, althans wat mij betreft, geen kwestie van een hogere voorzienigheid verzoeken om zaken te regelen. Voor mij was al vroeg duidelijk dat 'God' geen persoon is en in feite niets doet. En ook: niet-iets 'is'. God handelt niet. Het is geen kwestie van God is 'tegen' of God is 'voor'. Je zou kunnen zeggen: God, of dat waar het voor staat, stelt zichzelf enkel ter beschikking – in de zin van scheppingskracht die zich manifesteert als onze totale bestaan – in onze vermogens zoals de wil, het geheugen, het denken, de zintuigen, ons lichaam, ons bewustzijn.

Die kracht hebben we in duizenden van jaren gepersonaliseerd, er is een naam aan gegeven, een geslacht en soms een beeld van een persoon met een baard boven de wolken of een stem in de Bijbelse teksten. We praten ermee, prijzen of vervloeken 'Hem'. Generaties groeiden en groeien ermee op en de scheppingskracht is daarin uit het dagelijkse leven verdwenen en heeft een plaats in het hiernamaals gekregen. In de perceptie van velen leven we een weerbarstig bestaan waarin geen God of iets soortgelijks is te bekennen.

Zoals Carl Gustav Jung het zei – we zijn de verbinding met onze eigen natuur kwijt. In de zin van verloren, vergeten. Als sleutels tot een poort naar een ongedeeld natuurlijk landschap waartoe we als peuter nog wel toegang hadden maar dat we gaandeweg achter ons lieten – de poort is dicht en de sleutels liggen ergens, verborgen.

Velen ervaren niet langer de kracht van die natuur in alle dingen die we doen en denken noch de onmetelijkheid van de geest waarvan ons bewustzijn een wonderbaarlijke functie is. Onze zintuigen zijn werkzaam dankzij die kracht. Daarom ook: Het oog waarmee God mij ziet, is het oog waarmee ik God zie. Daarom ook: Gij zijt mij nader dan ik mijzelf. En daarom ook: Wij geloven niet genoeg. Wij geloven niet dat we, zoals mijn leraar het noemt, 'paradoxale dubbelwezens' zijn, bodhisattva's – sterfelijke wezens geschapen in en uit Licht. Ja, we zijn Boeddha's. In de wereld doen we er alles aan om mensen tot ontwikkeling en groei te laten komen, zichzelf te vertrouwen en te overtreffen in kennis, carrière enz. Maar de meest voor de hand liggende bewustwording, leren ervaren en zien wat we werkelijk van nature zijn, laten we buiten beschouwing, op grond van misvattingen, waarvan misschien de grootste is een diep geworteld ongeloof: Ik? Een bodhisattva, een Boeddha? Nee, niet ik!



Enso – Zen Circle

Carl Gustav Jung, die voor mij een brug naar Zen en initiatie vormde, omschreef het na decennia van diepe introspectie uiteindelijk zo: ‘Ik geloof niet meer, ik weet’. Niet in de zin van een intellectueel weten als zij het een bezit, maar een innerlijk en universeel (niet)weten. De natuurlijke aard der dingen waarvan wij (en alle dingen) de levende expressie zijn was hem helder geworden. Het bewustzijn was gelouterd, de verduistering van misvattingen was opgetrokken en de klare, heldere werkelijkheid ontvouwde zich voor hem.

Deze klare, heldere onvatbare werkelijkheid kent geen religie, kleur, partij, geweld, emoties, gevoelens maar toont zich tegelijkertijd in al dat – het totale palet van onze, van ieders beleving. Daarin ligt de valkuil. We vereenzelvigen en verwarren dat wat we God noemen met onze eigen beleving. Oordelen over onszelf en anderen bijvoorbeeld. Dat brengt de dwaling en misvatting voort dat God er wel net zo over moet denken. Met alle gevolgen van dien voor de soms vreselijke gebeurtenissen die we in de wereld, nabij en verder weg, zien.

God ‘zien’ is de ongedeelde scheppingskracht de kans geven zich voor ons, beter nog, in ons te onvouwen. Gebed of de meditatie is daartoe een mogelijkheid, een weg, de beoefening waarin we alles ‘laten’, het drukke en volle bewustzijn niet langer ‘voeden’ waardoor het kan kalmeren, waarin we geduld en discipline oefenen, waarin we het bewustzijn ontledigen, bewogen worden voorbij het denken in tegenstellingen te gaan, waarin wat verstrooid weer tot natuurlijke eenheid kan komen, waarin we stil vallen in de universele stilte van zoheid, waarin het Onnoembare ons beweegt zichzelf toe laten en ons helpt tot overgave te komen, waarin we samenvallen en oplossen in dit ene en dit ene ogenblik en ervaren dat we nooit van dat ene gescheiden waren (en daarmee nooit van anderen), dat alles hier en nu volledig aanwezig is, in ons, door ons en met ons.

Gebed, de meditatie vormt een geschenk aan de mensheid. Het is de houding van eenheid waarin alles een unieke plaats kan hebben. Spirituele scholing begint wellicht op een kussen of bankje maar vloeit uiteindelijk uit naar alle aspecten in het dagelijks leven en leidt tot een meditatief leven, een leven waarin alles wat we doen een gebed is, omdat alles wat we doen is ingebed in het universele moment, en voortkomt uit dat moment. Niets maar dan ook niets is daarvan uitgesloten. En het is dé enorme uitdaging aan ons daaraan gehoor te geven en hetzelfde te doen.

Gassho, Ben Sensei



Ensō – Zen Circle

*

Ensō – Zen Circle in 2021

In verband met de voortdurende coronamaatregelen zijn de vijf geplande zenscholingsdagen in Centrum Bala in Huizen voorlopig op niet-actief gezet. De mogelijkheden voor kleinschalige events (max 5 personen) o.m. via Zoom worden bekeken. Persoonlijk onderhoud – op afspraak op locatie en online - blijft mogelijk.

*

Cursusprogramma seizoen 2020-2021

Dinsdagavond- en woensdagavonden in Lelystad

Informatie daarover staat op de [website](#).

Abdijhoeve Doetinchem

Voor 2020 staat een retraite o.l.v. Ben Sensei gepland.

- 24-29 november

Voor deze retraites gelden i.v.m. corona speciale voorzorgsmaatregelen en zendo-indelingen. Dit wordt door de administratie aan de deelnemers gecommuniceerd.

*

Persoonlijk onderhoud

Er zijn mogelijkheden voor individuele begeleiding en persoonlijk onderhoud. Voor informatie hierover kun je mailen via het [contactformulier](#) op de website.

*

Ensō – Zen Circle – video's

Sinds voorjaar 2020 neemt Ensō – Zen Circle geregeld korte video's op over thema's ter inleiding van zen, spiritualiteit en voor meditatie. Zie daarvoor de [website](#).

*



Enso – Zen Circle

De acht waarheidspoorten van Sōtō Zen – een programma voor zentraining

Op de website van Enso – Zen Circle staan de Acht Waarheidspoorten van Sōtō Zen vermeld – een programma voor zentraining.

Tevens wordt de thematiek toegelicht rond: Je alledaagse leven als spirituele praktijk – een zentraining in fasen. Voor meer informatie [zie hier](#).

*

Recente blogteksten

Zen – in handelen (samsara) is er tevens geen-handelen (nirvana) - Zie [blog](#)

Opgaan in en handelen vanuit het diepste mysterie - [blog](#)

En als je er de tijd en gelegenheid voor wilt nemen, neem dan voor de tijd aan het eind van het jaar ook een de volgende teksten tot je:

Kerst – in het Licht (hart) des levens kennen we elkaar - [blog](#)

T.S Eliot's De Reis van de Wijzen – ter overpeinzing in deze tijd - [blog](#)

De Kerstgedachte is een opgave voor het hele jaar - [blog](#)