

Nieuwsbrief juni 2023

✉ info@zenmeditation.eu

🌐 www.zenmeditation.eu

Geachte cursist(e), relatie,

Zenboeddhisme kan soms wat kil lijken, abstract. We spreken over het grote Niet-iets als pure leegte. Maar deze essentie verwijst rechtstreeks naar waar het om gaat in dit bestaan: om mensen, om al wat leeft! Het gaat om de zorg en liefde voor de mens en al wat leeft. Dát staat voorop. We noemen al wat leeft vaak "expressie van Boeddhanatuur of God". Maar al wat leeft, IS uiting van die essentie. Ons bestaan is realiteit, werkelijkheid, geen illusie, ook al is alles vergankelijk. Het gaat er niet om dat we ons hechten, want dat zijn we al met en aan dit bestaan, het gaat erom dat we *léven*, ten volle leven, vervuld van alle leven, ten dienste van dat leven.

Elke rechtgeaarde religie en levensbeschouwing gaat om menswording. En om de onvervreembare rechten die daarmee samenhangen. Noem ze geboorterechten, mensenrechten. Het recht te zijn wie je bent, ongeacht gaardheid, huidskleur, cultuur enz. Het recht op een gelijke en gelijkwaardige behandeling. Er kan in die zin geen onderscheid zijn. Niet onze diepste natuur maakt onderscheid maar de mens met al zijn of haar voorkeur en afkeer. Dat onderscheid heet 'verduistering of bezoedeling' van geest.

Natuurlijk maken we keuzes en daarmee onderscheid, maar het is juist de spirituele beoefening en het doel van de Zestien Voornemens om alert te zijn op wat we denken en doen, uitgaande van de uiteindelijke en oorspronkelijke eenheid waarin alles onlosmakelijk met elkaar verbonden is.

Zorg en liefde. Wat ons overkomt hebben we niet in de hand, maar we als we ervaren wat het met ons doet kunnen we daarmee werken. Dat geldt voor alle situaties en omstandigheden. Ze werken namelijk *ín* ons en de vraag is: wat doe ik ermee? Het gaat er niet om dat we 'onaanraakbaar' worden, integendeel, het gaat erom dat we ons menszijn (durven) ervaren, onze kwetsbaarheid, machteloosheid én kracht herkennen. De tranen van verdriet én van vreugde (durven) laten komen. Dat je op zeker moment kan zeggen: Ja, ook dat is het!

Menswording. Zit daar geregeld mee en laat de essentie ervan werkzaam worden in alle dingen.

Een hele goede zomer gewenst, gassho – Sensei Ben

Abdijweekend Doetinchem | 20 -22 oktober 2023

O.l.v. Ben Claessens, Sensei

Thema 'Van Mozes tot Hammarskjold – Christenmystiek door de eeuwen heen (ter info: dit is een meditatie- en stilteweekend met twee inleidingen)

Kosten € 220,00 voor een weekend (vr-zo) |

Anmelden kan via email reserveringen-abdijhoeve@willibrordsabdij.nl

Nieuwe serie klein formaat-boekuitgaven

In het kader van de beoefening van spiritualiteit werk ik aan een reeks klein formaat-uitgaven met korte teksten, getuigenissen. De uitgaven zijn te koop. Ze krijgen ook een plaats in (de begeleiding van de) spirituele beoefening binnen Ensō Zen Circle.

Precies zo! Het Licht waarin alles verschijnt

Verschenen: mei 2023 | 56 pag. | Formaat 150x150 mm | Prijs € 12,50



Te bestellen via [Contact – Zen Cirkel Lelystad \(zenmeditation.eu\)](https://zenmeditation.eu)

Betaling via NL87 INGB 0006 2910 35 o.v.v. Precies zo!

In voorbereiding:

- ***Alleen maar dit!***
Verwacht: juli 2023 | 56 pagina's
- ***De Weg van Wolken en Water | Unsui***
Verwacht: oktober 2023 | 56 pagina's

I.v.m. bestelling van pod-printing kan de toezending een tot twee weken duren.