

## Nieuwsbrief februari 2024

✉ [info@zenmeditation.eu](mailto:info@zenmeditation.eu)

🌐 [www.zenmeditation.eu](http://www.zenmeditation.eu)

Geachte cursist(e), relatie,

Het is Carnavalsweekend en precies 25 jaar geleden dat ik in de abdij in Zundert onder leiding van Jeroen Witkam, mijn eerste Zenweekend doorbracht. Na afloop daarvan, op zondag, reed ik per ov terug naar huis, in de bus in Brabant vergezeld door Carnavalsvierders, een wat surreële ervaring na enkele dagen stilte en discipline.

Er is sinds die tijd veel gebeurd. En tegelijkertijd ook niet. De wereld is qua uiterlijk veranderd, wij zijn ouder geworden, maar wat onveranderd is gebleven is het eeuwig Licht waarin die veranderende wereld verschijnt, het Licht waarin wij bewegen en handelen. Het is dat Licht (ook wel God of Boeddhanatuur genoemd) waarvan een Zenleraar ooit zei: We zijn ermee verenigd noch ervan gescheiden. Het is dat Licht dat al vroeg bij me aanklopte, als kind, als tiener en verder in mijn leven, maar dat ik lange tijd niet herkende als een spiritueel en mystiek aspect van het bestaan. Het is dat Licht, het sacrale, waarvan we het bewustzijn en de directe ervaring wekken in onze jarenlange beoefening.

Achteraf is het niet zo moeilijk te onderscheiden dat niets in het bestaan zo maar is. Ik bedoel niet dat er een soort van plan of lotsbestemming is, het is meer dat, hoewel we niet weten wat het volgende moment brengt, de gebeurtenissen, situaties *als vanzelf* opkomen. Ze staan niet op zichzelf – situaties ontstaan en onvouwen zich in samenhang der dingen, in één monumentale én momentane universele beweging. Kortweg gezegd, dat een vlinder op een bloem in de tuin landt, gebeurt in samenhang met alle bewegingen in het universum. Omdat in dit ene moment het gehele universum verschijnt in het Licht waarover ik hier spreek.

Het is groter dan ik kan voorzien, meer dan ik kan bevatten. Misschien zijn eenheidservaringen daarom wel zo indringend, het bewustzijn gaat op in het grenzeloze en ontploft als het ware. Misschien duurt een mystieke spirituele training als Zen daarom wel zo lang, omdat het ego-bewustzijn geleidelijk moet wennen aan de reusachtigheid van de eigen oorsprong. Het Licht is nu en omvat alles wat er is, wat we ervaren.

Wellicht is een mystieke training daarom van belang omdat het enerzijds verheldert dat er geen ontsnappen is aan de veranderende weerbarstige wereld maar anderzijds dat de wereld als verschijning en ervaring oprijst uit het eeuwige Licht. Dat Licht, het sacrale, kunnen wekken in gegeven omstandigheden zet situaties, emoties, gedachten en ervaringen letterlijk in het juiste Licht. Het maakt ons niet immuun voor de indrukken van het bestaan, maar kan ons in situaties van bevangenheid opnieuw de werkelijkheid van die situatie laten zien.

Dat is waarom het Licht een bron is voor klaarheid en van liefde, van onuitputtelijke troost en vertrouwen, de plaats van eenheid en van samenhang in een wereld die zo verbrokken lijkt. Het helpt ons onze eigen geaardheden, onze kracht en zwakte, onder ogen te zien en zo meer mens te worden. Daarin ligt voor mij de essentie van mystiek – meer mens worden, jezelf leren kennen als een diamant met talloze facetten waarop het Licht wil schijnen.

Blijf daarop kauwen. Alle goeds, Ben Hui-Chao, Sensei

## Nieuwe bundel | Het Licht waarin alles verschijnt

Het sabbatical najaar 2023 gaf onder meer ruimte aan het schrijven van korte verzen, getuigenissen rond het bestaansmysterie. Deze zijn gebundeld in 'Het Licht waarin alles verschijnt'. De uitgave is te koop.



Vormgeving: Uniek Design  
Formaat: 150x150 mm | 256 pag.  
Prijs: € 29,50  
(*exclusief verzendkosten*)

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

Betaling via NL87 INGB 0001 8696 81 o.v.v. 'Verzenbundel'

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

\*

Retraites in Abdijhoeve 2024

- [Brochure-Abdijweekenden-2024](#)
- [Brief-Zenretraites-2024](#)