

Nieuwsbrief september 2024

✉ info@zenmeditation.eu

🌐 www.zenmeditation.eu

Geachte cursist(e), relatie,

Beste Zen relatie,

Naar ik hoop heeft eenieder de zomerperiode goed en gezond doorstaan.

In juni jl had ik het genoeg een 5-daagse retraite in de Abdijhoeve in Doetinchem te mogen begeleiden, rond het thema Gelatenheid. In december dit jaar is er een weekend onder die titel.

In 2025 zal ik een drietal retraites verzorgen in de Abdijhoeve, Doetinchem. De titel ervan zal zijn:

Zen, wandelen in het Licht van de eeuwigheid

En als begeleidende tekst:

Ons weerbarstige wereldse leven speelt zich af in een oceaan van Licht, het Licht van de eeuwigheid. We kunnen ons daarvoor openstellen en ervaren dat we altijd wandelen in dat Licht, hier en nu, 24/7. Het is de verduistering van de geest die we zelf teweeg brengen, die ons daarin hindert. In de Zenpraktijk leren we om, wat in ons opkomt, gewoon te 'laten' en de geest te 'ontledigen'. Dit is wat in Bijbelse termen 'armoede van geest' heet en wat het bestaan letterlijk in het oorspronkelijke Licht zet. Dit ervaren én er naar (leren) leven is onze praktijk. In deze Zendagen gaan we dit praktiseren en aan de hand van de eigen ervaring verkennen.

De data in 2025 zijn

- 6-9 mei (4-daagse)
- 23-27 juni (5-daagse)
- 30 september-3 oktober 4-daagse)

Het alomvattende, ongeboren Licht noemen we ook wel de handpalm van de Boeddha waarin we geboren worden en overlijden. Het is de plaats waar alles zich afspeelt, waar het wereldse leven, met alle ups en downs, en het universum zich ontvouwen. Het Licht is één met die verschijnselen en tegelijkertijd is het Licht niét die verschijnselen. We noemen het Licht ook wel een 'buitenplaats', het sacrale, en de wereldse vergankelijkheid het profane. Het sacrale en profane is een twee-eenheid. We wandelen in dat Licht, alles wordt bewogen door en in dat Licht. Mijn eerste leraar Nico Tydeman Roshi zei wel eens 'We zoeken Licht, maar we *zijn* Licht'.

Dat wij mensen dit kunnen en mogen ervaren, is een mysterie. Ons bewustzijn is een geschenk van dat Licht, door evolutie. Je zou kunnen zeggen, de hele evolutie stelde de mens uiteindelijk in staat om uiteindelijk tot bewustzijn te komen. Gemeten naar de ouderdom van het universum is dat bewustzijn nog jong en in feite nog maar net in ontwikkeling.

Soms rijst de vraag bij een cursist, maar wat *is* dat Licht dan? Het equivalent daarvan in Zen is de vraag: Wat is Zen? Zenleraren hebben daar door de eeuwen heen op heel praktische wijze op geantwoord. In oude tijden kreeg een kloosterling soms een klap met de stok. Soms werd gezegd: 'Was je rijstkom'. De ene leraar wees op de vogels in de lucht en vroeg 'Waar komen ze vandaan?'. Een andere leraar vroeg: 'Waarom kwam Bodhidharma naar het oosten?' Een enkele abt gaf een Teisho door een uur lang zwijgend voor de kloosterlingen te zitten.

Alles *is* Licht maar om dat te ervaren, switchen we in de Zenbeoefening Zen heen en weer tussen het Licht en het wereldse, tussen het absolute en het vergankelijke, het sacrale en profane. Je rijstkom wassen, *is* expressie van het Licht. De klap van de stok beoogt de kloosterling daarvoor wakker te maken. Vraag niet! Kijk, ervaar! Het is DIT! Het is er al, de vogels gaan nergens heen en komen nergens vandaan. Je nergens aan vastklampen, niet aan het Licht noch aan het wereldse is de praktijk van Zen.

Hier is een prachtig beeld: doordat in jaren van Zenpraktijk de hardnekkige weg van willen begrijpen en willen vastklampen zich steeds verder vernauwt, loopt de cursist (in het bewustzijn) op zeker moment vast en pas dan kan zich in één klap de waarheid ontvouwen. Het is een moment waarin het bewustzijn voor even ontledigd is (in Bijbelse termen armoede van geest), de werkelijkheid het bewustzijn 'overneemt' en al het wereldse in het Licht van de oorsprong blijkt te staan. Al het levende en alle dingen zijn manifestatie van dat Licht. Licht is Vorm, Vorm is Licht.

De bergen en oceanen, de sterren en de maan – we zijn er mee verwant. Het maakt begrijpelijk hoe de Heilige Franciscus met vogels kon praten. Waarom Shunryu Suzuki zei: Goed voor een theekopje zorgen, is goed voor mij zorgen. En waarom Gandhi sprak van: We wandelen in Waarheid. Als we werkelijk ervaren waar, wat en met wie we in dit ogenblik zijn lost dat heel veel vragen op. Maar het bevrijdt ons niet van zorgen, integendeel. Als we verwant zijn met al wat is, hebben we een enorme uitdaging en een grote opdracht. Want al het levende en alle dingen leveren een bijdrage in elke stap die we zetten. Om daar recht aan te doen, spreken we in de spiritualiteit van 'je leven opdragen aan het bestaan'.

Dat is waar het ritueel om de hoek komt kijken – Zenleraar John Daido Looi sprak van 'in je handelen het sacrale tot leven wekken'. Daar ligt onze praktijkbeoefening. En dat is waarom onze praktijk geen einde kent.

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.



Ben Claessens

HET LICHT WAARIN ALLES VERSCHIJNT

Het licht waarin alles verschijnt

Ben Claessens

#01 Precies Zo.indd Aangepast V

30-01-2024 17:18

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](#)