

Nieuwsbrief december 2024

✉ info@zenmeditation.eu

🌐 www.zenmeditation.eu

Geachte cursist(e), relatie,

Op het spirituele pad zoeken we het Licht (God, of Boeddhanatuur) waarin alles verschijnt, je kan ook zeggen: de Bron van onze oorsprong. We zoeken en wekken op het Zenpad wat van nature in ons is.

Ik ben ervan overtuigd dat iedereen daar weet van heeft, het is immers onze Bron. Vanuit het Licht zijn we, te midden van alle weerbarstigheid en lief en leed, beter in staat onze omgeving te herkennen als zijnde ons eigen bestaan en kunnen we ons beter afstemmen op situaties en omstandigheden.

Ik herinner cursisten en deelnemers aan de retraites er met grote regelmaat aan dat in het Licht, los van de uiterlijke verschillen en diversiteit, alles onlosmakelijk met elkaar is verbonden. We zijn innerlijk onverbreekbaar met elkaar verbonden, we *zijn* in diepste zin broeders en zusters van elkaar. Het Licht zet letterlijk alles in een natuurlijke verbindende klaarheid.

Omdat het Licht ons draagt, beweegt en altijd in ons is, ben ik ervan overtuigd dat iedereen – in principe n in de kern - wel weet wat hem of haar te doen staat. Echter, velen zijn het vergeten, anderen negeren het en sommigen geloven er niet in.

Op het spirituele pad worden we herinnerd aan onze eigen Bron, we kunnen het Licht opnieuw ervaren en leren er naar te handelen in ons alledaagse leven. We ver-innerlijken opnieuw, en dat telkens weer, wat we in de kern zijn, waar we zijn en met wie we zijn.

Mooie Feestdagen en een goede jaarwisseling gewenst. Tot in 2025!

Alle goeds, Ben Sensei

*

Retraites Abdijhoeve 2025

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

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)

Zie ook

[Abdijretraites-Programma-2025.pdf](#)

Vanwege de vraag ernaar komt daar mogelijk nog een weekendretraite bij, dat zou dan in de zomerperiode zijn. Zodra we meer weten laat ik dit weten.
