



**Fonsz Kriegsman, bestuurslid SVNP/webmaster**  
Naast het vergaderen met het bestuur houd ik me vooral bezig met de website van de SVNP. Samen met Maja houd ik hem nu meer actueel, en wordt hij vaker bekeken! Leuk om te doen!

**Marlou Bender, projectgroep**  
Noorder Poort is een plek waar ik mijn demonen onder ogen kan zien. Dit biedt mij stilte en vrijheid in mijn gedachtenwereld. Sinds korte tijd zit ik in de project groep. Dit is een spannende uitdaging die ik met beide handen aangrijp.



**Greetje Modana Rouw, bestuurslid SVNP en redactie vriendenbrief**  
De opbouw van de sangha en de nieuwe vriendschappen zijn voor mij een stimulans om dit werk te doen.



**Sandra Möller, penningmeester SVNP**  
Sinds een paar jaar kom ik op de Noorder Poort om te mediteren. Nu heeft zich voor mij de kans voorgedaan om iets terug te geven.



**Doris Behrens, redactie vriendenbrief**  
Toen ik vijf jaar geleden voor het eerst op de Noorder Poort kwam, was ik nog een beginner wat zen betreft. Sindsdien kan ik me mijn leven niet meer zonder meditatie voorstellen, hoewel er naar buiten weinig veranderd is. De Noorder Poort doet me zo goed, en via de redactie wil ik graag een kleine bijdrage leveren, zodat andere mensen daar op dezelfde manier van kunnen genieten.



**Moniek de Blij, ex-eindredactie vriendenbrief**  
Met veel genoegen ben ik vanaf het eerste nummer eindredacteur

geweest van de Vriendenbrief. Het was een verrijkende ervaring, zowel beroepsmatig als spiritueel. De redactievergaderingen waren interessant en stimulerend, en ik voelde mij altijd gewaardeerd, persoonlijk en professioneel. Daarom was het ook geen opgaaf maar een genoegen. Ik hou ermee op omdat ik inmiddels een groot deel van het jaar in Frankrijk woon, maar niet zonder spijt. En met enige weemoed.



**Mareike Engel, vormgever vriendenbrief**  
De mensen

van de Noorder Poort, die elke dag bijdragen aan het bestaan van de Noorder Poort te ondersteunen, niet als laatste Jiun Roshi, die onvermoeibaar aan ons inzicht werkt, geeft mij het gevoel iets terug te kunnen doen.



**Mineke van Sloten, (eind)redactie vriendenbrief**  
Sinds 2006 maak ik met veel

plezier deel uit van de redactie van de vriendenbrief. Na het afscheid van Moniek de Blij ben ik tevens eindredacteur. Het zorgen voor een correcte spelling door b.v. het plaatsen van tildes (Võ) en macrons (zendō) is één van mijn mogelijkheden om de vrienden van de Noorder Poort te laten zien dat we om ze geven.



# Vrienden van de Noorder Poort

15 | 2011 | Halfjaarlijkse vriendenbrief voor begunstigers van de Stichting Vrienden van de Noorder Poort

## Voorwoord

In dit nummer besteden twee artikelen aandacht aan vrouwen die jarenlang een belangrijke bijdrage hebben geleverd aan het dagelijks leven op de Noorder Poort en nu de volgende stap in hun leven zetten. Modana, het vliegwiel van het sociocratische organisatie-model, met groot enthousiasme en organisatie-talent, nam deel aan het bestuur van de Noorder Poort en van de SVNP. Maria 'Bliss of Giving' volgde de Zentraining in diverse functies en maakte vooral indruk door haar grote hartelijkheid en warmte. Gelukkig zijn er ook een aantal nieuwe mensen te verwelkomen die hun vriendschappelijke gevoelens omzetten in actie op diverse terreinen. Op de pagina's 3 en 4 vindt u een overzicht van degenen die 'komen', 'gaan' en 'blijven' in de Stichting Vrienden van de Noorder Poort.

## Modana

In November 2010, na bijna 15 jaar wonen, leven en werken op de Noorder Poort heeft Modana haar betaalde baan daar beëindigd. Sommigen zullen denken, hoe moet het nu verder met het zencentrum, anderen hebben mogelijk niet eens opgemerkt hoe veelzijdig haar bezigheden waren.

noodzakelijke strenge hiërarchie van de leiding in een zencentrum, die veelzijdige ontwikkelingskansen biedt aan geëmancipeerde zenleerlingen. De toekomst van de Noorder Poort baart haar helemaal geen zorgen: "Ik heb mezelf overbodig gemaakt" lacht ze, wel wetend, dat ze ook verder met hart en ziel verbonden zal blijven aan haar thuisplek. Vanzelfsprekend zal zij verder zazen beoefenen en wil zij graag vrijwillig taken op zich nemen. Zij heeft gewoon meer tijd nodig voor 'de wereld daarbuiten' en de Noorder Poort bespaart op haar salaris!

**Door Maria gevraagd, wat zij het makkelijkste vond van haar talrijke taken, antwoordt ze spontaan: "De samenwerking met jou! (nu lacht Maria!) – daarnaast het koken en het kantoorwerk."**

Het leven binnen een groep van zenleerlingen, die noch door familie-, noch door vriendschappelijke banden met elkaar verbonden zijn was een uitdaging die niet altijd even makkelijk bleek. Maar de gemeenschappelijke oefening om naar zichzelf te kijken smeet een hechte band. Daarbij leer je jezelf goed kennen: je wilt en je moet open staan, als je samen leeft, maar dat kost wel energie. Modana heeft geleerd zichzelf te beschermen, zelfs als anderen kennelijk lijden.

Het lijkt paradoxaal, dat Modana nooit datgene heeft gedaan, waarvoor de meesten van ons naar de Noorder Poort komen: aan sesshins deelnemen. Bij Mimi Maréchal

Samen met Jiun Roshi had Modana de algemene leiding van het centrum. Ze pakte alles op wat er op dat moment te doen was, allemaal met groot plezier: koken, de telefoondienst draaien, brieven schrijven, gasten ontvangen, gesprekken met het bestuur voeren en ga zo maar door. Haar hart lag wel, dat geeft ze eerlijk toe, bij het vernieuwende: innovatieve ideeën ontwikkelen en met de hulp van anderen werkelijkheid laten worden. Daarvan getuigen projecten als het nieuwe dak, het nieuwe land... Zij ontwikkelde de visie, maar de uitvoering gebeurde volgens streng sociocratische principes. "Het nemen van besluiten moet een gezond proces zijn", zegt ze. Dat is een goede aanvulling op de

> **Vriend worden en de Vriendenbrief ontvangen?**  
Vriend worden en de halfjaarlijkse Vriendenbrief ontvangen kan door jaarlijks minimaal 15 euro over te maken. Doe dit o.v.v. 'Vriend worden'. Door overmaking van een eenmalige bijdrage van 400 euro bent u 'Vriend voor het leven'.

SVNP rekeningnummer: Butenweg 1, 8351 GC Wapserveen

Vermeld bij overmaking duidelijk uw naam, en of het gaat om het worden van **Vriend** of dat het een **donatie, schenking of andere gift** betreft.

> **De Vriendenbrief is een uitgave van:**  
SVNP, Butenweg 1, 8351 GC, Wapserveen.  
Tel: 0521 321204, e-mail: mail@svnp.org  
Kamer van Koophandel 04073302

> **Algemeen Nut Beogende Instelling (ANBI)**  
De SVNP is aangemerkt als een Algemeen Nut Beogende Instelling. Daarmee is de Stichting Vrienden van de Noorder Poort vrijgesteld van schenkings- en successierecht. Hierdoor gaat het volledige bedrag van uw gift, schenking of legaat naar de stichting.

Voor donateurs bestaat er ook een fiscaal voordeel. Zo zijn onder andere periodieke schenkingen aftrekbaar. Bij periodieke schenkingen gaat het om een vaste gift voor een periode van ten minste vijf jaar.

> **Meer informatie**  
Kijk op [www.anbi.nl](http://www.anbi.nl) voor uitgebreide informatie over giften en fiscale voordelen. U kunt ook contact opnemen met de SVNP via [mail@svnp.org](mailto:mail@svnp.org)

> **Colofon**  
Redactie: Greetje Modana Rouw, Doris Behrens en Mineke van Sloten • Vormgeving: Mareike Engel  
  
Verder werkten mee: Maria Fröhlich en Sigrun Lobst (vertaling).

Geef adreswijzigingen door aan ons: een schone databank = porto sparen

De Vriendenbrief wordt sinds de eerste uitgave gedrukt op 100% gerecycled papier.



en A.M.A. Samy van de Sanbō-Kyōdan School is ze met de zenmeditatie begonnen en ze heeft twee jaar bij Prabhasa Dharma geoefend. Aan haar dankt zij ook haar klinkende naam (Modana betekent trouwens 'neutraliseer je gevoelens'). Samen met Jiun Roshi, haar levenspartner, heeft zij het zencentrum opgebouwd. Zen heeft een vaste plek in haar leven.

Bij haar beslissing een nieuwe weg in te slaan heeft zen nauwelijks een rol gespeeld, de wens tot verandering ligt in haar natuur, zegt ze. Ze verheugt zich erop te kunnen

## Maria Fröhlich, Bliss of Giving

Maria Fröhlich heeft begin 2011 na bijna negen jaar de Noorder Poort verlaten. Vele jaren maakte ze deel uit van het leidinggevende team van de Noorder Poort als onderdeel van haar zentraining. Daar werkte ze nauw samen met Jiun Roshi en Modana.

**“Een zentraining is altijd van beperkte duur”** legt zij haar besluit de Noorder Poort te verlaten uit, “maar aan de ander kant houdt een Zentraining ook nooit op.” Gevraagd naar een grappige situatie uit haar vroege tijd op de Noorder Poort herinnert ze zich het volgende: „In een van haar koans stak zenmeester Gutei als antwoord op alle vragen zijn vinger op. Zodra zij deze koan van Jiun Roshi had ontvangen, maakte shoji Maria een theepot schoon. Toen ze de borstel eruit haalde bleef haar vinger in de pot zitten en implodeerde de theepot – de vinger kreeg een dik verband. Onder het avondeten met Jiun Roshi stak Maria haar vinger op waarop de meester lachend zei: “ Je moet de koan niet te letterlijk nemen...” Ze heeft steeds opnieuw ervaren, dat ‘buiten’ ‘binnen’ weerspiegelt. Marie beoefent zen sinds 1982, en verbleef onder andere meerde maanden in een aantal Japanse zenkloosters. Op het eerste Europese vrouwencongres (‘Frauen und Buddhismus’) in Keulen leerde ze in 2000 Jiun Roshi kennen. Op zoek naar een zencentrum kwam ze in het tijdschrift ‘Lotusblätter’ weer het mooie logo van de Noorder Poort tegen. Ze boekte een werkweek en haar beslissing stond vast: hier wil ik

genieten van wat op haar afkomt, wat haar enthousiasme wekt, en te mogen kiezen, wat haar tot leven wekt. Ze ervaart het als een grote luxe in de zendo te mogen zitten, zonder alvast plannen te maken voor de volgende klus. Modana zal ook verder met hart, hoofd en handen actief blijven bij de inrichting van het nieuwe land en binnen de Stichting Vrienden van de Noorder Poort.

Wij wensen haar het beste!  
Doris Behrens

wonen. In al die jaren werd ze gedragen door het diepe gevoel op het goede moment op de goede plek te zijn; ook in moeilijke tijden. “Jiun Roshi en Modana hebben me geaccepteerd zoals ik ben en bevorderden mijn goede kanten” zegt Maria dankbaar. Maria verzamelde vele nieuwe

ervaringen. De steeds weer herhaalde vraag: “vind je je werk leuk?” was haar tot dat moment vreemd.

Je doet wat gedaan moet worden was haar houding. Door het sociocratische model van leiding geven en organisatie, zoals dit op de Noorder Poort gehandhaafd wordt, kon zij kennis maken met een veel zachtere en meer communicatieve leidingstijl dan ze in Duitsland gewend was.

**Een betekenisvolle ontdekking was de tot dat moment voor haar onbekende band met de natuur.** Tijdens het werken in de

tuin mocht zij de genezende krachten van de natuur ervaren. Ook maakte ze mee, hoe je door buiten te werken tot jezelf komt. Zeker in de eerste jaren, toen ze veel naar Duitsland reisde om familie en vrienden daar te ondersteunen, kon ze door onkruid te wieden en te planten op de Noorder Poort weer haar midden vinden. Maria is een sterke vrouw; een eigenschap waar ze op de Noorder Poort goed gebruik van kon maken. Maar ze leerde ook haar grenzen stellen. Het leven in een groep was voor haar vaak niet makkelijk. Vooral niet in de tijden dat ze de leiding nam. De rollen waren vaak niet duidelijk genoeg gedefinieerd, wat leidde tot irritaties aan weerskanten. Maar ook daarin zag ze uiteindelijk een kans. De kans zich verder te ontwikkelen, met ‘Beginner’s Mind’ als innerlijke basishouding. Zij beleefde zowel de medebewoners, als ook de gasten als leermeesters. De relaties tussen de mensen bevatte de hele breedte van wat relatie allemaal kan zijn: van totale nabijheid tot totaal onbegrip, soms op een en dezelfde dag.



**De jaren op de Noorder Poort hebben Maria's begrip van Zen ook veranderd:** in Japan was alles erg streng geregeld, elke handeling werd uitgevoerd volgens bepaalde patronen en meteen gecorrigeerd. Jiun Roshi daarentegen observeert, analyseert, reageert niet meteen, maar geeft veel ruimte voor ontwikkeling. Maar ook in Japan heeft Maria afgelopen jaar meer balans tussen structuur en het stromen meegemaakt. Daarin zegt ze, ziet zij de toekomst van Zen: “Meditatie, leiding, structuur en ruimte voor inzicht en verandering zijn onze begeleiders op weg naar ons werkelijke natuur. Als het goed is leidt ons dit naar een bewust leven vanuit die ene geest.”

**In de loop der tijd kwam de wens in haar op weer terug te keren naar het ‘marktplaatsje’.** Tijdens haar afscheidsfeest zei Maria: “Ik heb zo veel geleerd en met steun van alle mensen

die ik op de Noorder Poort ontmoette in de rug, ga ik weer de wereld in. Ik wil, zoals mijn boeddhistische naam ‘Bliss of Giving’ zegt, met veel plezier aan de mensen die ik ontmoet doorgeven wat ik gekregen heb. Vol dankbaarheid en vertrouwen stap ik een nieuwe fase van mijn leven binnen, waarin ik ook beroepsmatig zelfstandigheid wil bereiken.” Maria woont nu in een oude boerderij van haar familie in Fulda. Zij heeft het programma ‘Golden touch’ ontwikkeld en biedt cursussen met zen, shiatsu en klank aan. En natuurlijk gaat ze ook door met het geven van haar geliefde klankconcerten in Duitsland en Nederland.  
**Via de mail kun je in contact met haar blijven: [goldentouch.home@gmail.com](mailto:goldentouch.home@gmail.com)**

Wij wensen haar van harte veel geluk!  
Doris Behrens

## Komen en gaan

De fotocompilatie hieronder laat zien hoeveel betrokkenheid er is bij de Stichting Vrienden van de Noorder Poort (SVNP). Zoals overal is er ook hier een gezonde beweging van komen en gaan.



### Maja Blauw, voorzitter SVNP

Werken voor de SVNP geeft een tastbaar resultaat. Dat ik bijdraag aan de zengemeenschap geeft me veel energie. Een fijne bijkomstigheid is dat ik er ook nieuwe mensen leer kennen.



### Herman Verweij, ex-penningmeester SVNP

Penningmeester van 2005 tot 2010. In 2005 ben ik ingevallen omdat er niemand anders was’.

### Mariëtte Oostindiën, bestuurslid SVNP

Het is fijn op deze manier iets voor de NP te kunnen doen en fundraising blijkt in deze context leuker dan ik had gedacht. Verrassend hoe organisch het is: wanneer wij als bestuur met vol vertrouwen een actie starten, gebeurt er daarna vanuit de Vriendenkring en daarbuiten precies wat nodig is.



### Jacky Limvers, bestuurslid SVNP

Middenin religie en maatschappij staat de Noorder Poort. Graag help ik mee haar verbinding met de sangha en de buitenwereld te verstevigen.



### Mieke Clement, bestuurslid SVNP

ik hoop van harte dat ik via deze bestuursfunctie vanuit warme betrokkenheid een zinvolle bijdrage kan leveren aan de Noorder Poort.

### Christijn Schaminee, bestuurslid SVNP

De Noorder Poort inspireert mensen om te leven met aandacht. Ik geloof dat hierin de sleutel ligt naar inzicht en vrede in onszelf, en in de wereld om ons heen. Mijn deelname aan de SVNP is een manier om hieraan mee te werken. Ik kan niet ontkennen dat het een grote uitdaging voor mij is. Maar uitdagingen aannemen is groeien.

