

Een daverende start

De actie 'De Noorder Poort onder dak' heeft in korte tijd een bedrag opgeleverd waarvan we niet eens hadden durven dromen: €29.000. Een prachtig resultaat! Nog tot eind februari 2008 loopt de actie door. Als het streefbedrag van 37.500 vóór die tijd gehaald wordt – we dromen nog even door - dan kan er zelfs al geld gereserveerd worden voor de oostzijde van het dak! Het is opvallend dat een groot deel van het bedrag bestaat uit enkele héél royale giften. Fantastisch natuurlijk, maar ook de vele kleine giften helpen om één groot dak te maken. Met iedere euro zijn we blij, want al met één euro kan meer dan een kubieke decimeter dak gedekt worden: een stuk riet van één bij één bij één decimeter, zoals te zien is aan het stuk dat door de rietdekker al voorlopig, ter inspiratie, is aangebracht. Voor de werkmaand in januari, wanneer het dakdekken begint, hebben zich tot nu toe drie vrijwilligers aangemeld. We kunnen nog veel meer hulp gebruiken, want het wordt een hele grote operatie.

Alle gevers alvast hartelijk dank! We willen iedereen graag ook persoonlijk bedanken, wat we zullen doen wanneer de actie ten einde loopt. Zodra het dak gedekt is en we het geld aan de Noorder Poort overdragen – waarschijnlijk op de laatste zondag van februari 2008 – geven we 's middags voor alle donateurs een concert – aangeboden en verzorgd door Noorder Poort-vriend Herman van Doorn - met als afsluiting een diner.

Met een kleine groep professionele zangers brengt Van Doorn 'Forest of July' ten gehore, van de componist Schimscheymer, een suite over de natuur en de beleving daarvan. Een mooie meerstemmige compositie, niet klassiek.

Het concert is overigens ook toegankelijk voor degenen die nog iets willen bijdragen. Een laatste kans! Zodra de definitieve datum bekend is, laten we dit weten via de website en een digitale mailing.

We kijken ernaar uit om ons feestelijke gevoel over het succes van deze actie met jullie te delen!

Mariëtte Oostindiën
(bestuurslid SVNP)



Bestuursleden van de SVNP kijken naar het proefstukje van de rietdekker

> Uitgave

Stichting Vrienden van de Noorder Poort.
Adres: Buitenweg 1, 8351 GC, Wapserveen
Tel: (+31) 0521 321204 Fax: (+31) 0521 321412
Postadres en Secretariaat: Sleutelsteeg 2A, 1381 CJ, Weesp
e-mail: svnp@zeninstitute.org
SVNP acceptgiro-adres: Lhee 26, 7991 PG, Dwingeloo

Postbank: 4563461

IBAN: NL34 PSTB 0004 5634 61 BIC: PSTBNL21

Vermeld bij overmakingen altijd duidelijk uw naam, en of het gaat om het worden van begunstiger of dat het een donatie, schenking of andere gift betreft.

> Lezersbijdragen

De redactie heeft het recht ingezonden brieven in te korten of niet te plaatsen. Uiterste inleverdatum kopij voor de volgende vriendenbrief: 1 januari 2008.

> Colofon

Redactie: Greetje Modana Rouw, Moniek de Blij en Mineke van Sloten
Vormgeving: Violet Lotgering
Verder werkten mee: Frits Koster en Mariëtte Oostindiën
Drukwerk: van Goor Diever
Verzending: Mary Rouw

> Begunstiger worden en de vriendenbrief ontvangen?

Begunstiger worden en de halfjaarlijkse vriendenbrief ontvangen kan door jaarlijks minimaal 15 euro over te maken naar girorekening 4563461, t.n.v. Stichting Vrienden van de Noorder Poort, Lhee 26, 7991 PG, Dwingeloo. U kunt hierbij gebruik maken van de acceptgiro die jaarlijks bij de tweede vriendenbrief wordt meegestuurd. U kunt natuurlijk ook een hoger bedrag overmaken. Door overmaking van een eenmalige bijdrage van 400 euro bent u begunstiger voor het leven.

> Als u de Stichting Vrienden van de Noorder Poort extra wilt steunen dan kan dat op de volgende wijze:

• Schenkingen of donaties fiscaal aftrekbaar

Een schenking aan de SVNP kan op verschillende manieren worden gedaan, variërend van een simpele overmaking tot een door de notaris opgemaakte schenkingsakte of een testament. Voor de schenker kan het fiscaal van belang zijn om de juiste manier te kiezen, zodat een zo hoog mogelijke belastingaftrek wordt verkregen. De fiscus schenkt dus mee. Voor informatie kunt u de website van de belastingdienst raadplegen of overleggen met een accountant of fiscalist. Het voordeel van een notariële acte bij grotere schenkingen - waarbij u zich verplicht tot schenken van hetzelfde bedrag gedurende minimaal 5 jaar aan dezelfde instelling - is dat deze schenking onbeperkt aftrekbaar is van uw inkomen en dat de verplichting vervalt bij overlijden. Voor informatie kunt u ook altijd contact opnemen met de voorzitter van de SVNP.

• Vrijstelling van schenkingsrecht

De SVNP is aangemerkt als een instelling voor goede doelen, zoals bedoeld in artikel 24, lid 4 van de successiewet 1956, dossiernummer 22682. Vanaf 1 januari 2006 zijn goede doelen geen belasting meer verschuldigd, ongeacht de grootte van de schenking of het nagelaten bedrag.



Vrienden van de Noorder Poort

08 | 2007 Halfjaarlijkse vriendenbrief voor begunstigers van de Stichting Vrienden van de Noorder Poort

Derde Open Dag van de Noorder Poort

'Je vindt hier eigenlijk niks'

In de lenteregen komen, al
pratend, een paraplu en een
regenjas voorbij.

Yosa Buson

In de milde lenteregen arriveren
de eerste gasten. Inderdaad,
regenjassen en paraplu's, met eronder
vrolijke gezichten en geïnteresseerde
blikken. Lopend over het tuinpad
stuiten de bezoekers als eerste op de
tent van de Stichting Vrienden van
de Noorder Poort.

Binnen vertellen afwisselend Mariëtte, Mineke en Moniek over de activiteiten van de stichting. Binnen een paar uur hebben zich al enkele nieuwe 'vrienden' ingeschreven!

Binnen, in de zitkamer voor de gasten, staan koffie en thee, met warme melk en grote schalen geurige kruid- en walnootcake, chocolademuffins en havermoutkoeken. Allemaal gebakken door Denise uit Zoelen. 'Ik kook hier een paar keer per jaar,' zegt ze. 'Nergens anders hoor je de stilte zoals hier.' Ze lacht. 'Ik probeer de dingen met aandacht te doen, maar het blijft opletten. Het koken brengt me elke keer weer heel erg terug.'

Bezoekers lopen rond door huis en tuin. Gerry (51) uit Neede is voor het eerst op de Noorder Poort. 'Na tien jaar zen ben ik geen boeddhist,' zegt ze, 'en dat wil ik ook niet zijn. Maar toch zoek ik aansluiting bij een groep waarin ik kan zijn zonder daarin iets te moeten. Ik denk dat ik hier wel vaker kom, want het bevalt heel goed.'

Om elf uur is het opeens stil in huis. Alle gasten, onder wie ook kleine kinderen die zich op de meditatiekussens hebben genesteld, luisteren in de zendo naar Jiun Hogen, roshi, die



Moniek de Blij (r) en Mariëtte Oostindiën in de Vriendentent

vertelt over haar zen-weg. Haar eerste dagen mediteren waren vreselijk, zegt ze, pijn, pijn, pijn. 'Maar erna zag ik een andere wereld. Alles had een intensiteit... De kleuren van de herfstbladeren had ik nog nooit gezien. Toen was ik bezig met zen. De wijsheid die ik in me had, die ieder van ons in zich heeft, werd geactiveerd. Zen is een manier om te laten zien wat er al is.' De gasten luisteren geboeid en stellen vragen. 'Waarom is uw haar zo kort?' 'Wat betekent die tas om uw nek?' Jiun Hogen geeft overal antwoord op. Ook Maarten (39) uit Rotterdam heeft toegehoord. Hij is gekomen via de Sangha aldaar. 'Ze hebben het regelmatig over de Noorder Poort,' zegt hij. Zijn eerste indruk is heel prettig. 'Ik vind het fijn dat iedereen hier met hetzelfde doel is. De hele entourage, ook het eten en drinken, nodigt uit tot uitwisseling. Maar het is vrijblijvend, je moet niks.' In de 'vriendentent' geeft Maarten zich op voor de werkmaanden, begin 2008.

Oma Roshi

Tijdens de lunch – pompoensoep en zelfgebakken brood met tofu- en humusspread - wordt inderdaad druk uitgewisseld. De dochtertjes van Ellen en Rob, Daphne en Manon, rennen vrolijk heen en weer. Ze zijn hier zo thuis, vertelt Ellen, dat Daphne zelfs praat over 'oma roshi'. Het hele gezin heeft al eens deelgenomen aan een werkweek en een familiesesshin. Voor Rob zijn de bezoeken aan de Noorder Poort vooral een training om in het nu te blijven. 'Je vindt hier eigenlijk niks,' zegt hij. Ellen vindt juist heel veel rust. 'En,' zegt ze, 'aan Rob kan ik merken dat hij na een bezoek weer heel goed in zichzelf zit.' Ook Ben uit Eemster heeft zijn kinderen bij zich, zijn drie jongste zonen, Flier (14), Mees (12) en Noa (9). Ze zijn druk in de weer met hun gameboy. Ben mediteert en werkt sinds half april

wekelijks in de tuin van de Noorder Poort. Voor zijn zonen is het een kennismaking met het centrum. 'Ik vind het belangrijk dat ze zien waar ik mee bezig ben,' zegt hij, terwijl hij zijn jongens aan het werk zet om onkruid te verwijderen tussen de tegels van het tuinpad. 'Ze weten dat ik mediteer, maar wat dat nou precies is... Op een kussentje zitten lijkt ze vet moeilijk.' 's Avonds wil hij hen vragen wat ze ervan vonden.

Ondertussen doet het winkeltje in de eetkamer goede zaken. De dvd 'De Eikenboom in de Tuin', het boek 'Boeddha ben je zelf' van Prabhasa Dharma en de verschillende soorten wierook gaan over de toonbank. Bij de deur van de eetkamer ontvangt de gastvrouw nog steeds nieuwe bezoekers, die hun naam in het gastenboek schrijven. Marlou (20) uit Neede is met haar vader en diens vriendin mee gekomen. Hoewel ze voorheen mediteerde, net als de andere gezinsleden, verwaterde dat een beetje toen ze ouder werd. 'Nu ben ik er wel weer aan toe,' zegt ze, 'want ik heb veel drukte in mijn leven. Ik wil de dingen weer met aandacht doen, niet steeds een stap vooruit zijn. Een bezoek aan de Noorder Poort is inspirerend. Binnenkomen, schoenen uittrekken, buigen bij het binnengaan van de zendo... het herinnert me aan het vermogen even alles los te laten en helemaal hier te zijn.'

Buiten schijnt de zon tussen de lentebuizen door. De derde Open Dag van het International Zen Centre Noorder Poort loopt ten einde. De doos met Dana voor het nieuwe rieten dak van de boerderij voelt zwaar aan van alle giften. Er zijn zo'n 150 bezoekers geweest, schat Modana Rouw. Het was een mooie dag, voor zen en voor het centrum.

Moniek de Blij

zen en Vipassana

door Frits Köster

Hoe Vipassana gedijt in de zendiscipline

Het was mei 1999. Ik was door de Stichting Inzicht Meditatie (SIM) gevraagd om een meditatieretraite te begeleiden, en zo kwam ik voor het eerst in Wapserveen. Het was een prachtige lente, de Noorder Poort leek helemaal in bloemen en bloesem te zijn gezet.

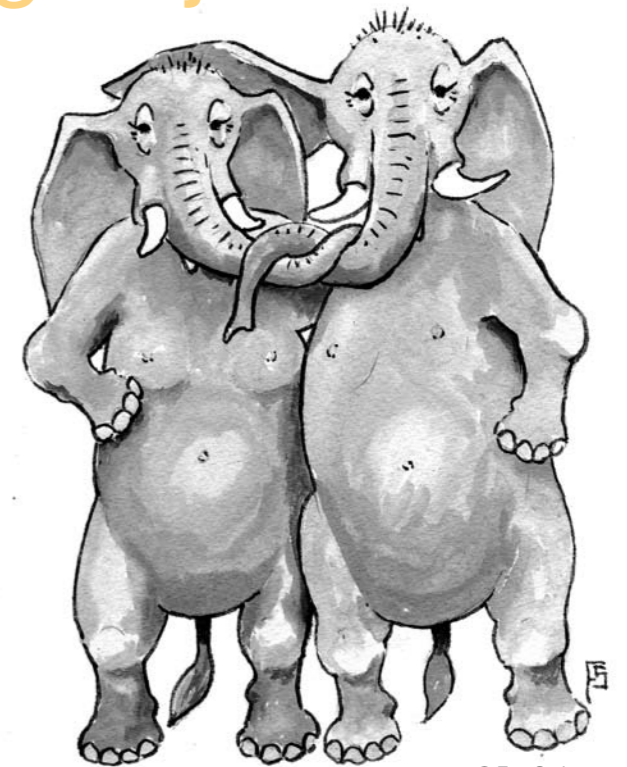
Ik vond het wel spannend, want het was een geheel nieuwe setting voor mij, maar ik merkte al gauw dat er een heel duidelijke verwantschap was met de bewoners van de Noorder Poort. Dit werd onverwacht verdiept toen we te horen kregen dat Gesshin Prabhasa Dharma was overleden. Ik had haar ontmoet tijdens een internationaal boeddhistisch congres in Berlijn en was zeer onder de indruk geweest van haar mooie lezing. We werden uitgenodigd bij het overlijdensritueel aanwezig te zijn, en zowel ikzelf als bijna alle aanwezige mediterenden ervoeren deze ceremonie als een enorme verdieping van de beoefening. Na deze eerste kennismaking ben ik vele malen teruggekomen.

Scheve schoenen en rondhangen in de theekamer

De laatste jaren begeleid ik standaard twee of drie mindfulness-retraites en enkele weekenden met Tai Chi- en yogadocenten zoals Isabelle Schuurman en Elles Vlaanderen. Toen Modana mij vroeg iets te schrijven, kwam vanzelf het besef in me op dat het lijkt alsof de zen-beoefening die ik aantrof en de Vipassana zoals ik die beoefen, in de afgelopen acht jaar op onzichtbare wijze nader tot elkaar zijn gekomen.

Tijdens de eerste retraites werden we regelmatig aangesproken over schoenen die scheef stonden en sokken die wit behoorden te zijn. De Vipassana-traditie kent een veel lossere structuur, en veel mediterenden moesten wennen aan de strengere discipline van zen. Door de jaren heen heb ik gemerkt dat veel kleine regels in Zen wegvielen of in ieder geval minder benadrukt werden, terwijl de sfeer tijdens de Vipassana-retraites juist een beetje strenger is geworden.

Zo worden mediterenden tegenwoordig veel meer uitgenodigd minder tijd als 'hangmediterenden' in de theeruimte rond te lummelen en juist meer in de structuur van het programma te blijven.



© Fop Smit

Een ander dichterbij komen tussen zen en Vipassana is te zien in de traagheid. Vroeger instrueerde ik mediterenden veel meer om dagelijkse activiteiten heel erg traag te doen; heden ten dage krijgen mediterenden nog wel het advies om ietsje langzamer te eten, af te wassen enzovoort, maar minder om het heel erg langzaam te proberen. Het advies is om het meer te doen vanuit een ontspannen vertraging. Zo lijken zen en Vipassana dichterbij elkaar te zijn gekomen.

Uiteindelijk zijn we met eenzelfde ontwakingsproces bezig. zen blijft qua structuur en uiterlijke discipline misschien wat strakker; in de zendo is het bij sesshins bijvoorbeeld veel stiller dan bij Vipassana-retraites. Maar verder kijkend dan de uiterlijke vorm, voel ik altijd veel verwantschap tussen beide tradities. Wat dat betreft is het ook leuk te zien dat 'Vipassana-mensen' zen zijn gaan beoefenen en dat 'zen-mensen' omgekeerd ook Vipassana zijn gaan beoefenen.

In beide tradities zijn we bezig met het ontwikkelen van innerlijke ruimte, aandacht en inzicht. Deze sfeer proef ik altijd al op het moment dat ik aankom op de Noorder Poort. De vrede en stilte ervaar ik als een weldadig warm bad. Het is deze sfeer die ervoor zorgt dat ik me altijd bijzonder thuis voel.

Dank voor deze gastvrijheid, ook namens de vele mediterenden die dit zo vaak aan het einde van een retraite uitspreken!



Bezoekers luisteren naar een lezing van Jiun roshi in een afgeladen zendo



Rondleiding: Jiun roshi verdwenen in de menigte