

Bij het licht van de Maan

Ook kinderen kunnen baat hebben bij de eeuwenoude lessen uit de zentraditie. Jishin osho maakt ze toegankelijk in de vorm van verhaaltjes voor het slapengaan.

Ooit aangespoord door zenmeester Prabhava Dharma zenji, schrijft Jishin Hendriks osho al jaren verhalen voor kinderen. Het zijn opnieuw vertelde 'oude' boeddhistische verhalen of nieuwe zenverhalen. Vele werden al eerder gepubliceerd in verschillende zentijdschriften en zijn nu gebundeld in 'Bij het licht van de Maan'.

Ouders en kinderen die op de familieretraites komen op de Noorder Poort herkennen vast enkele van de verhalen die zijn opgenomen in 'Bij het licht van de Maan'. In de familieretraite immers, vertelt Jishin Hendriks osho iedere middag een verhaal aan de ouders. 's Avonds voor het slapen gaan vertellen de ouders op hun beurt het verhaal aan hun kinderen. De verhalen lezen als sprookjes. De jonge helden en heldinnen worden in elk verhaal voor een bepaalde opgave gesteld, ondervinden tegenslagen of moeilijkheden maar weten – dankzij hun overgave en moed - het avontuur tot een goed einde te brengen. Niet zelden worden ze daarbij geholpen door wijze, oudere mensen. Spelenderwijs geven de verhalen kinderen iets mee over thema's als vergankelijkheid, vriendschap en de kracht van stilte en aandacht. De meeste verhalen spelen zich ver weg af of lang geleden maar enkele juist in de dagelijkse belevingswereld van kinderen, zoals Joppe die met zijn aanhoudende waaromvragen zijn moeder bijna van een trapje laat vallen of de kleine Manfred die herfstblaadjes veegt in de tuin. In het grappige verhaal De onzichtbare kracht van de Rode Draak herken je de fanatieke voetbalvaders langs de lijn



Jiun roshi ontvangt het boek van Jishin osho.

en leert meester Huang de jongens van het voetbalteam De Rode Draak hoe je met stille aandacht een toernooi kunt winnen. Het verhaal over moederpoes Rosita die

ontdekt dat haar buik steeds dikker en slapper wordt en daardoor 'helemaal in de stress raakt', steekt vooral de oudere lezer(es) een hart onder de riem.

Op zaterdag 26 november, ter gelegenheid van de zestigste verjaardag van Jiun roshi en de fundraisingcampagne voor de nieuwe zenmeesterswoning, bood Jishin osho haar boek aan aan Jiun roshi. De gehele opbrengst van dit boek komt ten goede aan de zenmeesterswoning.

Van het boek is zowel een Nederlandse als een Duitse versie verkrijgbaar. Een Engelse en Spaanse vertaling volgen.

U kunt het boek bestellen door € 15,- (boek + verzendkosten) over te maken op rekening 4908181 t.n.v. Stichting I.Z.C. Noorder Poort te Wapserveen o.v.v. Licht van de Maan (NI of Dts!!).

Stuur ook een email met uw adres en bestelgegevens naar de Noorder Poort: np@zeninstitute.org

Marjolein Verboom

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

SVNP rekeningnummer 4563461, tnv SVNP, 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 voor uitgebreide informatie over giften en fiscale voordelen. U kunt ook contact opnemen met de SVNP via mail@svnp.org

> **Colofon**

Redactie: Greetje Modana Rouw, Doris Behrens en Mineke van Sloten • Vormgeving: Mareike Engel • Drukwerk: Bulahprint Steenwijk • Mailing: Dity van der Valle > Verder werkten mee: Threes Voskuilen (tekening) Koos Wijbenga (foto boekpresentatie) • Mareike Engel (overige foto's) • Maria Fröhlich, Ursula Meyer (vertaling)

Geef adreswijzigingen door aan ons: een schone databank = porto sparen
De Vriendenbrief wordt sinds de eerste uitgave gedrukt op 100% gerecycled papier.



Vrienden van de Noorder Poort

17 | 2012 Halfjaarlijkse vriendenbrief voor begunstigers van de Stichting Vrienden van de Noorder Poort



Voorwoord

Misschien is door de laatste brief één of andere lezer nieuwsgierig geworden en vraagt die zich af, hoe zo'n 'tijdelijk leven' in het International Zen Center Noorder Poort concreet verloopt. In deze uitgave ervaren jullie – wederom direct uit de pen van Jiun roshi – meer over de in de dharma verankerde principes en de veelvoud van de dagelijkse activiteiten van de bewonerstudenten. Een van hen, Shoren, vertelt bovendien van een heel bijzondere nieuweling, die zo nu en dan voor een verrassing zorgt...! Ook Marisa Mazon en haar medezitters zijn tijdens een daisesshin verrast, iets waarvan zij met veel humor voor ons verslag uitbrengt. 'Bij het licht van de Maan' is de titel van de bundel zenverhalen voor kinderen van Jishin osho. Marjolein Verboom heeft de verhalen gelezen en beveelt ze alle vrienden van de Noorder Poort, die de verhalen nog niet kennen, van harte aan.

Gastverblijf op de Noorder Poort deel 2:

Bewonerstudent

Zen kun je op vele manieren en met verschillende intensiteit beoefenen. Voor de meeste mensen in het westen bestaat de zentraining uit wekelijkse deelname aan een zengroep en één of meer keer per jaar het doen van een intensieve zenretraite (sesshin), en idealiter het dagelijkse mediteren thuis.

Een klein aantal mensen heeft de behoefte en mogelijkheid om gedurende een langere periode in intensieve zentraining te gaan. Ook op de Noorder Poort bestaat deze mogelijkheid: minimaal een jaar, mogelijkerwijze wel zo'n vijf tot zeven jaar. Degenen die in training zijn voor zo'n lange periode noemen we bewonerstudent; dit kan als leek, of als geordineerde, en dan ben je een unsui.

Unsui is de Japanse uitdrukking voor zenmonniken en nonnen, en het betekent letterlijk wolkwater. We gebruiken bij voorkeur het woord unsui, omdat het voor de meeste mensen geen associaties

oproept, zoals het woord non of monnik dat wel doet. Het non en monnik zijn in de zentraditie heeft een andere invulling dan binnen de christelijke traditie en zelfs is het anders dan binnen de overige boeddhistische stromingen. Unsui word je in het algemeen voor een aantal jaren, en niet per se voor het hele leven. Het woord unsui geeft al aan dat de training gericht is op een manier van leven, namelijk als wolk en water. De wolken drijven door de lucht zonder weerstand aan iets te bieden. Het water stroomt en als er iets in de stroom ligt, gaat het er rustig omheen. Na afloop van het unsuischap vervolgen mensen idealiter de zenweg als zenleraar. Het gebeurt ook regelmatig dat mensen weer terug keren naar de maatschappij en hun oude beroep hervatten of iets nieuws beginnen.



Gedurende de tijd dat je als unsui traint op de Noorder Poort wordt er van je verwacht dat je celibatair leeft en dat je geen bemoeienis hebt, laat staan zorgen, om bezittingen. Een unsui wijdt zich helemaal aan de zenweg onder begeleiding van de zenmeester.

De bewonerstudenten die leek zijn, krijgen de gelegenheid om mee te gaan in de dagelijkse training van de unsui, zonder dat aan hen bovengenoemde eisen gesteld worden. Zij zijn in meerder opzichten wat vrijer in hun doen en laten dan de unsui. Ook als leek is het mogelijk zenleraar te worden.

De training van alle bewonerstudenten is gericht op de eigen (geestelijke) ontwikkeling. Iedereen neemt deel aan het volledige (openbare) meditatie programma van het centrum, aangevuld met studie en scholing speciaal voor bewonerstudenten. Een belangrijk onderdeel is de training

in de verschillende stafposities die in het zenklooster traditioneel uitgeoefend worden. Deze liggen op het gebied van het leiden en instrueren van de meditatie; de kloosterorganisatie; het onderhoud en schoonhouden van de gebouwen; werken in de tuin; het verzorgen van een goede maaltijd die het meditatieproces ondersteunt; het ontvangen en verzorgen van gasten die tijdelijk meedraaien in het dagelijks programma.

De manier waarop we in de Noorder Poort wonen en oefenen is dus gebaseerd op de training van een unsui. Deze training heeft betrekking op vijf aspecten: nederig leven, werkzaam leven, dienstbaar leven, dankbaar leven en meditatief leven.

Het leven van een unsui in een zencentrum wordt vaak geïdealiseerd: niet zelden is er verbazing over het feit dat het dagelijkse leven niet alleen of vooral uit meditatie bestaat. Ook op de Noorder Poort is het bij tijd en wijle hard werken. Werk is een basiselement van het zenleven. We leren verantwoordelijkheid te nemen voor dat wat gedaan moet worden, omdat we beseffen dat als we de dingen die we moeten doen zo goed mogelijk doen, dit er toe leidt dat we nederigheid en dankbaarheid uitdrukken, we dienstbaar zijn en we oefenen om

onze geest helder en duidelijk te houden. In de dagelijkse training leren we ons aan te passen aan wat er nodig is en wat er gevraagd wordt; we oefenen het zelfloos geven; er is niet 'mijn manier' om dingen te doen er is alleen een dharma manier. Binnen de context van de zentraining gaan onze dagelijkse activiteiten op een natuurlijke wijze gepaard met introspectie. Dit helpt onszelf niet met anderen te vergelijken en elkaar niet te beoordelen.

De weg van bewonerstudent is rijk aan vallen en opstaan, steeds maar weer en dat werpt haar vruchten af. Ook voor het centrum en de sangha zijn bewonerstudenten onmisbare bronnen van inspiratie en ondersteuning. Ben je gemotiveerd, heb je de tijd en mogelijkheden, ben je gezond van lichaam en geest, dan ben je van harte uitgenodigd dit traject in de zentraining te verkennen.

Jiun Hogen roshi

Rennen naar sanzen

Vanaf de eerste dag was ik onder de indruk van hoe snel mensen zijn als ze de sanzenbel horen. Waarom is er zo'n haast bij?

Zouden ze vóór mij de verlichting bereiken? Ik zat niet ver van de deur en dat zou me een voorsprong moeten geven maar toch kwam ik als laatste bij de deur aan. Naarmate de tijd vorderde groeide het gevoel dat dit mijn eer te na was. Waarom zou ik niet proberen om als eerste aan te komen? Dat de wereldcup onlangs door Spanje was gewonnen inspireerde me om de uitdaging aan te gaan.



Al gauw werd het me duidelijk dat de taak niet gemakkelijk was en dat ik, als ik wilde winnen, speciale strategieën moest ontwikkelen. Ik begon met heel alert op de rand van de zabuton te zitten, en was er zeker van dat ik dan snel kon opspringen en als eerste bij de deur kon zijn. Het werkte niet. Het was ongelooflijk maar het meisje dat naast me zat steunde op mijn rechterknie om overeind te komen en dit veroorzaakte een achterstand die ik niet meer kon inhalen. De volgende keer ging ik in seiza zitten, zodat mijn knieën niet zo beschikbaar waren, maar toen ik opsprong stapte ik op mijn kimono waardoor ik niet zo snel op kon staan.

Bij de volgende gelegenheid hield ik rekening met de eerder opgedane ervaring en bereidde mezelf zorgvuldig voor. Ik zat op de rand van de zabuton, in seiza, kimonorok ver van mijn voeten en volledig alert en zag het doel duidelijk voor me. De deur was van mij, maar toen ik daar aankwam struikelde ik zomaar (hoe? waardoor?) en viel op de grond zo lang als ik was terwijl enkele sanghaleden me inhaalden.

Mijn val kwam de roshi ter ore, die er zelfs in de teisho opmerkingen over maakte en erop wees dat het net als bij sportbeoefening niet is toegestaan om elkaar op weg naar sanzen aan te raken. De dagen gingen voorbij en het bewustzijn van de sanghaleden groeide; zij verbeterden hun spring- en renvermogen en een paar seconden nadat de bel klonk stond er een lachende groep bij de deur en er was nauwelijks plaats om een buiging te maken. De spanning in de zendo werd zo groot dat er zelfs een keer mensen opsprongen bij een ander geluid dan de bel.

Het was nu wel duidelijk dat ik mijn strategie moest verfijnen. Bij de laatste gelegenheid voegde ik alle verbeteringen die ik in de loop van de week had gemaakt bij elkaar en was zonder compassie klaar om aan te vallen. Het lukte: ik was als eerste bij de deur, als eerste bij sanzen en toch werd ik niet verlicht.

Marisa Mazon



Marie

Onze nieuwste aanwinst heet Marie (zij is een kip).

We hebben ook een menselijke aanwinst en die heet Marjet, maar die moet zichzelf nog bevrijden. Onze Marie is een bevrijde kip. Ze heeft in een donker kippenhok geleefd; andere kippen weigerden haar de toegang tot het licht. Maar op een dag is ze door Marjita en Mary bevrijd. Nu zou je denken

dat Marie een bange, schuwe kip is. Helemaal mis: ze is de vriendelijkste, meest onverschrokken kip die ik ken. Buiten is ze een vriendelijke, gezellige begeleidster. Ze is ook heel ijverig en bemest de tuin. Als we het huis binnen gaan moeten we ons omdraaien en goed kijken waar Marie is, want anders zit haar hals tussen de deur. Ze wil bij de mensen in huis. Ze trekt een sprint om het huis om bij het luchten een ingang te vinden (in de zomer; in de donkere tijd zijn de kippen dan nog op stok). Onlangs luchtte ik mijn

kamer en toen ik de deur weer dicht gedaan had, dacht ik: "Wat ziet mijn bed er vies uit." Toen zag ik het: een ei. Marie had in mijn donzen dekbed een ei gelegd. Dank je wel, Marie.

P.s. ze probeert zelfs door de kattendeur naar binnen te gaan, maar dat lukt niet want ze heeft geen chip.

Shoren