



Maitreya Instituut

Maitreya Nieuwsbrief

Periodieke nieuwsbrief voor leden van het Maitreya Instituut

Inhoud

Van de Redactie	2
Nieuws uit Amsterdam	3
Nieuws uit Emst	4
FPMT Nieuws	7
Vrijwilligers Rubriek	9
Toewijdingen	9

Maart/April 2011



Geaffilieerd met de
Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition

Grondlegger Lama Thubten Yeshe | Spirituele leiding Lama Thubten Zopa Rinpochee

Hoofredactie

Onno Brautigam

Eindredactie

Nienke van der Veen

Vormgeving

Kris Oosting

Adreswijzigingen graag doorgeven via

info@maitreya.nl

Nieuwsbrief niet goed ontvangen?

Meld dit via webmaster@maitreya.nl

Redactie

nieuws@maitreya.nl

Bestuur / opmerkingen / suggesties

bestuur@maitreya.nl

Amsterdam020 - 4280842
amsterdam@maitreya.nl**Emst**0578 - 661450
emst@maitreya.nl**Breda**

breda@maitreya.nl

Groningen

groningen@maitreya.nl

Web

www.maitreya.nl

FPMT

www.fpmt.org



Maitreya Instituut



@MaitreyaNL



Maitreya Instituut

Van de Redactie



Inmiddels hebben we Losar achter de rug en zijn we begonnen met een nieuw tibetaans jaar. Voor jullie ligt het tweede nummer 2011 van onze Maitreya Nieuwsbrief. Deze Nieuwsbrief is ingehaald door de extra Nieuwsbrief over de aarbeving en tsunami in Japan die 11 maart heeft plaatsgevonden en waarbij veel doden en gewonden vielen te betreuren. En dan nog het leed voor de overige inwoners....

De redactie hoopt dat tegen de tijd dat deze Nieuwsbrief uitkomt, er weer rede is in onze mind om aandacht te hebben voor ander, minder schokkende maar wel belangrijk nieuws.

Overigens dient nog vermeld te worden dat in het vorige nummer ontbrak wie er aan mee gewerkt heeft. Dat waren aldus: Paula de Wijs (FPMT news, Nieuws uit Amsterdam, Donatierubriek), Maarten de Vries, Suzanne Francissen (nieuws uit Emst), Nienke van der Veen (Vrijwilligersrubriek), en daarnaast de mensen van de redactie en opmaak, Nienke van der veen en Kris Oosting.

En aan dit nummer werkte mee: Paula de Wijs, Rineke Hawkins, Marja Dijkstra, Maarten de Vries, Nienke van der Veen; Kris Oosting, Onno Brautigam.

Veel leesplezier!

De redactie.

De redactie (nieuws@maitreya.nl)





De rechten en plichten van de mens in het leven

Op zaterdag 26 februari 2011 werd in de Mozes en Aäronkerk de Profetendag gehouden. Het thema van de avond was 'De rechten en plichten van de mens in het leven'. Paula de Wijs heeft namens het Maitreya Instituut een mooi verhaal gehouden. Andere sprekers waren:

- Hindoeïsme - Pandit Chandershekar Lachminarain
- Boeddhisme - Paula de Wijs
- Sikhisme - Gursev Singh
- Jodendom - Rabbijn mr. Menno ten Brink
- Christendom - Deken Ambro Bakker
- Islam - Hibatunnoer Verhagen

Hoewel ik in eerste instantie liever een spel scrabble thuis had gedaan, ben ik blij dat Paula de Wijs mij heeft gevraagd om mee te gaan. Het was een boeiende en saamhorige bijeenkomst van de verschillende levensovertuigingen. Het respect voor elkaar, en de openlijke erkenning dat de verschillende levenshoudingen enorm veel overeenkomsten hebben, maakte het een waardevolle bijeenkomst. Eigenlijk jammer dat er weinig aandacht in de pers voor is geweest; het zou een mooie tegenhanger zijn van alle vervelende verhalen die de wereld ingeslingerd worden.

Tijdens en na de toespraken was er een boekenmarkt, waar iedereen zich kon presenteren. Wij hebben zelfs nog een boek verkocht! Maar wellicht belangrijker zijn nog de gesprekken die je met mensen hebt.

Een waardevolle avond, voor herhaling vatbaar!

Onno Brautigam

Foto: Hibatunnoer Verhagen, Gursev Singh, Paula de Wijs, Deken Ambro Bakker, Rabbijn mr. Menno ten Brink, Pandit Chandershekar Lachminarain.



Vrijwilligers-samenzijn MIA

Op 5 maart 2011 was het LOSAR.

En in Amsterdam bedachten we dat dat een goed moment was om tijdens deze viering een in de vergetelhoek geraakte gewoonte nieuw leven in te blazen.

Losar viel dit jaar tijdens het kursusweekend van Ven. Kaye over Living

in the Path, module 2 Taking the Essence (voor een verslagje hierover zie elders in deze Nieuwsbrief).

Het werd een goedgevuld weekend, immers: met zaterdag (en zondag) de genoemde cursus met Ven. Kaye en zaterdag vanaf 19.30 uur een Guru Puja. Maar: tussen 17.30 u en 19.30 u waren alle MIA vrijwilligers (en hun eventuele partners) uitgenodigd om gezamenlijk te eten op de Brouwersgracht.

Wegens gebrek aan tijd was het motto deze keer niet het genieten van elkaars culinaire kunsten zoals voorheen het gebruik was. In plaats daarvan genoten we met z'n allen van (toch door vrijwilligers zelfgemaakte) overheerlijke salades

met pizza's van de beste pizzabakker van Amsterdam?! Overheerlijke pizza's in elk geval!

Intussen bereidden enkele vrijwilligers samen de Gompa voor op de Guru Puja die om 19.30 u begon. Met zo'n 16 deelnemers bij elkaar was het een feestelijke avond, die zeker voor herhaling vatbaar is en niet alleen met Losar!

Rineke Hawkins

Taking the Essence

Dit was al weer het tweede weekeinde van "Living in the Path". Deze lessen zijn gegeven door Lama Zopa Rinpochee in 2009 in North Carolina USA.

De lessen, zoals gegeven in Maitreya Instituut Amsterdam, zijn opgebouwd uit drie delen. We beginnen met het lezen van het transcript en vervolgens krijgen we Rinpochee op video te zien. Het heeft een grote meerwaarde deze tekst door Rinpochee zelf te zien en horen uitspreken. Tenslotte volgt een meditatie.

Ven. Kaye gaat in op vragen en geeft aanvullende uitleg.

In dit weekeinde lag de nadruk op het belang van het reciteren van mantras en het doen van offerandes. Het heeft mij geïnspireerd om de mantras voor de ochtend en het zegenen van de spraak te proberen elke ochtend te doen. Na enige oefening neemt het niet meer tijd dan tien minuten.

De uitleg van Rinpochee, dat het offeren van slechts 1 korrel rijst aan een Boeddha en stoepa, ook al is het zonder dharma-motivatie, onmiddellijk een oorzaak wordt voor de verlichting, is eenvoudigweg fantastisch. Rinpochee zou zeggen AMAZING".

Ik ervaar deze weekeinden als zeer inspirerend en kan ze iedereen aanraden.

Marja Dijkstra.

~~~~~

4





## Boeddhisme voor reizigers

Een nieuw onderdeel in het programma van het Maitreya Instituut Emst is de eendaagse bijeenkomst “boeddhisme voor reizigers”, een interactief programma voor mensen die op reis gaan, of zijn geweest, naar boeddhistische landen. Vaak is het moeilijk om ter plaatse antwoord te krijgen op vragen naar betekenis en symboliek van de kunstuitingen, rituelen en gebruiken. In overleg en in samenwerking met gespecialiseerde reisbureaus heeft Ruud Harderwijk een boeiend programma samengesteld. Deze cursusdag bleek de eerste lichte avontuurlijke reizigers erg enthousiast te hebben gemaakt. We hopen er dan ook een vast terugkerend onderdeel van ons programma-aanbod van te kunnen maken. Als kennismaking met de (Tibetaans) boeddhistische cultuur is het zeker ook een aanrader voor geïnteresseerden zonder directe reisplannen.

## Heart Sutra met Kaye Miner

Een andere nieuwe cursus die recentelijk van start is gegaan is de FPMT Basic Program module Heart Sutra, onderwezen door Eerwaarde Kaye Miner. De toegankelijke manier waarop Eerwaarde Kaye deze cryptische tekst uitlegt en relateert aan de praktijk van ons dagelijks leven, betekent niet dat de materie versimpeld of slechts globaal wordt uitgelegd. Integendeel. De cursisten waren duidelijk onder de indruk van de bijzondere manier waarop Eerwaarde Kaye de uitdagende concepten van de Madhyamika filosofie op een schijnbaar moeiteloze manier weet te verhelderen. Het was Geshe Sonam Gyaltzen's suggestie om Kaye-la te vragen een Basic Program module te onderwijzen in Emst. We zijn dan ook erg blij dat het ook gelukt is om het te organiseren. Samen met Geshela's cursus over het Pad van de Bodhisattva-krijger, en de zomer-Lam Rim biedt het Maitreya Instituut Emst dit seizoen dus maar liefst 3 modules uit het Basic Program aan, en dat mag best uniek genoemd worden!

## Stoepa en beelden

Inmiddels is Geshe Sonam Gyaltzen terug van een fijne vakantie in Indonesië. Na terugkeer vond er een uitgebreide inzegening plaats van een groot aantal boeddhabeelden, waaronder de nieuwe Tara beelden bestemd voor de gompa. Als onderdeel van de rituelen, die de hele dag in beslag namen, werd de stoepa buiten op zijn sokkel geplaatst. De lokale kranten hebben er zelfs aandacht aan besteed! Het is natuurlijk ook bijzonder, want het is een wens die we al zo lang koesteren en nu is de stoepa er dan eindelijk. Het vergulden van de ornamenten op de sokkel van de stoepa, en het aanleggen van een gras/kruidenstrook rondom staan nog op het 'te doen' lijstje. Daarna zullen er bovendien gebedsmolens omheen worden geplaatst. Laten we het dan ook zien als een belangrijke tussenstap op weg naar een echt grote stoepa, want het werk aan dat project gaat onverminderd voort!



## Geshela in Rome

Na een weekje thuis te zijn geweest vertrok Geshe Sonam Gyaltzen naar Rome om daar les te gaan geven op verzoek van zijn collega Geshe Thubten Dargye uit het Ganden klooster. Het Instituut Samantabhadra had een lange lijst verzoeken voor commentaren en initiaties voor Geshela, maar helaas niet zo veel tijd. In het contact met de organisatoren van het Italiaanse centrum merk je hoe bijzonder het voor ze is om Geshela te mogen ontvangen, en hoe ze daar onder de indruk van hem zijn.

## Overige nieuwtjes

De workshop 'vegetarisch koken' van eind februari is goed bezocht. Er stonden zelfs mensen op de wachtlijst. Sommige deelnemers waren al heel ervaren, terwijl voor anderen alles helemaal nieuw was. Samen hebben we een groot scala aan gerechten gemaakt en lekker opgegeten, van naan-brood tot risotto tot crème brûlée aan toe.

Het Tibetaanse nieuwjaar, Losar is in Emst gevierd met een open dag, die zeer goed werd bezocht. Er waren ca. 70 belangstellenden op deze koude maar zonovergoten dag. Een heel gelukkig nieuw 'ijzeren konijn' jaar toegewenst



6



Januari 2011 - Workshop Drawing and painting mantras and seed-syllables door Andy Weber. Dit maakt het visualiseren van de mantra's en seed-syllables een stuk gemakkelijker. Een waardevolle workshop.



## Khenrinpoche Lama Lhundrup

Een bericht over Khenrinpoche Lama Lhundrup, abt van Kopan,  
Bijna letterlijk overgenomen van een email van Ven. Tenzin Kalzang

Afgelopen zondag hebben we dus weer een lama choepa poedja voor het lang leven van Khenrinpoche gehad. Het was weer een korte. maar..... Khenrinpoche zag er zoveel beter uit dan de keer daarvoor.



Bij zo'n poedja zit Khenrinpoche op de troon op de verhoging (waar Lama Zopa gewoonlijk zit), naast de net wat hogere troon voor de Dalai Lama.

Toen de tsog werd aangeboden, ging Losang Thardoe, zijn attendant, naar die troon, pakte de thee voor Khenrinpoche, en bood die aan hem aan. Khenrinpoche pakte de kop aan. Bij het chanten van de verzen hield Khenrinpoche de ogen gesloten, heel geconcentreerd. Op een gegeven moment probeerde de attendant de kop weer uit de handen van Khenrinpoche over te nemen, om die terug te zetten, (want Khenrinpoche drinkt niet, vanwege zijn ziekte) maar Khenrinpoche hield de ogen goed gesloten. Er werd nog steeds gezongen, en hij hield de kop goed vast. Uiteindelijk probeerde Thardoe om heel voorzichtig de wijsvinger van Khenrinpoche te pakken en zo de kop weer in handen te krijgen. Maar hij had geen succes.

Toen de verzen afgerond waren, nam Khenrinpoche een slokje, en nog een, en toen gaf hij de kop weer terug.

Ik had inwendig veel schik, het zag er zo bijzonder en leuk en ondeugend zelfs, uit.

O, en op maandag, toen Dagri Rinpoche vertrok van Kopan, was Khenrinpoche ook naar beneden gekomen, nam aan de voet van de trappen afscheid, en glimlachte ouderwets.

Dus het gaat gewoon heel erg de goede kant op.

*Paula de Wijs*

Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition



**Losar Tashi Delek!**

**Happy Tibetan new year to all our dear friends!**

**With love from all at FPMT International Office**



“ Thinking that everyone is most precious,  
dear and kind is what makes our life most  
joyful. Wow! ”

-Lama Zopa Rinpoche

# Vrijwilligersrubriek



Zodra de buitentemperatuur het toelaat willen we verder gaan met het schilderen van het cursusgebouw in Emst. Hierbij hebben we jouw hulp nodig! Heb je 1 of meer dagen voor ons beschikbaar, meld je dan aan via ons kantoor! Hartelijk dank!

# Toewijdingen



Moge alle gebeden van Bodhisatvas, waar zij ook zijn, onmiddellijk worden vervuld.