

Maitreya Nieuwsbrief

Periodieke nieuwsbrief voor leden van het Maitreya Instituut
NOVEMBER 2008

Verlagen van leden



Geaffilieerd met de
Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition

Grondlegger Lama Thubten Yeshe | Spirituele leiding Lama Thubten Zopa Rinpochee

MAITREYA



COLOFON**Hoofredactie**

Annelies van der Heijden

Eindredactie

Onno Brautigam

Vormgeving

Kris Oosting

Adreswijzigingen graag doorgeven via

info@maitreya.nl

Nieuwsbrief niet goed ontvangen?

Meld dit via webmaster@maitreya.nl

Redactie

redactie@maitreya.nl

CONTACT**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 Amsterdam



CITY RETREAT

Door diverse studenten.

In de eerste week van juli deed een vijftiental trouwe studenten van Ven. Kaye een City Retreat met als onderwerp Shantideva's "Bodhisattva's way of life", hoofdstuk 6 t/m 10.

We begonnen 's ochtends om 9.00 met de Lama Chöpa en eindigden de dag om 19.30 met Vajrasattva meditatie. Een schitterende kans om de kennis die we in twee en een halfjaar hadden opgedaan te integreren door de meditaties. Hieronder enkele impressies.

Marije van de Vlekkert:

"Ik ben een "beginnersboeddhist". Net als velen op zoek naar mentale rust.

Een 'retreat' in de city klinkt voor mij een beetje als rust proberen te vinden in een storm eerlijk gezegd. Tien maanden geleden deed ik mijn eerste retraite – in Kopan, in de bergen van Nepal. Met alle elementen voor rust en volledige concentratie gewoon daar om je heen.

En dan nu een retraite in de hectiek van hartje Amsterdam.

Het bleek een verademing om 5 dagen even uit de drukte te stappen.

Ven. Kaye leidde ons in de meditatie heel helder en met enthousiasme door Shantideva's teksten.

Tussen de meditaties door was er een lekkere lunch of een zelfgebakken tussendoortje, en een discussie-uur om de

stof een plaats te kunnen geven.

En dan na de Vajrasattva meditatie door de drukte en alle afleidingen terug naar huis.

Hoe zal dat zijn, dacht ik?

De meditaties waren blijkbaar zo krachtig dat ik geen last leek te hebben van het verkeer of zin had in tv.

Als ik iets geleerd heb van Ven. Kaye en Shantideva in die zomerweek is dat rust eigenlijk weinig met locatie te maken heeft.

Rust komt niet uit vakantie, rust zit gewoon in jezelf. “

Marc Grondman:

“Ik had net “Healing Anger” van Z.H. de Dalai Lama gelezen, dus the Bodhisattva’s Way of Life retraite was een perfecte aansluiting.

Elke dag was er een ander onderwerp waarop we mediteerden: woede/geduld, luiheid/enthousiasme, gehechtheid/onthechting en op de wijsheid die de leegte realiseert. Omdat Ven. Kaye Miner hier veel tijd aan besteedde kon ik vrij diep op het onderwerp mediteren. Dit heeft heel wat emoties in me los gemaakt.

Ik was erg blij dat we elke dag met de Lama Chöpa beoefening begonnen en besloten met de Vajrasattva meditatie. Ik zuiver graag negatief karma al was ik nog zo moe van de meditaties van de dag, ik kreeg altijd wel weer energie om de Vajrasattva meditatie te doen.

Het was voor mij een heel intense week, ik heb er van geleerd en ben erg blij dat ik hem heb gedaan.”

Rineke Hawkins:

“De kern van de City Retreat was voor mij het verdiepen van de kennis die ik de afgelopen jaren tijdens de dinsdag-avondlessen had verkregen. Het was een goede manier om de theorie van het Basic Program te integreren met de praktijk van mijn eigen leven.

Het helpt dat je dit in een groep doet, dit had ik alleen thuis zo niet gekund.

Het heeft me heel veel goed gedaan.”

Foto cursistengroep.





Zomer Lam Rim o.l.v. Geshe Sonam Gyaltzen

Door Tenzin Jampa/ Mark Vogelaar

Afgelopen januari ging ik naar Italië om monnik te worden en om deel te nemen aan het Masters Program in Lama Tsong Khapa instituut. Dit is een 6 jarig voltijd FPMT- studieprogramma dat in januari is gestart. Alle omstandigheden om hieraan mee te doen en monnik te worden kwamen perfect samen. Ik woon nu in het klooster van Lama Tsong Khapa instituut en we bestuderen de Abhisamaya alamkara. Nadat ik in maart Rabjung (eerste monnikswijding) werd ontving ik op Saka Dawa mijn Getsul-Wijding (tweede monnikswijding).



Het voltijd Masters Program is in deze wereld uniek en het is nog unieker dat het Masters Program hier in Emst door Geshela in de weekenden word gegeven. Dit is nergens anders in de wereld beschikbaar. Het laat ook weer zien wat voor een enorm grote leraar Geshela is en hoe fortuinlijk de situatie in Nederland is.

Ik merk nu tijdens het volgen van het Masters Program in Italië hoe goed de lessen van Geshela en Lama Dagpo Rimpoche zijn en hoe degelijk zij mij hebben voorbereid.

Ik wilde natuurlijk graag de sterke connectie die ik heb met Maitreya instituut Emst voortzetten en ook met de zomer Lam Rim die dit jaar weer door Geshe Sonam Gyaltzen werd gegeven.

Ik was erg blij om Geshela weer terug te zien, nu als monnik.

Het was voor mij belangrijk om te zien hoe ik mijn nieuwe rol als monnik in Emst in kon vullen. Gelukkig heb ik veel steun gehad aan eerwaarde Rigchok (Robert van opstal) die al langer monnik is. Ik kon met hem veel praktische dingen bespreken want ik moet nog veel leren. Ik ben erg tevreden over het verloop van de cursus en het contact met iedereen in mijn nieuwe rol.

Over de lessen zelf hoef ik niet veel te zeggen want die waren fantastisch. Samen met Dolkar heb ik 's avonds de lofzangen aan Tara geleid en ik mocht, na toestemming te hebben gevraagd aan Geshela, de Mahayana voorschriften voor een dag geven. Dit was een bijzondere ervaring. De Mahayana voorschriften zijn zeer krachtig en door het optreden als ceremoniemeester speelde ik een nieuwe rol voor de mensen die de geloften namen. Dit was zeker zo voor de mensen die de Mahayana voorschriften voor het eerst namen. Bij het nemen van de



voorschriften kwam de onderlinge afhankelijkheid van de deelnemers, de ceremonie en de geloften voor mij duidelijk naar voren. Ik vond het fijn om te kunnen doen.

Ik vind het erg belangrijk voor Maitreya instituut dat sangha-leden in Emst bij de zomer Lam Rim aanwezig zijn en ik dank de sponsors die dit voor mij en eerwaarde Rigchok mogelijk hebben gemaakt uit de grond van mijn hart. Na de zomer Lam Rim ben ik bij mijn ouders op bezoek geweest en vlieg 27 augustus weer naar Italië voor het vervolg van de Masters Program. De zomer Lam Rim 2009 staat al ingepland op mijn agenda van volgend jaar.

Zomer Lam Rim o.l.v. Geshe Sonam Gyaltzen

Door Klaas Boer

Ik was blij dat ik deze zomer weer een Lam Rim van Geshela heb kunnen volgen. Het was al weer even geleden dat ik Geshela had gezien. Geshela zelf was ook verheugd, wat bleek uit zijn openingswoorden: 'ik ben blij met de aanwezigheid van de oudere studenten, want die hebben dit het meest nodig'. De sfeer onder de ongeveer 40 deelnemers was ontspannen en Geshela nam de tijd om uit te leggen wat hij belangrijk vond. Met als gevolg dat we aan het eind van de 10 dagen eigenlijk nog lang niet klaar waren met de tekst: de Lam Rim van de grote meester Ngawang Dragpa, de 8e van de 8 grote Lam Rim teksten die Geshela nu heeft onderwezen. De laatste hoofdstukken, over concentratie en wijsheid, gingen dus toch nog in een sneltreinvaart.

Ik ben er inmiddels wel van overtuigd dat het belangrijk is steeds weer opnieuw de (Lam Rim) lessen te horen: er is zoveel dat begrepen kan worden en de mondelinge overdracht werkt daarin als een katalysator. Bovendien voegt iedere tekst, ook deze krachtig geschreven tekst, altijd weer nieuwe accenten toe. Maar als ik terugkijk is Geshela zelf me toch het meest bijgebleven. Ik blijf het bijzonder om te zien hoe betrokken Geshela zich voelt bij zijn studenten en hoe hij zich inspant om de Dharma zuiver over te dragen, in een vorm die voor ons hanteerbaar is, maar compromisloos in wat de bedoeling van de beoefening is. Dit is wat me misschien nog wel het meest inspireert of in ieder geval het gevoel geeft ook zelf een inspanning te willen leveren.

Painting of Cittamani Tara en de 21 Taras

Workshop met Andy Weber

Door Kris Oosting

Van 28 juli t/m 8 augustus hebben 15 studenten van Andy Weber weer een interessante uitdaging gekregen. Tijdens deze retraite werden de drie lijnen van van de Cittamani Tara en de 21 Tara's verder uitgediept. Dit zijn de Suryagupta, Athisha en Longchenpa. Het is zeer interessant om te zien wat de verschillen en overeenkomsten zijn tussen deze lijnen. Andy gebruikte veel referentiemateriaal om ons studenten duidelijk te maken dat er veel verschillende verschijningsvormen zijn van de Tara's.



En wij maar denken dat we het met de Groene Tara en Witte Tara wel zo'n beetje hadden gehad. Maar nee, er is een heel scala van Tara's met allemaal hun betekenis en verschijningsvormen. Zo leerden we

bijvoorbeeld dat de Groene Tara met een bloem iets anders voorstelt dan een Groene Tara met twee bloemen.

Een thangka is niet alleen een prachtige schildering, maar vooral een handleiding en geheugensteun voor beoefening. Bijvoorbeeld: Cittamani Tara heeft altijd twee bloemen. Iedere bloem bestaat weer uit drie andere bloemen; een geopende, een gesloten en een die net opent. Dit staat voor haar kennis van verleden, toekomst en heden. Alles in een thangka heeft een betekenis en je kunt niet zomaar wat leuke dingetjes lukraak erin plaatsen.

We waren zo voortuinelijk dat er een auspicious dag tijdens de cursus viel. Een gedeeltelijke zonverduistering maakte het nog specialer. Volgens Lama Zopa Rinpochee zouden alle goede verdiensten van die dag met nog eens 100.000 maal worden vermenigvuldigt.

Op die dag hebben we onderleiding van Maarten een lange Medicijn Boeddha poedja gedaan en omdat de sfeer er na anderhalf uur nog helemaal in zat hebben we dat weer afgesloten met de King of Prayers!

En natuurlijk niet vergeten dat er twee Medicijn Boeddha thangka's op diezelfde dag waren afgerond (die van Carmen en les). Zij stonden met verdiende trots in de gompa.

Om het geheel compleet te maken hebben we op 7 augustus onderleiding van Andy een lichtwake gehouden van 21:00 t/m 22:00 uur rond het beeld van de witte Tara in Emst. Andy had zelfs de kaarsen voor ons gekocht!

En ja, we kwamen allemaal een paar kilo's aan door het lekkere eten uit de drie Boeddha-sterren keukens van Maarten (Boeddha-sterren is de tegenhanger van Michelin-sterren voor Boeddhistische centra).

Ook Joke en Jan hebben veel werk verricht tijdens ons verblijf. Toen we ze in september tijdens de stupa-dag tegen kwamen waren ze druk bezig met hun Groene Tara thangka! Wat bleek, ze hadden van het geld dat ze van ons hadden ontvangen schilderspullen gekocht en een raamwerk met doek gemaakt. Als dan geen goede besteeding is!

Om een lang verhaal kort te maken over deze succesvolle cursus kun je kijken naar de foto's. Immers een plaatje vertelt meer dan duizend woorden. Vandaar de thangka :-)



Calm Abiding Retreat o.l.v. Ven. Sangye Khadro (19-28 augustus)

Door Rob de Jongh

In aanloop naar deze retraite was mij door sommige nieuwsgierige vrienden gevraagd, wat het nu precies inhoudt. Hoe het is om negen dagen in stilte te verblijven, te mediteren, onderricht te krijgen. En iedere keer als ik het hen uitlegde was ik voor mezelf bezig een motivatie te formuleren. Realiseer ik mij nu. Want het blijft de kernvraag; waarom doe ik het? Waarom ga ik in het hart van de zomer naar de bossen van Emst en niet naar de Costa Brava voor een heerlijk zonnebad?

Het gaat om de motivatie, de motor achter al mijn acties van lichaam, spraak en geest. Motiveren is iets wat ik kan leren. Dat komt ook niet zomaar uit de lucht vallen. Ven. Sangye Khadro begon iedere les en meditatie sessie met het uitspreken van een motivatie en eindigde altijd met een toewijding. Op deze wijze werden de verdiensten beschermd en vermenigvuldigd en opgedragen. Maar ze moedigde ons ook aan als 'aan alle levende wezens en verlichting' te abstract waren, het eenvoudig te houden; proberen een beter mens te worden en anderen te helpen. Daar kon ik mij in vinden.



De dagen zijn rustig voorbij gekropen. De meditatie sessies werden op welkome wijze afgewisseld met lessen en er was ruimte in de middag voor vraag en antwoord. In de ochtend leidde Annelies ons door de meditatie van de prostraties voor de 35 Boeddha's. In de avond hielp Eerwaarde Kaye ons om een grondige zuivering te ondergaan door meditatie op Vajrasattva.

Voor de lunch (ook daar werd ik stil van, wat een rijkdom) was er tijd voor yoga om onze lichamen te verzorgen door middel van zachte oefeningen voor gewrichten en spieren.

Wat er gebeurt tijdens het zitten op het kussen is voor ieder een persoonlijke ervaring. Maar ik vermoed dat een ieder het waardevolle stil worden met blijdschap begroet heeft. De terugtrekking uit het dagelijks leven waar ik het zo normaal vind om vermaak en uitvluchten te zoeken. Waar ik druk bezig ben met mijn identiteit te bewaken, met vergelijken, meningen vormen, oordelen, m'n gelijk halen. Waar ik het vanzelfsprekend vind om 's ochtends wakker te worden, me te haasten, geld te verdienen en 's avonds weer in een comfortabel bed te kruipen. Waar ik toch vooral bezig ben om mezelf goed te voelen en vrij van pijn en ongemak te zijn.

Stil worden geeft ruimte en Ven. Sangye Khadro hielp ons af te dalen in onze geest en concentratie te ontwikkelen. Want dat is het doel van Calm Abiding. Hoe moeilijk het is concentratie vast te houden heb ik zelf kunnen ondervinden. De weerbarstigheid van het lichaam verbleekt bij dat van de geest. En de inzicht die de stilte mogelijk maakt is onthutsend.

Juist daarom waren de analytische meditatie sessies meer dan welkom. Want hoe belangrijk is het voor mezelf vriendelijk te zijn en compassie te hebben als ik me gewaar word van de duistere kanten van mijn geest? Hoe belangrijk is het om ondersteunend te zijn? Hoe belangrijk is het voor mijzelf dat iemand me bewust maakt van de drie vormen van lijden, dat het menselijk leven het ultieme leven lijkt maar het niet blijkt te zijn, dat iemand mij uitlegt dat ik en mijn gedachten en alle verschijningsvormen leeg van inherent bestaan en vergankelijk zijn, en dat mijn verlangen naar werelds geluk een doodlopende weg is.

Ven. Sangye Khadro gaf ons op liefdevolle wijze inzicht in het landschap van Calm Abiding. En een goede lerares is

van onschatbare waarde.

Moge alle verdiensten die voortkomen uit deze retraite bijdragen tot de verlichting van alle wezens.



Lama Zopa Rinpoche

Lama Zopa Rinpoche in Lama Tsong Khapa Instituut Itale, juni jl.

REFLECTIONS ON IMPERMANENCE AND THE LOVING KINDNESS OF THE GURU

By Holly Guy Forrer

It was my first visit to Istituto Lama Tzong Khapa, a center whose history I had heard so much about over the years. The property and chateau were offered to Lama Yeshe and Lama Zopa Rinpoche in the late 1970's by the parents of a very dedicated student, Massimo Corona. The center has grown to become one of the biggest and most well established centers in the West, a place of refuge where the Dharma flourishes, largely due to the incredible loving kindness of Geshe Jampa Gyatso, the resident Geshe, who passed earlier this year.

Immediately upon my arrival I was amazed to see that I was in the company of so many red robed sangha members. I couldn't recall the last time I had seen so many Western sangha in one place (maybe India?) and I was amazed to hear that these were mostly the sangha of the Institute – nearly 100 in all!

I don't usually like to generalize about people, (particularly the people of an entire country), but since my visit to Italy and the Institute I can't help but reflect on the abundance of spiritual devotion that many people in Italy seem to be born with. And whether it's His Holiness the Pope or His Holiness the Dalai Lama, I found that Italians are not shy about their devotion. A life dedi-

icated to spiritual practice seems more widely appreciated and accepted in Italy than in many Western countries. This might just explain why Italy is so blessed to have a center like Istituto Lama Tzong Khapa, and why so many holy beings live, have lived, and have taught there.

I had planned to arrive at the Institute on the same day as Rinpoche, but as I should have known, this was not meant to be. In fact, the day Rinpoche was due to arrive he was still in Lauwdo, Nepal. It seemed hard to believe that Rinpoche was going to find his way to the Institute any time soon, and I silently mused that I should have known better and planned for this to happen. And on the second day, when Rinpoche had still not arrived, I accepted the fact that it was probably better this way, and that having this extra time to prepare my mind for the days to come was a blessing. As a student of Rinpoche I learned a long time ago to "expect the unexpected".

When finally Rinpoche was due to arrive about 100 students lined the driveway to meet him. The hot summer sun



was relentless, and we waited while we sweat, khatags in hand. The sound of the Tibetan horn could be heard, the traditional form of announcing the arrival of the Guru.

After what seemed like ages, a car finally appeared with a beaming Rinpoche and Venerable Roger inside; those that had been waiting quickly forgot about the heat. Rinpoche got out of the car and started blessing everyone, giving back to us the khatags we had offered after having blessed them. Rinpoche and Ven Roger must have travelled for at least two days to get to the Institute from Lauwdo, but Rinpoche still found the energy to bless each one of us in the crowd, and I doubt there was not one among us who had not felt deeply moved by Rinpoche's joyous laugh.

Rinpoche's arrival coincided with a tsog day, and at about 9:00 in the evening about 250 of us assembled under the tent that had been transformed into a beautiful gumpa for Lama Chopa Puja. Rinpoche arrived at about 10 pm, and was accompanied by Dagri Rinpoche who had come to visit Rinpoche at the Institute.

It was the first puja I have ever attended where the text of the prayers was emanated onto a large white wall of

the tent with the help of a computer and beamer. I marveled at the use of technology to spread the dharma; I found this very clever and had never thought of it before. I later heard Ven. Joan Nicell comment on this piece of ingenuity by saying "we just don't have 300 puja books in stock!"

Rinpoche began leading the puja, a shining beacon of light under a full and very warm tent, the beamed Tibetan text on the wall doing its job of allowing us to follow along as best we could. It was late and I knew Rinpoche had a very long journey just behind him.

I sometimes reflect on the fact that Rinpoche was about the age I am now when I first had the extraordinary good karma to meet him. I think about all the years that Rinpoche has so completely and unselfishly given of himself to others. I reflect on our age gap because its one way I can measure time and it reminds me of the impermanence that we are all fated to experience.

These thoughts recall to mind the urgency to practice: how important it is to treasure every single moment we have with the Guru, and, equally as important, to practice as much as we are able to the teachings that we have already received.

Somehow we must accumulate the karma to meet the Guru again in the next life.

I was surprised (and slightly relieved) that the puja didn't go much longer than a bit past midnight. I found the way to my shared room and slept soundly until the next morning. At first light I was awake, and thinking of my morning coffee, as I usually do.

Ah, the luxury of a dharma center where one can find a working coin operated coffee machine at 6:00 in the morning! But wait, not only coffee but espresso, cappuccino and macchiato was to be had! I dreamed I had gone to Italy. I put my coins in the machine and marveled at my good fortune. A delicious cappuccino was in my hands within moments.

It was a Sunday, and this evening was Lama Tsong Khapa initiation. I spent the day reflecting on the Dharma, trying to remain quiet, preparing my mind for the teachings as much as I could. For me this is not an easy task, even under the most conducive of conditions, and really difficult with scores of sentient beings caught the wave of atmosphere



that follows Rinpoche when he teaches at his centers.

As a student of Rinpoche for quite a few years, and quite at home in a number of centers around the world, I was very surprised that I knew almost nobody amongst the pilgrims who had come for Rinpoche's teachings. Of course there were a few sangha members that I knew (some of them had become quite a bit older than I recalled), but for the first time in my life I felt as if I was amongst an entirely new group of students, and many young people at that. I found it very inspiring, and I rejoiced that so many people, especially young people, had found meaning and purpose in Rinpoche's teachings. I caught myself listening in the background, some students were recent graduates of the November Course at Kopan, and came from faraway places like Slovakia. I was amongst a new generation of students who had taken refuge in Rinpoche and I felt honored to meet them. This meeting brought out the "mother instinct" in me, and I felt myself immediately drawn to them.

After a day of great anticipation, at about 10 pm, Rinpoche joined us in the gompa for the Lama Tsong Khapa initiation. It was a beautiful evening with a slight cooling breeze; much appreciated by the nearly 300 of us sitting. Rinpoche taught for hours on the preliminary teachings before settling into the initiation. Much of the time during the evening I could feel Rinpoche's gaze, and I had the feeling that the eyes of all Buddha's were on me. It was one of those extraordinary blessed moments that leaves an imprint on our hearts; allowing us to draw on that energy at any given moment in our lives. It is the same with Rinpoche's (by now) famous laugh – just reflecting on it opens the heart allowing us to more fully embrace our experience – and perhaps that is the purpose of it. From my perspective, these are amongst the most precious gifts that the Guru gives to his students.

The next day was to be my last at the Institute and Rinpoche had promised to give us the oral transmission of the Sutra of Golden Light. Actually, we thought Rinpoche might bestow this during the previous days but somehow there was never time. A few sangha members had decided that a written petition was in order requesting Rinpoche to give the transmission. When I was approached to sign my name I did so happily and unquestionably. After all, one can never request too many teachings.

I expected to hear a commentary on the sutra so when Rinpoche began to give the transmission in Tibetan I was surprised. After a few minutes my surprise turned into awe. Rinpoche was chanting in Tibetan and as I listened I felt that he was giving us everything he had inside his heart. All of Rinpoche's hopes and dreams for us, his wish for enlightenment for each of us reverberated in my innermost being. Simultaneously, I felt a wave of immense gratitude and appreciation rise; and an acknowledgement of my own Buddha nature. At that moment it seemed perfectly clear to me that I have everything I need within to become a Buddha. I just need to try harder, that's all.

I looked at Rinpoche on the throne and marveled at the amount of energy he was giving to us; it seemed that he was indeed giving every precious bit of himself possible. I recalled that over the last few years I had seen less of Rinpoche and I wondered when would be the next time I would sit in his presence again. I thought on the passing of time and reflected on the loss of so many great teachers just in the last few years alone. I made the determination to try my best to put into practice what Rinpoche had so lovingly given to me. I must try harder. Life is just too short to do otherwise.



The 7th European NVC

The 7th European N(on) V(iolent) C(ommunication) Summerfestival

(HET 7E Geweldloze Communicatie Zomerfestival)

Door Aine Howard

This birthed the first “nederlandstalige” summercamp this year.

What is NVC? - A practical learnable method to come to the place of compassionate giving and receiving which is our true nature. Being together with others gives inspiration and learning and helps to create community and further growth. We work on generating warmth and healing and joy to help deep honest connections -internally and externally. We had NVC workshops - an introduction, deep listening, forgiveness, transforming with anger, loving kindness mediation ECT. In the evenings; a talk about buddhism and visualisation by cathereen or dancing (circle or 5 rythems) or watching an inspiring dvd ;Marshall Rosenberg ,Ekhart Tolle.

Closing the day we shared the day's joy and pain. Trust and warmth and acceptance grew with the week and sometimes conflicts developed and were adressed.

An essential element was the beauty, peace and spaciousness of the center.

A large minority of the group had a link with Buddhism, for others this was there first contact.

A constant source of strength, reassurance and safety was the warm open presence of the Maitreya people. My eyes now water up and my heart pangs as I think of this 'dharma in action', the resilient compassion which helped a group of 55 - of all ages to have a truly wonderful week. I have a deep appreciation to being able to use the center for life en-



hancing - non profit ventures that want to bring more love, healing and learning into the world. An affordable center was very hard to find!

So Ernst was a powerful condition of this event. CELEBRATION!!!

We'll be back.

www.nvczomercamp.nl www.cnvc.org



De Dalai Lama in Nantes



Door Ferida en Jos de Jongh-Wieth.

Als onderdeel van een 12-daags bezoek aan Frankrijk heeft ZH (Zijne Heiligheid) de Dalai Lama gedurende 5 dagen (zaterdag 16 t/m woensdag 20 Aug.) onderricht gegeven in Nantes. Het onderricht was gebaseerd op een drietal teksten van de grote Indiase Meester Arya Nagarjuna, te weten: Het Juwelen Kralensnoer (Ratna Mala), De Basis Stanza's van de Middenweg (Mulamadyamikakarika, hfst. 18, 24 en 26) en het Commentaar op de Verlichtingsgeest (Bodhicittavivarana). Bovendien gaf ZH op de vrijdag voorafgaand aan de lezingencyclus een voordracht voor algemeen publiek met als thema "Inner Peace-Universal Peace", en op de woensdagochtend een Padmasambhava-initiatie, gebaseerd op de "Dharma Treasure" zoals deze is geopenbaard aan de 5-e Dalai Lama.

De manifestatie vond plaats in een gloednieuwe, reusachtige conferentiehhal (met de toepasselijke naam "Zenith"), die ongeveer 7200 bezoekers kan herbergen. Er was gezorgd voor een schitterend decor. De zaal was alle dagen tot de laatste plaats bezet, terwijl bovendien op de vrijdag nog eens ongeveer 2000 mensen op het terrein buiten de hal de publieke lezing via een scherm konden volgen. Aan belangstelling dus zeker geen gebrek!

Het is altijd weer een groot voorrecht om bij het onderricht van de Dalai Lama aanwezig te mogen zijn. Zijn enthousiasme, energie en uitstraling zijn dusdanig dat vrijwel iedereen er volledig door geboeid wordt. Ook al zitten er vele duizenden mensen in de zaal, het is opmerkelijk stil en je hebt het gevoel dat je persoonlijk toegesproken wordt! De genoemde teksten van Nagarjuna handelen over de onderlinge afhankelijkheid, leegte en het niet-zelf en staan bekend om hun zeer hoge moeilijkheidsgraad. Zoals ZH opmerkte: "Sommige stanza's zijn zo diepgaand dat zij ook bij vele malen herlezen en contemplatie steeds weer tot nieuwe inzichten leiden, ook bij mij zelf". Wat voel je je dan als eenvoudig leerling bevoorrecht dat je een uitleg mag ontvangen van een spirituele leraar van een zo hoog niveau! En wat zijn we op zo'n moment ook dankbaar voor alle wijze lessen die wij in voorafgaande jaren over deze onderwerpen al mochten ontvangen van onze "eigen" spirituele leraren, zoals van Geshe Sonam Gyaltzen en Dagpo Rinpochee. Dank zij deze voorbereidingen hadden we in elk geval het idee dat we het onderricht goed konden volgen.

Zoals ook bij eerdere publieke voordrachten benadrukte ZH op de vrijdagmiddag lezing met klem de noodzaak van "innerlijke" vrede als preambule voor "uiterlijke" vrede. Om te beginnen natuurlijk bij jezelf, dan eerst in kleine kring zoals familie en naaste kennissen, daarna steeds verder uit te breiden met als hoogste uiteindelijk doel de wereldvrede. Die innerlijke vrede is te bereiken door het ontwikkelen van compassie en altruïsme in je eigen geest. Vooral ook door het vermijden van woede en ergernis omdat deze als ze eenmaal opgekomen zijn je geest vrijwel volledig verduisteren, waardoor alles wat je geest waarneemt geen enkel realiteitsgehalte meer heeft. Alleen een kalme, rustige geest kan een weloverwogen oordeel hebben. Negatieve emoties zijn bovendien funest voor ons immuun systeem en "vreten" energie. Daarom zijn compassie en altruïsme zo'n belangrijk tegengif. De Dalai Lama ziet deze eigenschappen zelfs als een "biologische factor" die de mensheid nodig heeft om te overleven. Daarbij neemt hij graag als voorbeeld de onvoorwaardelijke liefde die een moeder van nature heeft voor haar kind. Kinderen die geen moederliefde hebben mogen ontvangen hebben veel slechtere levenskansen. Opvoeding van het jonge kind in een omgeving van zo groot mogelijke liefde en vertrouwen (afwezigheid van angst) is de beste basis voor het op latere leeftijd ontwikkelen van compassie en altruïsme. De Dalai Lama riep op een einde te maken aan de wapenindustrie in de westelijke landen. "Laat deze fabrieken in plaats van tanks en wapens landbouwmachines gaan bouwen voor de derde wereld! Want de ongelijkheid wordt steeds groter en dat is geen goede ontwikkeling."

Dit alles kreeg natuurlijk een extra lading door de achtergrond van de conflicten met China en de Olympische spelen.

Op de vraag of ZH nog steeds geloofde in de noodzaak van het afwijzen van geweld, riep hij uit: “O Ja! Honderd procent!” Hij vervolgde met er op te wijzen dat in onze huidige tijd oorlogen een volkomen achterhaald middel zijn om een conflict te beslechten. In de laatste decennia is de onderlinge afhankelijkheid van volkeren en naties dusdanig gegroeid dat een “overwinning” van de een op de ander door middel van een oorlog nooit een overwinning meer kan zijn. Het werkt allen maar in het nadeel van alle betrokkenen. De enige oplossing is de dialoog!

Naast een groot aantal ontmoetingen met belangrijke figuren uit het Franse politieke leven (leden van de Senaat, burgemeesters, Carla Bruni-Sarkozy, de ministers Bernard Kouchner en Rama Yade) werd het verblijf van ZH in Frankrijk gekenmerkt door een veelheid van bezoeken aan Franse Boeddhistische centra. Dit alles gebeurde zowel voorafgaand, tijdens, alsook na afloop van de dagen waarop hij in Nantes onderricht gaf. De pers besteedde hier ruime aandacht aan: elke dag verschenen er wel artikelen in de lokale kranten, regelmatig ook in landelijke bladen en op het TV-nieuws. Wij maakten ons wel zorgen of ZH een dergelijk overladen programma fysiek wel aan zou kunnen gezien zijn leeftijd. We waren dan ook niet verrast toen we vernamen (via zijn website en de krant) dat hij na terugkeer uit Frankrijk vanwege uitputtingsverschijnselen rust moest houden en dat al zijn afspraken voor de daarop volgende drie weken (inclusief bezoeken aan Mexico en de Dominikaanse Republiek) waren afgezegd. Dit brengt in herinnering de situatie van 2 jaar geleden toen het toenmalige voorgenomen bezoek van ZH aan Frankrijk (in Rennes) om vergelijkbare redenen 10 dagen tevoren moest worden afgezegd. Misschien moeten wij hier toch van leren en er met zijn allen in de toekomst wat meer op beducht zijn dat we onze grote leraren niet “overvragen”, want zelfs van hen is de lichamelijke energie niet onuitputtelijk.

Een laatste punt dat we willen noemen is het optreden in Nantes van een groep van ongeveer 100 zogenoemde “Shugdén practitioners”. Deze waren met bussen uit Engeland overgekomen en probeerden met urenlange spreekuren de boel te verstoren. Daarbij werden leuzen als: “Dalai Lama – leugenaar” en “Dalai Lama – vrijheid van godsdienst” gescandeerd. De in ruime getale aanwezige politie liet dit toe (argument: het zijn per slot ook Boeddhisten en er is hier vrijheid van meningsuiting), maar de demonstranten werden wel met dranghekken op een aan hen toegewezen plek op het terrein buiten de hal gelocaliseerd. Gelukkig was het geschreeuw binnen in de zaal zelf niet te horen en ging de groep na drie dagen weer naar huis (zondag). Op een vraag uit de zaal heeft ZH uitgelegd wat precies de achtergrond is van dit probleem (dat hem al enkele jaren achtervolgd). Overigens was het voor ons deelnemers een goede oefening in verdraagzaamheid en geweldloosheid: de demonstranten werden gelukkig door vrijwel iedereen eenvoudig genegeerd, een enkeling probeerde zelfs voorzichtig de dialoog met hen aan te gaan.



ZH de Dalai Lama met Carla Bruni-Sarkozy bij de inauguratie van de Lerab Ling tempel in Roqueredonde in Zuid Frankrijk, 22 augustus