

Maitreya Nieuwsbrief

Periodieke nieuwsbrief voor leden van het Maitreya Instituut



Eerste dierenbevrijding in Amsterdam.

Inhoud

Van de Redactie	2
Van het Bestuur	3
Nieuws uit Amsterdam	3
Nieuws uit Emst	6
FPMT Nieuws	10
Ander Nieuws	10
Vrijwilligers Rubriek	11
Toewijdingen	12

September 2010



Geaffilieerd met de
Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition

Grondlegger Lama Thubten Yeshe | Spirituele leiding Lama Thubten Zopa Rinpochee

MAITREYA
INSTITUUT



COLOFON**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

CONTACT**Bestuur / opmerkingen / suggesties**

bestuur@maitreya.nl

Amsterdam

020 - 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

Van de Redactie

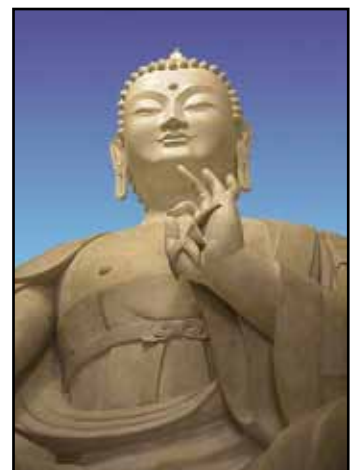


In dit nummer ondermeer een ingezonden stuk van Madelief Schieving. Zij is 8 jaar en heeft een stuk ingezonden dat wij graag plaatsen. Eigenlijk doen we dat weinig: zelden zijn er stukjes van leden die deze "spontaan" aan ons zenden. Mocht je een stukje willen inzenden overleg dan even met de redactie. De redactie beoordeelt ingezonden stukken op relevantie voor de lezers en daarmee de doelstelling van de MI Nieuwsbrief.

Afijn. De redactie hoopt dat u een goede vakantie hebt gehad, of mooie retraites in Emst. In ieder geval: veel leesplezier en op naar de verlichting!

De redactie.

De redactie (nieuws@maitreya.nl)



Van het Bestuur



Op 20 november aanstaande, zal in het Maitreya Instituut in Emst, de algemene ledenvergadering worden georganiseerd. De exacte tijden alsook de agenda zullen tijdig worden bekendgemaakt. Maar het is handig deze datum nu reeds in uw agenda te zetten.

Nieuws uit Amsterdam



Spiritual Program Coordinator

Vanaf 25 Augustus 2010 is Maud Pijnappels, voormalig directeur van Amsterdam, tot SPC (Spiritual Program Coordinator) benoemd. Tot onze vreugde heeft zij deze benoeming geaccepteerd.

In de stijl zoals wij haar kennen, is zij meteen enthousiast aan de slag gegaan.

Wij zijn blij dat zij deze belangrijke taak op zich heeft willen nemen. Onnodig te zeggen dat wij haar in deze nieuwe taak veel succes wensen.

Onno Brautigam

Heilige Huisjes

Op woensdag 11 augustus ontvingen wij in Amsterdam een achttien-tal mensen, 11 volwassenen en 9 kinderen.

Onder leiding van Wout Heukelom maken zij wandeltochten, o.a. langs verschillende religieuze "Huizen", waar de desbetreffende leraren een korte blik in de keuken geven van wat men doet, en waarom. Deze wandelingen worden jaarlijks in de zomer gehouden, en dit jaar was de keuze op ons gevallen.

Paul Baas en Paula de Wijs hielden een korte introductie over respectievelijk het leven van prins Siddhartha en de ontdekking van de 14e Dalai Lama.

Na de introductie in de gompa gaat het gezelschap naar de Tuinzaal, waar zij onder leiding van Paul een mandala inkleuren. De concentratie is groot, de belangstelling ook. Na ruim 2 uur te gast te zijn geweest, wandelt men weer verder, naar huis.

Onno Brautigam

Open Dag

Hieronder treft u een kleine foto impressie van de Open Dag van 4 september 2010.



Bibliotheek

Op 4 september, onze jaarlijkse Open Dag, om 11.30 uur, werd onze hernieuwde bibliotheek feestelijk geopend. Het legaat van 11 dozen boeken door Maria Niemann heeft aanleiding gegeven iets meer te doen met het indrukwekkende aanbod aan boeken en materiaal dat het MIA rijk is. Het voormalig kantoor op de tussenverdieping is een perfecte plek geworden voor het lezen en bestuderen van de meer dan 500 titels die nu op de planken staan. Voorlopig worden er geen boeken uitgeleend, maar als dit beleid verandert, worden de leden van het MI de eersten die dit mogen doen. Overigens, mochten er onder u nog leden/studenten zijn die indertijd boeken hebben geleend, maar nog niet hebben geretourneerd: wij zouden deze boeken graag weer aan de collectie willen toevoegen! Maar boven alles: kom eens een keer kijken, het is de moeite waard! Ook hier een kleine impressie.

Onno Brautigam

Voor aankondiging inzamelingsactie Voedselbank

Bij het zien van televisiebeelden van de ellende overal ter wereld is het makkelijk te vergeten dat er zelfs in Nederland mensen met honger en ondervoeding bestaan.

Omdat onze traditie onder andere de nadruk op vrijgevigheid en compassie legt en ook op het beschermen en (ver)zorgen van alle levende wezens, wil het Maitreya Instituut Amsterdam ook voor mensen in dit land wat doen. Vorig jaar zamelden we houdbare etenswaren (en geld) in voor de Voedselbank in Amsterdam, zodat zij in de winter, en vooral in de periode rond de kerst, de ± 1000 gezinnen die daar gebruik van maken kunnen voorzien van eten. Daar was de Voedselbank zeer dankbaar voor.

In de volgende MN meer over deze manier om de Dharma in praktijk brengen.

Creating Compassionate Cultures

Het is zo ongelooflijk inspirerend om iemand te zien die het essentiële gedachtegoed, de kern, van de Dharma begrijpelijk kan maken voor kinderen (en volwassenen), door hen die zelf te laten ontdekken en ervaren.

Zonder een woord 'boeddhisme' uit te spreken, en via onder andere spel, tekenen, gesprekken, korte meditaties, en met kleuren en stenen te werken, worden de volgende onderwerpen onderzocht:

1. wat wil ik echt?,
2. (a) alles komt ergens vandaan en (b) alles is met alles verbonden,
3. alles verandert,
4. jouw geest creëert jouw werkelijkheid,
5. jouw emoties kunnen getransformeerd worden,
6. empathie naar anderen uitdragen,
7. breng compassie in actie.

Pam Cayton, hoofd van Tara Redwood School in California, heeft 25 jaar ervaring in het vertalen en overbrengen van deze begrippen, en dat is te merken. Geïnspireerd door wijlen Lama Thubten Yeshe en de wens haar eigen kinderen zonder dogma maar wel met wijsheid en mededogen op te voeden, heeft ze dit programma -voorheen Lama's Vision for Kids, nu Creating Compassionate Cultures geheten- ontwikkeld. Wat zij ontwikkeld heeft is onderdeel van de FPMT Essential Education aanbod van programma's.

De groepen in Amsterdam en Breda die haar cursus volgden waren zeer enthousiast en vonden het heel leuk aan de brede scala van oefeningen mee te doen. De cursus werd mede georganiseerd door de Mandala School, de eerste boeddhistische school in Nederland, die volgend jaar in Amsterdam van start zal gaan. De toekomst zal uitwijzen of er een vorm van samenwerking met de Mandala School kan ontstaan.

(Wordt vervolgd!)



De Zomer van Emst

Maarten: “Het was een drukke maar geslaagde zomer. We zijn de zomerperiode begonnen met een tweeweekse cursus van GSG met een commentaar op de Yamantaka beoefening. We hadden een grote groep enthousiaste dharmastudenten en we hebben een harmonieuze sfeer dit met elkaar beleefd. Iedereen was zich denk ik bewust van het feit hoe uniek deze situatie was. Deze cursus viel samen met het WK, dat overigens ook door Geshela nauwlettend gevolgd werd. Twee van de belangrijkste wedstrijden hebben we op het grote scherm gekeken. Dat was mijn creatieve invulling van Geshela’s advies aan ons als groep dat we meer moesten onspannen. Hij vond ons iets te uptight. Vervolgens hebben we twee parallele cursussen gehad: de zomer Lam Ram die gegeven werd door eerwaarde Kaye en de Thanka schildercursus door Andy Weber. De inzet en de toewijzing van Eerwaarde Kaye waren weer buitengewoon. Ze heeft van s’ochtendsvroeg tot s’ávnonds laat ervoor gewerkt er een hele geslaagde Lam Rim cursus van te maken. Het thema van Andy’s cursus was vrouwelijke Boeddha’s, maar veel gevorderde studenten werkten ook verder aan hun eigen projecten. Behalve natuurlijk de ongelooflijke hoeveelheid kennis die Andy heeft, heeft hij de studenten ook traditiegetrouw weer de stui-
pen op het lijf gejaagd met zijn spookverhalen. Volgens mij is Andy de enige die ze ziet, zoals



schimmen en geesten bij de grafheuvel. Ik woon hier al 6 en een half jaar, maar ik heb nog nooit iets gezien. Jammer eigenlijk want ik ben best nieuwsgierig. Toen kwam de grootste uitdaging van de zomer: de groep non-violent communication, omdat die cursisten over het algemeen niet bekend zijn in Emst was het veel werk om iedereen wegwijs te maken en er waren ook relatief veel deelnemers met speciale dieeten. Dat was een behoorlijke uitdaging voor mij en Katelijne, want we kookten voor 60 man elke dag. De NVC groep wilde perse biologische groenten eten, daardoor hebben we een hele leuke ontdekking gedaan: een biologische dynamische boederij in de omgeving van Emst. Hun groenten zijn ons zo goed bevallen, dat we besloten voortaan bij hen in te kopen. Daarna gaf eerwaarde Sangye Khadro een cursus ‘Awakening the kind heart’. Wat opvallend is, is dat de groepen die zij leidt een hele meditatieve en stille sfeer hebben. Ondanks dat ze nu meer les gaf en er discussie was had het toch meer het karakter van een retraite dan van een cursus. Ik ben ook heel tevreden met de aantallen deelnemers van de cursussen, het is iets hoger dan ik van te voren had ingeschat.

Nieuwe “Kleine Paden”

Al sinds vorig jaar oktober helpt Sheila van der Meij mee om het gebouw in Emst schoon te houden. Ze komt al sinds 2005 in Emst en volgt ook cursussen bij Geshe Sonam Gyaltzen. Het werk doet ze met veel enthousiasme. Wat haar inspireert tijdens het werk is het verhaal van Kleine Paden, een student van de Boeddha die moeite had om versjes te onthouden en door het vegen van de tempel en de zin ‘verwijder het stof verwijder de verduisteringen’ te reciteren er in slaagde de verstoringe emoties en de verduisteringen uit zijn geest te verwijderen met de bezem der wijsheid en daardoor zelfs een Arhat werd. Sheila: “Het leukste vind ik om de ruimtes van de ‘porien van de spirituele

leraar', de studenten, schoon te maken. Het is een fijn idee als ik weet dat de studenten in een schone ruimte kunnen verblijven tijdens het beoefenen van de Dharma. Wat me opvalt is dat als ik hier schoongemaakt heb dat ik mezelf ook opgeruimd voel. Wat ik ook bijzonder vind hier, is dat de sfeer heel harmonieus is.



Sinds september is Tjarda Wolters ook gestart met schoonmaken. Ze had zich er al de hele zomer op verheugd. Tjarda: "Ik wilde dat altijd al graag. Ik ben al sinds 2006 in Groningen bezig met de studiegroep van Maitreya en bestuurswerkzaamheden en dat is heel erg leuk. Maar omdat ik ook veel met Emst heb en met Geshela is het ook heel fijn om dicht bij de bron te zijn. Ik kom hier ook graag. In 2004 ben ik begonnen om weekendcursussen te volgen. Ik ging met mijn moeder mee. Ik heb ook vaak gehoord dat er veel te doen is hier en nu heb ik tijd, dus ik wilde direct aan de slag". Wat gaat ze doen? "Spinrag verwijderen en andere extra klussen, zoals bedden afnemen, dekens wassen, kussen laten luchten en dergelijke". Ben je niet bang spinnetjes te doden? "Ja, zeker weten, maar ik heb gehoord dat er speciale mantra voor is, die als je die hebt geciteerd en je dood per ongeluk een diertje, dat die dan een hogere wedergeboorte krijgt*

* www.fmpt.org Zung of the Exalted Completely Pure Stainless light.

Sangha actuele bezigheden en nieuws

Eerwaard Chödrön kwam voor het eerst in het Maitreya Instituut in Emst in december 1997. Ze kwam kwam net uit India, alwaar ze datzelfde jaar non geworden was en ze kon toen hier logeren een paar weken. Ze volgde lessen van Geshe Sonam Gyaltzen en ze is een half jaar later door de toenmalige directie gevraagd of ze hier voor vast wilde komen wonen en meehelpen. Van oktober 1998 tot en met het voorjaar van 2001 heeft ze met het programma meegedraaid. Daarna is ze in Zutphen gaan wonen en bleef ze lessen volgen en zich inzetten voor het Maitreya Instituut. Vanaf de zomer 2008 is ze hier weer als gast gekomen met name om haar voorbereidende beoefeningen te doen (Ngon Dro). Daarnaast ondersteunt ze diverse Dharma activiteiten voor het centrum.



Het komende najaar gaat Eerwaarde Chodron twee weekenden verzorgen in samenwerking met

Geshe Sonam Gyaltzen. Het eerste weekend is gericht op het opbouwen van een dagelijkse beoefening. Het tweede weekend heeft als thema toevlucht. Dit thema is niet voor niets uitgekozen. Hoewel het wel los gevolgd kan worden, is het eigenlijk een verdieping van het eerste weekend en volgt ook op de cursusdag 'toevlucht nemen' van ontdek het boeddhisme. Het eerste weekend is zowel informatief als praktisch (oefenen) en het tweede weekend is meer een retraite. Het eerste weekend gaat over hoe je je beoefening praktisch op de rails kunt zetten. Waar ga je zitten, hoelaat ga je je beoefening doen, welke condities moet ik creëren om de beoefening op te starten en welke obstakels moet ik overwinnen. Vervolgens wordt uitgelegd hoe je de beoefening kan doen. Dit varieert van een altaar opbouwen, tot een manadala offerande maken; de 35 Boeddha beoefening. Zaterdagavond is er een gompator met tsa tsa's maken

en mantrarolletjes maken, hoe ziet een pechha eruit (Tibetaanse tekst), wat staat erop gebedsvlaggetjes, wanneer en hoe hang je ze op.

Deze cursus geeft tevens een aardig beeld van hoe de dagelijkse dag van een gevorderde student eruit ziet. Niet alleen tijdens de beoefening, maar ook op andere tijdstippen van de dag.

Stoepnieuws

Johan Suykerbuyk is een van de stoepabouwers die de afgelopen tijd veel in Emst is geweest om de stoepa vorm te geven. Johan komt al 3 jaar in Emst om aan de stoepa te werken. Hij begon met één stoepadag en heeft sindsdien geen stoepadag meer overgeslagen. Johan: "Wat ik het mooie vond is dat ik thuis had gelezen over het boeddhisme - een jaar of 6 geleden begon ik daarmee-, en dat sprak me wel aan. Op een opendag in Amsterdam na een lezing van Kaye ben ik meteen lid geworden. Wat me heel erg aanspreekt is: 'het verbeter de wereld, begin bij jezelf'-principe en geen dogma's- niets moet. Alle boeddhistische stromingen gaan ook in harmonie. In het bouwen van de stoepa kun je de dharma direct toepassen, je kunt je oefenen in geduld en je ontmoet ook andere mensen. En als je handig bent kun je lekker creatief bezig zijn. Corniferen malen, mantrarolletjes maken, en zelfs betongieten. Nu de sokkel (= tsatsa huis) staat, wordt deze afgewerkt. De ornamenten zijn aangebracht en met diverse verflagen zijn we bezig het weerbestendig te maken. De kadampastoepa die op de sokkel komt is inmiddels ook klaar. De volgende stap is om de stoepa heen een sierbestrating aan te brengen. We zijn nog op zoek naar straatstenen (27m²) hiervoor. Mocht iemand nog over hebben, zijn deze welkom. Wat ook nog veel werk is, is het afwerken van het dakje. Het moet nog bekleed worden, de grondplaten waar het dakje opkomt moet nog afgewerkt worden en er komt verlichting in. Wordt vervolgd.





Jan van Heeswijk is weer terug.

Jan: "Ik kan weer lucht krijgen en daar ben ik heel blij mee. Ik wil graag iedereen bedanken voor alle belangstelling en de gebeden die zijn gedaan. Het heeft me echt geholpen op de moeilijke momenten.



FPMT

Ven. Roger Kunsang vertelde in de laatste FPMT Newsletter dat Rinpoche de laatste maanden meerdere malen het volgende heeft gezegd:

“Binnen de FPMT organisatie doen we het heel goed wat het studeren van de woorden betreft. Nu moeten de studenten de lam.rim ervaren.

Life on the Road

Ven. Roger schrijft een hele leuke blog waarin we Rinpoche's activiteiten kunnen volgen, Life on the Road with Lama Zopa Rinpoche. Zie:

<http://www.mandalamagazine.org/category/on-the-road/>

Living in the Path

In september gaan meerdere mensen naar de tweede jaar van deze retraite met Lama Zopa Rinpoche in de VS. Hoewel wij niet allemaal daartoe in de gelegenheid zijn, kunnen we wel de aanwijzingen voor de retraitanten volgen.

Hoe het beste voor te bereiden voor de LoP retraite:

BESTE – Herlees Modules 1-3 van [http://www.mandalamagazine.org/category/on-the-road/Living in the Path \(LP\)](http://www.mandalamagazine.org/category/on-the-road/Living in the Path (LP))

Online <http://onlinelearning.fpmt.org/>

Ander Nieuws



Knor het geluk's varken.

Knor het varken was aan het wandelen hij kwam langs een speciale boom. Hij had de boom zelfs een naam gegeven. Hij heette Luky, Luky Lotus de boom zat vol Boeddha's en in het midden Manjusri dat was zijn lievelings Boeddha hij liep elke dag minstens 8 keer een rondje om de boom .

Knor stond de boom minstens 10 minuten te bewonderen.

En zijn huisje zat ook vol Boeddha's voor het huis hangen de Tibetaanse vlaggetjes hij was namelijk boeddhist daar was hij heel erg trots op.

“Oh het is tijd”, zei Knor nu moet ik mijn laatste rondje maken.

Hij liep langs de boom de Boeddha's zeiden hallo Knor wij zijn trots op je je loopt elke dag een rondje om ons heen wij zijn blij dat je je aan je belofte houdt.

En dat je ook nog zo'n goede boeddhist bent.

Wij zijn erg trots op je: jij word in het volgend leven zeker weten een Boeddha zeker zeker weten ik heb dit al bijna 10 keer gezegd maar ik zeg het nog 1 keer we zijn echt zo zo zo trots op jou gewoon zo trots op jou echt heel trots. Daarom geven wij jou geluk dat is een kracht van ons en ik teken op jouw rug een lieveheersbeestje en een klavertje 4 en morgen weer terug komen hè; je weet ons te vinden.

Knor ging naar huis hij kon het niet geloven hij is een geluk's varken.

En ja hoor, hij werd in het volgend leven een Boeddha.

Knor was een goeie meester

Van Madelief Schieving, 8 jaar.

Vrijwilligers Rubriek



Op 15 augustus hebben we de zomerperiode afgesloten met een gezellige picknick voor de vrijwilligers. Ondanks de zware regenval voorspellingen, welke ook voor de rest van Nederland uitkwamen, hadden wij net geluk: het was droog en zonnig.

Deze keer had Suzanne Francissen de organisatie op zich genomen. Wij verzamelde ons op station Amersfoort, waar de mensen werden opgepikt die met de trein kwamen. Gezamenlijk togen wij naar De Treek 15 (een heerlijk bos) voor een uitgebreide picknick.

Er was heerlijk gekookt door Maarten en Katelijne (met cake van Paula) en naast een boswandeling hebben we ook de Dharani of Vadjra Claws gereciteerd met zijn allen voor het opheffen van obstakels voor de FPMT centra, waaronder het onze. Een enkeling deed de spijsvertering een plezier met een kleine wandeling, een ander bekeek de binnenkant van de oogleden voor een kort moment.

Het was een kleine – maar welgemeende - geste naar hele belangrijke mensen voor het Instituut, namelijk de vrijwilligers. Nogmaals enorm bedank voor jullie inzet!



Toewijdingen



Heer Boeddha,
Mag ik een werktuig van vrede zijn.
Mag ik, waar haat is, liefde brengen.
Waar onrecht is, tot vergeving stemmen.
Waar verdeeldheid is, eendracht stichten.
Waar dwaling is, waarheid doen gelden.
Waar twijfel is, geloof vestigen.
Waar wanhoop is, hoop wekken.
Waar duisternis is, licht ontsteken.
Waar droefheid is, vreugde brengen.

(vrij naar Franciscus van Assisi)