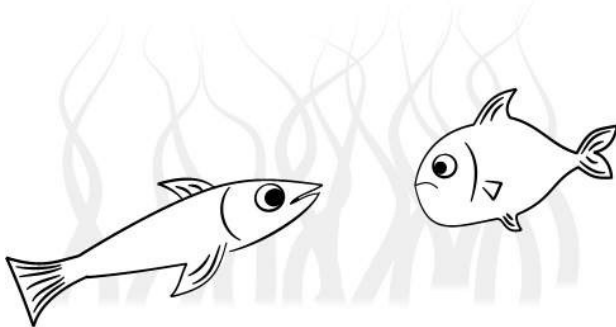


VIJANDEN

Ze is een dierbare vriendin en ze is aan de telefoon. Ze vertelt me van de problemen die haar parten spelen. Ze schildert me een levendig landschap vol gevaren. Er klinkt verlangen in door om nu eens niet de strijd ermee aan te binden, om ze geheel natuurlijk de baas te zijn. Die tweespalt vormt echter een strijdperk waar al flink wat bloed vergoten wordt. Kan ik met haar op zoek naar de werkelijke vijand?

In de lange verbinding die wij samen hebben is er steeds meer ruimte gekomen voor echtheid, maar dit vind ik wel een moeilijke. Voorheen stonden psychologie en troost op de voorgrond, en deelden we op kernachtiger momenten vooral blijdschap om ontdekkingen in ieders zoekproces. Niet te confronterend en voldoende bindmiddel om de relatie waardevol te laten zijn.



In het gesprek voel ik dat deze stilzwijgende afspraak niet langer kan bestaan. Wat waar is, wil gezegd worden. In het zeggen flitst mijn perspectief eerst nog heen en weer tussen mens en vriendin, binnen en buiten, hart en hoofd. Gelukkig luistert God mee, die is altijd goed in dit soort dingen. Rust komt in mijn zinnen, liefde stroomt mee. Ik blijf open.

Wat gebeurt er? Het lijkt alsof het plotseling niet meer over ons gaat, geen wederzijdse persoonlijke bevestiging meer. Er komt iets anders: een zoeken, vragen, openvallen. Is dit nieuw leven?

Hartelijke groet,
Birgitta Putters

IMPRESSIE VERDIEPINGSWEEKEND 17-19 december te Moorveld



Oefenen



Rusten



*Meer impressies (woord en beeld) op de
[Stiltij-website](#)*



VANAF JANUARI: EXPRESSIE

In de boeddhistische visie zijn er drie lichamen waarin het ongeboorene (innerlijke kracht) zich manifesteert. Het fysieke lichaam is het meest grove lichaam, de biologie en de zes zintuigen; het is het uiterlijke lichaam, het terrein van de illusies, de wereld. Het waarheidslichaam is het fijnste en tegelijkertijd het ruimste lichaam, maar ook het krachtigst; het staat voor innerlijkheid, echtheid, de Weg. Het tussengebied, de overgang tussen geest en lichaam, is het energielichaam. Dit is het gebied van dromen, fijnstoffelijkheid, magie, creativiteit, adem en expressie.

Het ademgebied is slechts een voertuig op weg naar waarheid, een expressie-instrument van leven. Het wordt echter vaak nogal verwaarloosd of verkeerd begrepen. En door een gebrekkig kanaal kun je je nu eenmaal lastig uitdrukken.

Expressie-training stelt ons energielichaam centraal, zonder het specifiek therapeutisch of esoterisch te maken - al zijn de heilzame gevolgen van deze oefenvorm uiteraard welkom. Het exploreren van deze "de brug tussen lichaam en geest" in de context van spiritualiteit maakt het tot een zinvolle extra connectie met waarheidsbeleving en verwerking.

Expressie is een herkenbare ingang voor mensen die op zoek zijn, maar nog niet duidelijk hebben wát het is dat zij zoeken. Het werken met adem, klank, gebaar maakt innerlijkheid tot een reëel voelbare realiteit.



TIJ-DINGEN

Huishoudelijke mededelingen

Gezocht

Vanwege problemen met beeldschermstraling zoeken wij een functionerende (bij voorkeur elektronische) typemachine.

Voor meer info: contact@stiltij.nl

Hartelijk dank!

Nieuwjaarsbijeenkomst

De nieuwjaarsbijeenkomst voor deelnemers wordt gehouden op zondag 9 januari van 13:00 tot 15:00 uur.

Vervallen krijgskunst 1 & 22 januari

Op 1 januari is Topfit gesloten. Daardoor zal de training niet doorgaan. Vanwege het verdiepiingsweekend krijgskunst in Hasselt zal de reguliere krijgskunststraining op zaterdag 22 januari vervallen. De meditatiestraining op zondagochtend gaat gewoon door.

Langere training Krijgskunst voor Kids

Vanaf deze maand zal de training met een half uur worden verlengd. De trainingstijd is vanaf heden dus 16:00 tot 17:30.

Dharmabericht 32

De Weg – leerlingenschap

De dichter-mysticus Rumi zei het al: "Halfhartigheid levert geen majesteit." Maar hoe engageert een mens zich met héél het hart? Hoe overwin je je terughoudendheid, trots, de vele aannames en gewoontes - het blinde idee dat het allemaal wel losloopt?

Meen je jezelf aan je eigen haren uit het moeras te kunnen trekken?

Heb je trouwens al eens overwogen dat jij, Grote Kwestie, helemaal niet omhoog gehesen hoeft te worden wanneer het moeras van zuigende beeldvorming voldoende gedempt wordt?

Hoe dan ook, wees je ervan bewust dat zonder hulp, zonder ontvankelijkheid, de Grote Kwestie gewoon de (onopgeloste) Grote Kwestie zal blijven.



[Lees hier het hele Dharmabericht...](#)



FEEST VIERNEN

(fragment intensieve training - zondag 26 dec. 2010; notulist: Birgitta Putters)

Feest vieren, wat is dat - en hoe doe je dat goed?

Feest is van oudsher een manier voor mensen om de diepte van hun bestaan uit te drukken, en zo ook de diepte van hun verbonden-zijn te beleven. Het besef van een wonderlijk, groots universum laat zich vieren als iets dat groter is dan onszelf, iets dat het particuliere overstijgt.

Het leven is zo veelsoortig en krachtig, daar kun je op allerlei manieren in opgaan. Samen vieren is, cultuur-historisch gezien, een eerste teken van bewustwording: men ziet in dat er iets is - sterven, liefde, gevaar - dat zich onttrekt aan de functionele dagelijksheid en geeft daar een naam aan. Een naam geven is een magische handeling, is heiligen. Als het benoemd is krijgt het een krachtiger werking en kun je de betekenis delen.

In oorsprong is het feest een ceremonieel gebeuren dat verbonden is aan een universeel herkenbaar proces of moment, zoals de oogst of de zonnwende. Ook geboorte, verbintenis en dood zijn verbonden aan de werking van het universum. Het zijn gebeurtenissen die betekenisvol gedeeld en gevierd kunnen worden. Hoe kernachtiger dit delen plaatsvindt, hoe meer het met recht een 'vieren' genoemd kan worden.

Gevoelens van vervreemding en isolement treden op wanneer het feest bestaat uit of omwille van formelere aanleidingen (vormen) - familiefeesten bijvoorbeeld. Het is dan vaak een oppervlakkiger delen, waarin uiterlijkheden het succes van het feest moeten benadrukken. Je kunt dan voor de keuze komen te staan of je 'eraan deelneemt'. Als dat zo voelt, is dat iets heel anders dan 'deelhebben' aan een feest. Deelhebben aan een feest dat gaande is, is thuis zijn in jezelf. Daarvoor hoeft je niet uitgenodigd te worden, daar wil je iedereen voor uitnodigen.

Het grootste vieren is een meest verfijnde feestelijkheid in jezelf, in stilte. Van daaruit kun je op een diep niveau delen en vieren met anderen - van een vormloos delen tot een feest met toeters en bellen. Hoe vormlozer en permanentier wij kunnen delen, hoe minder het feest nog nodig heeft.

Hoe meer je beseft dat het grootste feest - leven - voortdurend gaande is, hoe minder aanleiding er is om zelf een feest aan te richten. Je gaat zitten, neemt plaats in het feest. Zorg dat je komt.



Kom

*naar de boomgaard in de lente.
Er zijn licht en wijn en
liefjes tussen de granaatbloesems.*

*Kom je niet,
dan doet dit alles er niet meer toe.
Kom je wel,
dan doet dit alles er niet meer toe.*

Gedicht: Mowlana Jalaluddin Rumi

Verdiepingsweekend krijgskunst

22 & 23 januari in Hasselt (B)
aanmelden via secretariaat@stiltij.nl





© Frank Hoffman

KOPIJ NIEUWSBRIEF FEBRUARI

Kopij (oproepen, mededelingen, tips, expressie, etc.) voor de nieuwsbrief van januari graag inleveren voor 23 januari. Platte tekst per mail naar landau@stiltij.nl of bel 06-449.630.62.



Ondergesneeuwde akkers tegenover Stiltij in Moorveld

APPARTEMENT BESCHIKBAAR

Stiltij beschikt in Moorveld over een eigen appartement voor gasten: twee kamertjes, een douche en kookgelegenheid.

Dit verblijf is zeer geschikt voor wie zich enkele dagen wil terugtrekken in een inspirerende sfeer en natuurlijke omgeving. Ook een uitkomst voor logés die van verder komen en geen verblijfplaats hebben. Bel of mail voor reservering en de specifieke condities met secretariaat@stiltij.nl, 043-851.9555.



COLOFON

Stiltij is een oefencentrum voor de regio Zuid-Limburg. Stiltij stelt zich ten doel:

“Het realiseren van waarheid, zoals dat in alle authentieke spirituele tradities wordt beoefend”.

Voor deelname wordt een bijdrage van € 50,- per maand gevraagd. Alle Stiltij activiteiten en trainingen staan open voor deelnemers.

Ondersteuning van het werk van Stiltij op een vaste basis kan als vriend van Stiltij. Alle Stiltij activiteiten staan open voor vrienden.

De Stiltij nieuwsbrief verschijnt maandelijks en wordt digitaal verspreid, of, op verzoek, per post. Abonneren op de nieuwsbrief kan via het secretariaat.

Secretariaat: 043-851.9555 / 06-226.277.20
secretariaat@stiltij.nl
(Lieke van Dun)

Website: <http://www.stiltij.nl>

Adressen: Buitenplek
Stiltij – centrum Moorveld
Heerenstraat 75, Moorveld

Dojo stadsplek
TopFit (dojo souterrain)
Fr. Romanusweg 60, Maastricht



		Weektrainingen Meditatie	Krijgskunst	Expressie	Activiteiten
za	1		Topfit gesloten		
zo	2	10:00-12:00 kennismaking			
ma	3			19:30-21:30 kennismaking	
di	4	19:30-21:30			
wo	5		20:30-22:00		
do	6			19:30-21:30	
vr	7				
za	8		09:00-10:00		
zo	9	10:00-12:00			Nieuwjaarsbijeenkomst 13:00-15:00
ma	10		16:00-17:30 kids	19:30-21:30	
di	11	19:30-21:30			
wo	12		20:30-22:00		
do	13			19:30-21:30	
vr	14				
za	15		09:00-10:00		
zo	16	10:00-12:00			
ma	17		16:00-17:30 kids	19:30-21:30	
di	18	19:30-21:30			
wo	19		20:30-22:00		
do	20			19:30-21:30	
vr	21				
za	22				Verdiepingsweekend krijgskunst
zo	23	10:00-12:00			za 12:00 – zo 12:00
ma	24		16:00-17:30 kids	19:30-21:30	<i>Kosten: € 75,-</i>
di	25				<i>Locatie: dojo Herk Sport, Hasselt (B)</i>
wo	26	10:00-12:00	20:30-22:00		<i>Begeleiding: Ad van Dun</i>
do	27			19:30-21:30	
vr	28				
za	29		09:00-10:00		
zo	30	10:00-16:00 intensief			
ma	31		16:00-17:30 kids	19:30-21:30	