



John's Zen Nieuwsbrief

Innerlijke rust en inzicht

Mijn eerste blog

Beste <<Voornaam>> ,

Hieronder tref je mijn eerste blog :) Ik ben benieuwd naar je reactie.

Nog een fijne zondag!



Alle goeds en een hartelijke groet,

John de Weerd

"De schitterende helderheid van de geest"

Afgelopen zondag hadden we een zazenkai, een stiltedag in de stijl van zen. Alles dat we die dag doen gebeurt in stilte. Dus zowel de zazen (meditatie) periodes, de pauzes en de lunch zijn in stilte. Heel bijzonder om dat te ervaren. Tijdens de les op deze stiltedag werd er een tekst besproken. Dan wordt er natuurlijk wel gesproken en vindt enige uitwisseling plaats. Deze keer ging de les over de helderheid van de geest. Zenmeester Bankei omschrijft die geest als volgt:

*De dingen die voorbijkomen worden direct weerkaats
in de spiegel. Omdat de spiegel geen bewuste intenties
heeft, denkt hij er niet aan om de dingen die
voorbijkomen al dan niet te verwerpen; ook is er geen
gedachte om de beelden te verwijderen of vast te
houden.” “Spiegel”, Bankei 1622 – 1693.*

De dingen die voorbijkomen zijn mijn gedachten,
gevoelens, pijntjes, geluiden, etc. Bankei nodigt ons uit
om alles wat er voorbijkomt te weerkaatsen zoals een
spiegel dat zou doen. Hoe mooi [Lees hier verder](#)

Agenda 2023

[Share](#)[Tweet](#)[Forward](#)[Share](#)

Copyright © 2023 Ming Zen Centrum, All rights reserved.

Want to change how you receive these emails?
You can update your preferences or unsubscribe from this list.

