

‘Auf einen schönen Pfingsttag...’

OFFENER TAG

27 Mai 10.30 – 17.00

Eine wunderbare Gelegenheit, interessierte Freunde und Bekannte mit der Atmosphäre und dem Zenstil auf Noorder Poort in Kontakt zu bringen. Motiv und Ziel sollte nicht sein, Mitmenschen zum Meditieren zu drängen - aber wer weiss, vielleicht ist jetzt genau der anregende richtige Zeitpunkt für jemanden, den du kennst. Um sich in ungezwungenem Rahmen informieren zu können, wird auf Infotischen schriftliches Material zu verschiedenen Themen bereit liegen - Etwa: wie ist dieses Zentrum organisiert? Oder: Wie kann ich Freiwilligenarbeit leisten? Zudem bieten wir kurze Vorträge an und natürlich im Zendo auch Einführungen in Meditation – schliesslich ist dies das Herz des Zen-Zentrums.

Vortrag und Meditationsinstruktion sind Teil eines an diesem Tag zweimal angebotenen doppelstündigen Programms unter Leitung von Jiun Hogen Roshi, “Rundgang” genannt. Beginn der Rundgänge: 11.00h und 15.00h

Selbstverständlich wird die Freundesstiftung ebenfalls vertreten sein. Eine Anmeldung ist für diesen Tag nicht nötig. Kaffee, Tee, Brötchen und andere Leckereien aus der Noorder Poort Küche sind gegen kleinen Unkostenbeitrag im Angebot.



Tag der Offenen Tür 1996
(Fotos aus dem Archiv)



> Herausgeber

Stichting Vrienden van de Noorder Poort.
Adresse: Butenweg 1, 8351 GC, Wapserveen, Die Niederlande
Tel: (+31) 0521 321204 Fax: (+31) 0521 321412
Sekretariat: Sleutelsteeg 2A, 1381 CJ, Weesp, Die Niederlande
e-mail: svnp@zeninstitute.org

> Leserbeiträge

Die Redaktion behält sich das Recht auf Auswahl und Kürzung eingesandter Briefe vor. Einsendeschluss für die nächste Ausgabe ist der 1 August 2007.

> Impressum

Redaktion: Greetje Modana Rouw, Monique Leferink op Reinink, Moniek de Blij, Maja Blauw, Gabriele Fleckenstein und Mineke van Sloten
Gestaltung: Maja Blauw
Mitarbeit: Jiun Hogen, roshi, Doris Behrens, Nitiman, Shamini Yvonne und Marja Timmer
Drück: Loodswerk
Versand: Mary Rouw

> Förderer werden

Förderer der Freunde von Noorder Poort wird man einfach durch Überweisung eines jährlichen Beitrags an die Stiftung. Ihr könnt, je nach Möglichkeiten, eure Beitragshöhe jährlich neu definieren. Dem zweiten Freundesbrief jeden Jahres liegt auch ein Überweisungsträger bei.

Förderer aus Deutschland überweisen gebührensapend am besten auf das Konto des deutschen Fördervereins. (Förderverein Internationales Zenzentrum Noorder Poort, Kasseler Sparkasse BLZ 520 503 53, Kto. 200063481). Die Zusammenarbeit zwischen Förderverein und SVNP garantiert die Weiterleitung der Zuwendungen.

Bitte gebt bei Überweisungen als Zweck unbedingt das Stichwort SVNP an, sowie eure vollständige Postanschrift. Auf diesem Wege kann die Stiftung die Adressen der Förderer erfassen, die automatisch die je nächsten Freundesbriefe erhalten - und nur so erfährt der deutsche Förderverein, an wen auf Wunsch eine Spendenquittung zu adressieren ist.



Freunde von Noorder Poort

07 | 2007 Halbjährlicher Freundesbrief für Förderer der Stiftung “Freunde von Noorder Poort”

Jan Willem Reinike nahm am Neujahrsretreat teil

Die Früchte der Meditation

Nun wird es endlich Frühling. Die Vögel lassen sich morgens wieder hören, violette und gelbe Krokusse blühen im Gras. Vor mir liegt eine Frage, die man uns zum Abschied nach dem Neujahrsretreat mitgegeben hatte: Warum kommt ihr nach Noorder Poort? Darauf möchte ich gerne eine Antwort geben.

Vor einigen Jahren sahen Christien und ich eine Sendung vom Buddhistischen Kanal (BOS), in der Noorder Poort ausführlich zur Sprache kam. Wir erkundigten uns und beschlossen, zu einem Kennenlern-Retreat zu gehen. Da erlebten wir, wie eine kleine Gemeinschaft in Stille und mit Disziplin lebt - und das fühlte sich gut an, auch weil zwischen den Stilleperioden der nötige Humor hervorkam. In Stille zu leben, war nicht neu für mich. Am Anfang unseres gemeinsamen Lebens bekam ich von Christien ein Buch: ‘Still sein von Innen’. Ich lernte sie kennen als Frau, die Stille sucht und von da aus ihren Weg geht. Alle beide fühlten wir das Bedürfnis, das Jahr zurückgezogen in Stille zu beenden. Nachdem wir einen solch guten Eindruck von Noorder Poort gewonnen hatten, beschlossen wir am Neujahrsretreat teilzunehmen.

Kurz und intensiv

Ich bin kein Zenübender, aber Stille zieht mich an. Die Übung, innerlich still zu werden, räumt auf: sie lässt erkennen, was unsinnige Gedanken sind und gibt manchmal auch Antworten auf innere Fragen. Die Folge davon ist, dass du klarem Sprechen und Handeln näher kommst. Weniger Lärm im täglichen Leben zuzulassen, setzt uns in Stand, besser im gegenwärtigen Moment zu sein. Ein Neujahrsretreat ist kurz und intensiv, zumindest, wenn du dich nicht durch deinen Partner und nicht durch Impulse von anderen Teilnehmern ablenken lässt. An sich ist es ein Training, Signale aus der Umgebung zu filtern und einfach nur auf wesentliche Dinge zu reagieren. Wenn du dich darin übst, brauchst du weniger Worte, du lernst zupackender aufzutreten, bessere Entschlüsse und Entscheidungen zu treffen, weniger Dinge vor dir herzuschieben, Situationen klarer einzuschätzen und besser zuzuhören. Allesamt Früchte, die du aus der Meditation ernten kannst!

Drei Tage Meditation verlangen das Äusserste von deinem Körper - aber auch hier gilt: Wieviel Aufmerksamkeit schenkst du dem? Gehst du ganz in deinen Schmerzen auf oder kannst du dich



trotzdem auf das Wesentliche konzentrieren? Loslassen ist eine grosse Aufgabe! Dabei war das Motto des Neujahrsretreats auf Noorder Poort auch eine Unterstützung: 'Keine Spuren hinterlassen'. Während dieser drei Tage kamen wir in Kontakt mit Formen und Ritualen, an die wir uns erst gewöhnen mussten. Viele Worte und Namen stammen aus Japan. Handlungen wie Begrüßung, sich bedanken oder fragen, erfordern mancherlei Verneigungen, Verbeugungen und zuweilen ein ganz leises Flüstern. Was mir vor allem gut tat, war das Rezitieren einiger Verse vor den Mahlzeiten. Ich empfand dies als konfrontierend, weil du geradewegs auf dein Tun und deine Gewohnheiten hingewiesen wirst! Dann aber kannst du dir das so sorgfältig bereitete Essen schmecken lassen. Da fällt es nicht unbedingt leicht, dich mit den Portionen im Zaum zu halten.

Verschundene Barrieren

Auch Rezitationen sind Teil des Retreats. Unterstützt von Holztrommel und Klangschalen ist die Rezitation - ausgeführt in einem straffen Rythmus - eine herrliche Betätigung. Alle Energiepunkte (Chakren) werden durch die Atmung angeregt. Ich schreibe dies jetzt so leicht daher, aber rezitieren ist ganz und gar nicht einfach! Du musst dich gut konzentrieren und auf adäquate Weise atmen, sonst verlierst du den Faden - und ihn zurück zu gewinnen, das ist echt eine Herausforderung, zwischen all den ko's,

tju's und sjo-ku-to's! Alles zusammen heißt auf dich selbst zurückgeworfen werden, deine angenehmen und unangenehmen Seiten vor Augen geführt bekommen - ob du nun mit anderen meditierst, isst, Kinhin'st, abwäschst, putzt, aufräumst oder während der Pause ein Stückchen spazieren gehst - es ist kein Kinderspiel. Wie geht das eigentlich mit 28 Menschen zugleich?

Bei Ankunft zum Neujahrsretreat auf Noorder Poort gab es für alle Teilnehmer Kräutertee und Äpfel. Dabei konntest du dich mit anderen bekannt machen - und bei der Kennenlern-Runde nennen alle ihre Namen und erzählen kurz, wie sie mit Noorder Poort in Kontakt kamen. Ich hörte da die schönsten Namen, etwa 'Fruchtbarer Frieden' und 'Duft der Liebe'. Ich wollte so gerne fragen, warum jemand diesen Namen bekommen hat und was er für sie oder ihn bedeutet, habe den einen und die andere auch gefragt, aber keine wirklich befriedigende Antwort bekommen. Am Ende des Retreats, nach drei Tagen Schweigen, ist es, als seien Barrieren verschwunden. Es herrschen Fröhlichkeit, Erleichterung, eine gewisse Ausgelassenheit und Verbrüderung. In ausgelassener Stimmung erzählen wir über unsere Erfahrungen. Im Neuen Jahr scheint die Kommunikation lärmender als zuvor. Schade um die Stille.....

JanWillem Reinike

Mieke und Modana tijdens de Pilatesles

die Art und Weise, wie die Bewohner Zen üben - sehr interessant und aufschlußreich! Unsere Erfahrungen von außen konnten wir damit viel besser einordnen. Nun könnte man denken, das Zentraining führt, dazu, dass die Menschen des Zentrums ganz nach innen orientiert wären. Doch das ist keineswegs so! Die Bewohner von Noorder Poort sind vielmehr sehr sozial. Unsere alte Nachbarsfrau, die kaum mehr aus dem Haus kommt, wird regelmäßig besucht. Wenn Nachbarn Hilfe brauchen, klopfen sie nicht vergebens an. Und auch im Vereinsleben des Dorfes sind Bewohner von Noorder Poort aktiv. Der Schlittschuhverein hatte eine gute Vorsitzende in Modana Rouw. Umgekehrt bieten auch die Nachbarn Hilfe an, etwa bei der Gartenarbeit oder beim Bearbeiten der Weide rund um das Gebäude. Und ab und zu holt eine ganze Gruppe von Nachbarn gemeinsam Schulkinder, die für ein Zen- Einführungswochenende zum Noorder Poort kommen, vom Bahnhof ab und bringen sie auch wieder zurück.

Seit einigen Jahren kann man auf Noorder Poort an Bewegungskursen mit Modana Rouw teilnehmen. Sie begann mit einer Kombination von Yoga und Gymnastik, später kam Pilates dazu. Diese Bewegungskurse passen gut ins Konzept von Noorder Poort: sich gemeinsam der eigenen Übung widmen. Das ist eine



Foto: Jiun Hogen, roshi

angenehme und gesellige Angelegenheit, mit der Gruppe aktiver Menschen aus Dorf und Umgebung, die da zusammenkommt. Kürzlich standen wieder einmal viele Wagen auf den Wegen rund um den alten Hof. Da wurde ein Buch mit Vorträgen der Stifterin von Noorder Poort, der 1999 verstorbenen Prabhasa Dharma, Zenji vorgestellt. Monique Leferink op Reinink interviewte Jiun Hogen Roshi im großen Wohnzimmer über das von ihr zusammengestellte Buch und vor allem über ihre Meisterin. Was wir hörten, das ließ uns das Zenzentrum und seine Bewohner noch mehr verstehen und wertschätzen. Es ist schon was Besonderes, ihre Nachbarn zu sein!

Mieke Hamaker

Mieke Hamaker, Nachbarin von Noorder Poort :

Die Pferde verstanden: Unter flatternder Toga ein Mensch!

Von unserem Haus aus am "Midden" in Wapserveen schauen wir hinaus über die Weiden. Die weite Aussicht schließt auch die Silhouette des alten Bauernhofes ein, in dem sich Noorder Poort niedergelassen hat. Zuweilen ist erkennbar wenig los, ein andermal parken viele Autos und es müssen eine Menge Leute da sein. Wenn das der Fall ist: von Hektik und Lärm ist dennoch nichts zu merken. Am frühen Morgen, wenn der Wind günstig steht, hören wir den Gong, der draußen hängt. Er wird in einem charakteristischen Muster angeschlagen. Mittags hören wir den hohen Glockenschlag einer metallenen Röhre - und abends dann wieder den Holzgong. Manchmal zieht auf dem Weg durch die Weiden eine Gruppe in schwarzen Gewändern im Gänsemarsch entlang. Als wir denen zum ersten Mal

begegneten, waren wir zu Pferde und die Tiere reagierten reichlich unruhig auf die flatternden Togas. Aber die meisten der Togaträger grüßten uns, was den Pferden Ruhe gab: "Da ist also ein Mensch in dem flatternden Ding!"

Sozial aktiv

All diese Erfahrungen machten uns neugierig auf Noorder Poort und auf die Menschen, die dort wohnen. Zum Glück mussten wir nicht lange auf eine Gelegenheit zum Kennenlernen warten. Jedes Jahr organisiert der Noorder Poort nämlich einen Neujahrsempfang für das ganze Dorf. Da können sich alle treffen und einander ein Gutes Neues Jahr wünschen. Das erste Mal, als wir dorthin gingen, wurde uns viel vom Leben auf Noorder Poort erzählt und über

Ein neues Dach für Noorder Poort

Wir haben euch kürzlich einen Brief zugesandt, in dem wir euch bitten, euch mit einer Spende an den Kosten für einen Teil unseres neuen Reetdaches zu beteiligen - ist dieser Brief inzwischen bei euch im Altpapier gelandet? Das könnte ein gutes Zeichen sein, nämlich dass ihr euren Beitrag schon geleistet und die Überweisung getätigt habt. Oder liegt der Brief noch auf dem Stapel „Unerledigtes"? - Lasst ihn nicht zu lange dort liegen, solche Stapel lasten schwer auf dem Gewissen! Oder habt ihr gar keinen Stapel, aber unser Projekt im Kopf und fragt euch: Was kann oder will ich dazu beitragen? Wenn ihr unschlüssig seid, könnt ihr euch fragen, was das Dach von Noorder Poort für euch bedeutet, wofür ihr es eigentlich braucht. Die Antwort auf diese Frage kann überraschend sein. Wie sie auch sei, lasst sie uns wissen, natürlich nur, wenn ihr mögt. Aus euren Antworten könnten wir einen schönen Artikel für den Freundesbrief zusammenstellen. Wenn der Brief verloren gegangen ist - kein Problem. Schaut nach auf unserer Website www.svnp.org unter ‚Projekte‘. Dort könnt ihr euch auch über den aktuellen Stand des Projekts informieren und sehen, wie viele Quadratmeter von Noorder Poort schon „unter neuem Dach" sind. Im März 2008 sollen die Arbeiten abgeschlossen und das neue Reet angebracht sein. Alle Vorbereitungen dazu sind getroffen, wir freuen uns auf eine Reaktion eurerseits und sind voller Vertrauen auf ein gutes Gelingen!

Marriëtte Oostindiën



Die gelb eingefärbten Teile des Daches sind bereits finanziert. Wir hoffen, dass zu Beginn des Jahres 2008 das gesamte Dach gelb eingefärbt ist.