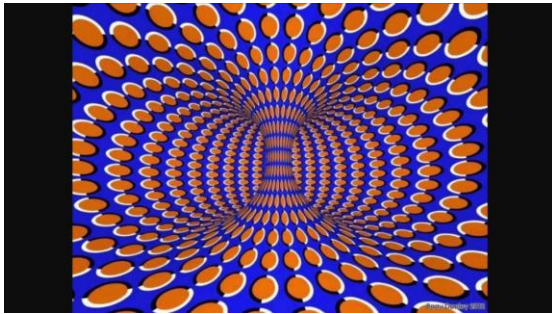
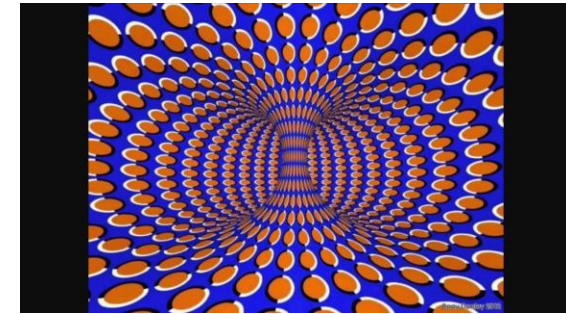




DEEL 2 Aangename Emoties - Les 10: Geluk

1. De dood geeft ons een vingerwijzing naar de essentie van het leven. (p38)
2. De beoefening van aandacht in eenzaamheid en stilte doet de essentie aan de oppervlakte komen. (p38)
3. Illusie is een belangrijk spiritueel thema. In veel religies wordt met scheve ogen gekeken naar de aardse geneugten. Daar wordt beheersing gepredikt en onthouding.. (p38)
4. 'Zoek de waarheid niet, snijdt de illusies niet af', zegt een oude zenwijsheid. (p38)
5. Waarom wordt in zen de illusie niet geschuwd? En waarom wordt de waarheid niet gezocht? De reden is simpelweg dat je door hierin onderscheid te maken, een nieuwe tweespalt schept die de basis legt voor een spiritueel luchtkasteel dit keer. (p38)
6. Dan zoekt de beoefenaar zijn hele leven naar de waarheid, niet beseffende dat juist dit zoeken hem ervan afhoudt het te vinden. (p38)
7. Zen richt zich op de diepte van de zee zonder de golven aan de oppervlakte te willen vermijden of veroordelen. (p38)
8. Het leven kan eruit zien als een wedstrijd die gewonnen moet worden, die als je de weg kwijtraakt, verwordt tot een zwerftocht waarin je stuurloos heen en weer wordt geslingerd en de kern van het bestaan als leeg ervaart. (p39)
9. Er schuilt een opmerkelijke paradox in de zoektocht naar geluk: als je het verlangen naar geluk loslaat, komt het juist binnenstromen. Het is echter van een andere kwaliteit. Het zijn niet de juichkreten en genotsgolven die vooroplopen, het is de vreugde van het simpele, het geluk van het zijn. (p39)



DEEL 2 Aangename Emoties - Les 10: Geluk

1. De dood geeft ons een vingerwijzing naar de essentie van het leven. (p38)
2. De beoefening van aandacht in eenzaamheid en stilte doet de essentie aan de oppervlakte komen. (p38)
3. Illusie is een belangrijk spiritueel thema. In veel religies wordt met scheve ogen gekeken naar de aardse geneugten. Daar wordt beheersing gepredikt en onthouding.. (p38)
4. 'Zoek de waarheid niet, snijdt de illusies niet af', zegt een oude zenwijsheid. (p38)
5. Waarom wordt in zen de illusie niet geschuwd? En waarom wordt de waarheid niet gezocht? De reden is simpelweg dat je door hierin onderscheid te maken, een nieuwe tweespalt schept die de basis legt voor een spiritueel luchtkasteel dit keer. (p38)
6. Dan zoekt de beoefenaar zijn hele leven naar de waarheid, niet beseffende dat juist dit zoeken hem ervan afhoudt het te vinden. (p38)
7. Zen richt zich op de diepte van de zee zonder de golven aan de oppervlakte te willen vermijden of veroordelen. (p38)
8. Het leven kan eruit zien als een wedstrijd die gewonnen moet worden, die als je de weg kwijtraakt, verwordt tot een zwerftocht waarin je stuurloos heen en weer wordt geslingerd en de kern van het bestaan als leeg ervaart. (p39)
9. Er schuilt een opmerkelijke paradox in de zoektocht naar geluk: als je het verlangen naar geluk loslaat, komt het juist binnenstromen. Het is echter van een andere kwaliteit. Het zijn niet de juichkreten en genotsgolven die vooroplopen, het is de vreugde van het simpele, het geluk van het zijn. (p39)