

JAARGANG 16 | NUMMER 1 | JUNI 2010



SANGH KIRAN

EEN UITGAVE VAN HINDU SWAYAMSEVAK SANGH



DHARMRAADJ YUDDHISHTHIR

Yuddhishtir (युधिष्ठिर) was de oudste van de vijf Pandav's (पाण्डव): Yuddhishtir, Bhim, Arjun, Nakul en Sahadev. Zij waren vijf broers, genoemd naar hun vader Pandu. Zij hadden allemaal goede eigenschappen. De Pandav's hadden honderd neefjes, de Kaurav's (कौरव), waarvan de oudste Duryodhan (दुर्योधन) erg gemeen was. Allen waren prinsen van een groot en machtig koninkrijk, waarvan Hastinapur (हस्तिनापुर) de hoofdstad is.

Hoewel Yuddhishtir koning van Hastinapur zou moeten worden, wilde Duryodhan dit uit haat voor de Pandav's niet. Hij beraamde slechte plannen om de Pandav's te vermoorden. Een keer had hij Bhim (भीम) vergiftigd en in de rivier gegooid. Een andere keer had hij hun huis in brand laten steken. Tijdens het dobbelen hadden de Kaurav's vals gespeeld en moesten de Pandav's voor dertien jaren naar het woud gaan.

Wanneer Duryodhan zijn gemene plannen uitvoerde, werden Bhim en Arjun steeds kwaad en wilden wraak nemen. Zij ergerden zich aan het gedrag van Duryodhan. Yuddhishtir had goede gedachten en handelde uit het belang van de hele familie. Hij hield zijn broertjes in bedwang en zo liet hij de ergernis en boosheid van zijn broertjes niet tot uiting brengen. Een oorlog zou immers ondenkbare schade veroorzaken aan de hele familie. Yuddhishtir blijft zijn neefjes al het kwade dat zij doen vergeven. Wanneer aan Yuddhishtir gevraagd wordt wat hij denkt dat dharm (धर्म) is, antwoordt hij:

क्षमा ही धर्म है
Kshamaa hi dharm hai
Dharm is vergeven

Alhoewel Yuddhishtir nooit een oorlog met de Kaurav's wilde voeren, had hij het uiteindelijk toch gedaan. Alleen de dood van de gemene Duryodhan zou Hastinapur kunnen redden van dit

kwaad. Yuddhishtir dacht dus goed na en stemde uiteindelijk (ook na uitleg van Shri Krishna (श्री कृष्ण)) toch toe, omdat deze oorlog een Dharm-yuddh (धर्मयुद्ध) zou zijn. Hij wilde wel strenge regels hebben voor het voeren van de oorlog. Hij stelde dat ongewapende soldaten niet aangevallen mochten worden, dat er alleen soldaten van gelijke rang en positie tegen elkaar mochten vechten, dat een gevecht alleen één tegen één mocht zijn en dat er voor zonsopgang en na zonsondergang niet meer gevochten mocht worden.

Hoewel het leger van de Kaurav's akkoord ging met deze regels, hadden de Kaurav's zich niet aan de regels gehouden toen zij Abhimanyu (अभिमन्यु) met zeven man tegelijk aanvielen en hem vermoordden toen hij ongewapend was. De Pandav's hadden zich wel aan de regels gehouden en hadden de oorlog gewonnen.

Na deze oorlog en na vele jaren van heerschappij trokken de Pandav's samen met hun moeder Kunti (कुन्ति) en vrouw Draupadi (द्रौपदी) naar het Himalaya gebergte (हिमालय पहाड़). Naarmate zij hoger kwamen, overleden de Pandav's één voor één, omdat een ieder van hen wel eens slechte daden had verricht tijdens hun leven. Alleen Yuddhishtir bleef leven en mocht met zijn lichaam in de hemel komen, omdat hij altijd goede dingen gedacht en gedaan had tijdens zijn leven.

Yuddhishtir werd door iedereen Dharmraad (धर्मराज) genoemd. 'Dharm' kun je zien als al het goede, wat je in jezelf moet opnemen en 'raad' betekent dat je de beste bent hierin, de koning hiervan bent. Yuddhishtir was dus de beste in het opnemen van al het goede in zichzelf. Om deze reden is Dharmraad Yuddhishtir een groot voorbeeld voor ons. Door de goede eigenschap van Yuddhishtir ons eigen te maken, kunnen ook wij een leven lijden volgens Dharm en dus altijd het juiste doen op het juiste moment.



HINDU SANSKRITI - DEEL 1

Hindu Sanskriti (हिन्दु संस्कृति) krijgt bewondering en respect van de gehele wereld vanwege de filosofische en heldere betekenis. Dit artikel behandelt in simpele termen de schoonheid van onze cultuur. Bijna alle Hindu tradities en gebruiken hebben een wetenschappelijke, logische, historische, sociale en/of spirituele betekenis. Het begrijpen van onze eigen tradities leidt tot begrip van anderen. Zonder begrip leiden onze tradities tot het mechanisch opvolgen van instructies, wat kan leiden tot misvattingen of bijgeloof en op den duur zelfs tot het verwateren van onze cultuur.

Een unieke eigenschap van Hindu Sanskriti, is dat het zichzelf kan ontwikkelen. Overbodige gebruiken worden langzamerhand losgelaten zoals het offeren van dieren en onaanraakbaarheid. Onze Sanskriti verandert continu om het beste te halen uit deze moderne technische tijd zonder de wortels te verliezen. Vanwege dit aanpassingsvermogen, leeft de oudste beschaving ter wereld voort. In de Sangh Kiran zullen telkens bepaalde rituelen en gebruiken van de Hindu's worden belicht.

1. Waarom steken we een Diya aan?

In de meeste Hindu families wordt er dagelijks een Diya (दिया) aangestoken bij een altaar van Bhagwan (भगवान्). In sommige huizen wordt de Diya 's ochtends aangestoken, en in andere huizen 's ochtends en 's avonds. In enkele gezinnen brandt de diya altijd, dit wordt Akhanda Deepa (अखंड दीप) genoemd. Alle belangrijke momenten zoals dagelijkse Puja, rituelen, festivals en sociale aangelegenheden beginnen met het aansteken van de Diya.

Licht symboliseert kennis, en duisternis symboliseert onwetendheid. Bhagwan is de bron van alle kennis (चैतन्य = Chaitanya). Hierom wordt het licht aanbeden alsof het Bhagwan is. Kennis verwijdert onwetendheid, net zoals het licht de duisternis verwijdert. Tevens is kennis een

langdurige innerlijke kracht, waarmee voorspoed en welvaart verkregen kan worden. Daarom steken wij het licht aan en buigen ervoor, want het is de grootste vorm van kracht. Kennis ondersteunt al onze handelingen, ongeacht de aard van de handelingen. Dit is de reden dat we een diya aansteken, als getuigenis van onze gedachten en handelingen.

Waarom steken we een Diya aan en geen gloeilamp of TL-buis? Dat zou ook de duisternis verwijderen. Maar de traditionele olielamp heeft een diepere spirituele betekenis. De olie of Ghee symboliseert Vaasanas (वासना) of negatieve kenmerken en het ego. Wanneer we verlicht worden door spirituele kennis, zullen de vaasanas langzamerhand uitputten en zal de ego ook verdwijnen. De vlam van een lamp brandt altijd naar boven toe. Op deze manier dienen wij ook kennis te gebruiken voor het realiseren van hogere idealen. Een enkele Diya kan duizenden andere aansteken. Op deze manier kan een enkel mens zijn kennis geven aan vele andere mensen. Hoewel de Diya meerdere lichten aansteekt, wordt haar eigen schittering er niet minder op. Op dezelfde manier wordt kennis er niet minder op door te delen met anderen. In tegendeel, het vergroot de helderheid en de overtuiging om te delen. Zowel de ontvanger als de gever hebben er voordeel aan.

दीपज्योतिः परब्रह्म दीप सर्व तमोपहः ।
दीपन साध्यते सरं संध्या दीपो नमोस्तुते ॥

*Deepajyotih parabrahma,
deepa sarva tamopahaha,
Deepana saadhyate sarvam,
Sandhyaa deepo namostute.*

Ik buig voor de lamp, wiens licht gelijk staat aan de hoogste kennis. Het licht neemt de duisternis van de onwetendheid weg, zodat wij alles kunnen bereiken in het leven.



DIYA, MANDIR & NAMASKAR

2. Waarom hebben we een Mandir in huis?

De meeste Hindu families hebben een mandir (मन्दिर) of een altaar in hun huis. Een Diya wordt aangestoken en Bhagwan wordt aanbeden. Andere spirituele zaken zoals jap (जप = het herhalen van de naam van Bhagwan), meditatie, het lezen van de geschriften en het zingen van mantra's, Bhajanas en Kirtans worden meestal in deze ruimte gedaan. Tijdens bijzondere gelegenheden, zoals een Hindu Utsav of mijlpalen zoals een verjaardag of afstuderen, komt het gezin ook bij elkaar in de Mandir. Elk lid van het gezin, jong en oud, kan in de Mandir Bhagwan vereren, waardoor het gezin met elkaar verbonden wordt op spiritueel niveau.

Bhagwan heeft alles om ons heen gecreëerd. Hij is daarom de daadwerkelijke eigenaar van het huis waarin wij leven. Wij zijn slechts tijdelijke bewoners van zijn creatie, en wij zorgen voor Zijn huis. Als het Hindu gezin dit concept nog niet begrijpt, dienen ze Bhagwan minstens te beschouwen als een belangrijke gast in het huis, die wij te allen tijde verwelkomen en verzorgen. De Mandir herinnert ons eraan dat Bhagwan overal aanwezig is, ook in ons huis. Dagelijkse verering in de Mandir zorgt voor een intensieve band met Bhagwan.

Elke kamer in een huis heeft een specifieke functie. De keuken is bestemd om gerechten klaar te maken, de slaapkamer is bestemd om te rusten en de logeerkamer is bestemd voor gasten. De meubels, de apparatuur en alle andere zaken van een kamer dragen bij aan de functie. Daarom hebben wij ook voor onze gebedsdiensten een aparte en reine ruimte nodigen, die de functie van verering vervult. Alle gebeden en positieve gedachten verzamelen zich in dezelfde ruimte en dit heeft vervolgens een positieve invloed op het gezin. Zelfs als we moe of geïrriteerd zijn, kunnen we door te zitten in de Mandir weer rust vinden en ons zelf spiritueel opladen. Om deze redenen is het belangrijk dat elke Hindu een Mandir in huis heeft.

3. Waarom zeggen we Namaskar?

Hindus groeten elkaar met Namaskar (नमस्कार), Ram Ram, Namaste, Jai Shri Krishna, Sat Sri Akaal en vele andere manieren. De twee handen worden voor de borst gevouwen, waarbij het hoofd buigt terwijl wij Namaskar zeggen. Namaskar is bestemd voor een ieder, voor jong en oud, voor familie en voor vreemden. Er zijn verschillende vormen van begroetingen beschreven in de Hindu Shastra's (शास्त्र = geschriften), waarvan Namaskar één voorbeeld is.

Namaskar of Namaste (नमस्ते) kan zowel een formele als informele groet zijn. Er zit echter veel meer achter dan men in de eerste instantie zou denken. Het woord 'Namaste' is opgebouwd uit twee Sanskriet woorden, namelijk 'Namah' (नमः) en 'Te' (ते). Het betekent 'Ik buig voor u' en 'Ik groet u'. Namah betekent letterlijk 'na ma' (niet ik). De spirituele betekenis hiervan heeft nadruk op het verkleinen van het ego door niet aan onszelf te denken.

Een echte ontmoeting tussen twee mensen is een ontmoeting van hun gedachten. Wanneer we elkaar groeten en wij zeggen Namaste of Namaskar, zeggen wij ook 'Moge onze gedachten elkaar ontmoeten'. Het buigen van het hoofd staat symbool voor vriendschap, liefde en nederigheid (विनम्रता). De spirituele betekenis gaat zelfs nog dieper. De levenskracht (प्राण) in ons alleen komt uit dezelfde bron. Door onze handen te vouwen en ons hoofd te buigen, erkennen wij het goddelijke in de ander. Daarom wordt regelmatig ook de naam van Bhagwan gebruikt bij het groeten, zoals Ram Ram (राम राम) en Jai Shri Krishna (जै श्री कृष्ण).

Nu wij ons bewust zijn van de achterliggende gedachte van Namaskar, weten wij dat onze begroetingen alles behalve oppervlakkig zijn, en juist een diepere band van liefde en respect (आदर) tussen mensen versterken.



DRAUPADI

Draupadi was de dochter van Panchala-naresh Drupad (पांचालनरेश द्रुपद = koning van Panchala) en de vrouw van de vijf Pandav's (पाण्डव). Ze staat ook bekend onder de namen Krishnaa (कृष्णा = donker van kleur), Yajnaseni (याज्ञसेनि = geboren uit het vuur van een Yagya) en Panchali (पांचाली = prinses van het koninkrijk Panchala). Als een symbool van zowel kracht (शक्ति = shakti) als devotie (भक्ति = bhakti) was Draupadi een van de meest standvastige, dappere en sterkste karakters in de Mahabharat (महाभारत). Ondanks het feit dat ze opgroeide en trouwde in machtige koninklijke families, doorging ze veel moeilijkheden in haar leven. Deze problemen wist ze echter altijd te overwinnen en daarom zal Draupadi altijd herinnerd worden als de moedige prinses die standvastig bijdroeg aan de bescherming van Dharm (धर्म).

Keer op keer liet Draupadi zien dat ze de moed had op te komen voor rechtvaardigheid. Eén van de hoogtepunten van de Mahabharat deed zich voor toen de kroonprins Duryodhan de oudste Pandav Yuddhishtir uitdaagde voor een dobbelspel. In dit spel won Duryodhan door vals te spelen Yuddhishtir's rijkdom, koninkrijk, broers en uiteindelijk ook Yuddhishtir zelf. Als laatste uitweg om zijn verloren eigendommen terug te winnen gebruikte Yuddhishtir Draupadi als inzet, maar verloor het spel weer. De broer van Duryodhan, Dushaasan, sleurde de prinses toen met geweld naar de hofzaal, waar Draupadi diep beledigd werd door Duryodhan, Karna, Dushaasan en Shakuni. Op bevel van zijn kroonprins probeerde Dushaasan haar zelfs te ontkleden voor iedereen, maar Shri Krishna (श्री कृष्ण) beschermde haar eer door haar een oneindige sari te schenken. In het hof waren vele belangrijke mensen aanwezig, zoals Bheeshma, Drona, Vidur, Kripa en de Pandava's, maar niemand was in staat op te komen voor Draupadi. Daarom eiste zij zelf haar rechtvaardigheid op van het hele hof.



Draupadi wordt soms bekritiseerd te zelfzuchtig geweest te zijn, omdat ze naar wraak verlangde voor wat haar was aangedaan. Als we echter beter nadenken over haar handelingen kunnen we de conclusie trekken dat dit niet waar is.

Het eerste voorbeeld van haar onzelfzuchtigheid (निःस्वार्थ = ni-swaarth) komt na het dobbelspel naar voren. Panchali was woedend op degenen die stil waren gebleven terwijl zij voor iedereen vernederd werd en stond op het punt iedereen in het paleis te vervloeken. Koning Dhritraashtra was erg bang hiervoor en bood haar daarom oneindig veel wensen aan, maar de prinses wenste alleen de vrijheid van de Pandav's en vroeg om hun wapens. Meer dan dit vragen vond Draupadi hebzuchtig, en zei dat de Pandav's met hun vrijheid in staat zijn alles wat zij nodig hebben terug te krijgen door hun eigen handelingen (कर्म = karma).

बोलती गुफा

Aan het einde van de Mahabharat oorlog (युद्ध = yuddha) zien we een tweede voorbeeld van een onbaatzuchtige daad. Als de vijf zoons van Draupadi in hun slaap worden vermoord door Ashwatthama, belooft Arjun deze laffe daad te wreken. Als Arjun de moordenaar van haar zoons voor haar neergooit, groet Draupadi hem eerbiedig met 'namaskaar' (नमस्कार). Uit medeleven en belangeloosheid zegt ze tegen Arjun: "Bevrijd hem uit zijn gevangenschap. Bezorg zijn moeder niet ook zoveel pijn en verdriet als dat ik nu voel door het verliezen van mijn kinderen." Draupadi stond het doden van Ashwatthama niet toe, omdat ze vond dat zijn dood niet nodig was voor een hoger doel en dat zo een daad alleen uit eigen wraak zou zijn.

Zulke voorbeelden laten ons eigenschappen zien waar we veel uit kunnen leren. Draupadi was erg vastberaden, standvastig, kende geen vrees en stond altijd klaar om goede mensen te helpen. Ze verdroeg meer moeilijkheden dan dat wij ons kunnen voorstellen, maar haar vertrouwen in Bhagwaan en sterk karakter gaven haar de kracht om alles te doorstaan. Draupadi stond altijd aan de kant van Dharm en nam nooit beslissingen uit eigen belang. Al deze kwaliteiten zorgen ervoor dat Draupadi altijd een bron van inspiratie zal zijn en dat de men haar eeuwig als ideaal zal beschouwen.



एक भूखा शेर शिकार की खोज में जंगल में घूम रहा था। घूमते-घूमते वो थक गया। उसकी भूख भी बढ़ गई। अकस्मात् उसे एक गुफा नज़र आई। शेर ने सोचा कि इस गुफा में ज़रूर कोई जानवर रहता होगा। अच्छा हो मैं उस झाड़ी में छिप जाऊं। ज्यों ही वह निकलेगा मैं उसे धर दबोचूंगा।



शेर ने काफी देर तक गुफा के बाहर इंतज़ार किया, मगर कोई भी जानवर वहाँ से बाहर नहीं आया। तब शेर ने सोचा कि लगता है जानवर इस गुफा में ना होकर कहीं बाहर गया है। इस लिये उसे गुफा के अन्दर जाकर उसका इंतज़ार करना चाहिए। जैसे ही वह गुफा के अन्दर आएगा वह उसे खा जाएगा। ऐसा सोचकर शेर गुफा के अन्दर जाकर छिप गया।

उस गुफा में एक गीदड़ रहता था। थोड़ी देर बाद वह वापस आया तो उसे गुफा के बाहर किसी के पैरों के निशान दिखाई दिये। उसे यह निशान किसी बड़े एवं खतरनाक जानवर के प्रतीत हुए। उसे किसी खतरे का एहसास हुआ। गीदड़ बहुत चालाक और सयाना था। उसने सोचा कि गुफा में जाने से पहले देखे मामला क्या है। उसने जोर से गुफा को आवाज़ लगाई - 'गुफा! ओ गुफा!' लेकिन जवाब कौन देता ? गीदड़ ने फिर आवाज़ लगाई - 'अरे मेरी गुफा, तू जवाब क्यों नहीं देता? आज तुझे क्या हो गया ? हमेशा मेरे लौटने पर



तू मेरा स्वागत करती है। आज क्या हो गया? अगर तुने जवाब न दिया तो मैं किसी दूसरा गुफा में चला जाऊंगा।'

गीदड़ की बात सुनकर शेर ने सोचा कि यह गुफा तो बोलकर गीदड़ का स्वागत करती है। आज मेरे यहाँ होने की वजह से शायद डर गई है। अगर गीदड़ का स्वागत नहीं किया तो वह चला जाएगा। ऐसा विचार कर शेर अपनी भारी आवाज़ में जोर से बोला - 'आओ, आओ मेरे दोस्त, तुम्हारा स्वागत है।' शेर की आवाज़ सुनकर गीदड़ वहाँ से भाग गया।



DE JONGEN EN DE APPELBOOM

Heel lang geleden was er een mooie appelboom. Een klein jongetje hield er heel erg veel van om naar de boom toe te komen en er iedere dag te spelen. Hij klom naar het allerhoogste punt van de boom, at vaak de appels die eraan hingen en viel na het spelen vermoeid in slaap in de schaduw van de boom. Hij hield erg veel van de boom en omgekeerd vond de boom het ook erg fijn om te spelen met het lieve kindje.

Naarmate de tijd verstreek en de kleine jongen opgroeide, speelde hij niet meer iedere dag bij de boom. Op een dag kwam de jongen weer naar de boom toe met een droevig gezicht. "Kom eens met me spelen," zei de boom opgewekt aan de jongen. "Ik ben geen klein kindje meer, ik speel niet meer bij bomen zoals ik dat vroeger deed," antwoordde de jongen. "Ik wil graag speelgoederen hebben en ik heb geld nodig om ze te kopen."

De boom vond het niet leuk om de jongen van wie hij zoveel hield verdrietig te zien en zei: "Het spijt me heel erg, ik heb geen geld ... maar je kunt mijn appels plukken en ze verkopen om wat geld te krijgen." Toen de jongen dit hoorde was hij erg

blij. Hij plukte al de appels die aan de boom hingen en vertrok erg gelukkig naar de markt om ze te verkopen. Nadat de jongen de appels had geplukt kwam hij niet meer terug. Dit maakte de boom erg verdrietig.

Op een dag kwam de jongen weer terug, dit vrolijkte de boom heel erg op. "Kom je met me spelen?" vroeg de boom vol verwachting. "Ik heb geen tijd om te spelen. Ik moet werken voor mijn gezin. We hebben een huis nodig voor onderdak. Kun je mij helpen hiermee?" "Sorry, ik heb geen huis, maar je kunt wel mijn takken eraf hakken om jou huis mee te bouwen." De jongen hakte al de takken af van de boom en vertrok erg gelukkig. De boom was blij om de jongen gelukkig te zien, maar de jongen kwam hierna niet meer terug. De boom was nu weer eenzaam en verdrietig.

Op een warme zomerdag keerde de jongen weer terug en de boom was erg blij hem weer te zien. "Kom met me spelen," zei de boom opgewekt aan de jongen. Hierop antwoordde de jongen: "Ik ben droevig en ik word oud. Ik wil graag gaan varen op de zeeën en oceanen, maar ik heb geen boot. Heb



jij een boot voor me?" "Gebruik mijn stam maar om je boot te bouwen. Dan kun je ver weg varen en gelukkig zijn." Dus de jongen hakte delen van de stam af zodat zijn boot gemaakt kon worden. Hij ging varen en kwam niet meer terug voor een heel lange tijd.

Uiteindelijk keerde de jongen terug, nadat hij weg was geweest voor heel veel jaren. "Sorry, mijn jongen, maar ik heb niets meer voor je," zei de boom bedroefd. "Er groeien geen appels meer aan me die je kan eten..." "Ik ben te oud geworden en ik heb geen tanden meer om te bijten," zei de jongen hierop. "Ik heb ook geen goede stam en takken meer voor je waarop je kunt klimmen om te spelen..." "Daar ben ik veel te oud voor geworden," gaf hij als antwoord. "Ik kan je echt niets meer geven. Het enige wat ik nog heb zijn mijn stervende wortels," zei de boom met erg veel verdriet. "Ik heb nu niet veel nodig, alleen een plaats om te rusten. Ik ben moe geworden na al deze jaren," antwoordde de jongen tegen de boom. "Dat is goed! Oude boomwortels zijn de beste plek om te leunen en te rusten. Kom maar bij me zitten en rust maar uit." De jongen zat neer en de boom was erg blij en glimlachte met tranen ...

Dit is het verhaal van veel mensen, waar de boom onze ouder is. Als we nog klein zijn houden we er erg veel van om met onze moeder en vader te spelen. We groeien op en verlaten ons ouders hun huis, waarna we soms alleen terugkeren als we iets nodig hebben of als we problemen hebben. Het lijkt misschien erg gemeen hoe de jongen in dit verhaaltje de boom behandelt die hij ooit zo erg liefhad, maar in feite doen vele mensen dit ook door hun ouders niet genoeg te waarderen. Het maakt niet uit wat er gebeurt, onze ouders zullen er altijd voor ons zijn en ze zullen je alles geven wat ze hebben om je gelukkig te maken. Vergeet zelf nooit hoe belangrijk je ouders zijn voor je en blijf ze altijd met respect en eerbied behandelen, want ze zullen er misschien niet voor altijd zijn ...

*Bij elkaar komen is het begin,
bij elkaar blijven is de vooruitgang,
maar met elkaar samenwerken is pas succes.*

Als er een bepaald werk gedaan moet worden door een aantal mensen, dan zijn er drie stappen op weg naar het succes. Het eerste stap is bij elkaar komen. Dit is het allereerste begin. Je hebt nog niets bereikt, want je bent als groep nog niet begonnen aan je taak. De mensen in de groep leren elkaar hier kennen. Wanneer zij elkaars gebreken en meningen accepteren, kunnen ze bij elkaar blijven en zal het werk vorderen. Maar het werk zal pas afgerond kunnen worden, als zij succesvol kunnen zijn. Gedachten en de handelingen van alle individuen binnen de groep moeten min of meer op één lijn liggen, want alleen dan kunnen ze met elkaar samenwerken. Met elkaar kunnen samenwerken is dus een stap, die je als groep langzamerhand bereikt. Daarvoor zul je eerst bij elkaar moeten komen en bij elkaar moeten blijven.

Een goed voorbeeld van samenwerking is ons lichaam. In ons lichaam heeft ieder orgaan of lichaamsdeel een bepaalde functie. Ieder orgaan moet zijn eigen taak goed vervullen, anders wordt het hele lichaam ziek en hebben ook de andere lichaamsdelen hier last van. Maar voordat het zover komt, zullen de gezonde organen harder werken en proberen de taak van het zieke orgaan gezamenlijk zo goed mogelijk over te nemen, zodat deze kan rusten en snel kan herstellen. Verder vullen de verschillende lichaamsdelen elkaar aan en werken ze elkaar niet tegen. Er is een perfecte samenwerking tussen de organen en zij zijn heel goed op elkaar afgestemd. Voor een goede samenwerking zou iedere persoon zich moeten voorstellen alsof hij een orgaan is van de groep die samen het lichaam voorstellen.



PUZZELS & RAADSELS

Vul het diagram zó in dat alle Hindi cijfers van 1 tot 9 slechts één keer voorkomen in alle horizontale rijen, verticale rijen en in elk hokje (de vierkantjes van 3x3).

Tip:

१ = 1

२ = 2

३ = 3

४ = 4

५ = 5

६ = 6

७ = 7

८ = 8

९ = 9

			५	९	२			
				४		७	६	
	३	९	२					
	९	३		९				
८				६				४
	४					२	७	९
६					७	९		८
			८	५				
५	७					९		

HERSENKRAKERS

- Stel je bent een taxichauffeur. Je vertrekt met 3 swayamsevaks vanuit Spardhaa naar Shravan Shakha, daar stapt 1 persoon er uit en stappen er 2 personen in. De taxi gaat dan naar Rana Pratap Shakha waar er weer 2 passagiers uit stappen. Vanaf hier gaat hij verder naar Hanoeman Shakha om daar 1 persoon af te zetten. Vervolgens gaat hij door naar Skand Shakha, waar hij 3 passagiers ophaalt en er niemand uitstapt. Het is al 12 uur als hij naar Kalyan Shakha gaat om 1 passagier op te halen waar er ook 2 passagiers willen uitstappen. De chauffeur vraagt of het goed is dat hij even stopt bij de bloemenkraam bij de Haagse Markt om een bloemetje te halen van € 6,50. Aangekomen bij Parvati Shakha stappen de overige passagiers uit. En nu de vraag: Hoe oud is de taxichauffeur?
 - Ashis rent de eerste helft van een weg 5 km per uur. Daarna fietst hij de laatste helft van de weg 10 km per uur. Wat is zijn gemiddelde snelheid in km per uur?
 - Een terrorist die betrokken was bij de aanslagen in Mumbai wordt veroordeeld tot de doodstraf. Hij heeft de keuze uit drie kamers:
 - De eerste kamer staat constant in brand.
 - De tweede kamer zit vol met zwaar bewapende sluipmoordenaars.
 - Dederde kamer zit barstensvol woesterroofdieren die al 2 maanden niets hebben gegeten.

Welke kamer moet hij nu nemen?
 - Op de zuidoever van een brede, wilde rivier staat een tijger, een buffel en een tros kousenband. Zij moeten naar de overkant. Er is een boot waar hoogstens 1 dier/groente tegelijk in past. Zodra echter de tijger en de buffel alleen zijn, eet de tijger de buffel op! En zodra je de buffel en de tros kousenband alleen laat, eet de buffel de tros kousenband op.
- Hoe kan dit vervoer plaatsvinden zonder dat er iemand/iets wordt opgegeten?

SHRI KRISHNA & YASHODA



VERSLAG SAMITI SPARDHAA 2010

Namaskaar,

Mijn naam is Riddhi, ik ben 13 jaar oud en ik zit op Parvati Shakha. In dit verslag zal ik kort wat vertellen over de Spardhaa die gehouden werd op 11 april 2010.

Op de dag zelf gebeurde er, net als elke gewone Shakha-dag, erg veel leuks. Na Aachar Vibhaag volgden we een programma dat van Sangh gescheiden was. In het bijzijn van de jury hebben we verschillende onderdelen gedaan. Alles wat we deden werd beoordeeld, vooral de samenwerking en omgang met anderen. We deden onderdelen zoals Vyayaam, hierop werden we per Shakha beoordeeld. Ook kregen we (Maha)khels, Suryanamaskaar, workshops en nog veel meer. Dit was erg leerzaam en ook heel erg leuk. Van al deze onderdelen vond ik de workshops toch het leukst, omdat je opdrachten kreeg om zelf iets uit te voeren, zoals een toneelstuk of een Geet voordragen.

Er stond ook een Geet-competitie op het programma, waarbij iedere Shakha apart een Geet Pradarshan voordroeg aan de jury. Hierop werden

we ook beoordeeld. Uiteindelijk werd de beste Geet, tijdens de uitslag aan het eind van de Spardhaa, bekendgemaakt. Parvati Shakha werd 1e met de Geet "Krinvanto Vishwamaaryam". Sangh en Samiti deden aan het einde nog een eigen Pradarshan. Na 3 Pradarshan's van Sangh, deden wij onze Pradarshan. Onze Pradarshan was erg groot met verschillende onderdelen, waaronder Yogchaap, Yogasan en Dand.

Aan het eind van deze dag werden de uitslagen bekend gemaakt. De Shikshika Gan eindigde als 4e, Hanuman Shakha werd 3e, Parvati Shakha 2e, en Rotterdam(Shravan, Shakti en Vinayak) + Kalyaan Shakha werden 1e.

Heel de dag door was de sfeer tussen de Sevika's erg goed en gezellig. Het was erg leuk om meisjes van andere Shakha's een beetje te leren kennen en tegen hen te mogen spelen. Verder was deze dag een erg leuke ervaring en kijk ik al uit naar de volgende Spardhaa!

Riddhi, Parvati Shakha



VERSLAG SANGH SPARDHAA 2010

Ik ben Jay en ben vijftien jaar. Ik zit ongeveer vijf jaar op Shakha. Sinds begin dit schooljaar zit ik op Shakti Shakha. Mij is gevraagd een stuk te schrijven over de Spardhaa.

Spardhaa

Op 11 april 2010 werd de Spardhaa gehouden in Den Haag. Spardhaa is een bijeenkomst met alle Shakha's van Nederland. Het is een wedstrijd tussen de Shakha's. Wie de winnaar wordt mag zichzelf een jaar lang de beste Shakha van Nederland noemen. De Shakha's werden beoordeeld door de jury op een aantal onderdelen. Tussen de onderdelen door werd er een pauze gehouden. Tijdens deze pauze werd er roti gegeten en was er even tijd om met de Swayamsevaks van de andere Shakha's te praten.

Geet

Een belangrijk onderdeel van de Spardhaa was geet. Wat belangrijk bij geet is, is de presentatie, het kennen en beheersen van de geet, de betekenis en het moraal. Sommige Shakha's hadden ook instrumenten meegenomen voor hun geet. Bij ons ging geet wel goed, we zongen luid en we hadden goed gepresenteerd. De vragen die aan ons werden gesteld, vond ik best wel moeilijk.

Bouddhiek

De bouddhiek werd gegeven in een vorm van een quiz. Er waren vier tafels verspreid in de gymzaal. Bij iedere tafel stond er een Shikshak die je een vraag stelde over de geleerde stof. Had je de vraag goed beantwoord, dan kreeg je een letter. Met de letters die je kreeg, moest je een zin maken. Deze verwees naar de plaats van de voor jou verstopte Sangh Kiran. Als je de Sangh Kiran gevonden had, kreeg je de laatste vraag. Het antwoord op deze vraag moest je opzoeken in de Sangh Kiran.

Wyayaam

Wyayaam is een fysiek onderdeel binnen de Shakha. Bij wyayaam hoort yoga, dand-yudh en ni-yudh. Ni-yudh is een vorm van zelfverdediging. Het bestaat

uit verschillende handelingen en stapjes die je uit het hoofd moet kennen. Het is mooi om te zien als de hele Shakha tegelijkertijd dezelfde bewegingen maakt. Dand-Yudh is vechten met een stok (dand).

Khel en mahakhel

Khel en mahakhel waren natuurlijk de leukste onderdelen. De mahakhels die werden gespeeld waren: voetbal, trefbal en asteye (niet stelen). Voor de pauze deden alle Shakha's mee aan twee khels. De eerste khel was Arya, Hindu, Bharat. Het spel gaat als volgt: bij Arya moet je opstaan vervolgens sta je in daksha, bij Hindu moet je rennen naar de muur en snel terug komen op je plek en bij Bharat roep je zittend, Bharat Mata ki jay. Als je de verkeerde handeling verricht bij het bevel van de Shikshak, ben je af. Ook ben je af als je het bevel als traagste uitvoert. De winnaar is degene die het laatste overblijft.

Pradarshan

Tot slot lieten een aantal Shakha's een pradarshan zien. Een pradarshan is een demonstratie waarbij Shakha's meerdere onderdelen laten zien. De pradarshans waren zeer spectaculair om te zien. De pradarshan van dakshta varga Den Haag vond ik erg stoer om te zien. Zij lieten dand-yuddh zien. Het moraal van deze pradarshan was: Als twee vechten om één, gaat de derde ermee heen.

De uitslag

Het spannendste was natuurlijk de uitslag van de Spardhaa. Iedere Shakha had natuurlijk hard gewerkt voor z'n grote dag en iedere Swayamsevak leverde zijn bijdrage. De Shakha die had gewonnen was Shravan Shakha uit Rotterdam. Het was een overwinning voor Rotterdam, want het is meestal Den Haag die de Spardhaa wint. Het was een gezellige Spardhaa en de opkomst was groot. Niet alleen de swayamsevaks waren aanwezig, maar ook ouders die meekeken. Dit moeten we voor Spardhaa 2011 vast blijven houden!



AMRIT VACHAN

अहिंसा परमो धर्मः
Ahimsaa parmo dharmah

Geweldloosheid is de hoogste vorm van Dharm

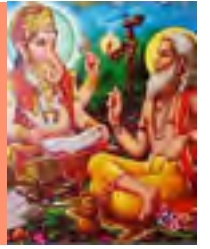


Geweldloosheid wordt gezien als de essentie van Dharm. Deze Amrit Vachan verwijst niet alleen naar fysiek geweld, maar ook naar al het geweld dat wordt aangedaan op psychisch niveau. Geweld (हिंसा = himsaa) begint allereerst bij je gedachte, waarna het zich uit in fysieke of mentale handelingen. Ahimsaa leidt uiteindelijk tot universele vriendelijkheid (मैत्री = maitri), universele vergiffenis (क्षमा = kshama) en universele onbevreesdheid (अभय = abhay).

ahimsaa	=	geweldloosheid	dharm	=	al het goede
parmo	=	hoogste			

अष्टादशपुराणानां सारं व्यासेन कीर्तितम् ।
परोपकारः पुण्याय पापाय परपीडनम् ॥

*Ashtaadashapuraananaam saaram vyaasena kirtitam,
Paropkaarah punyaay paapaay parapiranam.*



In alle achttien Puraan heeft Shri Vyaas Maharishi het volgende aangekondigd: Het verdienstig zijn voor anderen is Punya (= deugd), het schaden van anderen is Paap (= zonde).

ashtaadash	=	achttien	par	=	ander
saaram	=	essentie	upkaar	=	verdienstig zijn
vyasena	=	Maharishi Vyaas	piranam	=	schaden
kirtitam	=	aankondigen			

सत्यमेव जयते
Satyameva Jayate

De waarheid overwint altijd



Deze woorden wijzen ons op de kracht van de waarheid en stimuleren ons om altijd haar zijde te kiezen.

satya	=	waarheid	jaya	=	overwinnen
eva	=	altijd			

VISHWA DHARM KI JAY HO

विश्व धर्म की जय हो जय हो एक हमारा नारा ।
ऋषि मुनियों की संतति हम हैं उच्च आदर्श हमारा ॥

Vishwa dharm ki jaya ho jaya ho ek hamara nara
Rishi muniyon ki santati hum hein uncha adarsh hamara

नियमित शाखा संस्कारो से सीखे सभी नियम अनुशासन ।
समाज प्रति हो अक्षय निष्ठा करे समर्पित तन मन धन ।
धर्म भूमि का कण कण तृण तृण हैं प्राणों से प्यारा ॥
ऋषि मुनियों की संतति हम हैं ...

Niyamita shakha sanskaro se sikhe sabhi niyam anushasan
Samaja prati ho akshaya nishtha kare samarpita tan man dhan
Dharma bhoomi ka kana kana trina trina hein prano se pyara
Rishi muniyon ki santati hum hein ...

रूडी कुरीति और विषमता ऊँच नीच का भावः मिटाकर ।
संघटना की शंख ध्वनि हो बंधू बंधू का भावः जगाकर ।
नवजागृति का सूर्य उगाये हैं संकल्प हमारा ॥
ऋषि मुनियों की संतति हम हैं ...

Rudi kureeti aur vishmata unch neech ka bhav mitakar
Sanghatana ki shankha dhvani ho bandhu bandhu ka bhav jagakar
Navajagriti ka surya ugaaye hein sankalp hamara
Rishi muniyon ki santati hum hein ...

अपने शील तेज पौरुष से करे संघठित हिन्दु सारा ।
धरती से लेकर अम्बर तक गुँज उठे जयकार हमारा ।
प्रतिपल चिंतन ध्येय देव का जीवन कार्य हमारा ॥
ऋषि मुनियों की संतति हम हैं ...

Apne sheel tej pourush se kare sanghathita Hindu sara
Dharthi se lekar ambar tak goonj uthe jayakar hamara
Pratipal chintan dyeya dev ka jeevan karya hamara
Rishi muniyon ki santati hum hein ...

BETEKENIS

“Vishwa (universele) Dharma zal overwinnen” dat is onze strijdkreet. Wij zijn de nakomelingen van de grote Rishi's (filosofen) en Muni's (belangrijke personen). Wij zitten vol met verhevene idealen.

Door de regelmatige sanskaar (manier om goed te leven) in Shakha leren we om een gedisciplineerd leven te leiden. We leren ons onophoudelijk in te zetten voor de samenleving en offeren alles op voor dit doel. Onze inspiratie halen we uit het grote land van de Rishi's en Muni's en dat is onze Dharma Bhoomi (Heilige land: Bharat)

Wij zullen alle ouderwetse en “zieke” (niet normale) gewoontes van ons afwerpen en een eind maken aan discriminatie. Laat de kracht van eenheid (Sangh) hard weerklinken, als het gevoel van broederschap is gewekt. Wij beslissen om een nieuw tijdperk te brengen waarin de Hindoes ontwaakt zijn.

Laten we alle Hindoes verenigen via onze moed, karakter en inzet. Laten we samen onze overwinning-kreet echoën van de aarde tot aan de hemel. Ons richten op het doel, de Hindoe Sangathan (alle Hindoes bij elkaar brengen), blijft voor altijd onze levens missie.



SOECHNA

- Gedurende de zomervakantie zullen de Shakha's op een andere locatie plaatsvinden. Voor de exacte locatie van de Shakha kunt u contact opnemen met de Mukhya Shikshak van uw Shakha.
- Van vrijdag 27 t/m dinsdag 31 juli 2010 zal de Shibir plaatsvinden. Meer informatie hierover kunt u opvragen bij de Mukhya Shikshak.
- Vanaf de eerste week van september zullen de Shakha's weer beginnen in de gymzalen. Voor de exacte datum en locatie kunt u contact opnemen met de Mukhya Shikshak van uw Shakha.

OPLOSSINGEN PUZZELS & RAADSELS

1. De vraag is: "Hoe oud is de taxichauffeur?". De leeftijd van de taxichauffeur is dus je eigen leeftijd. Het hele verhaal doet er niet toe.
2. Het antwoord is niet 7.5 km per uur. Stel dat de weg waarover Ashis rent 20 km lang is. Hij heeft 2 uur nodig voor de eerste 10 km (eerste helft van de baan) en 1 uur voor de laatste 10 km (laatste helft van de baan). Dat betekent dat hij 3 uur nodig heeft voor totaal 20 km. Dus Ashis's gemiddelde snelheid is $(20/3) = 6,7$ km per uur.
3. De derde kamer. Na 2 maanden zonder voedsel kun je concluderen dat de roofdieren niet meer leven.
4. Als eerste neem je de buffel mee naar de overkant en kom je terug. Dan neem je de kousenband mee naar de overkant en de buffel weer terug naar de zuidoever. Vervolgens neem je de tijger mee naar de overkant en komt dan weer terug om de buffel mee te nemen naar de overkant. Zo wordt er niemand opgegeten.

8	6	10	4	2	9	8	7	3
2	2	4	8	8	3	10	6	9
8	3	9	2	10	6	2	1	4
10	1	7	8	9	2	4	2	6
2	4	2	10	6	1	3	9	8
9	8	6	3	9	4	2	10	1
6	2	8	9	7	10	1	4	2
3	9	1	2	2	4	6	8	10
4	10	2	3	1	8	9	7	6

