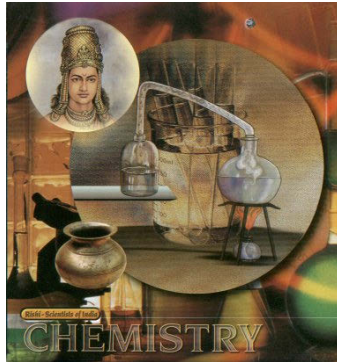
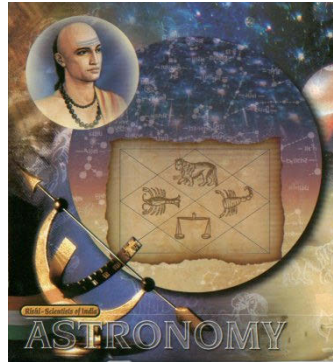


Sangh Kiran

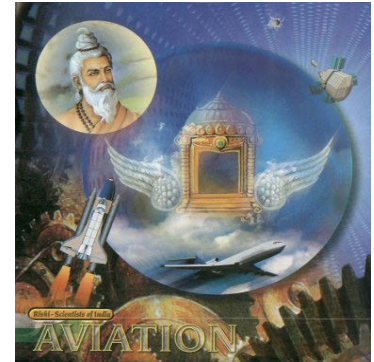
Maart 2005



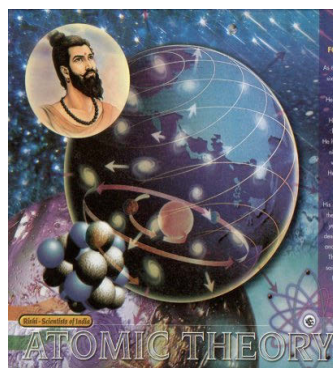
Nagarjuna



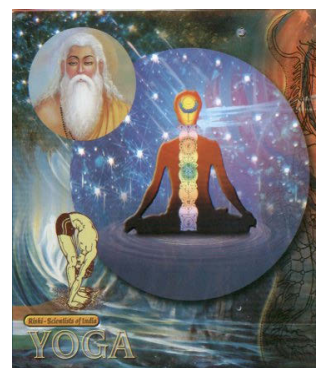
Varahamihir



Acharya Bharadwaj



Acharya Kanad



Acharya Patanjali

Inhoud:

- Chandragupt Maurya
- Wetenschappers uit Bharat
- Yoga asan
- Ni yuddha
- Shishu citaat
- **महाराजा रणजीत सिंह**
- Hersentest
- Soचना
- Geet
- Kleurplaat

Chandragupt Maurya

चन्द्रगुप्त मौर्य

[350 V. CHR.]



Chandragupt Maurya leefde ongeveer 2300 jaar geleden in het koninkrijk Magadh, waarvan Patliputra de hoofdstad was . Hij was één van de honderd zonen van koning Maurya. De Maurya's (genoemd naar hun vader) waren machtig, slim en zeer populair bij het volk. De Nanda's, genoemd naar Nanda, woonden ook in Magadh en waren jaloers en bang voor de Maurya's en ze wilden hun uit de weg ruimen. De Nanda's bedachten toen een val en alle honderd zonen plus koning Maurya zaten vast. Eén voor één gingen ze dood aan hongersnood. Alleen Chandragupt bleef leven en hij werd uiteindelijk in een gevangenis gestopt.

De koning van Parvatak Desh, had een oogje op Magadh en wilde het al een hele tijd veroveren. Toen hij hoorde dat de Maurya's dood waren wilde hij Magadha veroveren omdat er toch geen sterke tegenstanders meer waren. Om zeker te zijn dat alle Maurya's dood waren bedacht de hoofdspion van Parvatak Desh een raadsel. Hij liet een metalen leeuw maken die bedekt was met echt vlees en haar zodat het levensecht leek. De leeuw zou alleen reageren op een magnetische staaf die de spion in zijn handen zou hebben. Iedereen uit Magadha mocht proberen om de leeuw uit zijn kooi te krijgen alleen was er geen deur. Om de eer van Magadha te redden besloten de Nanda's om Chandragupt vrij te laten. Natuurlijk lukte het Chandragupt. De koning van Parvatak Desh besloot te wachten met een aanval omdat alleen iemand zo slim als de Maurya's het raadsel op zou kunnen lossen.

Op een dag kwam er een wijze brahman langs in Magadh. Chandragupt merkte zijn vastberadenheid op en besloot zijn hulp in te roepen. Hij vertelde

de brahman, die Chanakya heette, zijn hele verhaal. Chanakya was een groot diplomaat. Hij besloot de hulp van Parvatak in te roepen en heeft Parvatak kunnen overhalen om Chandragupt te helpen de Nanda's uit te schakelen zonder dat er ook maar een wapen aan te pas was gekomen. Verder heeft hij de bondgenoten van Nanda voor de gek gehouden en ervoor gezorgd dat ze hun niet mee konden helpen. De strijd werd makkelijk gewonnen door Chandragupt.

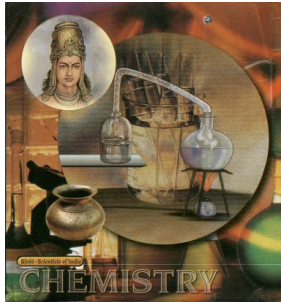
Zo werd Chandragupta koning en iedereen in Pataliputra was dolgelukkig. Na zijn kroning bleef Chanakya Chandragupt helpen. Toen Alexander de Grote Bharat binnenviel, veroverde hij een groot deel van noordelijk Bharat. Chandragupt heeft hem later verslagen. Dit deed hij door de gouverneur Selucus Nicator en zijn leger te verjagen. Samen met de herovering van het noorden van Bharat veroverde Chandragupt ook Punjab, Kabul, Khandahar, Gandhara (huidige Afghanistan) en een stuk van Perzië. Hij bouwde het land van Bharat uit tot een groot keizerrijk

Heel de wereld was onder de indruk van het Maurya-rijk. Van alle grote landen uit die tijd (bijv. Egypte en Syrië) werden ambassadeurs gestuurd naar Pataliputra. De landbouw en handel leefden op en de infrastructuur werd door alle geleerden uit het Westen geroemd. Er was genoeg rijkdom, zowel wat betreft kennis als materiële weelde.

Chandragupt's zoon Bindusara werd de eerste keizer van Bharat doordat hij de gebieden Hindukush, Narmada, Vindhya, Mysore, Bihar, Bengal, Orissa, Assam, Baluchistan & Afghanistan erfde van zijn vader. Samraat Ashok was de kleinzoon van Chandragupt.

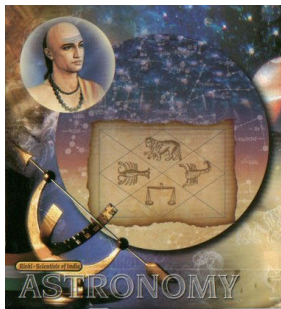
Wetenschappers uit Bharat

Nagarjuna (100 na Christus) Scheikundige



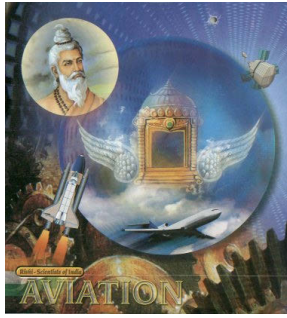
Hij was een buitengewoon goede wetenschapper, geboren in een dorp in Baluka te Madhya Pradesh. Zijn toegewijde onderzoek van twaalf jaar leverde ontdekkingen en uitvindingen op het gebied van de schei- en metaalkunde. Meesterwerken net als 'Ras Ratnakar', 'Rashrudaya' en 'Rasendramangal' zijn Nagarjuna's zeer bekende bijdragen aan de chemische wetenschap. Op het gebied waar de Engelse middeleeuwse alchemist had gefaald, had Nagarjuna de alchemie van het veranderen van onedele metalen in goud ontdekt. Als de schrijver van medische boeken als 'Arogyamanjari' en 'Yogasar' heeft hij ook veelbetekenende bijdragen geleverd op het gebied van geneeskunde. Wegens zijn diepgaande geschooldheid en veelzijdige kennis, werd hij benoemd tot kanselier van de beroemde universiteit Nalanda. De belangrijke ontdekkingen van Nagarjuna maken indruk en verbazen de wetenschapper van vandaag.

Varahamihir (499-587 na Christus) Voortreffelijke astroloog en astronoom.



Een zeer bekende astroloog en astronoom die is geëerd met een status als één van de negen juwelen aan het hof van Koning Vikramaditya in Avanti (Ujjain). Varahamihirs boek houdt een vooraanstaande plaats in de astronomie. Hij merkte op dat de maan en de planeten niet schitteren vanwege hun eigen licht, maar door het licht van de zon. In de 'Bruhad Samhita' en 'Bruhad Jatak' heeft hij zijn ontdekkingen in de domeinen van geografie, astronomie, plant- en dierkunde omschreven. In zijn verhandeling op plantkunde presenteerde hij medicijnen voor verschillende ziekten die gemaakt worden van planten en bomen. De rishi-wetenschapper staat bekend om zijn unieke bijdragen aan de astrologie en astronomie.

Acharya Bharadwaj (800 voor Christus) Ontdekker van luchtvaarttechnologie



Acharya Bharadwaj had een kluizenaarswoning in de heilige stad Prayag en was een rishi die de Ayurveda en techniek bestudeerde. Hij schreef 'Yantra Sarvasva' wat verbazingwekkende en opmerkelijke ontdekkingen in de luchtvaartwetenschap, ruimtewetenschap en vliegende machines omvat.

Hij omschreef 3 categorieën van vliegende machines:

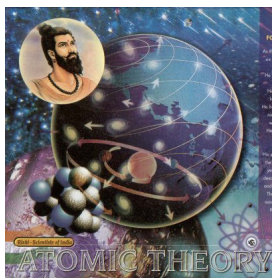
- één die op aarde van de ene plaats naar de andere vliegt
- één die van de ene planeet naar de andere reist
- één die van het ene Melkwegstelsel naar het ander reist

Zijn ontwerpen en beschrijvingen hebben indruk en verbazing bij de luchtvaart technici van vandaag gewekt. Zijn intelligentie in luchtvaarttechnologie blijkt uit de beschrijvingen van:

- *Profound Secret* beschrijft de techniek om een vliegende machine onzichtbaar te maken door het toepassen van zonlicht en windkracht.
- *Living Secret* beschrijft de techniek om een onzichtbare ruimtevaartuig zichtbaar te maken door elektronische kracht toe te passen.
- *Secret of Eavesdropping* beschrijft de techniek om gesprekken af te luisteren die in andere luchtvoertuigen gevoerd worden.
- *Visual Secret* beschrijft de techniek om te zien wat er afspeelt in andere luchtvoertuigen.

Door zijn briljante ontdekkingen wordt Acharya Bharadwaj herkend als de ontdekker van luchtvaarttechnologie.

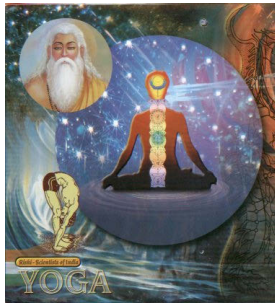
Acharya Kanad (600 voor Christus) Stichter van het atoom theorie



Als de stichter van 'Vaisheshik Darshan' – één van de zes hoofdfilosofieën van India – was Acharya Kanad een genie in filosofie. Hij is geboren in Prabhas Kshetra, wat dichtbij Dwarika in Gujarat ligt. Hij verklaarde het realisme, de oorzakelijkheidsleer en het atoom theorie. Hij heeft alle elementen waar uit al het stoffelijke bestaat geassocieerd in negen delen namelijk: aarde, water, licht, wind, ether, tijd, ruimte, geest en ziel. Acharya Kanad zei: "Elke voorwerp of creatie is gemaakt van atomen die op hun beurt verbonden zijn tot

moleculen". Zijn verklaring over de atoomtheorie luidde voor het eerst in de wereld, bijna 2500 jaar vóór John Dalton. Kanad heeft ook de afmeting en de motie van atomen en hun chemische reacties met elkaar beschreven. De goede historicus T.N. Colebrook zei eens: "Vergeleken met de wetenschappers van Europa zijn Kanad en andere Indiase wetenschappers de wereldomvattende experts op dit gebied".

Acharya Patanjali (200 voor Christus) Yoga wetenschapper



De wetenschap van Yoga is één van verscheidene unieke bijdragen die India aan de wereld heeft geleverd. Het heeft als doel om die ene volledige waarheid te ontdekken en te realiseren. Acharya Patanjali, uit het district Gonard in Uttar Pradesh, is degene die Yoga heeft uitgewerkt. Hij heeft het controleren van prana (levensadem) en het controleren van lichaam, geest en ziel beschreven. Door dit te controleren verwerft men gezondheid en innerlijk geluk.

Acharya Patanjali 's yogasans verbeteren doeltreffend de ademhaling, de bloedsomloop, het verteringssysteem, het hormoonstelsel en nog

vele andere organen in het lichaam.

Yoga heeft acht onderdelen waar Acharya Patanjali het bereiken van het ultieme geluk van God in toont door:

1. Niyam, zijn 5 regels voor je eigen vooruitgang:
 - souch: reinheid van lichaam, gedachte en handelingen
 - santosh: tevredenheid
 - tap: beteugeling van je zintuigen
 - swaadhaay: zelf introspectie
 - Ishwar pranidhan: overgaven aan God
2. Yam zijn 5 regels voor de vooruitgang van de samenleving:
 - ahimsa: geweldloosheid
 - satya: de waarheid
 - asteya: niet stelen
 - brahmacharya: studie
 - aparigrah: niet meer bezitten dan je nodig hebt
3. asan: houdingen
4. pranayam: ademhalingscontrole
5. pratyahar: volledige gebruik van je ademhalingscapaciteiten
6. dhyan: meditatie
7. dharna: al het goede
8. samadhi: het niveau waar waarnemingen van buiten geen invloed meer hebben

Yoga is succesvol door zijn voordelen en wetenschappelijke benadering. Yoga houdt ook de geëerde plaats als één van de zes filosofieën in het Indiase filosofische systeem. Acharya Patanjali zal altijd gerespecteerd en herinnerd worden als Mahapurush van de wetenschap van zelfdiscipline, geluk en zelfrealisatie.

leeftijd: baal, kishore, yuva, tarun (7-40jr)

Yoga Asan

Sirsha Angustha Yogasana

Deze yoga asan begint in sam stithi

Stap 1: Doe je linker been 1 meter naar voren.

Stap 2: Klem je vingers in elkaar met de handpalmen recht tegen elkaar en breng die naar achteren met gestrekte armen.

Stap 3: Buig je linker knie tot ongeveer 90 graden

Stap 4: Buig je romp naar je linkervoet en kijk naar de grond toe met je achterbeen gestrekt.

Stap 5: Probeer dan nu je armen en achterbeen zo gestrekt mogelijk te krijgen

Stap 6: Kom terug in positie 3

Stap 7: Kom terug in sam stithi

Herhaal deze asan 4 tot 5 keren en verwissel elke keer dan van been.



Voordelen:

Als je zenuwachtig bent is deze asan heel handig om de nervositeit tegen te gaan, ook stimuleert het de honger. En het strekt de spieren in de schouders waardoor er meer bloed gaat stromen in je schouders.

Shakuni Asan

Deze asan begint in Unmukh stithi

Stap 1: je buigt je knieën.

Stap 2: zet je handen tussen je voeten

Stap 3: Buig nu je rug (net als bij dhanur asan) en blijf ong. 20 sec. in deze positie staan

Stap 4: Kom terug in positie 2

Stap 5: kom terug in unmukh stithi



Voordelen:

Deze asan is goed voor je rug. Als je een stijve rug hebt is deze asan goed om van een stijve rug een soepele rug te maken

Leeftijd: baal, kishore, yuva, tarun (7-40jr)

Ni-yuddha

Suryachakra

Je schuift je linkerbeen naar je rechterbeen, schuif hem daarna verder schuin naar voren en maak een **urdhokshap** met je linker hand. Stoot met je rechtervuist (nokkel van je middelvinger steekt uit) en zeg **suryachakra**.



Pad Pahaars

Pad 1: een trap naar voren met je achterste been(rechterbeen) en (vooraan) neerzetten.

Pad 2: Schop met je achterste voet (rechter) via de rugzijde (je draait dus een ½ cirkel) naar voren met de zijkant van je voet.

2

1



Shishu Citaat Shishu Citaat

Berouw is goed, maar onschuld is beter

Berouw betekent dat je spijt hebt van iets slechts dat je gedaan hebt. Om berouw te hebben moet je dus eerst iets verkeers gedaan hebben. Het is goed om spijt te hebben voor wat je verkeerd hebt gedaan en dat probeert recht te zetten.

Onschuldig wil zeggen dat je helemaal niets verkeers moet doen en dus geen schuld op je geweten hebt.

Dus doe je geen slechte dingen, dan hoef je ook geen berouw te hebben.

Berouw is goed, maar het verkeerde wat je gedaan hebt, zal altijd nog slechte gevolgen met zich meedragen. Onschuld is daarom altijd beter.

महाराजा रणजीत सिंह

रणजीत सिंह पंजाब के महाराजा थे। वे बड़े सरल स्वभाव के थे। अपनी प्रजा को वे संतान की तरह प्यार करते थे।



एक दिन महाराजा रणजीत सिंह अपने कुछ सरदारों के साथ घूम रहे थे। घूमते-घूमते वे एक गाँव के पास पहुँचे। वहाँ कुछ बच्चे आम के पेड़ पर पत्थर मार-मार कर आम तोड़ने का प्रयत्न कर रहे थे। अचानक एक पत्थर महाराजा रणजीत सिंह के सिर पर आ लगा। महाराजा के साथी सरदारों को बड़ा क्रोध आया। वे दौड़कर उन बच्चों को महाराज के पास पकड़ लाये। उन्होंने महाराजा से कहा --

“ महाराज ! ये लड़के बड़े शैतान हैं ! इन्होंने आपको पत्थर मार कर बहुत बड़ा अपराध किया है। इन्हें दण्ड दिया जाये। ”

किन्तु महाराज को बिलकुत क्रोध न आया। वे बोले --

इन्हें खजाने से उचित धन दिलवा कर छोड़ दिया जाये। ” सरदारों ने यह देख कर कहा --


“ इन्हें खजाने से उचित धन दिलवा कर क्यों छोड़ दिया जाये। ” सरदार बड़े चकित हुये। महाराज ने उन्हें असमंजस में पड़े देख कर कहा --

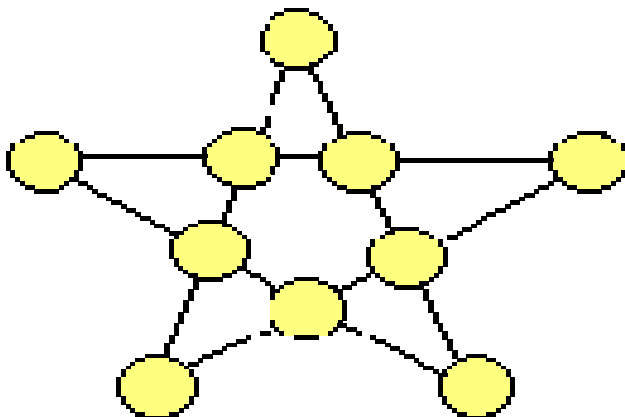
“ ये बच्चे जिस आम के पेड़ पर पत्थर मार रहे थे , क्या उसने इन्हें कोई दंड दिया? अगर नहीं तो मैं इन्हें क्यों दंड दूँ , क्या मैं पेड़ से भी गया बीता हूँ। पेड़ पत्थर को चोट खाकर इन्हें फल दे और मैं इन्हें कुछ भी न दूँ ? दूसरा इन बालकों ने मुझे जानबूझ कर नहीं मारा। ”

बच्चों को आम खरीदने के लिये पैसे दिये गये। सरदार महाराज की इस उदारता से बड़े प्रावित हुए / प्रभावित

leeftijd: baal, kishore, yuva, tarun (7-40jr)

Hersentest

- 1) Twee paardeneigenaren wilden kijken wie van de twee het beste paard bezit. Omdat geen van beide eigenaren zin had om te verliezen spraken ze af dat het een langzaam-aan race werd. Het paard dat als laatste over de finish komt heeft gewonnen. De wedstrijd ging van start maar vorderde niet echt. Na een paar uur sprongen de ruiters van hun paard af en spraken ze iets met elkaar af. Direct daarna reden ze met volle snelheid richting de finish, maar het was nog steeds een langzaam aan race. Wat spraken de ruiters met elkaar af?
- 
- 2) Hoeveel kanten heeft een voetbal?
 - 3) Een vrouw van 43 jaar ligt dood in haar huis.
Er zit een gat in het dak, waar een dakpan ontbreekt.
De klok in het huis staat stil op 10 minuten voor twaalf.
De open haard brandt echter nog en ook de CD speler staat nog aan.
Buiten schijnt de zon, maar alle bloemen in de tuin zijn uitgebloeid.
Wat klopt er niet?
 - 4) Geef 5 achtereenvolgende dagen waarin de 'A' niet voorkomt.
 - 5) Gegeven de volgende figuur:



De getallen 16, 18, 20, 22, 24, 26, 28, 28, 32 en 36 moeten zodanig in de rondjes van het figuur worden ingevuld, dat er op elke lijn een som van exact 100 ontstaat. Hoe moet dit?

Soechna

- Rotterdam Zuid Shakha. Vrijdag van 17.00 uur tot 19.00 uur aan de Jan Ligthartstraat 6. Indien jullie neven, nichten, kennissen of vrienden hebben in de buurt kan je ze vragen om te gaan naar de shakha.
- De 10^{de} Spardha zal deze keer gehouden worden in Amsterdam, voor meer informatie kijk op de website of vraag aan je mukhya shikshak.
- Kijk op www.sangh.nl de nieuwe website van sangh.



Sangh Kiran wordt in de shakha's gratis verspreid, maar donaties ten behoeve van toekomstige publicaties zijn welkom.

Postbank: 827495 t.n.v. Hindu Swayamsevak Sangh o.v.v. donatie Sangh Kiran.

Liye prakhara sankalpa hrudaya me**लिये प्रखर संकल्प हृदय मे**

Liye prakhara sankalpa hrudaya me
Aage badhate jaayenge
Hindutatva ka gourava vaibhava
Jagati me prakataayenge ||

लिये प्रखर संकल्प हृदय मे
आगे बढ़ते जायेंगे
हिन्दुत्व का गौरव वैभव
जगती मे प्रकटायेंगे ॥

Shaktipeetha hai shakha apnee
Kare prabhaavee prasthaapan
Swaabhimaana bharakara hunkaare
Kara doshon kaa uchchaatan
Dharmadhvajaa hai arunapataakaa
Gaava gaava faharaayenge ||

शक्तिपीठ है शाखा अपनी
करें प्रभावी प्रस्थापन
स्वाभिमान भरकर हुंकारे
कर दोषों का उच्चाटन
धर्मध्वजा है अरुनपटाका
गाँव गाँव फहरायेंगे ॥

Nirbhaya hokara satata challenge
Sankata kee parvaaha nahee
Lobha moha mada digaa na sakate
Sattaasukha kee chaaha nahee
Dhyeyanishtha anagina hrudayon se
Snehamruta chhalakaayenge ||

निरभय होकर सतत चलेंगे
संकट की परवाह नहीं
लोभ मोह मद डिगा न सकतें
सत्तासुख की चाह नहीं
ध्येयनिष्ठ अनगिन हृदयों से
स्नेहामृत छलकायेंगे ॥

Vijayvaahinee sanghatanaa kaa
Shankhanaada detaa sandesh
Hindu phir se jaaga rahaa hai
Jaaga rahaa hai nija parivesh
Samarasa sukhamaya janajeevan ho
Vaha rachanaa vikasaayenge ||

विजयवाहिनी संघटना का
शंखनाद देता सन्देश
हिन्दू फिर से जाग रहा है
जाग रहा है निज परिवेश
समरस सुखमय जनजीवन हो
वह रचना विकसायेंगे ॥

Betekenis

Met vastberadenheid in onze hart, zullen we vooruitgaan om de trots en rijkdom van onze Hindu Dharm in de wereld te verspreiden.

Onze shakha sthaan is een plaats van kracht waar we vooruitgang boeken. We vullen zelftrots in onze harten aanwakkeren waarmee we alle slechte eigenschappen vernietigen. Het symbool van Dharm is onze Bhagwa Dhvaj die we in elke dorp gaan verspreiden.

Zonder angst zullen we altijd vooruitgaan, zonder ons zorgen te maken over enig gevaar. We hebben geen last van verlangens, binding en hoogmoed. We streven niet naar hogere positie. We zullen in de ontelbare harten, dat vertrouwen in onze doel hebben, een diep gevoel van liefde wekken.

De overwinning van eenheid zal aangekondigd worden met het geluid van de Shankh. Hindu's worden weer wakker en hun uitstraling komt weer terug. Wij zullen het beeld dat alle levende wezens gelukzaligheid ervaren over de wereld verspreiden.

Kleurplaat

