

Agenda - 2015

Lezingen en Satsang

Beste Lezer(es),

Onderstaand vindt u een overzicht van lezingen en Satsang bijeenkomsten, die worden georganiseerd door het ontmoetingsHuis de Kern in samenwerking met de stichting Om-Shanti. Voor meer informatie over wie we zijn en wat we doen en waarom we deze lezingen houden, kunt onze website bezoeken: <http://www.dekernontmoetingshuis.nl>

Lezingen

Nadere informatie over de inhoud en opzet van de lezingen krijgt u als u langskomt en zich opgeeft. Meestal is het gedeelte na de pauze voor vragen en/of een dialoog; uw inbreng wordt zeker op prijs gesteld! Voel u vooral ook vrij, om indien aanwezig, uw kritische vragen te stellen en opmerkingen te maken, want ze "inhouden" is niet zo gezond. Tevens leven we in een "tijdgeest" waarin iedereen een mening wil hebben over alles. We hopen dan ook dat de lezingen u helpen bij het vormen van een eigen en authentiek standpunt, als gevolg van theoretische en praktische informatie, een dialoog, bezinning en verstillings. De lezingen worden verzorgd door de stichting Om-Shanti.

De lezingen beginnen om **19.30 uur en eindigen rond 22.00 uur** met een eventuele uitloop tot 22.30 uur; de ruimte is open vanaf 19.00 uur. U wordt vriendelijk verzocht om uiterlijk om 19.15 uur aanwezig te zijn!

Satsang

Regelmatig zijn er ook Satsang bijeenkomsten, waarbij uw vragen en het verlangen tot Weten het uitgangspunt is en u de mogelijkheid krijgt tot "toetsing" en "duiding" van al uw spirituele ervaringen. De Satsang bijeenkomsten worden georganiseerd door de stichting Om-Shanti.

De Satsang bijeenkomsten beginnen om **19.30 uur en eindigen rond 22.00 uur** met een eventuele uitloop tot 22.30 uur; de ruimte is open vanaf 19.00 uur. U wordt vriendelijk verzocht om uiterlijk om 19.15 uur aanwezig te zijn.

In de onderstaande agenda zijn alle potentiële zondagen opgenomen. Het is echter altijd mogelijk dat door onvoorziene omstandigheden (ziekte, vakantie, overlijden, enz.) een bijeenkomst niet doorgaat. U krijgt dan als "deelnemer" hiervan uiteraard bericht. Tevens is het mogelijk dat de hierboven vermelde data worden gewijzigd in onderling overleg met de deelnemers.

Datum: Zondag 1 februari 2015

Gelukkig en tevreden zijn: is het wel mogelijk om deze innerlijke behoefte dagelijks te realiseren, wat hebben de klassieke spirituele en religieuze tradities ons rondom dit onderwerp te bieden. Wat zijn de uitgangspunten van de klassieke Yoga-filosofie zoals die binnen Om-Shanti wordt bestudeerd en beoefend en die veel meer omvat dan alleen maar Hatha-Yoga-oefeningen, het juiste Karmisch handelen, verstillings, bezinning en meditatie en relatief gemakkelijk te integreren is in het dagelijks leven ongeacht de omstandigheden. De lezing is vooral bedoeld voor hen die zich willen verdiepen in de innerlijke drijfveren van ons karakter, welke meestal gericht zijn op het realiseren van een geluksgevoel, maar uiteindelijk niet zo effectief en altijd maar tijdelijk van aard blijken te zijn.

Datum: Zondag 15 februari 2015 (deel 1)

Yoga en Meditatie: wat is het oorspronkelijke doel van deze duizenden jaren oude spirituele disciplines, waar ligt z'n oorsprong, wat zijn de verschillen in techniek tussen de spirituele tradities, kun je Yoga en meditatie ook beoefenen als je niet spiritueel en/of religieus georiënteerd bent. De lezing is geschikt voor beginners en gevorderden.

Datum: Zondag 22 februari 2015 (deel 2)

Yoga en Meditatie: wat zijn de verschillende vormen van de authentieke Yoga (Hatha - Karma - Bhakti - Jnana - Japa, enz.) waarvan meditatie altijd een integraal onderdeel is en hoe zijn ze te integreren in een dagelijkse westerse levenswijze. De lezing is geschikt voor beginners en gevorderden.

Datum: Zondag 8 maart 2015 - SATSANG

Datum: Zondag 22 maart 2015 (deel 1 en 2)

Emotie - Theorie: wat zijn emoties precies en waarom zijn emotionele patronen zoveel complexer en moeilijker te wijzigen dan gedachtepatronen, hoe weet ik of m'n gevoelens zuiver en waar zijn en dus gevolgd kunnen/moeten worden. De lezing is bedoeld voor hen die zich interesseren voor de wetmatigheden waardoor we allemaal bepaald worden en meer specifiek voor hen, die er (therapeutisch) mee willen werken. (* Deze lezing sluit aan bij de praktijkdag op woensdag 18 maart; zie voor meer info de agenda van de Hatha Yoga-lessen.)

Datum: Zondag 29 maart 2015 (deel 3)

Emotie - Theorie: wat zijn emoties precies en waarom zijn emotionele patronen zoveel complexer en moeilijker te wijzigen dan gedachtepatronen, hoe weet ik of m'n gevoelens zuiver en waar zijn en dus gevolgd kunnen/moeten worden. De lezing is bedoeld voor hen die zich interesseren voor de wetmatigheden waardoor we allemaal bepaald worden en meer specifiek voor hen, die er (therapeutisch) mee willen werken. (* Deze lezing sluit aan bij de praktijkdag op woensdag 25 maart; zie voor meer info de agenda van de Hatha Yoga-lessen.)

Datum: Zondag 12 april 2015

Concentratie/observatie/bewustwording: (tegenwoordig vaak ten onrechte ook wel "mindfulness" genoemd) wat is de oorsprong van deze oefeningen, hoe integreer ik deze technieken in m'n dagelijks leven en binnen m'n spirituele of religieuze activiteiten. Indien u meer wilt weten over de mogelijkheden tot concentratie en zelfbewustzijn en het belang hiervan voor de kwaliteit van uw dagelijks leven, dan is deze lezing geschikt voor u.

Datum: Zondag 26 april 2015 - SATSANG

Datum: Zondag 10 mei 2015 (deel 1)

De Stilte: wat wordt er eigenlijk met dit woord bedoeld, wat brengt het me, komen m'n gedachtes en gevoelens hierdoor wel wezenlijk tot "rust". Kun je het echt leren, "Stil Zijn". De lezing is geschikt voor hen die Yoga beoefenen, mediteren of dit overwegen, dus voor iedereen die (nog) niet bij machte is om op een natuurlijke manier werkelijk innerlijk tot rust te komen.

Datum: Zondag 17 mei 2015 (deel 2)

De Stille: hoe kan ik leren om goed om te gaan met de onrust die sterker wordt als ik tracht Stil te zijn. Wat is de juiste methode om van verstilling te gaan "houden". De Stille is binnen de authentieke Yoga van Om-Shanti een belangrijke toegangspoort tot God/Zelf/Werkelijkheid/Bron. De lezing is geschikt voor hen die Yoga beoefenen, mediteren of dit overwegen, religieus zijn, maar de waarde van de Stille nog niet kennen en met name voor hen die vragen hebben over hun dagelijkse beoefening en de problemen die men hierbij ondervindt. (* Deze lezing sluit aan bij de praktijkdag op woensdag 27 mei 2015; zie voor meer info de agenda van de Hatha Yoga-lessen.)

Datum: Zondag 31 mei 2015 - SATSANG

Datum: Zondag 7 juni 2015 (deel 1)

De Om-Shanti Yoga Therapie: wat houdt deze therapie precies in, waarom en waardoor is ze vele jaren geleden ontstaan, wat zijn de verschillen of overeenkomsten met allerlei therapievormen in het Westen, welke positie neemt ze in binnen de authentieke Yoga, hoe krijgt ze vorm in het dagelijks leven, we staan vooral ook stil bij de werking van patronen/mechanismen/reflexen enz. Deze lezing is bedoeld voor beginners en gevorderden op de Yoga-weg en speciaal voor hen die (therapeutisch) actief zijn binnen de gezondheidszorg.

Datum: Zondag 21 juni 2015 (deel 2)

De Om-Shanti Yoga Therapie: we staan stil bij de premisse dat de mens als "systeem" altijd zoekt naar harmonie, maar dat er oorzaken kunnen zijn, bijvoorbeeld fysieke beschadigingen, sociale omstandigheden, opvoeding, Karma, enz. waardoor tijdelijk "Yoga-therapie" nodig is. Hierdoor kan het natuurlijke verlangen naar het werkelijke geluk/tevredenheid/harmonie en de verbondenheid met God/Bron/Zelf weer worden hersteld.

Datum: Zondag 5 juli 2015

Religieuze en/of spirituele heroriëntatie: hoe ontdek ik welke spirituele en/of religieuze traditie werkelijk bij mij past. De lezing geeft vooral informatie over hoe je het proces van heroriëntatie zelf vorm kunt geven in je leven, zonder dat je ontregeld raakt en houdt onder andere rekening met de gevolgen van de huidige secularisatie en opkomst van de New-Age beweging.

Datum: Zondag 19 juli 2015 - SATSANG

Datum: Zondag 30 augustus 2015

Eenzaamheid: wat wil dit gevoel me eigenlijk vertellen, wat zijn de oorzaken en hoe kan ik deze oplossen. We staan stil bij hoe de mechanismen werken die leiden tot het activeren van deze sterke emotie/gewaarwording/besef. De lezing is bedoeld voor mensen die zelf willen werken aan het veranderen van patronen die ten grondslag liggen aan deze "noodkreet" van de menselijke ziel.

Datum: Zondag 6 september 2015 - SATSANG

Datum: Zondag 20 september 2015

De Om-Shanti Yoga Anamnese & het Individuele Oefenprogramma: deze methode van werken is ontstaan aan het einde van de jaren 70 van de vorige eeuw. De aanleiding was dat een wekelijkse Yoga-les weliswaar zinvol is, maar zeker niet toereikend om in harmonie de weg naar Huis daadwerkelijk te kunnen gaan. De lezing geeft informatie over de noodzaak om tot een individueel Yoga oefenprogramma te komen en is bedoeld voor Yoga-leraren en opleiders en iedereen die dagelijks een vorm van spirituele Yoga wil beoefenen.

Datum: Zondag 4 oktober 2015

Sterven: hoe "doe" je dat feitelijk en wat gebeurt er precies, is de angst rondom de dood altijd noodzakelijk en daarom aanwezig, bestaat er een goede manier van sterven. De lezing is bedoeld voor hen die nog geen duidelijkheid hebben gevonden in hun leven over dit belangrijke onderwerp, en voor hen die als medemens een stervende terzijde willen staan ook tijdens de periode die voorafgaat aan het eigenlijke stervensproces.

Datum: Zondag 18 oktober 2015 - SATSANG

Datum: Zondag 1 november 2015 (deel 1)

Euthanasie, palliatieve zorg of een natuurlijke dood: de samenleving verandert, ook de ethische opvattingen over deze onderwerpen. Waar sta ik zelf rondom deze thema's. De lezing heeft tot doel informatie te geven over de individuele gevolgen van de keuzes die we allemaal moeten gaan maken en een gedachtewisseling tot stand te brengen met hen die bewust verantwoordelijkheid nemen voor de laatste levensfase; we wisselen tevens informatie uit over onze individuele en werk-ervaring.

Datum: Zondag 15 november 2015 (deel 2)

Euthanasie, palliatieve zorg of een natuurlijke dood: in dit tweede gedeelte staan we vooral stil bij de "voorbereidingen" en "wetmatigheden" van een natuurlijke dood. Kun je zo leven dat je de dood accepteert als je tijd is gekomen. Binnen de Yoga bestaan technieken waardoor je nu al kunt beleven hoe het is als je *niet* volledig vereenzelvigd bent met het tijdelijke fysieke lichaam.

Datum: Zondag 29 november 2015 - SATSANG

Datum: Zondag 6 december 2015

Leven vanuit het hoofd, het gevoel of het Hart: welke functie hebben de verschillende aspecten van ons mens zijn, een oriëntatie over de gevolgen van de keuzes die men meestal (on)bewust maakt. De lezing is bedoeld voor iedereen die duidelijkheid zoekt ten aanzien van z'n innerlijke drijfveren, of meer zou willen leven vanuit het Hart, maar voortdurend de versturende invloed van het "voelen en denken" ervaart.

Datum: Zondag 13 december 2015 - Lezingen & Satsang - EVALUATIE

De lezingen en de nieuwsbrief “van monoloog tot dialoog” van de stichting Om-Shanti bevatten reflecties, overwegingen, stellingen, premissen, aanwijzingen en antwoorden. Ze hebben geen verlangd doel en zijn jaren geleden spontaan ontstaan als reactie op de vele gesprekken met medemensen en hun vragen over de zin en noodzaak van het leven en met name over de invulling van de dagelijkse praktijk van een spiritueel leven en de problemen die men hierbij ondervindt.

De inhoud heeft in de loop der tijd vooral een *dialoog* tot stand gebracht met zoekers, twijfelaars, betweters, met hen die zeker weten maar hun inzichten nog niet hebben kunnen realiseren tot een Waarheid of Werkelijkheid, voor hen die geloofden de juiste weg te hebben gevonden, maar toch weer zijn gaan twijfelen, voor hen die de beproevingen niet meer herkennen als spiritueel zinvol en noodzakelijk en hierdoor het leven ervaren als zwaar, chaotisch, onjuist, onrechtvaardig, onverklaarbaar, enz. en voor hen die opnieuw een “bevestiging” zoeken, dat het wel mogelijk is om in het Westen een traditionele maar een zich aanpassende Yoga-weg te gaan, die werkelijk naar Huis leidt.

De authentieke Yoga die de stichting Om-Shanti doorgeeft, heeft maar weinig voorwaarden behalve dat je oprecht en eerlijk moet zijn in je spirituele verlangens en bereid bent de woorden die tot je komen bijvoorbeeld via de lezingen en de nieuwsbrieven, grondig te onderzoeken met je intellect en je gevoel, en ze vooral te toetsen in je Hart en overeenkomstig te handelen en het wonder te ontdekken/ondergaan dat jouw spirituele levensweg zichtbaar en begaanbaar wordt als je serieus Yoga beoefent.

De dialogen hebben zeker niet tot doel een polemiek te starten, maar slechts de geest te prikkelen om tot contemplatie, meditatie, observatie, bezinning en toetsing te komen over hetgeen men zeker “denkt en voelt” te weten. Hierdoor voorkomt men dwalingen, ontkenning, angst en onzekerheid, die vervolgens weer regelmatig tot het verloochenen van de spirituele aspiraties zullen gaan leiden.

Het intellectuele en spirituele niveau van de bijeenkomsten en de inhoud van de nieuwsbrieven verschilt sterk, omdat ze van vele factoren afhankelijk is en wordt vooral door het moment bepaald; soms door de vragensteller, soms door het onderwerp, de omstandigheden, maar altijd geïnspireerd door het Hart en de Bron.

Veel van de onderwerpen worden aangedragen door “zoekers”, Yoga-beoefenaars of door mensen die een wezenlijke “toetsing” zoeken ten aanzien van hetgeen men heeft gelezen en/of gehoord beoefend of thans gelooft. We trachten nooit een ander te kwetsen of in een bepaald daglicht te plaatsen, alles wat we zeggen en/of schrijven dient ter ondersteuning van het proces van heroriëntatie, bevrijding, bezinning, toetsing en zuivering.

Stichting Om-Shanti

De hierna volgende “Kapeltekst” is gedeeltelijk aangepast door Om-Shanti in 1993, waarschijnlijk is de oorspronkelijke versie uit 1692, gevonden in de St.Pauls Cathedral, Baltimore, zuidwest Ierland. Deze tekst is verkrijgbaar bij de Kern, en gedrukt op speciaal papier.



De Kern, Koekoeklaan 2, 1343 AM Almere Hout // Telefoon: 036-5402879
Email: dekernalmerhout@upcmail.nl // <http://www.dekernontmoetingshuis.nl>

Kapellekst

Ga rustig uw weg temidden van het lawaai en de haast en onthoud welke vrede kan liggen in de Stilte. Verkeer met een ieder op goede voet voor zover dat mogelijk is zonder verlies van uw gevoel van eigenwaarde. Kom kalm en duidelijk voor uw mening uit en luister naar anderen, zelfs naar de saaien en de onwetenden, ook zij hebben u iets te zeggen. Vermijd luidruchtige en agressieve mensen, zij zijn een kwelling voor de geest en het Hart. Indien u uzelf vergelijkt met anderen loopt u kans ijdel of verbitterd te worden; want altijd zijn er te vinden, die kleiner of groter zijn dan u. Verheug u in wat u tot stand bracht alsmede in uw plannen voor de toekomst.

Blijf geïnteresseerd in uw loopbaan hoe onaanzienlijk die ook mag zijn; zij is een waardevol bezit in de wisselvalligheid der tijden. Wees voorzichtig in zaken; want de wereld is vol bedrog. Maar wees niet blind voor het feit dat ook de deugd bestaat; vele mensen streven hoge doelen na; en overal vertoont het leven volop blijken van heldenmoed. Wees uzelf en veins vooral geen genegenheid, maar wees oprecht in uw gevoelens.

Minacht ook de echte Liefde niet; want ondanks alle kilheid en ontgoocheling is de Liefde blijvend als het gras. Aanvaard blijmoedig de lessen die het leven u leerde; neem met dankbaarheid afscheid van de gaven der jeugd. Sterk uw geest om u te beschutten bij plotselinge tegenslag. Maar laat u niet in verwarring brengen door uw verbeeldingskracht. Veel angsten spruiten voort uit vermoeidheid, twijfel en eenzaamheid.

Wees, behoudens een gezonde mate van zelftucht, toegeeflijk voor uzelf. U bent een kind van het universum, evenzeer als de dieren, de bomen en de sterren; u hebt er recht op hier te zijn. En of u het begrijpt of niet; er is geen twijfel aan dat het universum zich ontvouwt zoals is voorbestemd. Leef daarom in vrede met God, welk beeld u van hem ook hebt en wat uw werken en wensen ook mogen zijn, bewaar in alle lawaai en verwarring van het leven, de kracht en vrede van uw ziel. Ondanks alle valse schijn, sleur en ontgoochelingen is de wereld toch mooi. Wees behoedzaam en streef ernaar tevreden te zijn, ongeacht de omstandigheden en blijf u ontwikkelen.

✦ ✦ ✦