



We wensen iedereen
zorgeloze feestdagen,
een goede jaarwisseling

&

een voorspoedig, gezond,
liefdevol, spiritueel
en dienstbaar
2023

namens alle
medewerkers van

YOGA, ZORG EN BEZINNING
OM - SHANTI

Beste lezer, hoe gaat het met u? Kunt u uw innerlijke harmonie nog behouden ondanks al het gedoe in de wereld. Elke beschaving kent periodes van opbloei, momenten van noodzakelijke bijstelling van de maatschappelijke systemen en de omgang met elkaar (polarisatie), enz., ook is er altijd een periode van “vernieuwing”. Onze opgave is te onderzoeken waar we nu precies staan gezien de vele crisissen die onze aandacht vragen.

De authentieke Yoga filosofie leert je door onderscheidingsvermogen (viveka) en meditatie de Werkelijkheid te onderkennen en nooit weg te kijken. Wat zien we dan, een samenleving die weinig vooruit heeft willen kijken en mede daardoor niet altijd adequaat handelde. Hierdoor zijn er in vele geledingen van de samenleving problemen en spanningen ontstaan die we niet zomaar even kunnen oplossen zonder dat het “pijn” zal doen (o.a. klimaat veranderingen). Wij merken de gevolgen hiervan omdat steeds meer mensen, jong en oud, zich psychisch, emotioneel en vooral spiritueel niet zo goed meer voelen en mensen te weinig wezenlijke zaken met elkaar delen. Voor ouderen spelen de ingrijpende veranderingen in de zorg en de toenemende eenzaamheid een belangrijke rol, voor jongeren is het de onzekere toekomst. Tevens verdwijnt de sociale cohesie steeds meer en hebben mensen last van zorgelijke gedachtes en belastende emoties en vraagt men zich oprecht af wat de zin van het leven nog is.

Het verlies aan controle over het individuele leven speelt hierbij een belangrijke rol, samen met de neiging tot te veel identificatie met onze gedachtes en emoties. Kerst was en is een periode van reflectie om te ontdekken dat er ook nog een andere innerlijke belevingswereld bestaat, die je door de beoefening van de klassieke Yoga kunt versterken en verdiepen, want hoe meer je zelf in balans blijft, des te meer heb je je medemensen en de maatschappij te bieden. Het leven is uiteindelijk een leerschool en brengt ons inzicht en spirituele bevrijding.



Al meer dan 45 jaar zet Om-Shanti zich in voor een samenleving
waarin ontmoeten, zorg voor elkaar en bezinning vaste waarden zijn.

Postadres: Om-Shanti | Postbus 22129 | 1302 CC Almere Hout | Tel: 036-5402878/9 - 06-20605354

Bezoekadres: Algemeen Secretariaat | Koekoeklaan 2 | 1343 AM Almere Hout | Bezoek alleen na afspraak

Email: contact@om-shanti.org | **Website:** <http://www.om-shanti.org> | **Gerard van Wijk:** officegw@om-shanti.org