

MAANAS SETU

DHARAM SETU PÂLAK TUMHA TÂTÂ,
PRÊM BIBAS SÉWAK SUKH DÂTÂ.

मानस सेतु

धरम सेतु पालक तुम्ह ताता । प्रेमबिबस सेवक सुख दाता



मानस सेतु

BRUG TUSSEN OOST EN WEST

बिनय न मानत जलधि जर गए तीनि दिन बीती
बोले राम सकोप तब भय बिनु होइ न प्रीति

Binaya na maanata jaladhi jara, gayé tini dina biti
Bólé rama sakópa taba, bhaya binu hoi na priti

परम धर्म श्रुति बिदित अहिंसा पर निंदा सम अघन गरीसा

Param Dharma sruti bidita ahimsa par ninda sam aghana garisa
*Ik zal meewerken aan het tot stand brengen van een zodanige Maatschappij waar
er geen geweld zal plaatsvinden.*





COLOFON

UITGEVER

Maanas Setu Publications

OPLAGE

1.200

EINDREDACTIE

Ritchie Soekhlal

FOTOGRAFIE

Maanas Setu

REDACTIE TEAM

Sandra Ramdoelare Panday
Acharya Shankar Upadhyay
Swami Sunirmalananda
Raveena Ramkisoensingh
Kries Manna

INFORMATIE ADVERTEERDERS

Ritchie Soekhlal
06 10 20 46 54

REDACTIE ADRES

Maanas Setu
Oukoop 12
3626 AW Nieuwer ter AA
The Netherlands
maanas.setu@outlook.com

We horen graag uw mening! Vragen,
ideeën en opmerkingen zijn welkom.

Stuur een email
naar ons redactie adres.

Niets uit deze uitgave mag worden
overgenomen en/of op enigerlei
wijze worden gereproduceerd zonder
schriftelijke toestemming van de
uitgever. Maanas Setu is met de grootst
mogelijke zorg samengesteld, wij
zijn niet aansprakelijk voor eventuele
onjuistheden in deze uitgave.

INHOUDSOPGAVE



HINDOE HUWELIJK



VEDA'S

PEHCHAAN



28



SADA SHIVA DHAM ASHRAM

21



NALANDA KA KAHANI





Namaskar

“EVEN IF ONE WERE TO GIVE IN CHARITY THE WHOLE EARTH ENCIRCLED BY THE SEAS IT WOULD NOT EQUAL THE MERIT OF REPEATING THE NAME.”

SHRI TUKARAM MAHARAJ

In ons leven ontmoeten we verschillende soorten mensen; Mensen die anders dan ons denken en leven. Ook ontstaan er situaties in ons leven, die ons misschien niet gunstig lijken. Deze wereld is vol van tegenstrijdigheden en vreemde verschijnselen. We moeten altijd een paar dingen onthouden om harmonieus in deze maatschappij te blijven leven.

Tulsidas Ji zei: “Tulsi is sansaar mein, bhaat bhaat ke log, sab se hil mil chaliye, nadi naav sanjog”

De wereld is vol van alle soorten mensen, leef vriendschappelijk en in harmonie met anderen zoals gevraagd wordt door de situatie en omstandigheden van je leven.

Houd altijd deze drie dingen in gedachten:

- (1) Het is niet nodig dat alle situaties voor ons gunstig zijn.
- (2) Het kan niet gebeuren dat alle mensen nuttig zijn voor ons.
- (3) Het is onmogelijk dat alle dingen volgens onze wensen zijn.

Daarom moeten we wijselijk leven en handelen met discretie, rekening houdend met de situatie waarin we zijn, de mensen en de materiële omstandigheden rondom ons.

Dus onthou het volgende in gedachten:

Wees waakzaam: in het licht van je wijsheid, zorg ervoor dat mensen je gebruiken, maar niet misbruiken.

Wees trots: maar niet arrogant. Ego trekt u naar beneden, het scheidt ons van anderen, terwijl het juist goed is om in contact te staan met anderen, het verhoogt uw goodwill bij andere.

Wees jezelf: Als je open en spontaan bent, zul je in alle situaties het beste in jezelf naar boven kunnen halen, je voelt je niet moe en je blijft altijd opgewekt omdat je uitstraalt wie je bent.

Jai Sita Ram
Ritchie Soekhlal



SHRI DUTCHESWAR DHAAM

DUTCHESHWAR MAHADEV KI JAI

Stichting Shri Sanatan Dharma Nederland zet zich al jaren in om kennis en voorlichting met betrekking tot het Hindoeïsme in originele vorm te geven aan de Gemeenschap. De behoefte en vragen vanuit de Gemeenschap en mede door het vertrouwen die wij mogen ontvangen zijn wij continu aan het ontwikkelen en denken we na en maken we plannen om u beter te kunnen dienen. Mede door de hulp en interesse vanuit de Gemeenschap hebben wij vele programma's mogen organiseren.

Een van de grote besluiten genomen door de stichting is de realisatie van een Ashram. De Stichting is al jaren bezig om dit mogelijk te maken. Van idee tot plannen, van plannen tot realisatie van een plek waar u ruimere mogelijkheden zult hebben dan op de huidige locatie.

Met dankbaarheid en trots kan Stichting Shri Sanatan Dharma Nederland u melden dat de Ashram een feit is. Vanaf Guru Purnima, 8 juli 2017, zijn de deuren voor u geopend van Ashram Shri Dutcheswar Dhaam. Mede door de hulp en steun uit de Gemeenschap, zowel financieel als in natura, zijn wij van start gegaan. We gaan van start maar zijn nog niet helemaal klaar. Er zal nog verder gebouwd worden om de uiteindelijke Ashram met meer mogelijkheden te creëren. Wilt u meehelpen, neem dan graag contact met ons op. Uw hulp is nu nodig en ook in de toekomst zullen wij uw hulp nodig hebben om de Ashram voor u en door u in stand te houden.

ASHRAM

Wat zal er anders zijn in de Ashram?

Om die vraag te beantwoorden is het goed om te weten wat het verschil is tussen een mandir en een Ashram. Een mandir is een plek waar wij mensen, God vragen om zitting te nemen (wij installeren God middels Vedische mantra's). Vervolgens komen wij naar de mandir en doen onze puja en meditatie om Shanti (rust en vrede) te ervaren.

Een Ashram is een bedevaartsoord (Tirth Sthaan). De kenmerken van een Ashram zijn daarom ook speciaal en Goddelijk, het is een plek waar Bhagwaan ji zelf is verschenen en zijn leela (spel) heeft gedaan. Het is de plaats waar Bhagwaanji aanwezig is en waar devoten komen om puja, paath en jap te doen om vrede, innerlijke rust en of verlossing (mukti) te krijgen.

Zo een plek is onze Ashram Shri Dutcheswar Dhaam. De Ashram zal meer mogelijkheden bieden voor de devoot om het pad van devotie (Bhaktie) te volgen. Dagelijks zal de dag in Ashram beginnen en eindigen met Aarti. De mandir binnen de Ashram zal de hele dag door open zijn voor bezoekers. Men kan darshan doen, mediteren, lezen of zingen voor Bhagwaanji, sewa doen (karma yoga), hand en spandiensten verrichten.

GLOBALE DAGELIJKSE PLANNING:

7:00- 8:00 uur:	praathna en aarti
19:00- 20:30 uur	Bhajan kirtan
22:00 uur:	Sluiting met Aarti

OM REKENING TE HOUDEN

Misschien overbodig maar toch belangrijk om rekening te houden met een aantal zaken als u ons bezoekt. Wij vinden het belangrijk dat iedereen op een goede manier en met een goed gevoel bhakti kan doen. Onze Ashram zal bekend staan om 3 zaken:

EENHEID

We willen toewerken naar een maatschappij waarin wij met elkaar voor elkaar zijn, waarin wij handelen vanuit één gedachte. Bij eenheid gaan wij uit van eenvoud.

SOBERHEID

Het loslaten van materiële zaken, het naar binnen keren door middel van meditatie

RUST:

Dat wat Vrede geeft, het Respecteren van de ander in de breedste zin van het woord, het handelen vanuit het hart.

Als u de Ashram bezoekt dan verwachten wij dat u reinheid regels in acht neemt alvorens te komen: vegetarisch eten, geen alcohol, gedoucht, schone kleding maar ook toepasselijke kleding voor een Ashram en of mandir.

Eenmaal in de Ashram vragen wij u om stilte in acht te nemen. Het is een bedevaartsoord daarom vragen wij u om in mandir niet te praten, rustig te zitten, niemand te storen. Wij bieden u de mogelijkheid om u los te trekken uit de dagelijkse sleur zodat u in alle rust kunt mediteren of bidden. Daarom is een rustige omgeving heel belangrijk. Laten we met elkaar de plek creëren waar een ieder welkom is en tot rust kan komen.

DE VEDA'S

Iedereen weet dat de Hindoes geen stichter of profeet hebben, geen bepaald God hebben, geen kerk of bepaald geschrift hebben en ga zo maar door. Dat wat geen oorsprong heeft van een stichter of een boek of begindatum heeft, heeft ook geen einde. Wat ongeboren is zal ook niet sterven. Vandaar dat het hindoeïsme Sanatan Dharma heet, de eeuwige Dharma. Sanatan Dharma is dan ook geen religie maar een levenswijze.

Religie wordt ook populair gebruikt voor de Hindoe-dharma om het te classificeren als een van de andere religieën. Degenen die het woord 'religie' hebben gecreëerd, waren echter onbewust van het idee, ideaal en het concept van Hindoe Dharma. Hindoeïsme is geen religie, hoewel het als zodanig algemeen benoemd wordt. Het is de bron van de wereld religies. Uit de eeuwige fontein van de Hindoe Dharma zijn talrijke religies ontstaan en vormgegeven zowel in India als buiten India. Religies worden geboren als hun voorgangers geboren worden. Godsdiensten worden voortgezet door het boek dat de voorganger achterlaat, de gewoontes die hij of zij voorstelt, en de wetten en regels die de leiders voor hun volgelingen hebben uiteengezet.

**“ऋषयः मंत्र द्रष्टारः न तू मंत्र कर्तारः
Rishayah mantra-drashtārah na tu
mantra-kartārah.”**

Wat het Hindoeïsme is, is een grote mysterie. Om het gewoon een religie te noemen als alle anderen zou een grote fout zijn. Het Hindoeïsme is een levenswijze die in alle stappen en op alle aspecten van het leven een leidraad geeft. De wortels van het hindoeïsme zijn verankerd in de Veda's. Swami Vivekananda, die in 1893 de huidige vorm van het Hindoeïsme presenteerde voor het wereld religieus parlement in Chicago, verklaarde dat er bij de Veda's geen boeken zijn bedoeld. We weten allemaal dat er vier Veda's zijn die gebundeld zijn in boekvorm. Maar het feit is dat dit maar een klein deel is van talrijke eeuwige wijsheden die van tijd tot tijd aan wijzen en zieners werden geopenbaard.

De Veda's zijn de tijdloze eeuwige wetten van het universum. Op het moment dat de behoefte zich zal voordoen, zullen bepaalde waarheden geopenbaard worden om de mensheid te helpen. Er zijn talloze eeuwige waarden, waarheden en principes die het universum in stand houden. De waarheid zoekers mediteren en ontdekken deze van tijd tot tijd. Miljoenen jaren zijn voorbijgegaan, en duizenden en duizenden Rishi's hebben tapasya's gedaan (streng en toegewijde levens geleid) om deze wijsheden te ontvangen. Ze hebben geleefd op wortels en bladeren, geworsteld met de barre levensomstandigheden en hebben alle lijden verdragen om de waarheden te ontdekken.

U zult zich afvragen welke waarheden?

De waarheden over het leven, de schepping, de natuur, God en vele andere dingen over het Hindoeïsme, de levenswijze. Om het met een voorbeeld aan te duiden: Je hebt een mobiel in je hand die je gebruikt, die wij allemaal gebruiken zonder na te beseffen hoe het is ontstaan. Onder ons zullen er altijd een aantal mensen zijn die willen weten hoe het werkt, waarom het werkt zoals het werkt en ga zo maar door. Die persoon zal een zoektocht beginnen. In de zoektocht zal hij/zij dingen ontdekken, zal de wens om dieper te duiken ontstaan. Gaandeweg zal hij zoveel dingen ontdekken die de verklaring geeft waarom het is zoals het is en misschien ontdekt hij een andere manier van communiceren.

Dus, de Veda's zijn openbaringen. Het zijn geen gedichten geschreven door sommige wijzen. Alles wat door mensen wordt gecreëerd zal niet lang duren, het zal komen en gaan. Als de Veda's poëzie waren geschreven door mensen, zouden ze verdwenen zijn. Het feit dat ze hier sinds miljoenen jaren zijn, is het bewijs dat ze eeuwige waarheden zijn van het universum en van het hele leven.

DE BETEKENIS VAN DE VEDA

Rishayah mantra-drashtārah na tu mantra-kartārah. De wijzen zijn geen dichters, maar zijn de zieners van mantra's. In diepe meditatie, na jaren van tapasya, werden bepaalde mantra's geopenbaard aan de zieners, de Rishis. Zij onthulden deze op hun beurt aan hun discipelen, en de lijn werd gecreëerd. In het vroege begin van het ontstaan waren er geen boeken, was er geen drukpers, was er geen manier om een opname te maken. Toch is geen enkele openbaring gewijzigd. Voor duizenden en duizenden jaren stroomden deze mantra's of openbaringen neer.

Van generatie op generatie waren er zielen die zich bezighielden om geopenbaarde kennis te bewaren tot Bhagwan Vyâsa ji kwam. Bhagwan Vyâsa ji heeft de Mantra's zo veel als mogelijk verzameld en in vier Veda's georganiseerd.

Deze zijn als volgt gebundeld:

1. Mantra's ; gemeenschappelijke gebeden
2. Brâhmanas ; de rituelen
3. Aranyâkas; geïsoleerde meditatie
4. Upanishads; spirituele waarheden

Wij moeten deze grote wijzen, deze Rishi's, dagelijks met respect en eerbied herinneren en eren. Omdat zij enorm veel offers hebben gebracht en veel hebben geleden om kennis voor de mensheid te behouden!

De Veda betekent kennis en alle kennis is Veda. Alles wat we weten en moeten weten is Veda maar ook alles wat nog ontdekt zal worden is reeds in de Veda beschreven. Hoe te koken, hoe een schip te bouwen, hoe te verkopen, hoe te eten, hoe te bidden, hoe God te leren kennen, dit alles is Veda. En het mooie is dat dit alles niet werd voorgesteld of geschreven door enkele intelligente mensen. Zoals eerder benoemd zijn het de eeuwige wetten die van tijd tot tijd werden geopenbaard als de noodzaak ontstond. Eeuwige wetten zijn er altijd en zullen ook altijd blijven. Een zoeker die moeite doet om te weten zal kennis krijgen en zal het onthullen aan de mensheid.

“Bhagwan Vyâsa ji heeft de Mantra's zo veel als mogelijk verzameld en in vier Veda's georganiseerd.”

Op een bepaald moment was de tijd daar voor de wereld om afstanden te overwinnen - om met iemand aan de andere kant van de zee te kunnen praten zonder daar naartoe te reizen. De vliegtuig was een feit. Het ontdekken van telefonie, het ontdekken van beeldmateriaal, het vastleggen en terugkijken op de televisie. Ook al zijn deze ontdekking belangrijk, het zijn allemaal maar gewone zintuiglijke kennis. 4de Veda's. De Veda's zijn op schrift gesteld maar voor de mensheid moeilijk te begrijpen en te doorgronden omdat het hoogontwikkelde wetenschappelijke kennis is in Sanskriet. Zonder degelijke studie en zonder begeleiding door een Guru is de ware betekenis van



de Veda's en de daarna verschenen Geschriften, ook vandaag de dag, niet te begrijpen. Door de tijdperken is gelukkig steeds meer kennis op papier is gesteld. De moeilijk te begrijpen teksten uit de Veda's zijn toegankelijker geworden. De wijze Rishi's en zieners hebben kennis in begrijpelijke taal gebracht voor de mensheid. Er zijn andere terreinen, andere gebieden die prachtiger en glorieuzer zijn. Deze zijn niet te bevatten met de vijf zintuigen. Het zijn de hogere waarheden van de Veda's.

Op deze manier hebben de hindoes de wereld de eeuwige waarheden gegeven op alle aspecten van het leven in de vorm van de Veda's. De Veda's zijn de eeuwige geschriften van de hindoes, maar ook de basis van de gehele mensheid.

Stel je eens voor hoe groot en hoe glorieus onze fundamenteën zijn. Wij baseren dit niet op sommige verhalen of persoonlijkheden. Wij baseren ons overtuiging en ons bestaan op geopenbaarde waarheden.

Hoe kan je bewijzen dat ze waarheden zijn? Probeer zelf en vind het uit. Ze zijn toegankelijk voor iedereen. Lees, bestudeer en volg de instructies, en je zult het ontdekken en je doel bereiken.

Een ander belangrijk aspect van het Hindoeïsme is dat de volgelingen, de Hindoes, niet verteld wordt om te "geloven". Aan ons wordt verteld om op onderzoek uit te gaan, zelf te ontdekken. Aan ons wordt verteld dat we wetenschappers zijn - om waarheden te zoeken en ze voor onszelf te vinden.

Net zoals de wijzen de waarheden ontdekten, zullen wij ze ook ontdekken. Wij zijn allemaal in feite verborgen wijzen. Sommigen die moeite doen en hard werken om te leren en toegewijd zijn, ontdekken de verborgen schatten van het Hindoeïsme. Aldus, vanaf het begin, als er enig begin was, is het Hindoeïsme een zuiver wetenschappelijke religie - het valt of staat niet door sommige geloofsstelsels maar is gebaseerd op de eeuwige waarheden.



De Veda's en het Hindoeïsme zijn vanaf de oorsprong van de mensheid of zelfs daarvoor met elkaar verbonden. Onwetende mensen, hoewel ze "opgeleid" zijn met tal van certificaten, weten dit niet en praten dwaas over Hindoe-dharma. Onwetendheid is geen nobele deugd. Kennis is een nobele deugd. Het Hindoeïsme heeft kennis altijd gestimuleerd en de gevers van kennis altijd gerespecteerd. Een brahmajnani (kenner van Goddelijke kennis) heette purusho-vedah, de belichaming van de Veda's, belichaming van kennis.

VEDA BEGRIJPEN

Sanatana is de naam van onze Dharma. Sanatana betekent niet "heel oud". Sanatana betekent altijd aanwezig, vroeger, nu en in de toekomst! Onze Dharma is niet iets dat een gewoonte was van 10 miljoen jaar geleden. Nee! Het is eeuwig levend in het tegenwoordige moment, er is geen verleden. Het is net de lucht die je ademt en die altijd aanwezig is. Zo is Dharma, de waarheid in het hier en nu aanwezig. Waarheden hebben geen verleden of toekomst, ze zijn altijd aanwezig in het tegenwoordige moment. Probeer ze te leren kennen en ze worden aan u geopenbaard.

Wij zijn geboren in de meest oude vorm van Dharma, de meest glorieuze vorm van Dharma. Onze levens zullen hierdoor eeuwig gezegend zijn.

Het grootste probleem is dat merendeel van de Hindoes heel weinig van hun eigen eeuwige Geschriften, de Veda's, kennen. Het is niet dat ze niet kunnen weten of begrijpen. Ja klopt, de Veda's zijn in het Sanskriet geschreven. Maar dat zou geen probleem moeten zijn omdat er vertalingen zijn in bijna alle talen van de wereld. Hoewel soms niet juist vertaald of onvolmaakt maar toch bruikbaar om kennis over de Geschriften eigen te maken. Elke mantra is een formule. De woorden zijn er, zullen er altijd zijn en als we diep nadenken zullen de woorden van de mantra een grote waarheid onthullen.

Allereerst is kennis voor iedereen. Sanskriet is een taal zoals elke andere die we kunnen het leren. Omdat miljoenen mensen de Veda's niet direct kunnen lezen en begrijpen hebben onze wijzen ons dezelfde Veda's gegeven door verhalen en andere vormen- de Puranas, Itihasas, enz. Dus, hoewel veel Hindoes de Veda's niet direct kennen, is kennis hierover wel aanwezig door middel van de andere Geschriften, de verdere vertalingen.

"Het grootste probleem is dat merendeel van de Hindoes heel weinig van hun eigen eeuwige Geschriften, de Veda's, kennen."

Heden ten dage is onderwijs voor iedereen bereikbaar en mogelijkheden tot op hoge leeftijd om te ontwikkelen. Dus moet luiheid niet het excuus zijn om onze eigen heilige literatuur niet te bestuderen. Niemand vraagt je om de gehele opgetekende Vedas te lezen. De beste delen van de Veda's die bekend staan zijn de Upanishads. Er zijn in totaal 108 Upanishads waarvan veel verloren zijn gegaan of zijn verdwenen. Die delen die er nog zijn kunnen we in fases tot ons nemen. We kunnen de vertaling van een Upanishad eerst lezen, daarna de mantra in originele vorm om vervolgens op elke mantra te mediteren.

Wat kan men krijgen door maar één Upanishad te lezen? Wel...ieder beetje kennis is welkom want kennis is kennis. Besef dat je een Hindoe bent en het recht hebt op kennis over je eigen Geschriften. Je hoeft niet

de hele oceaan te drinken om de smaak van het water van de oceaan te leren kennen. Een slokje is genoeg. Ook de Veda's zijn een holografisch geheel. Een deel is het geheel. Een mantra is de Veda. Een openbaring is de openbaring van het totaal.

Nu weten we dus dat onze Geschrift, de Veda, eeuwig is. Deze zijn extreem krachtig en heilig omdat ze in meditatie geopenbaard zijn en eeuwige waarheden zijn. Zij zijn de bron van Vrede, Heiligheid, Kennis, Verlichting en zoveel meer. We zouden onze eeuwige geschriften moeten bestuderen, zelfs een klein beetje ervan, voor ons eigen bestwil en voor het behoud van kennis voor het nageslacht. Maar bovenal om respect te tonen aan degenen die ons kennis hebben gegeven.

SHRADDHĀ

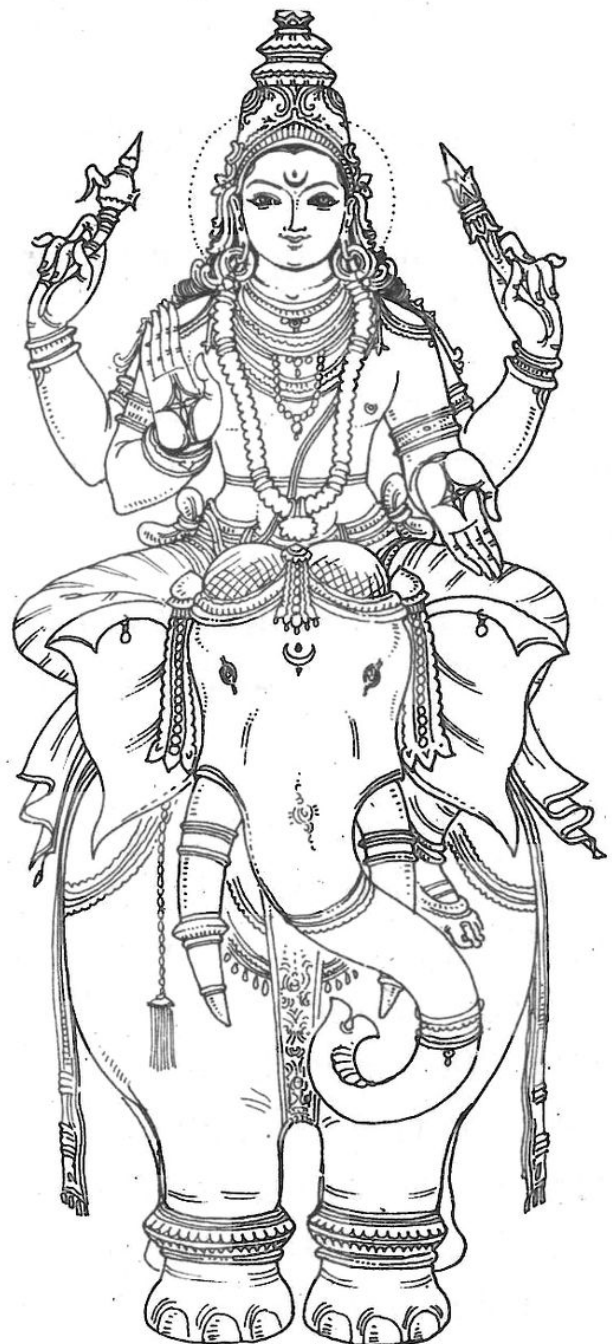
Swami Vivekananda zei dat hij het woord shraddhā niet kon vertalen naar het Engels. Er zijn vaak geen woorden in een andere taal die de juiste betekenis die Sanskriet en Hindi woorden hebben juist weer te geven. Zo een woord is shraddhā. Shraddhā is een super krachtige dynamische en potentiële kracht waardoor we iets krijgen wat we willen door alle hindernissen te overwinnen. Shraddhā is de bron van inspiratie voor de prestaties, het is de bron van alles dat goed is. De Veda's inspireren ons om Shraddhā in hen te hebben, in onszelf, in de geopenbaarde waarheden en in het eeuwige leven. Shraddhā is de moeder van alle verlangen om te weten. Deze glorieuze Shraddhā stelt ons in staat grote dingen te behalen door studie van de Veda's, het stelt ons in staat om kennis en interesse te krijgen in de hogere doelen van het leven. De studie van de Veda's brengt Shraddhā en een enorme kracht in ieders leven. "De Upanishads zijn een mijn van kracht", zei Swami Vivekananda. Het lezen van de Upanishads zal enorme kracht in ons brengen, omdat ze Shraddhā bij ons brengen. Vivekananda zei dat we dezelfde

"Er zijn in totaal 108 Upanishads waarvan veel verloren zijn gegaan of zijn verdwenen."

Shraddhā zouden hebben die Nachiketa had. Met die Shraddhā, durfde Nachiketa zelfs Yama, de God van de Dood, te trotseren en bracht kennis aan de mensheid.

Door middel van Shraddhā kunnen we kennis opdoen omdat het alleen kennis is die ons van ellende bevrijdt. Kennis is kracht, kennis is glorie, kennis is alles. En kennis betekent Veda en iedere Hindoe zou kennis moeten aanbidden aldus studie van de Veda.

Laten we allen onze Veda bestuderen, de kennis absorberen, doorgronden en ons leven verrijken.





SUBH VIVÂH

HET VEDISCH HINDOE HUWELIJK

शुभ विवाह



HINDOE HUWELIJK

In ons vorige magazine heeft u kunnen lezen met welke ceremoniën het Vedisch huwelijk van start gaat. U heeft begrippen als Vâgdân, Tilak en Tilwân/Matkorwa meegekregen. Hoe de ceremoniën plaatsvinden en waarom ze worden gedaan heeft u kunnen lezen.

In deze editie schrijven wij over het vervolg namelijk de 2de dag, Bhatwaan of te wel Maróh Pujan.

Ook op deze dag vinden wederom bijzondere puja's en ceremoniën plaats met als doel zegen van God te vragen voor het aanstaande bruidspaar. Voor zo een grote stap in het leven, het huwelijk, worden er zorgvuldig voorbereidingen getroffen. Belangrijk hierbij is te weten dat voor een huwelijksplechtigheid alles nieuw hoort te zijn. Men gebruikt geen oude of gebruikte of geleende spullen bij een huwelijk. Ook de Mandap of te wel de Maróh hoort nieuw te zijn en niet gehuurd. Tegenwoordig zien we veelal een gehuurde Maróh wat volgens de regels ongunstig is voor het bruidspaar.



Wellicht overbodig maar toch goed om te benoemen is de innerlijke en uiterlijke reinheid van omgeving en de familie waar het huwelijk plaats vindt. Is men geen vegetariër dan hoort men tijdig te stoppen met het nuttigen van niet-vegetarische voedsel en alcoholische drank. Houdt u er rekening mee dat niet vegetarisch voedsel 2 weken nodig hebben om het lichaam te verlaten. Een huwelijk is niet alleen een verbintenis van 2 zielen maar van 2 families. Het echtpaar krijgt vele verantwoordelijkheden mee waarvoor middels alle puja's en ceremoniën wordt gebeden. Om het gebed verhoord te laten worden moet daarom alles in deze omgeving rein, positief en zuiver zijn. Alleen dan kan sprake zijn van een goede start met zegen van God waarvoor 3 dagen lang gebeden wordt door middel van alle ceremoniën.

De ruimte waar puja zal worden gedaan wordt van tevoren klaargemaakt en worden de zitplaatsen (Aasan) voorzien van schone lakens of doeken waarop de priester (Puróhit) en de ouders met hun zoon of dochter zullen zitten. De bijbehorende puja benodigdheden worden klaargelegd zodat de puja achtereenvolgens kan plaatsvinden.

Wist u dat de Phuwa (de zus van de vader) op deze dag een bijzondere rol heeft? Zij staat deze dag op de voorgrond om te helpen bij een aantal ceremoniën. Voordat de puja van start gaat heeft ze enkele spullen 'geverfd' met een mengsel van kurkuma (hardi) koeienmest en water.

De spullen die ze verft zijn: harish, bhurkie, kalsa, sil lohra (stamper), enkele meters witte katoen.

De kalsa wordt na verven versierd met koeienmest en padi(dhaan). Koeienmest omdat dit staat voor zuiverheid en reinheid. De padi staat voor vruchtbaarheid. De geverfde kalsa staat symbool voor de zegen van een zuiver, rein en vruchtbaar leven.

MANDAP

De ruimte waar deze dag de puja zal plaats vinden wordt mandap (altaar) genoemd. Het is een afgebakende vierkante ruimte die van tevoren schoon gemaakt is. Volgens Vedische voorschriften hoort een Mandap 16 armen lang en 16 armen breed te zijn van de bruid en bruidegom. Het getal 16 staat symbool voor de 16 soorten opmaak, sringaar van de bruid.

De mandap bij de bruid wordt na de puja uitgebouwd tot een Maróh waar de huwelijks inzegening zal plaatsvinden. In de mandap vinden vervolgens alle activiteiten plaats.

START PUJA

De puja van de 2de dag vindt plaats bij zowel de bruid als de bruidegom. Op deze puja zitten de ouders met de bruid of bruidegom.

Iedere Puja begint zoals u weet met Ganesh Puja . Aan Ganesh ji wordt gevraagd om alle obstakels weg te halen, op te ruimen zodat de dag goed van start mag gaan en het bruidspaar een gelukkig huwelijk mag hebben.

Vervolgens wordt begonnen met Mandap sthâpana met achtereenvolgens de volgende stappen:

Nav graha puja (de puja van de 9 planeten)

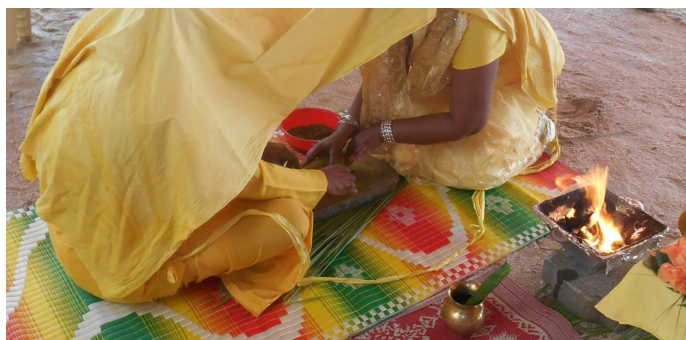
Deze puja wordt uitgevoerd op de bamboetakken. Hierbij worden de 9 planeten middels de mantra's en gebed gevraagd om hun zegen te komen geven aan het bruidspaar.

Panch lôgpâl puja

Op het altaar worden 5 bamboetakken geplant waarop de panch (5) lôgpâl puja gedaan wordt. Middels de mantra's worden de 4 windstreken en Vishnu Bhagwan verzocht om hun zegen uit te brengen.

Kalash sthâpanâ

Alle heilige rivieren van de wereld worden middels de mantra's aangeroepen om in de kalash plaats te nemen om het bruidspaar te zegenen. Naast de heilige rivieren en bedevaartsoorden worden alle Devi's en Devta's verwelkomd om hun zegen uit te brengen. De phuwa vult de kalash met water onder recitatie van mantra's en met het zingen van toepasselijke liederen en geeft de bruid de zegen voor een gelukkig leven.



Sil Pôhana

Deze puja wordt gedaan op de Sil en lôrha (zie afbeelding). Het is een eerbetoon en gebed aan de voorouders van zowel de moederskant als vaderskant. Bij dit ritueel wordt oerdi gemalen door de ouders op de Sil Lohra (vijzel) en tijdens het malen bidden ze tot hun ouders en voorouders 3 tot 3 generaties terug. Het gebed wordt gericht tot de Aatman (ziel). De Aatman is eeuwig, wedergeboren of niet, het gaat nooit dood. De gemalen oerdi wordt in de aardewerk potjes, de bhurki's gevuld en dichtgemaakt met een stukje gele katoen. De handeling wordt biddend gedaan en de voorouders worden gevraagd om hun kleinkind te zegenen.

Haridra Lépan of Hardi lagâna

Tijdens deze ceremonie wordt het lichaam van de bruid en bruidegom ingesmeerd met een mengsel van kurkuma (hardi) en kokosolie en rijst (akshat) met behulp van duba gras. De gebruikte ingrediënten hebben een betekenis die zo logisch als natuurlijk is bij zo een grote stap in het leven.

Haridra lépan betekent letterlijk datgeen wat alle ellende wegneemt, hetgeen wat alle huidziekten wegneemt. Met het insmeren wordt de wens uitgesproken dat het bruidspaar lichamelijk gezond mag zijn tijdens het huwelijksleven. Akshat (rijst) betekent dat waarin geen deuk zit, geen gat zit, dat het lichamelijke gezondheid blijvend mag zijn, dat het niet ophoud mooi te zijn.

Duba gras staat voor standvastigheid, dat wat nooit dood gaat. Olie is het symbool is het symbool voor liefde

“Vervolgens wordt begonnen met Mandap sthâpana...”

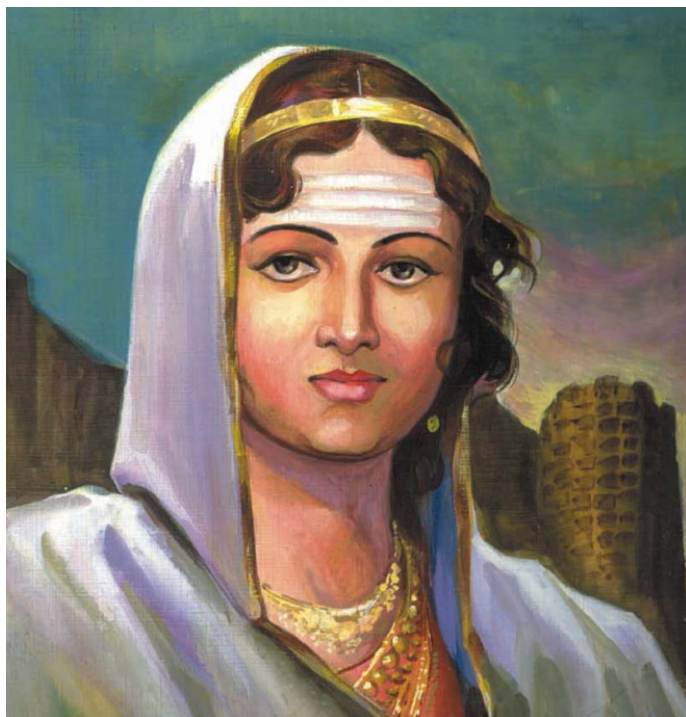
Lâva bhujâi of te wel padi bakken

Het eerste deel van deze dag eindigt de puja met Haridra lepan. Meestal in de avonduren maar in ieder geval op dezelfde dag wordt rijst gepoft, de lâva bhujai. De phuwa zal hier het bakken voor haar rekening nemen. De ontpofte padi wordt tijdens het huwelijksceremonie gebruikt om havan te doen. Deze havan wordt met een mooi woord Lâdjâ hóm genoemd. Het betekent datgeen waarmee havan (vuuroffer) wordt gedaan, waarmee met eer (respect) havan wordt gedaan heet lâvâ. De lâvâ wordt door de Phuwa (s) gebakken. Zij horen ruim van te voren reinheid in acht te nemen. Lâvâ hoort met een zuiver geweten en zuiver lichaam gebakken te worden omdat het om de eer van het bruidspaar gaat. Tijdens de havan doet het bruidspaar de lâvâ in het vuur en doen ze beloften.

De bruid en bruidegom beloven dat ze de eer van elkaar, hun wederzijdse ouders en hun familie hoog zullen houden en dat ze iedereen zullen respecteren. Ze bidden voor kracht en wijsheid om hun wederzijdse familie altijd te zullen eren en te respecteren, dat ze bij zullen dragen aan het vergroten van hun eer.

RANI CHENNAMMA

(23 OKTOBER 1778 – 02 FEBRUARI 1829)



In ons vorige magazine heeft u het levensverhaal van Ahilyaba Holkar gelezen. Deze keer kunt u de heldinnendaden van Rani Chennamma van Kittur lezen. Een sterke en dappere strijder die veel voor haar heeft gedaan.

Rani Chennamma was de eerste vrouwelijke onafhankelijke activist van Bharat. Ze stond helemaal alleen met levendige vurige ogen in de strijd tegen het Britse Rijk. Rani Chennamma slaagde er niet in om het Britse leger te verdrijven, maar ze spoorde wel veel vrouwen aan om tegen de Britse overheersing te verzetten. Ze was Chennamma Koningin van het koninkrijk van Kittur in Karnataka. Vandaag de dag is ze bekend als Kittur Rani Chennamma.

De betekenis van Chennamma is een mooie meisje of mooie vrouw en het mooie aan de naam van Rani Chennamma is zeker toe te wijzen aan al het "mooie" wat zij voor een land als India gedaan heeft. In dit context is "mooi" heel goed te definiëren als heldhaftig, strijdig, dapper, sterk en onvermurwbaar.

KITTUR VAN 1778 TOT 1824

Rani Chennamma van Kittur werd op 31 mei 1778 geboren in het kleine dorp Kakati gelegen in Belagavi welke onder het Karnatak heerschappij viel. Haar

vader was Dhoolappa en haar moeder Padmavati. Ondanks dat haar afkomst niet van het koningshuis was, hebben haar ouders haar opgevoed als iemand die wel tot het koningshuis behoorde. Ze hebben haar op vrij jonge leeftijd heel veel vaardigheden bijgebracht zoals lessen in strijdvaardigheid, omgaan met wapens, boogschieten en paardrijden. Ze leerde vele talen als Sanskrit, Kannad, Marathi en Urdu.

Om het Hindoeïsme neer te halen en de Hindoe vrouw een slechte naam te geven wordt steeds geopperd dat vrouwen in de Hindoe samenleving het recht niet hebben om een opleiding in welke vorm dan ook te volgen. Als Rani Chennamma van Kittur dat in haar tijd al kon waarom zou het voor de Hindoe vrouw van nu dat niet mogelijk zijn?

In 1793 treedt Rani Chennamma in het huwelijk met de heerser van Kittur, Raja Mallasarja Desai. Samen krijgen zij een zoon die helaas vrij jong komt te overlijden. Haar man overleed kort voor haar zoon. Na het overlijden van haar zoon was het nodig om een troonopvolger te hebben voor het Kittur Rijk. In 1824 adopteert zij daarom een familielid Shivlinga Rudrasarj en leidt zij hem zelf op tot de troonopvolger van het Rijk.

Als heerser van Kittur maakte Shivlinga een testament op waarin hij liet opnemen dat Rani Chennamma het Kittur Rijk zou leiden en daardoor de verantwoordelijkheid van Kittur op zich zou nemen.

"Als Rani Chennamma van Kittur dat in haar tijd al kon waarom zou het voor de Hindoe vrouw van nu dat niet mogelijk zijn?"

DE STRIJD OM KITTUR

Tijdens de regeerperiode van Rani Chennamma van Kittur was Karnatak een rijke staat die veel edelstenen en juwelen bezat en een geliefde plek was voor handelaren die van heinde en verre kwamen om daar hun handel te drijven. De Britten, de toenmalige heersers van India waren bezig de rijkdommen van het land toe te eigenen. Naast het toe-eigenen van rijkdommen hebben ze mensen dwangmatig bekeerd tot hun eigen geloof. Ook het rijkdom van Kittur hadden de Britten in hun vizier. Om deze toe te eigenen maakten de Britten gebruik van een verklaring, de leer van Lapse opgesteld door Lord Dalhousie.

Onder deze verklaring werden inheemse heersers niet toegestaan om een kind te adopteren als ze zelf geen kinderen hadden. Het grondgebied van de heersers maakte door deze verklaring automatisch deel uit van het Britse Rijk. Dus accepteerden zij de geadopteerde Shivlinga Rudrasarj niet als de rechtmatige troonopvolger van Kittur.

Maar ook Rani Chennamma van Kittur accepteerde dit gedrag van de Britten niet en zei dat het aanwijzen van de troonopvolger van Kittur een zaak van Kittur was en niet van de Britten. Zij schreef een brief naar de Britse gouverneur in Mumbai om Kittur vrij te stellen, maar haar verzoek werd door hun afgewezen. Na deze afwijzing nam Rani Chennamma van Kittur zich voor om alles in het werk te stellen om Kittur te beschermen tegen de gretige klauwen van de Britten. Ter bescherming van het recht van het volk en de leefwijze van het land was zij bereid de strijd tegen de Britten aan te gaan.

Na verloop van tijd zagen de Britten ook in dat hun eis om het rijkdom van Kittur aan hun over te dragen niet ingewilligd zou worden en dat Rani Chennamma van Kittur alles in het werk zou stellen om dat te beschermen. Zij formeerden daarom een leger en op 21 oktober 1824 vielen zij het Kittur Rijk aan en brak de strijd om Kittur uit. Vanuit het fort van Kittur vocht Rani Chennamma keihard terug en het leger van de Britten bleek toen niet opgewassen te zijn tegen de kleine maar toch dappere leger van haar.

Tot twee keer toe overwon Rani Chennamma van Kittur de Britten. Bij de eerste aanval op 21 oktober 1824 werd de hoofd van de Britse leger verslagen waarbij hij overleed en 2 Britse officieren gevangen werden genomen. Na de eerste nederlaag gebruikte Rani Chennamma de twee gevangenen om vrede te sluiten met de Britten. Haar voorstel was om deze twee gevangenen over te leveren aan de Britten als zij beloofden het Kittur Rijk verder met rust te laten. De Britten gingen hiermee eerst akkoord, maar na uitlevering van de twee officieren veranderden zij van mening. Door de hebzucht en hun nederlaag konden de Britten het niet accepteren dat een vrouw als Rani Chennamma hun een nederlaag had toegebracht. Op 2 december 1824 vielen de Britten voor de tweede keer Kittur binnen. Maar ook deze keer liet Rani Chennamma haar sterkste kant zien in de strijd en samen met haar leger overwon zij ook deze 2de strijd. Nadat de Britten inzagen dat Rani Chennamma niet

te verslaan was, verzonnen zij een list en kochten zij twee mannen van haar leger om. De Britten beloofden de mannen een deel van het Rijk te geven als zij met hun zouden samenwerken. Deze twee landverraders Malappa Shetty en Venkanta Rao stemden in met hun en verraden door haar eigen mensen heeft Rani Chennamma van Kittur 3 dagen later op 5 december 1824 het strijd op moeten geven.

Na de tweede aanval waren veel strijders van haar leger omgekomen en gewond geraakt waardoor haar leger niet meer sterk genoeg was om het strijd tegen de veel grotere leger van de Britten aan te gaan. Ondanks de hulp van haar luitenanten tijdens de strijd mocht het deze keer niet baten en wordt zij gevangen genomen door de Britten en vastgezet in de gevangenis van het fort van Bailhongal. Veel strijders van haar leger worden door Britten ook opgehangen. Ruim twee maanden later, op 21 februari 1829, overlijdt Rani Chennamma van Kittur in de gevangenis van Bailhongal.

EEN HELDIN

Rani Chennamma van Kittur heeft alles gegeven wat in haar vermogen lag om het Kittur rijk te redden van de Britten wat haar jammer genoeg niet is gelukt. Ter nagedachtenis van haar heldindaden heeft de Indiase vrouwelijke president Pratibha Patel op 11 september 2007 een beeld van haar onthuld bij het Indiase parlement. Ook in Kittur en Bangalore zijn beelden van haar geplaatst en onthult.

Ter nagedachtenis aan haar wordt jaarlijks van 22 tot 24 oktober de Kittur Utsav gehouden in Karnatak waarbij de inwoners met trots haar roem herdenken. Kittur ki Rani Chennamma zal met haar mooie naam en haar mooie daden als één van de belangrijke personen van de Indiase geschiedenis herinnerd blijven.

Een heel mooie quote van Rani Chennamma van Kittur is:

'Wij mensen zijn geboren voor de vrijheid van het land, vrijheid is ook wat wij willen en zullen dan ook in vrijheid sterven. Zo lang ik koningin van het Kittur Rijk ben en zolang er nog bloed door mijn aders stromen zal het niemand lukken om mij slaaf te maken.'

Tekst: Kriesh Manna

JOYCE FOODCORNER



“Surinaams en Indisch eten in Hoofddorp”

Lekker Surinaams eten zoals roti en nasi in Hoofddorp, doet u natuurlijk bij Joyce Foodcorner , Makkelijk af te halen in winkelcentrum vier meren , wij verwelkomen u graag als klant.

Catering voor uw receptie, huwelijk, een borrelmiddag op het werk, uw verjaardag of dat je gewoon enkele vrienden thuis wilt verwennen met een heerlijke saoto soep of Surinaams/Indische snacks.

Joyce Foodcorner | Kruisweg 644-A | 2132 CJ Hoofddorp | Telefoon 0235765180

RIJSCHOOL ANGELS



“De startende motor”

Een rijsschool moet op diverse vlakken goed bij de persoon,verwachting en doelstelling passen. Naast alle feitelijkheden mag de gevoelswaarde niet achtergesteld raken!

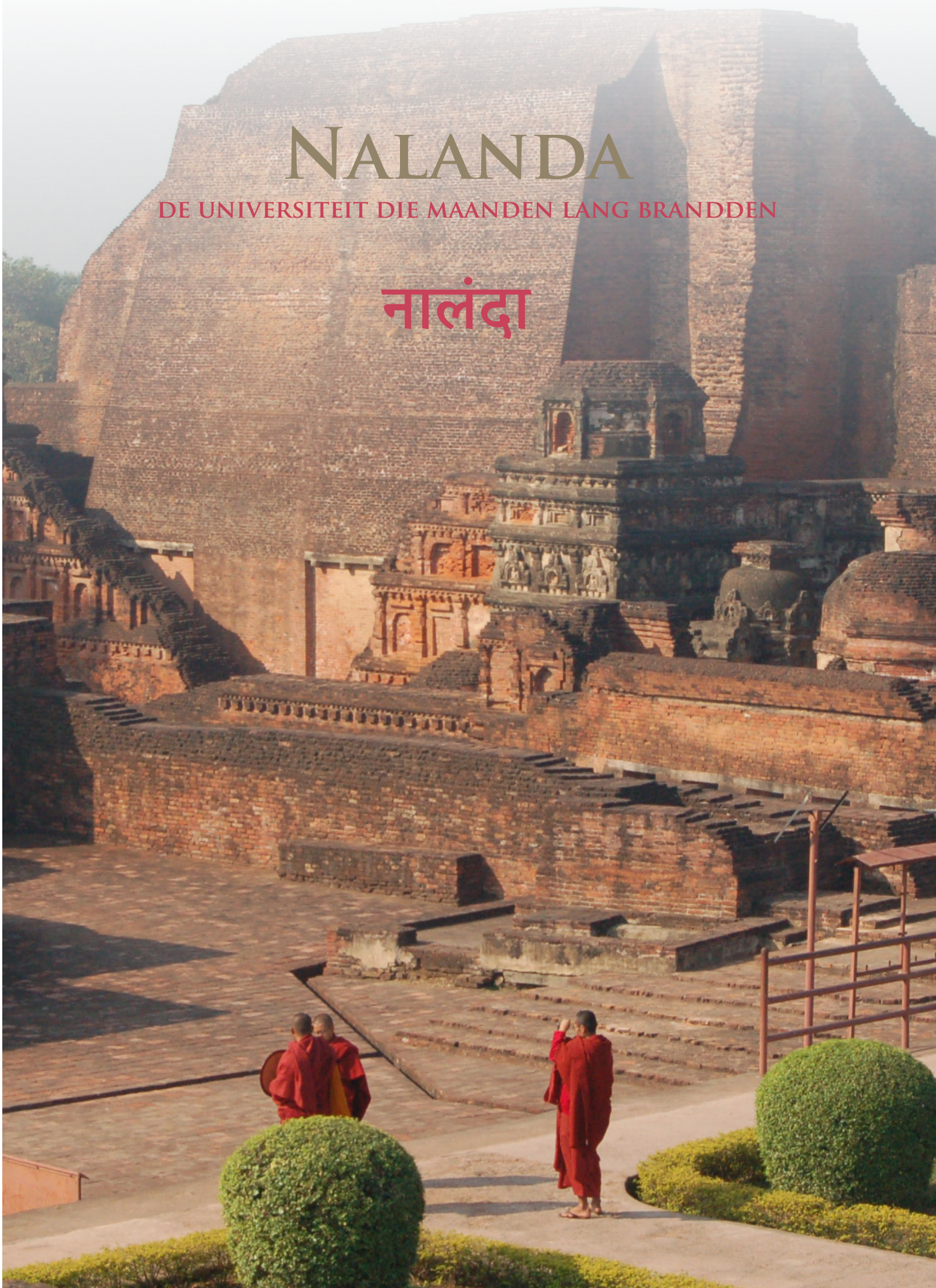
Dus let op: de tijd om te willen slagen is belangrijk, maar kwaliteit wint altijd! De kunst van geduld, zelfreflectie en timemanagement speelt hierbij een significant rol. Wij stellen daarom dat: “wie zijn eigen weg volgt nooit kan worden ingehaald.”

Rijsschool Angels | Maldenburg 16 | 3085 KG Rotterdam | Telefoon 06 44345359

NALANDA

DE UNIVERSITEIT DIE MAANDEN LANG BRANDDEN

नालंदा



NALANDA UNIVERSITEIT

De volledige geschiedenis van de Hindoes, met een mooi woord Hinduttva genaamd, is gemanipuleerd door de eeuwen heen. Door de tegenstanders van het Hindoeïsme, door de Communisten en Engelsen die in India hebben geheerst, is de nalatenschap vanuit het Hindoeïsme geruïneerd. Om het eigen belang te dienen heeft men vele zaken naar eigen interpretatie beschreven waardoor de originaliteit is verdoezeld, weggelaten of negatief belicht. Om de eigen egoïstische behoeften te vervullen is de geschiedenis dikwijls anders beschreven of doorverteld.

Hoe ver men daarin is gegaan is vandaag de dag nog waar te nemen in India maar ook elders in de wereld. Een bekend en goed voorbeeld waar men voor eigen behoeften de geschiedenis heeft gemanipuleerd is de Nalanda Universiteit. Deze Universiteit wordt door Historici aangeduid als een Boeddhistisch Universiteit terwijl de oprichter Koning Kumar Gupta is die een Hindoe was. De wereldbekende Nalanda Universiteit uitgelicht. Het woord Nalanda (नालंदा) komt uit het sanskriet woord Naalam नालम् hetgeen Lotus betekent en दा hetgeen geven betekent. De Lotusbloem staat binnen het Hindoeïsme symbool voor kennis. Nalanda betekent dan ook de Universiteit die de gever is van Kennis.

Nalanda Universiteit was uit de vroegere India een van de hoog aangeschreven universiteiten met wetenschappelijke studies op het hoogste niveau. In dit educatief centrum kwamen studenten uit eigen land, andere religies en uit het buitenland hun studie volgen. De Balkeshwar, Prithvinath, Manakameshwar en de

De oprichter van de Universiteit is Koning Kumar Gupta in de 5de eeuw. Koning Kumar Gupta wilde dat Hindoeïsme bleef bestaan, dat iedereen Vedisch onderwijs kon krijgen of geven. Hij wilde de bevolking voorzien in een goed leven middels Vedisch onderwijs en richtte hij deze Universiteit op zodat men kon leren maar ook les kon geven. Hij heeft de volledige medewerking gekregen van de regering om de universiteit op te bouwen en in stand te houden. Ook na zijn heerschappij hebben alle regeerders die na hem zijn gekomen de kwaliteit van de Universiteit in

stand gehouden. Keizer Harsha Vardhan, de lokale heersers maar ook buitenlandse heersers hebben grote bijdragen geleverd aan de welvaart van de Nalanda Universiteit.

Het was de eerste Universiteit waar de studenten intern konden verblijven om studie te volgen. In de bloeijaren waren er 10.000 studenten en 2.000 leraren gaven les. Studenten uit alle regio's van India maar ook buitenlandse studenten uit Korea, China, Japan, Tibet, Indonesië, Perzië en Turkije kwamen hoogwaardige studie genieten om de diploma van de Nalanda Universiteit te bemachtigen. De Universiteit heeft ruim 800 jaren (5de tot en met 12de eeuw) studenten opgeleid op een hoogwaardig niveau en is wereldberoemd geweest.



In de 12de eeuw kwam een eind aan een succesvol onderwijs door de moslim rover genaamd Bakhtiyar Khilji. Hij heeft de Universiteit in 1199 in brand gestoken waardoor het volledig werd verwoest. De rover had in Noord India een aantal Boeddhistisch grondgebieden toegeëigend. Op een dag werd hij heel ziek. De moslim geneeskundige kon hem niet redden en hij vocht voor zijn leven. Op zijn sterfbed kreeg hij het advies om de kenner van Ayurvedisch geneeskunde uit de Nalanda Universiteit, Acharya Rahul Sribhadra te halen om hem op de Indiase manier te behandelen. Het stond de rover niet aan dat hij door een Hindoe afkomstig uit India en met meer kennis dan zijn eigen moslim artsen zou worden behandeld. Maar hij had geen keus dus werd Acharya Rahul Sribhadra ontboden.

De rover Bakhtiyar Khilji stelde een vreemde voorwaarde bij de behandeling. Hij zei "ik ben een moslim, dus ik zal geen medicatie van een ongelovige (kaafir) als jou aannemen, maar hoe dan ook, op welke manier dan ook moet je mij genezen. Wees anders klaar om te sterven".

"Er wordt gezegd dat in de Universiteit zoveel boeken aanwezig waren dat de brand in in de bibliotheek tot wel 3 maanden aanhield."

Vaidyaradj Rahul Sribhada werd bang en had slapeloze nachten. Na veel nadenken kwam hij de volgende dag bij de rover met de Koran, het heilige boek van de Moslims. Hij vertelde aan de zieke rover dat hij een bepaald deel uit de Koran moest lezen om beter te worden. De rover las de Koran zoals aangegeven en werd beter en bleef in leven. Een ieder zou blij zijn dat hij in leven bleef maar Bakhtiyar Khilji dus niet. Hij werd erg boos en vroeg zich af waarom de kennis van de Ayurveda groter was dan de kennis van zijn eigen Moslims geneeskundigen. In plaats van waardering te hebben voor kennis en de geneesheer stak hij de hele Universiteit in brand uit haat.

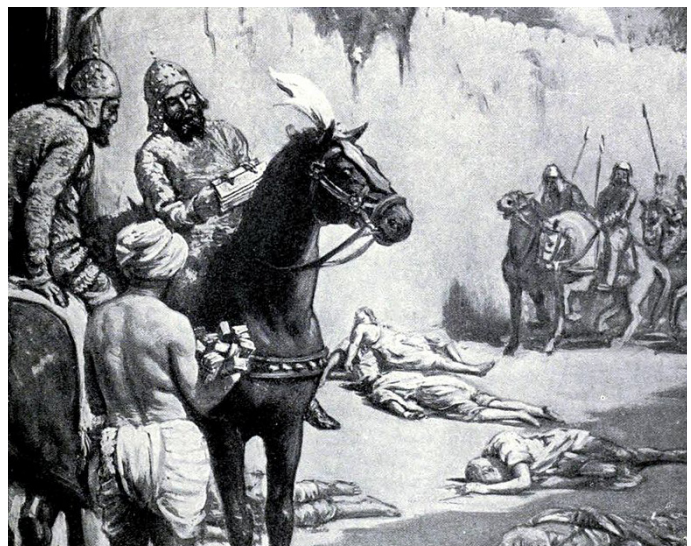
In plaats van kennis te delen verbrandde hij alle bibliotheken met daarin de aanwezige waardevolle boeken met onze eeuwenoude geschiedenis en naslagwerk. Met opzet en haat verbrandde hij alles zodat niemand ooit meer kennis kon vergaren dan zijn eigen volk.

Er wordt gezegd dat in de Universiteit zoveel boeken aanwezig waren dat sinds het in brand was gestoken de boeken gedurende 3 maanden bleef branden. Helaas bleef het niet bij brand alleen, deze rover vermoorde ook de kenners van de Geschriften (de Dharma Acharya's) zodat kennis ook niet mondeling kon worden doorgegeven.

De vraag blijft natuurlijk hoe Bakhtiyar Khilji beter is geworden door het lezen van de Koran..... Wij Hindoes gaan zodanig respectvol om met onze Geschriften dat we deze nooit op de grond leggen om

te lezen of te reciteren, wij keren een pagina niet om met bespuugde vingers. Terwijl de Moslims het net andersom doen, ze keren elke pagina met bespuugde vingers om.

Vaidyaradj Rahul Sribhadra heeft deze gewoonte van hun heel slim toegepast door een deel uit de Koran te selecteren. De Vaidyaradj heeft de hoeken van die bladzijden voorzien van een voor het oog onzichtbare medicijn die de rover ongemerkt ieder keer dat hij de pagina omkeerde naar binnen kreeg wat zijn leven heeft gered. Natuurlijk kon hij, de Vaidyaradj dit niet vertellen aan de rover aangezien hij geen medicijn zou accepteren van een kaafir (ongelovige). In plaats van dankbaar te zijn heeft de rover uit haat zoveel vernietigd met nadelige gevolgen voor de mensheid.



KOSTELOOS

In de Nalanda Universiteit werd er geen lesgeld gevraagd. De studenten konden kosteloos studie volgen, wonen en eten. De bekostiging van zoiets groots werd gedaan door de verschillende Koninkrijken en rijke mensen in het land. De Universiteit kreeg donaties uit 200 dorpen van India.

De studenten van Nalanda hebben in Azië publiciteit gegeven aan de Hindoe beschaving en cultuur. In het buitenland was er veel vraag naar studenten en leraren vanuit Nalanda Universiteit die grote waardering genoten in de gemeenschap. Alle wetenschappelijke studies werden hier aangeboden. Naast Godsdienst onderwijs werden wetenschappelijke studies gegeven als ontwikkeling van talen, studies over het bestaan, Geneeskunde, kennis over de Veda's, Natuurkunde, Geschiedenis en nog veel meer.

MAANAS SETU



“Wordt abonnee en verrijk uw kennis”

Maanas Setu Publications Netherlands brengt voor u vanaf dit jaar een kleurrijke tijdschrift uit, de Maanas Setu. Een tijdschrift waarin zij kennis uit de Geschriften op een toegankelijke manier zal brengen, kennis die u begrijpt en kunt toepassen. Aangevuld met heldendaden en actuele zaken uit onze gemeenschap. Een tijdschrift over het Hindoeïsme met als doel kennis verrijking en verbinden van de Gemeenschap.

Dit tijdschrift zal 4x per jaar verschijnen, in de maand volgend na ieder kwartaal. Dit jaar krijgt u bij uitzondering 5 tijdschriften, de eerste krijgt u cadeau als u abonnee wordt.

Door abonnee te worden kunt u op de hoogte blijven van vele wetenswaardigheden over het Hindoeïsme en onze Gemeenschap.

TIJDSDUUR ABONNEMENT: 1 JAAR
PRIJS: € 15.00 PER JAAR - LOSSE NUMMERS € 5,-
TIJDSCHRIFTEN: 4 NUMMERS

ALLE PRIJZEN ZIJN EXCL. VERZENDKOSTEN

LIDMAATSCHAP

Lid wordt u door te bellen of een mail te sturen naar:

Ritchie Soekhlal

Telefoon: 06 - 10204654

Email;maanas.setu@outlook.com

Maanas Setu | Oukoop 12 | 3626 AW | Nieuwer ter AA

CHATUR MAAS

VAN SHAYANI EKADASI TOT UTTHANA EKADASI



In de Chatur maas wordt voor een periode van vier maanden de Chaturmas Vrat gehouden. Deze periode begint op Dev Shayani Ekadasi in de maand Āshaadha en eindigt op Utthana Ekadasi in de maand Kartik.

Op Dev Shayani Ekadashi gaat Bhagwaan slapen om op Utthana Ekadasi te ontwaken. Volgens de Geschriften is dit één nacht van Vishnu Bhagwaan die voor ons mensheid 4 maanden duurt.

In 2017 begint de Chaturmas Vrat op 4 juli en eindigt op 31 oktober. De vier maanden van Shraavan, Bhaadrapad, Āshwina en Kartik worden beschouwd als de heiligste maanden in de Hindoe-kalender. Verschillende soorten geloften (sankalp) en vasten (vrata's) worden in deze periode gedaan.

Vasten kan men op verschillende manieren doen; van geheel onthouding van voedsel, nuttigen van alleen fruit, geen gekookt voedsel of een enkele maaltijd op een dag. Sommigen kiezen ervoor om geen zout te

eten of geen uien en knoflook. Yogi's en Gyâni's doen ook maun vrat; stil zijn, niet praten gedurende een dagen of dagen of zelfs alle 4 maanden.

Er zijn geen regels om te vasten, een ieder kan op haar of zijn eigen manier vasten. Het doel van vasten is om iets uit de dagelijkse leven en gewoonte weg te lagen om te groeien op het spirituele pad en om zegen te verkrijgen voor het doel waarvoor sankalp is genomen.

Het is gebruikelijk om de heilige 4 maanden te lezen uit de heilige Geschriften Ramayana, Mahabharat, Gita, Bhagavad Puran of een van de andere Geschriften. Er wordt dagelijks puja gedaan, wordt regelmatig mandir bezocht of wordt deelgenomen aan spirituele activiteiten.

Deze 4 heilige maanden zijn voor de Bhakta's van Vishnu Bhagwaan belangrijk omdat in onze Geschriften deze maanden worden aangeduid als de nacht van Vishnu Bhagwaan. De devoten vasten, lezen de katha's van Vishnu Bhagwaan, helpen armen en minder bedeelden en doen onbaatzuchtig dienen (sewa). Binnen deze periode valt de Shrâvan Maas die belangrijk is voor de devoten van Shiva Bhagwaan. Iedere dag is belangrijk maar met name de maandagen in deze maand is heel gunstig en worden speciale pooja's gedaan (Shiva abhishek). In deze periode heeft Shiva Bhagwaan het gif (halahal) die tijdens het karnen van de oceaan ontstond opgedronken voor welzijn van de mensheid. Ter er van Shiva Bhagwaan worden alle activiteiten in deze maand gedaan.

Het zijn 4 heilige maanden waarin men lichamelijk en geestelijk kan groeien, kan opladen en het lichaam kan reinigen van alle negatieve effecten. Uit oogpunt van reinigen/ontgiften (detox) en een gezond lichaam worden bepaalde voedingsmiddelen vermeden in deze periode.

Voor een Hindoe zijn deze 4 maanden een gezegende periode waarin door middel van devotie, gebed en vasten het spirituele pad bewandeld kan worden, waarin men innerlijk kan groeien.

SUTRA VAN PANTÂNJALI

Ieder van ons heeft weleens van Yoga gehoord. In onze moderne bestaan is het goed geïntegreerd en wordt het op grote schaal beoefend door velen.

Er worden vele vormen van Yoga aangeboden en beoefend om een evenwichtig en gebalanceerd leven te bevorderen. Yoga kan een ieder veel meer profijt geven als het op een juiste manier wordt beoefend en de ethische regels ervan in acht wordt genomen. Om het op een juiste manier toe te passen is juiste kennis ervan noodzakelijk. In dit artikel nemen wij u stapsgewijs mee in de wijsheden van de Yoga-Sutra van Pantânjali.

WAT IS YOGA EN WAT IS DE OORSPRONG?

Yoga is een wetenschap die de mens een leidraad geeft om in harmonie te leven met zichzelf en met de omgeving. Het is de wetenschap van het leven gegeven aan de mensheid door de Hindoes. Yoga is kennis van het bewustzijn van de individu en de omgeving, het is de oudste handleiding voor de persoonlijke ontwikkeling van de individu. Het lichaam heeft alle kennis om te weten, te ervaren, te verbinden en te herstellen. Yoga zorgt ervoor dat ons lichaam, geest en ziel met elkaar communiceren. Hierdoor wordt ons lichaam in staat gesteld om alle krachten die het heeft aan te wakkeren.

“Yoga is kennis van het bewustzijn van de individu en de omgeving, het is de oudste handleiding voor de persoonlijke ontwikkeling van de individu.”

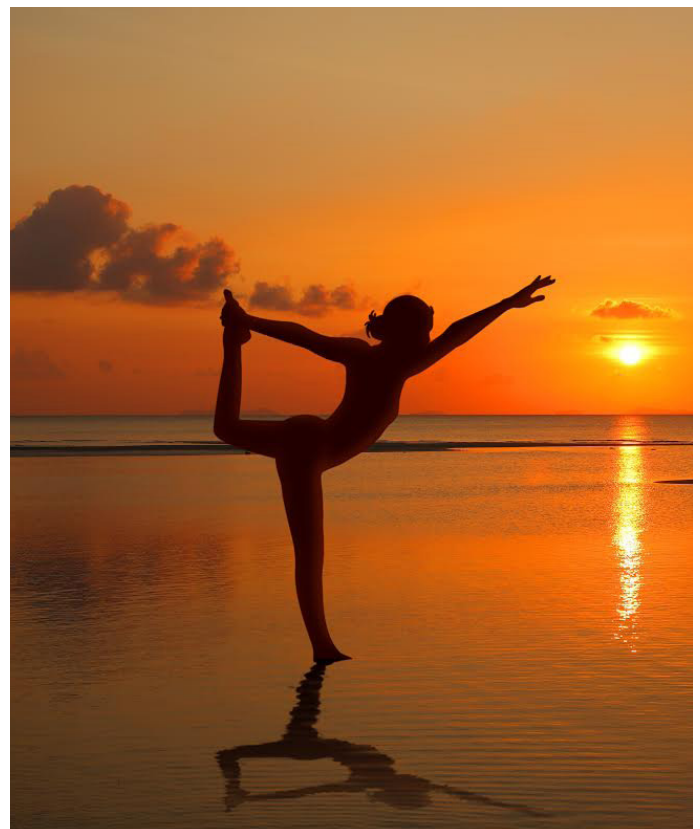
Er wordt heel veel gespeculeerd over de oorsprong en het ontstaan van Yoga. Wetenschappers willen kunnen benoemen dat het in een bepaalde tijdperk is ontstaan. Hindoes weten dat het ontstaan is in de Vedische tijdperk omdat het in de Veda's beschreven staat, de oudste Hindoe geschriften. De kennis uit deze tijd was er al bij het ontstaan van de mensheid.

Het grote meesterwerk waarin de Yoga filosofie staat beschreven is de Yoga-Sutra van Patanjali. Deze Yoga Sutra is in 4 delen verdeeld waarin elk deel uitleg geeft over de verschillende niveaus van Yoga. In het kort zijn het deze 4 hoofdstukken:

1. **Samâdhi pada:** deze hoofdstuk beschrijft de technieken ter ontwikkeling van het bewustzijn, om één te worden met de Almachtige, om samâdhi te bereiken.
2. **Sâdhanâ pada:** een hoofdstuk met beschrijving van het handelen, Kriya Yoga. Het handelen zonder verwachtingen, zonder te bekommeren om het resultaat, het onbaatzuchtig handelen.
3. **Vibhuti pada:** beschrijving van de kracht en manifestatie. Door beheersing van de zintuigen kan men perfectie met als doel bevrijding bereiken.
4. **Kaivalya pada:** dit hoofdstuk beschrijft het proces van ultieme bevrijding.

Patanjali ji beschrijft in zijn geschrift de regels waar men zich aan dient te houden indien men hogere bewustzijn wilt bereiken. Zijn geschrift beschrijft de 8 disciplines van Yoga, de Ashtânga Yoga. Deze achtvoudige pad vormen de basis van het juist handelen en beoefenen van Yoga.

We zetten het voor u op een rij:



Yama (यम): de 5 ethische regels om in acht te nemen als het gaat om zelfbeheersing en een deugdzzaamheid

- Ahimsâ** (अहिंसा) ; geweldloosheid, het niet-schaden van andere levende wezens
- Satya** (सत्य) ; waarheid spreken
- Asteya** (अस्तेय) ; niet stelen
- Brahmacharya** (ब्रह्मचर्य) ; kuisheid
- Aparigraha** (अपरिग्रह) ; onthechten

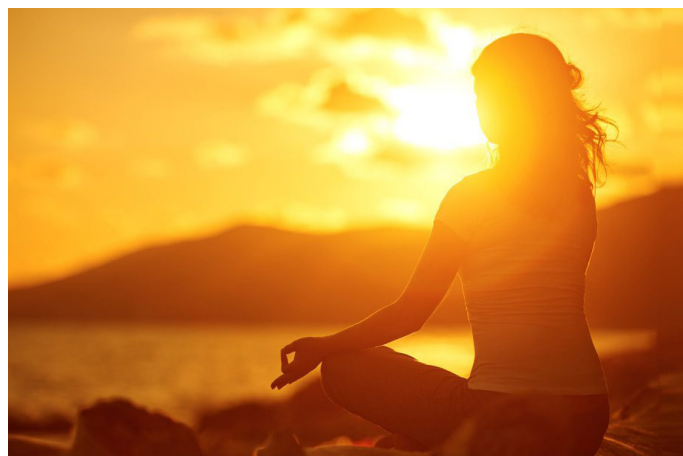
Niyama (नियम): hier worden de deugdzame gewoonten, het soort gedrag en waarden benoemd voor een goed leven.

- Saucha** (सौच) : zuiverheid in acht nemen, helderheid van geest, woord en lichaam
- Santosh** (संतोष) : tevreden, acceptatie van anderen, acceptatie van omstandigheden en situaties en positieve instelling
- Tapa** (तप) : Vasthoudendheid, volharding, doorzettingsvermogen
- Svâdhyâye** (स्वाध्याय) : studie van de Veda's, zelfontwikkeling en zelfreflectie
- Ishvarpranidhâna** (ईश्वरप्रणिधान) : erkennen van God als de onveranderlijke wekelijkheid, als de waarheid

Âsana (आसन): Âsana's zijn de houdingen die constant en aangenaam zijn, die stabiel en comfortabel zijn voor een gezond leven en lichaam. Het zijn houdingen die voor een bepaalde tijd gedaan worden waarin de comfort en stabiliteit belangrijk zijn. Zolang deze niet ervaren wordt is een houding (âsana) nog in ontwikkeling en is geen Yogische houding.

Prânâyâma (प्राणायाम): Prânâyâma is samengesteld uit 2 Sanskriet woorden namelijk Prâna en Yâma. Met Prâna wordt de adem (haling) of te wel de levenskracht bedoeld en met Yâma wordt bedoeld de kracht om de levenskracht te beheersen, onder controle te houden. Het zijn ademhalingstechnieken met een gericht doel om de levenskracht te verlengen.

Pratyâhâra (प्रत्याहार): In deze fase trekt men zich terug uit de wereldse zaken. De aandacht wordt gericht op het ware Zelf, het innerlijke. Het is een proces van bewustwording, proces van onderscheidingsvermogen tussen de buitenwereld en de innerlijke wereld.



Dhâranâ: Hiermee wordt de concentratie aangegeven, de alertheid van de geest. Het is de fase waarin de geest wordt vastgezet op één punt ter concentratie, zonder gedachten en zonder afleiding van de geest.

Dhyâna: In de Dhyâna fase gaat de geest verder waar Dhâranâ eindigt. Dhyâna is integraal gerelateerd aan Dhâranâ. Het is het proces van overwegen, het waarnemen in al zijn aspecten en vormen. Het is het denkproces van de geest die geconcentreerd is op een voorwerp, ononderbroken door andere gedachten.

Samâdhi:

Dit is het laatste fase waarin alle voorgaande 7 fasen samenkomen in een harmonieus geheel. In deze fase bereikt men eenheid met het onderwerp van meditatie. Het is die spirituele staat waarin de geest alles absorbeert zodanig dat de geest de eigen identiteit verliest. Er is eenheid, er is Samâdhi.

Yoga is een levenswijze die je kan helpen om in harmonie met jezelf en je omgeving te leven. Als het met toewijding en respect wordt gedaan dan zijn de voordelen ervan zichtbaar in het dagelijkse leven. Als de fasen dieper uitgelegd wordt dan komen we ook uit op de voeding. In de Yoga-Sutra geeft Patanjali ji ook aan dat het eten zuiver moet zijn. Yoga is effectief als het met een zuiver lichaam, zuiver geest en zuiver geweten wordt beoefent.

Zelfbeheersing en discipline zijn sleutelwoorden voor een rijk en mooi leven.

BABAJI WEEKEND

“Mahavatar Haidakhan Babaj”



Eens in de maand is er een weekend, Babaji weekend genoemd, waar mensen samen komen voor een programma van samen zingen (aarti en kirtan), Vedische vuurceremonie (havan), delen van ervaringen (satsang), karma yoga. Men komt op vrijdag of zaterdag. De afsluiting is op zondag na de lunch.

Verder worden op de ashram hoogtijdagen zoals Shivaratri, Navaratri, en Kerstmis gevierd. Er zijn diverse werkzaamheden, die door vrijwilligers als karma-yoga gedaan worden.

GROEPEN

Ook groepen bezoeken deze mooie plek voor een retraite. Er zijn faciliteiten zodat men een eigen programma kan inpassen. Zo zijn er retraites met yoga en meditatie, ayurvedische reinigingskuren, programma's om een vredige geest in een gezond lichaam te bevorderen.

TOT SLOT

Met Sada Shiva Dham willen we bijdragen aan meer humaniteit en vrede in de wereld. Wat we hier begonnen zijn is uniek en we nodigen een ieder uit deel te nemen. Belangstellende groepen uit de omgeving zijn welkom voor een rondleiding en uitleg. U kunt ons uitnodigen voor een presentatie.

SADA SHIVA DHAM EN STICHTING HAIDAKHANDI SAMAJ,

Vrijenbergweg 60-62, NL 7371 AB Loenen (bij Apeldoorn), tel. 055 5052871.

website: www.babaji.nl - email: info@babaji.nl

Banknummer: Stichting Haidakhandi Samaj,

IBAN: NL17 INGB 0000 325925 - BIC: INGBNL2A

MANDIRS IN NEDERLAND

SADA SHIVA DHAM - LOENEN - SINDS 1991



Voor onze gemeenschap en ter verrijking van het Hindoeïsme hebben wij met veel van de mandirs in Nederland een goede relatie. Wij vinden het van belang om te investeren in deze relaties om ons culturele erfgoed te beschermen. Door meer draagkracht in onze hindoestaanse samenleving te creëren, ontstaat een platform om ook landelijk programma's te organiseren. Om zo de gemeenschap te verbinden en onze identiteit te behouden.

Onze contacten met Sada Shiva Dham te Loenen is daar een goed voorbeeld van.

Sada Shiva Dham is een ontmoetings-plek voor mensen die zich betrokken voelen bij de leer en werken van Mahavatar Haidakhan Babaji en deze in praktijk willen brengen. Het is een ashram, een plaats voor verdieping en inspiratie. Iedereen, ongeacht levensovertuiging, cultuur, etc. kan een bezoek brengen, het programma bijwonen en/of meedoen aan karma-yoga.

Het levensritme op Sada Shiva Dham is naar voorbeeld van Babaji's ashram in India. Dagelijks zijn er zowel in de ochtend als avond bijeenkomsten met Aarti (licht ceremonie) en mantra zingen. Overdag is er gelegenheid voor karma-yoga, dat wil zeggen werken in dienstbaarheid, onbaatzuchtig, als een actieve vorm van yoga. De vroege ochtend leent zich voor stille

meditatie en gebed. Er worden regelmatig rituelen naar aloude Vedische voorschriften uitgevoerd, zoals de vuurceremonie (havan), met een diepgaand helend effect voor ons zelf, voor de aarde en de omgeving waarin we leven. Voor velen is dit concreet merkbaar.

Babaji leerde de mensen japa, dat wil zeggen het herhalen van Gods naam om hart en geest te zuiveren en vrede en liefde te ontwikkelen. Dat kan iedere Naam van God zijn, en Babaji noemde in het bijzonder de mantra "Om Namah Shivaye", vertaald als "Uw wil geschiede" of "ik verbind me met God". Japa is niet tegengesteld aan werk. Japa en werk gaan samen. Een ashram bezoek kan voor verschillende mensen een heel eigen waarde hebben: voor de een brengt het rust, voor de ander verfrissende energie, voor weer een ander een gevoel van heel worden of thuis komen, of een zekere religieuze beleving.

De ashram is elke dag open. Men kan een kort bezoek brengen of enkele dagen verblijven. De maaltijden zijn vegetarisch en er zijn 2 of meer-persoons kamers voor verblijf. Vrijwilligers zijn welkom voor karma-yoga. De tempel, als plaats voor stilte en devotie, is het hart van de ashram.

Sada Shiva Dham is opgericht door Nederlanders die geïnspireerd zijn door de leer en werken van Babaji. Sada Shiva Dham betekent plaats van de eeuwige Shiva en is onder beheer van de Stichting Haidakhandi Samaj.

WAARHEID, EENVOUD, LIEFDE

Mahavatar Haidakhan Babaji, kortweg Babaji, leerde ons humaniteit. Hij benadrukte om dienstbaar te zijn aan de mensheid en belangeloos actief te zijn. Babaji noemde het de leer van Sanatan Dharma, die hij duidde als een aloude leer of wet die ten grondslag ligt aan alle religies.

De essentie is een leven te leiden in harmonie met het Goddelijke en dat door te leven in Waarheid, Eenvoud en Liefde. Wil de mensheid in vrede, geluk en veiligheid leven, dan dient de innerlijke beleving van mensen te veranderen. Zo lang als er geen verandering in het hart is, is de mensheid in groot gevaar, aldus Babaji. "Religieus zijn is menselijk zijn". Deze oorspronkelijke principes zijn terug te vinden in diverse religies zoals het Hindoeïsme, het Boeddhisme, het Christendom, de Islam.

HINDU HAI HUM!



In onze kennismakingsrubriek ontmoeten we deze keer een ambitieuze jongedame die het nog ver gaat schoppen in deze maatschappij. Laten we kennis maken met Raveena en wat haar bezighoudt.

ik ben Raveena Ramkisoensingh, 20 jaar oud en al mijn hele leven woonachtig in Amsterdam. Heb ik hobby's? Niet echt, ik kan overal wel het plezier van inzien. Wel moet ik vermelden dat ik zeer gepassioneerd ben wanneer het aankomt op studeren. Al van kleins af aan heb ik grote interesse getoond in mijn schoolcarrière. De combinatie van een natuurlijke leergierigheid en ouders die benadrukken hoe belangrijk een degelijke opleiding is, hebben de afgelopen 20 jaar voornamelijk de boventoon gevoerd in mijn leven. Dat is ook de reden waarom ik na de basisschool ervoor koos om van een gymnasiale opleiding te genieten.

Moet ik per se benadrukken dat ik op een gymnasium heb gezeten? Jazeker, de school waar ik op zat was namelijk een categoriaal gymnasium. Een categoriaal gymnasium houdt in dat er zich geen andere opleidingsniveaus op die school bevinden, anders dan het gymnasium. Dit betekent dat ik een uiterst belangrijk deel van mijn leven in een afgeschermd omgeving heb mogen doorbrengen. Ik kan me mijn eerste dag nog zeer goed herinneren. De gedachte die toentertijd in mij opkwam was: 'Waarom zitten er zoveel witte kinderen op deze school? Waar zijn alle andere bevolkingsgroepen naartoe gegaan?' Hiervoor had ik immers acht jaar lang op een gemengde school gezeten. Juist door die menging had ik nooit

problemen gehad met mijn identiteit.

Het was juist op de middelbare school dat ik mij steeds meer en meer begon af te vragen wie ik was. Japan, Tibet, Indonesië, Perzië en Turkije kwamen hoogwaardige studie genieten om de diploma van de Nalanda Universiteit te bemachtigen. De Universiteit heeft ruim 800 jaren (5de tot en met 12de eeuw) studenten opgeleid op een hoogwaardig niveau en is wereldberoemd geweest.

Vanaf dag één had ik geprobeerd zo goed mogelijk in mijn nieuwe omgeving op te gaan, zodat ik nauwelijks op zou vallen en niet in sociaal isolement zou raken. De eerste drie jaren ging dit prima; de werkdruk was immens waardoor ik nauwelijks tijd had voor andere zaken. Ik zal eerlijk bekennen: in mijn eerste vijftien levensjaren (in de derde klas werd ik vijftien) had ik nooit zoveel met het hindoeïsme. Ik was mij ervan bewust dat ik een hindoe was, ik wist wat puja's waren (althans; welke handelingen er werden uitgevoerd) en wat een mandir was, maar daar hield mijn kennis dan ook op.

Sommigen zullen zich nu afvragen of mijn ouders en/of familieleden mij er niet alles over hadden verteld. Natuurlijk hadden zij verteld wat het hindoeïsme inhield en welke tradities eraan verbonden waren. Zo'n complex, groot onderwerp vereist echter interesse vanuit beide kanten, niet alleen de ouderlijke kant. Ik mag dan ook van geluk spreken dat mijn ouders mij nooit hebben gedwongen mij te verdiepen in het hindoeïsme; zoiets moois wil zeker een leergierig persoon als ik zelf verkennen. Na de drie relatief tumultueuze jaren op de middelbare school, kwam ik aan in de vierde klas; de bovenbouw. Ik was eindelijk tevreden met mijn schoolprestaties, ik voelde me goed; alles verliep naar wens – toch? Ik had eindelijk bereikt wat ik wilde hebben; schoolprestaties waren alles voor me. Ik had eindelijk iets waar ik trots op kon zijn, maar toch miste er iets. Het was alsof er een soort leegte in mij aanwezig was. Ik kan me het nog zo goed herinneren, hoe ik die avond tegelijkertijd tevreden en ontevreden aan mijn bureau op mijn kamer zat. Tevreden met mijn prestaties, maar ontevreden met die leegte.

“Waarom zitten er zoveel witte kinderen op deze school? Waar zijn alle andere bevolkingsgroepen naartoe gegaan?”

Zittend aan mijn bureau, nadenkend over alles, was het moment daar dat mijn oog ineens viel op een boek dat ik jaren ervoor van mijn mousi en mousa had gekregen na hun terugkomst van een vakantie in India. Vol schaamte moet ik toegeven dat het boek bedekt was met een laag stof en redelijk onaangeraakt in mijn boekenkast stond, wachtend op iemand om het te bestuderen. De immense zee aan kennis uit het boek bepaalt tot op de dag van vandaag een significant deel van mijn filosofie en heeft mij zéér veel plezier en fascinatie gebracht. Het boek wat ik beschrijf, is de Bhagavad Gita. Nadat ik de nodige voorkennis had opgedaan om te weten waar het boek over zou gaan, begon ik het te lezen. Voor het eerst had ik naast mijn academische loopbaan een andere, serieuze tijdsbesteding waar mijn leergierigheid zeer goed van pas kwam. De leegte die ik eerder heb beschreven, werd opgevuld met filosofie, een vak waar ik altijd al interesse in had getoond; echter nooit in de filosofie die 'van ons' was.

“ Het was alsof er een soort leegte in mij aanwezig was. Ik kan me het nog zo goed herinneren, hoe ik die avond tegelijkertijd tevreden en ontevreden aan mijn bureau op mijn kamer zat. ”

Ik kan natuurlijk nog tientallen pagina's doorgaan over de ontdekkingen die daarop volgden, maar dan had ik moeten aangeven dat ik een boek zou schrijven, in plaats van een column. Sommigen zullen zich wellicht afvragen of een academische, wetenschappelijke loopbaan wel samengaat met het hindoeïsme. Gaan mijn ambities en doelstellingen wel samen met de filosofie van het hindoeïsme? In mijn geval zeg ik dat het tot nu toe wel het geval is. Juist door mezelf aan onze filosofie te herinneren, weet ik dat ik soms niet te erg moet doorslaan in het willen van een bepaald resultaat.

Ik probeer dan ook het liefst geen verwachtingen te verbinden aan mijn geleverde inspanningen, zodat ik nooit teleurgesteld kan raken; iets wat ik bijvoorbeeld in de Mahabharat en de Gita heb gelezen. Ik zeg expres 'probeert', omdat het niet altijd even goed lukt. Als ik dan toch teleurgesteld ben, denk ik weer goed na over de lessen die ik denk te hebben geleerd: alles is

een uitkomst van iets anders en er is een reden dat bepaalde dingen gebeuren. Ook ben ik me steeds bewuster van het onderscheid tussen 'goed' en 'kwaad' en hoe er eigenlijk geen goede scheidslijn tussen de twee bestaat. Onze filosofie leert (ik hoop dat ik het goed heb begrepen) dat dit grotendeels afhangt van de omstandigheden op dat moment. Dit zijn kleine voorbeeldjes waarin ik tracht te laten zien hoe het hindoeïsme mijn dagelijks leven op een positieve manier heeft beïnvloed.

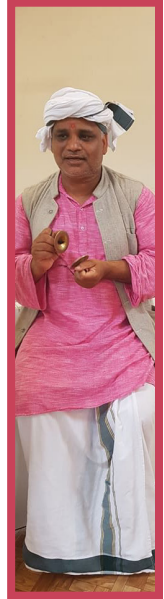
Afijn, momenteel studeer ik aan de UvA en probeer ik me nog altijd te verdiepen in onze filosofie wanneer de tijd zich ervoor leent. Ik hoop dat ik voor u, de lezer, een beeld heb weten te schetsen over mijzelf, school en wat

het hindoeïsme deels voor mij betekent. Natuurlijk is het van veel grotere waarde voor me en natuurlijk heb ik nog meer te vertellen. Ik heb het hier bijvoorbeeld

nog geeneens gehad over de hindoestaanse identiteit zelf, wat ik vind van de maatschappij, wat ik hierin mis en anders zou willen zien. Dit zijn onderwerpen voor een andere keer of gewoonweg een ander die dit uitgebreider zou willen belichten. Dit is voor mij per slot van rekening een introducerende column. Dank u voor al uw aandacht!

Ram Ram,

Raveena



WWW.MAANAS-SETU.NL