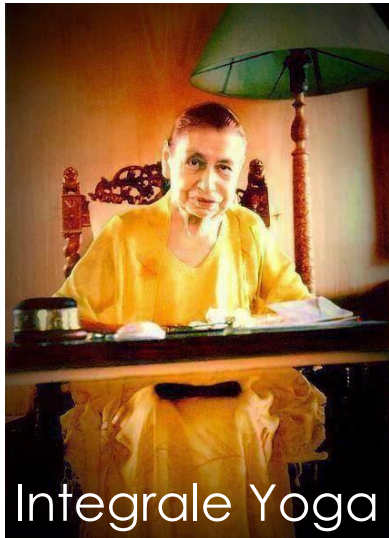


Integrale Yoga Nederland

nieuwsbrief augustus 2014



Integrale Yoga



de synthese van yoga

Licht op Yoga

De term Integrale Yoga is in de vorige eeuw geïntroduceerd door Sri Aurobindo die filosoof, schrijver, dichter en Yogi was. *The Synthesis of Yoga* is één van zijn meesterwerken, waarin hij uiteenzet welke yogawegen er zijn en wat deze wegen precies inhouden. Voor een goed begrip van de Integrale Yoga en daaruit voortvloeiend de Supramentale Yoga is kennis van de verschillende yogawegen een vereiste. In de Integrale Yoga worden deze wegen namelijk gecombineerd en ieder volgt daarbij zijn eigen yogapad.

Dit jaar brengen wij in onze nieuwsbrief de verschillende wegen onder de aandacht.

Lieve lezer,

Sri Aurobindo en De Moeder zijn de grondleggers van Integrale Yoga. De Integrale Yoga heeft een ander doel dan andere yoga-wegen (Karma, Bhakti, Jnana, Raja en Hatha Yoga, zoals we die in eerdere nieuwsbrieven hebben beschreven).

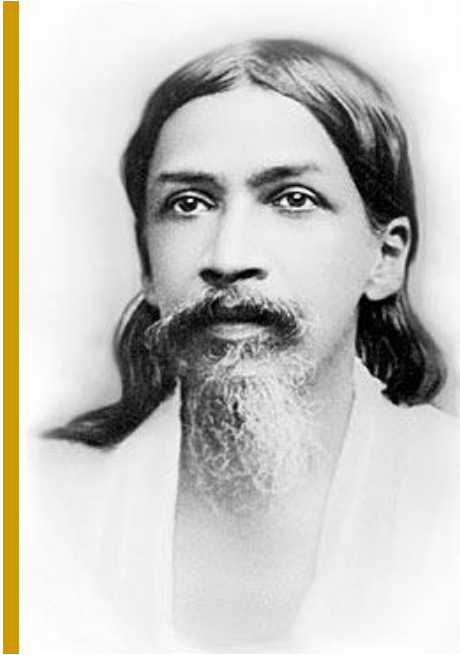
Het doel is niet alleen tot Bevrijding komen, maar een algehele verandering van het innerlijk en uiterlijk leven totdat het in staat is een goddelijk bewustzijn te manifesteren hier op aarde.

De beoefening van deze yoga verloopt niet via een bepaalde leer of systeem maar door instelling op een hoger bewustzijn, het Goddelijke, of zoals Agastya, grondlegger van Integrale Yoga Nederland, het bracht: door je instelling op de 'kracht van boven'.

De Integrale Yogi neemt op zijn yogapad alles in zich op. Hij doet niet aan ascese of verwerping van zijn naturen. Hij leeft het leven volledig. En alles wat hij op zijn pad ontmoet - zowel het aangename als het onaangename - brengt hij onder invloed van een hoger bewustzijn waardoor het aardse leven niet ontkend of genegeerd wordt maar *getransformeerd*.

De komende maanden zullen wij in deze nieuwsbrieven diverse teksten over Integrale Yoga publiceren. In deze nieuwsbrief beginnen we met wat Sri Aurobindo over Integrale Yoga schreef in *The synthesis of yoga*. En natuurlijk kun je nog veel meer nieuws lezen over onze activiteiten, cursussen, opleidingen etc.

Wij wensen je veel inspiratie met deze nieuwsbrief en een fijne vakantie!
Team Integrale Yoga Nederland



Sri Aurobindo (Aurobindo Ghose)
15 augustus 1872 - 5 december 1950

Sri Aurobindo was een Indiaas nationalist en vrijheidsstrijder, yogi, goeroe, hindoe-mysticus, filosoof en dichter.

Aurobindo Ghose werd als kind door zijn vader naar Engeland gestuurd om daar een Westerse opvoeding te krijgen. Hij was een uitmuntende student van het King's College, Cambridge, Engeland.

Bij zijn terugkeer in India verbaasde hij zich erover dat zijn landgenoten in de overheersing van de Engelsen berustten en groeide uit tot een van de belangrijke onafhankelijkheidsstrijders van India. Hij werd gevangen genomen door de Britten. In de gevangenis had hij een grote yogische ervaring. Na zijn vrijlating verlegde hij zijn aandacht van de politiek naar spiritueel werk.

Het centrale thema van zijn visie was de evolutie van het menselijke bestaan in een Goddelijk bestaan (Life divine).

De Integrale Yoga, die hij samen met zijn spirituele partner Mirra Alfassa (De Moeder) die hem vanaf 1920 bijstond, ontwikkelde is daarop gebaseerd. Hij werkte aan een spirituele realisatie die de mens niet alleen *bevrijdt* maar ook zijn natuur *transformeert* om een Goddelijk leven op aarde mogelijk te maken. Deze yoga van transformatie noemde hij 'Supramentale Yoga'.

Sri Aurobindo over Integrale Yoga

Iedere Yoga is in wezen een nieuwe geboorte, een geboorte uit het gewone, mentale materiële leven van de mens in een hoger spiritueel bewustzijn en een groter wezen.

Geen enkele Yoga kan succesvol worden ondernomen en gevolgd tenzij er een sterk ontwaken is tot de noodzaak van dit grotere spirituele bestaan.

De ziel die geroepen wordt tot deze diepe en immense innerlijke verandering kan op diverse manieren bij het startpunt aankomen. Op welke wijze het ook komt, er zal een besluit moeten volgen van het denkvermogen en de wil met als resultaat een volledige en effectieve zelf-toewijding. Het accepteren van een nieuwe spirituele ideeënkracht en omhoog gerichte aandacht in het wezen, een verlichting, een omkering of overgang die wordt gegrepen door de wil en de aspiratie van het hart – dit is de beweging in het moment dat in zich, als een zaadje, alle resultaten draagt die de Yoga kan geven.

Alleen een idee of intellectuele zoektocht, zelfs al wordt het gedreven door een grote intellectuele belangstelling, is niet effectief, behalve wanneer het gegrepen wordt door het hart als het enige dat verlangd wordt en door de wil als het enige dat men te doen staat. Want de waarheid van de Geest moet niet zozeer worden gedacht als geleefd, en om het te leven vraagt een verenigd op één ding gericht zijn van het wezen.

Een dergelijk grote verandering als in de Yoga wordt niet tot stand gebracht door een verdeelde wil of een beetje energie van het twijfelende denkvermogen.

Hij die het Goddelijke zoekt moet zich toewijden aan God en aan God alleen.

Yoga is in essentie een zich afwenden van het gewone materiële en dierlijke leven zoals het door de meeste mensen geleefd wordt of van de meer mentale maar nog beperkte wijze van leven gevolgd door weinigen naar een groter spiritueel leven. Ieder beetje energie dat we geven aan het lagere bestaan is in tegenspraak met ons doel en onze zelf-toewijding. Aan de andere kant kan iedere activiteit of energie die we kunnen ombuigen van het lagere bestaan naar een dienstbaarheid aan het hogere bestaan een winstpuntje op onze weg zijn, ontfutseld aan de krachten die onze vooruitgang belemmeren. Het is de moeilijkheid van deze volledige omzetting die de bron is van alle struikelen op het Yogapad.

Want onze volledige natuur en zijn omgeving, ons persoonlijke en universele zelf zijn vol van gewoontes en invloeden die tegen onze geestelijke wedergeboorte zijn en die zich keren tegen de inspanningen die wij met hart en ziel ondernemen.

In zekere zin zijn wij als mens niet veel meer dan een complexe massa van mentale, nerveuze en fysieke gewoontes die bij elkaar gehouden worden door een paar leidende regels, verlangens en associaties, een mengeling van vele zichzelf herhalende krachten met een paar belangrijker vibraties. Wat wij in onze Integrale Yoga voorstellen is niets minder dan de volledige formatie van ons verleden en toekomst

Geen verandering kan radicaler zijn dan de revolutie die wordt nagestreefd in de Integrale Yoga.

op te breken, die het gewone materiaal vormen de mentale mens, en een nieuw centrum van visie te vormen en een nieuw universum van activiteiten in onszelf.

Ten eerste is het van belang het centrale geloof en visie van het denkvermogen dat zich bezighoudt met zijn ontwikkeling en bevrediging en belangstelling in de oude uiterlijke orde van de dingen, te ontbinden.

Het is van het allergrootste belang deze oppervlakkige visie te vervangen door een dieper geloof en een visie die alleen het Goddelijke ziet en zoekt.

Het volgende dat nodig is, is ons lagere wezen eer te laten bewijzen aan deze hogere visie en dit nieuwe geloof. Al onze naturen dienen een integrale overgave te maken. Ons hele wezen – ziel, denkvermogen, gevoel, hart, wil, leven en lichaam, moet al zijn energieën zo volledig en in die mate toewijden, dat ze een geschikt voertuig wordt voor het Goddelijke.

Dit is geen eenvoudige taak, omdat alles ter wereld de vastgelegde gewoontes volgt, hetgeen een wet is en zich tegen deze radicale verandering verzet.

Geen verandering kan radicaler zijn dan de revolutie die wordt nagestreefd in de Integrale Yoga.

Alles in ons moet voortdurend worden teruggefloten naar dit centrale geloof, wil en visie.

Het denkvermogen moet ophouden denkvermogen te zijn en stralend helder worden met iets dat er bovenuit stijgt.

Het leven moet veranderen in iets onmetelijks, kalm, intens en machtigs dat zijn oude blinde hongerige kleine zelf vol kleine impulsen en verlangens niet meer herkent.

Zelfs het lichaam zal zich moeten overgeven aan een verandering en niet langer het lawaaiige dier of de belemmerende pummel moeten zijn dat het nu is, maar in plaats daarvan de bewuste dienaar en het stralende instrument worden, een levende vorm van de geest.

De moeilijkheid van deze taak heeft religies en yogascholen de neiging gegeven het leven in de wereld te scheiden van het innerlijk leven. Vandaar de aantrekkingskracht tot het principe van exclusieve concentratie, dat zo'n grote rol speelt in de gespecialiseerde yogascholen, want door deze concentratie kunnen we door een compromisloos verwerpen van de wereld ons toelagen op de volkomen zelf- toewijding aan de Ene op wie wij ons concentreren. Het is dan voldoende de bewegingen van de lagere naturen te doden of stil te maken en alleen de hoogst noodzakelijke energieën te behouden.

Wanneer we echter een integrale transformatie nastreven zal deze ons verbieden de kortste weg te nemen en onze belemmeringen weg te gooien. Want we zijn erop uit ons

volledige zelf te overwinnen en de wereld voor God. Het Goddelijke dat we aanbidden is niet alleen een Realiteit die veraf is en buiten de kosmos, maar een half verborgen Manifestatie die aanwezig is en dichtbij ons is, hier in het universum. Het leven is het vlak van nog niet volledige goddelijke manifestatie, op aarde, in het lichaam. Voor de gewone mens die aan zijn eigen oppervlakte-wezen leeft, onwetend betreffende de diepten van het zelf en de uitgestrektheid achter de sluier, is zijn psychologische bestaan redelijk eenvoudig.

Een klein maar lawaaiig gezelschap van verlangens, enkele dwingende intellectuele en esthetische hunkeringen, wat smaken, een paar leidende of vooraanstaande ideeën te midden van een enorme stroom en meestal onbenullige losstaande gedachten, een aantal meer of minder dwingende vitale behoeften, wisselingen in fysieke gezondheid en ziekte, een aantal verspreide of inconsequente reeksen van vreugde en verdriet, vele kleine verstoringen en wisselvalligheden en zeldzame sterke zoektochten en ervaringen van denken en lichaam en door dat alles heen de Natuur die al deze zaken een soort praktische orde oplegt, een te verdragen rommelige orde met behulp van het denken en de wil; dit is het gegeven (materiaal) van zijn bestaan.

De doorsnee gemiddelde mens is nu even grof en onontwikkeld op het innerlijk gebied als de voorbije primitieve mens was op het uiterlijk gebied.

We zullen erachter komen dat we zijn samengesteld uit vele persoonlijkheden, elk met zijn eigen eisen en verschillend. Intellect, wil, gevoelsdenken, het zelf van verlangen en zenuwen, het hart en het lichaam hebben hun eigen complexe individualiteit en zijn gevormd uit de natuur, volkomen onafhankelijk van de rest. Het stemt niet met zichzelf in, niet met de andere en ook niet met het ego dat de schaduw is die geworpen is over onze kunstmatige onwetendheid door een centraal of centraliserend zelf. Ons wezen is een ruw samengestelde chaos waarin we het principe van een hogere harmonie moeten introduceren.

Dan zullen we erachter komen dan we ook innerlijk, net als uiterlijk, niet alleen in de wereld leven. De scherpe afgescheidenheid van het ego was niet meer dan een waanidee. We bestaan niet in onszelf, we leven niet

werkelijk in een innerlijke privacy of eenzaamheid. Ons denkvermogen is een ontvangend, ontwikkelend en zich aanpassende machine waarin voortdurend een onophoudelijke vreemde stroom beweegt die van boven komt, van beneden, van buiten.

Een groot deel van onze gedachten en gevoelens komen van anderen of van de omgeving en meer nog, ze komen van de universele natuur, van sferen, hun krachten en invloeden.

De moeilijkheid van onze afzonderlijke redding neemt immens toe door deze complexiteit en veelvoudige openheid en onderworpenheid aan de instromende energieën vanuit het universum.

Wij moeten met dit alles rekening houden, ermee zien om te gaan, het geheime materiaal van onze natuur leren kennen, de hieruit voortkomende bewegingen en in dit alles een lichtend centrum creëren, een werkelijke harmonie en een lichtende orde.

In de gebruikelijke Yoga-paden werden deze moeilijkheden op een redelijk eenvoudige wijze ondervangen. Men kiest één centrale moeilijkheid en maakt deze tot kracht het doel te bereiken, al het andere wordt hiervan uitgesloten. Een exclusieve concentratie is de redding.

Voor de volgeling van de Integrale weg kan deze innerlijke of uiterlijke eenzaamheid slechts kort of periodiek zijn tijdens zijn spirituele vooruitgang.

Hij accepteert het leven en draagt daardoor niet alleen zijn eigen last, maar ook een groot deel van de last van de wereld. Hij moet niet alleen in zichzelf de krachten van egoïstische onwaarheid disharmonie overwinnen, maar ze ook in de wereld overwinnen als vertegenwoordigers van dezelfde tegengestelde en onuitputtelijke krachten. Daarom draagt deze Yoga meer het karakter van strijd dan welke andere vorm dan ook.

Daarom dienen wij onze concentratie te richten op deze hoogste geest van gedachte en wil of in het innerlijke hart

Ons enige doel moet het
Goddelijke zelf zijn, waarnaar
men in zijn verborgen natuur
altijd naar streeft,
bewust of onbewust.

van de diepste gevoelens en emoties, op één van beide of indien mogelijk , op beide tegelijk en dat gebruiken als breekijzer om de gehele natuur te verhogen in de richting van het Goddelijke.

De concentratie van een verlichte gedachte, wil en hart in eenheid gekeerd naar het grote doel van onze kennis, een lichtende en oneindige bron van onze handelingen, een onvergankelijk object van onze emoties is het beginpunt van de Yoga.

Ons enige doel moet het Goddelijke zelf zijn, waarnaar men in zijn verborgen natuur altijd naar streeft, bewust of onbewust. Er dient een grote, veelzijdige en toch enkele concentratie te zijn van de gedachte op het idee, de waarneming , de visie, de ontwakende aanraking, de realisatie van de ziel van het ene Goddelijke.

Er dient een vlamme concentratie in het hart te zijn naar het zoeken van het AI en het Eeuwige, en, wanneer we hem gevonden hebben, een diep duiken en opgaan in het bezitten en de extase van de AI-Schone.

Er dient een sterke onbeweeglijke concentratie te zijn van de wil naar het bereiken en vervullen van alles dat het Goddelijke is en een vrije, beweeglijke opening naar alles dat hij in ons tracht te manifesteren. Dit is het drievoudig pad van de Integrale Yoga.

Tekst van Sri Aurobindo uit: The Synthesis of Yoga (vrij vertaald).

Een groot deel van onze
gedachten en gevoelens
komen van anderen of van de
omgeving en meer nog, ze
komen van de universele
natuur, van sferen, hun
krachten en invloeden.

True Yoga

Iedere maand brengen wij in deze nieuwsbrief een Centrum voor Integrale Yoga dat bij ons is aangesloten onder de aandacht. De centra zijn gestart door mensen die bij Integrale Yoga Nederland een docentenopleiding hebben gevolgd. Deze maand belichten wij True Yoga in Vlaardingen.

De naam True Yoga verwijst natuurlijk naar het woord 'waar', maar ook naar de voornaam van de centrumleidster Trudy Eigenraam (47). En wie haar een beetje kent begrijpt hoe beide begrippen hand in hand gaan.

Ze begon met yoga toen ze 20 jaar was. Het was met name een manier om haar drukke hoofd tot rust te brengen.

Op haar veertigste maakte ze de balans op van haar leven. Ze was inmiddels getrouwd, had twee leuke dochters en een hectische administratieve baan bij een container rederij. En ze vroeg zich af: Is dit nu wat ik wil blijven doen? Toen ze vijf jaar geleden op zoek was naar een opleiding tot yogadocent kwam ze op de website van Integrale Yoga Nederland terecht en daar ging een grote aantrekkingskracht vanuit. Ze maakte een afspraak met Lopamudra voor een kennismakingsgesprek en wist: dit is het helemaal!

In 2010 nam ze een half jaar verlof van haar werk en begon de opleiding Docent Integrale Yoga voor Beginners, aanvankelijk om zich geestelijk te verdiepen, maar gaandeweg kreeg ze steeds meer zin om zelf les te gaan geven. Aansluitend volgde ze de opleiding voor gevorderden.

Vanuit haar omgeving kwamen al diverse aanvragen om yogalessen bij haar te volgen en in september 2010 begon ze met de eerste groep. Ze had inmiddels een ruimte gevonden in haar woonplaats Vlaardingen en de leerlingen dienden zich vanzelf aan. De lessen die haar zo dierbaar waren geworden tijdens de opleiding kon ze nu doorgeven aan anderen. "Mijn leerlingen lopen tegen dezelfde dingen aan als ik; dat het dagelijks leven vaak zoveel aandacht vraagt dat je nauwelijks aan het geestelijke toekomt; dat het leven een routine wordt die je uit jezelf soms moeilijk kunt doorbreken. En nu ben ik er voor hen zoals ik het zelf altijd zo fijn vind om weer in Rotterdam op het centrum te zijn. Het leven is voor iedereen een leerproces. Je bent eigenlijk nooit klaar."

Vanaf september 2014 gaat ze ook op een andere locatie lesgeven. Het is de bedoeling dat hier o.a. een groep komt voor tieners. Op dit moment geeft ze al les aan haar eigen 15-jarige tienerdochter en een vriendin. "Daar heeft ze zelf om gevraagd," vertelt Trudy, "want ja, als je dat zelf voorstelt, zo werkt dat niet, het moet uit het kind zelf komen."

Na afronding van de docentenopleidingen voor Beginners en Gevorderden volgt zij nog ieder jaar een opleiding bij Integrale Yoga Nederland. Zo heeft zij de opleiding Verdieping Hatha Yoga, Ademhalingsdeskundige en de Meesteropleiding Geestelijk Genezen gevolgd. Vooral die laatste opleiding was heel bijzonder voor haar. "Die opleiding heb ik nog kunnen volgen bij Agastya. Hetgeen ik toen geleerd heb pas ik nog regelmatig toe. Tijdens de yogalessen werk ik vaak in stilte met de chakra's. Bij mijn eigen kinderen werk ik met mijn handen. Je eigen kinderen, dat is zo dichtbij."

Deze zomer gaan ze met hun zeilbootje vanuit hun thuishaven, de Brielse Maas, naar 'waar de wind ons brengt'. "Het is een klein bootje," zegt Trudy, "met z'n vieren dicht op elkaar, dat is een uitdaging! Maar op het water zijn, weg van de stad, dat is zo heerlijk stil."



TRUE YOGA

www.trueyoga.nl

info@trueyoga.nl

06-11 12 95 12

Locatie 1:

**De Windwijzer
Schiedamseweg 95
3134 BD Vlaardingen**

Locatie 2:

**TouchFit
Winkelhoeve 9
3137 RP Vlaardingen**

Een nieuwe toekomst als Yogadocent?

START NIEUW SEIZOEN:
SEPTEMBER



Docentopleidingen

- Beginners, Gevorderden I, II en III

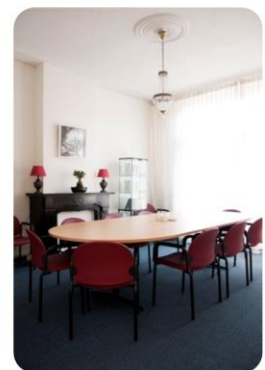
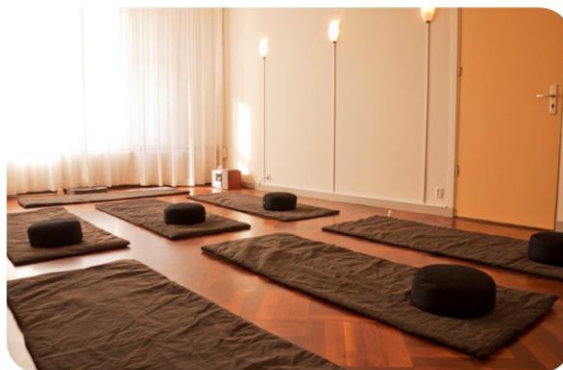
Specialisaties

- Zwangerschapsyoga
- Kinderyoga
- Senioren yoga
- Ademhalingsdeskundige
- Meditatie verdieping
- Hatha Yoga verdieping

Meesteropleidingen

- Hoger dan Yoga
- Supramentale Yoga
- Geestelijk Genezen

Integrale Yoga Nederland ♦ Heemraadssingel 64 ♦ Rotterdam



integraleyoganederland.nl

010 - 249.93.22



Savitri, een Legende en een Symbool, is het poëtische meesterwerk van Sri Aurobindo (1872-1950), India's revolutionaire denker, yogi en visionair. Zijn in het Engels geschreven boeken hebben duizenden mensen in de wereld geïnspireerd. Sri Aurobindo's Savitri is waarschijnlijk het langste epos in de Engelse taal met een lengte van 23.813 regels. Vertalingen van dit mantrische gedicht zijn verschenen in meer dan 20 talen.

Sri Aurobindo gebruikte de volle rijkdom van de Engelse taal om de diepe spirituele kennis over te brengen die in India in de loop van duizenden jaren is ontwikkeld en waaraan hij een nieuwe evolutionaire betekenis heeft gegeven met zijn visie op een positieve toekomst van de mensheid. Sri Aurobindo's spirituele metgezel, Mirra Alfassa, ook bekend als De Moeder (1878-1973) beschouwde Savitri als "de hoogste openbaring van Sri Aurobindo's visie" en zijn ultieme boodschap; "Savitri is de profetische visie van de wereldgeschiedenis met een vooruitblik op de toekomst van de aarde".

Savitri

Een stilte viel over zijn strijdende hart;
Vrijgesproken van de stemmen van 's werlds verlangen
Keerde hij zich naar de tijdloze roep van het Onuitsprekelijke.
Een wezen innerlijk en onnoembaar,
Een weidse onweerstaanbare extase en vrede
In hemzelf en in alles gevoeld en toch onbegrepen,
Naderde en vervaagde voor de achtervolging van zijn ziel
Alsof het hem altijd verder lokte.
Dichtbij, week het achteruit; van veraf riep het hem nog steeds.
Niets anders kon bevredigen dan dit geluk:
Afwezig maakte het de grootste daden saai,
Aanwezig deed het het geringste goddelijk schijnen.
Als het er was, dan was de afgrond van het hart gevuld;
Maar trok de verheffende Godheid zich terug
Dan ging het doel van het bestaan in het Zinloze verloren.

Toen kwam aan de klim een machtig einde.
Een hoogte was bereikt waar niets dat was geschapen leven kon,
Een lijn waar elke hoop en zoektocht staken moet
Naderde een of andere onverdraagzame loutere Werkelijkheid,
Een nulteken vormde zich, zwanger van grenzeloze verandering.
Op een duizelingwekkend grensgebied waar alle vormomming faalt
En menselijk verstand zich moet verliezen in Licht
Of als een mot moet sterven in de naakte vuurzee van de Waarheid,
Stond hij gedwongen voor een overweldigende keuze.
Alles wat hij was geweest en al waarheen hij groeide
Moet nu worden achtergelaten of anders worden getransformeerd
In een zelf van Dat wat geen naam heeft.

Het universum deed zijn gekleurde sluier af,
En aan het onvoorstelbare einde
Van het reusachtige raadsel van geschapen dingen
Verscheen de van verre zichtbare Godheid van het geheel,
Zijn voeten stevig geplant op 's Levens ontzaglijke vleugels,
Almachtig, een eenzame ziener des Tijds,
Innerlijk, ondoorgrondelijk, met een blik als diamant.
Een onwrikbare onvergezeldde Werkelijkheid
Beantwoordde ten lange leste de hartstochtelijke zoektocht van zijn
ziel:
Koel, woordloos, in zijn peilloze zwijgen verdiept,
Het mysterie bewarend dat nooit iemand zou doorgronden,
Mijmerde het raadselachtig en ongrijpbaar
En keek hem aan met zijn zwijgzame ontzagwekkende kalmte.
Het had geen verwantschap met het universum:

Er was geen handelen, geen beweging in deze
Onmetelijkheid:
's Levens vraag die de stilte had ontmoet stierf op haar
lippen,
's Werelds inspanning hield op, schuldig bevonden
aan onwetendheid
En vond geen erkenning van het bovenaardse Licht:
Geen verstand was daar met zijn behoefte om te
weten,
Geen hart was daar met zijn behoefte om lief te
hebben.
Alle persoon verging in nameloosheid.
Er was geen tweede, het had geen deelgenoot of
gezel;
Slechts het zelf was werkelijk voor zichzelf.
Een zuiver bestaan, veilig voor gedachte en stemming,
Een bewustzijn van ongedeeld onsterfelijk geluk,
Het woonde afzijdig in loutere oneindigheid,
Een en uniek, onuitsprekelijk alleen.

Een vormeloos, kleurloos en stilzwijgend Wezen
Dat zichzelf kende door zijn eigen tijdloze zelf,
Voor altijd in zijn bewegingsloze diepten gewaar,
Zonder te scheppen, ongeschapen en ongeboren,
De Ene door wie allen leven die leeft door niemand,
Een onmetelijke lichtende verborgenheid
Afgeschermd door de sluiers van het Onmanifeste,
Boven het veranderlijke kosmische tussenspel
Verbleef verheven, onveranderlijk gelijk,
Een stille Oorzaak, occult, ondoordringbaar, -
Oneindig, eeuwig, ondenkbaar, alleen.

Uit: Het boek van de Goddelijke Moeder; de
achtervolgving van het onkenbare

Te koop in de winkel van het Centrum voor Integrale Yoga aan de Heemraadssingel te Rotterdam

Savitri, een Legende en een Symbool, is het poëtische meesterwerk van Sri Aurobindo. Savitri is waarschijnlijk het langste epos in de Engelse taal met een lengte van 23.813 regels. Vertalingen van dit mantrische gedicht zijn verschenen in meer dan 20 talen. Met deze tweetalige uitgave krijgt de Nederlandse lezer toegang tot het origineel en de vertaling van dit meesterlijke epos.

Sri Aurobindo gebruikte de volle rijkdom van de Engelse taal om de diepe spirituele kennis over te brengen die in India in de loop van duizenden jaren is ontwikkeld en waaraan hij een nieuwe evolutionaire betekenis heeft gegeven met zijn visie op een positieve toekomst van de mensheid.

De Moeder beschouwde Savitri als "de hoogste openbaring van Sri Aurobindo's visie" en zijn ultieme boodschap; "Savitri is de profetische visie van de wereldgeschiedenis met een vooruitblik op de toekomst van de aarde".

Savitri, Nederlands-Engels, 2 delen

Prijs € 49,95

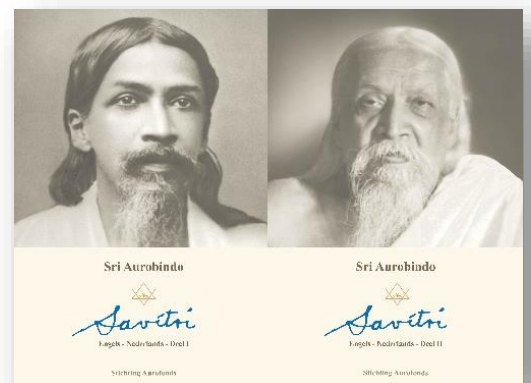
Deel 1 / 555 pagina's, Deel 2 / 604 pagina's

Hardcover

Savitri, Engels, 1 deel 725 pagina's

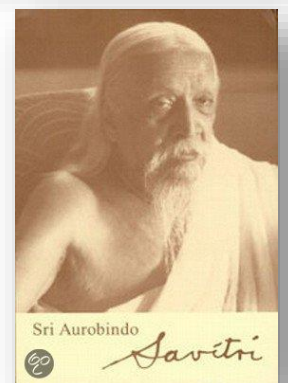
Prijs € 24,95

Hardcover



Bestellen?

Stuur
dan
een
mailtje



Kort nieuws

OPLEIDINGEN

Op zondag 3 augustus is de laatste opleidingsdag van dit seizoen. Deelnemers van de Meesteropleiding Supramentale Yoga ontvangen op die dag hun certificaat.

In september gaan twee compleet nieuwe opleidingen van start:

[Docent Integrale Yoga voor Gevorderden III](#)
[Docent Integrale Yoga voor Senioren](#)

Wil je je aanmelden voor een opleiding?

Laat het ons weten door het [formulier](#) in te vullen of door te bellen naar: 010 - 249.93.22.

VAKANTIETIJD

In de maand augustus gaan de reguliere yogalessen gewoon door.

Alleen de meditaties van Lopamudra heeft in augustus een vakantiestop.

Op vrijdag 5 september is de eerstvolgende meditaties.

SAVITRI READINGS

De Savitri Readings stonden aanvankelijk alleen gepland voor de maanden mei, juni en juli. Deze bijeenkomsten waarbij onder begeleiding van Lopamudra wordt voorgelezen uit het epische gedicht Savitri (geschreven door Sri Aurobindo) worden door de deelnemers ervaren als zo groots en belangrijk dat wij in september gaan kijken of er ruimte is dit in het nieuwe seizoen te kunnen voortzetten.

STILTE RETRAITE

Ook deze activiteit is dit jaar geïntroduceerd en bleek een groot succes. Het is nog niet bekend of en wanneer in het nieuwe seizoen retraites gehouden zullen worden.

In deze nieuwsbrief en op het nieuws van onze site houden wij je op de hoogte!

WERKZAAMHEDEN PAND

In de maand augustus en begin september worden de ramen in het yogacentrum vervangen door dubbel glas. Tevens wordt het houtwerk aan de buitenkant opnieuw geschilderd. Dit betekent dat in het pand bouwmaterialen staan en er op sommige tijden een

steiger voor de deur staat.

Als het goed is zitten we er de komende winter weer lekker warm bij.

BEGINNERSCURSUSSEN

Begin september staat weer een aantal nieuwe cursussen gepland:

maandag	1 sept	19:30 - 21:00 uur
dinsdag	2 sept	11:30 - 13:00 uur
		19:30 - 21:00 uur

Kom je met z'n tweeën, dan krijgt de 2^e persoon 50% korting.

Aanmelden kan door het [formulier](#) op de website in te vullen, of door te bellen naar: 010 - 249.93.22.

ADEMCURSUS

Ook staat er een nieuwe ademcursus gepland:

woensdag	3 sept	19:00 - 20:00 uur
----------	--------	-------------------

Aanmelden kan door het [formulier](#) op de website in te vullen, of door te bellen naar: 010 - 249.93.22.

STUDENTENTARIEF

Goed nieuws voor studenten. Zij krijgen vanaf heden korting op lessen.

Voor hen geldt: € 28,- per maand / 3 maanden € 75,-
Wij maken daarbij geen onderscheid tussen cursussen van 1 uur of 1,5 uur.

De korting voor de 2^e persoon bij de beginnerscursus is niet van toepassing op het studententarief.

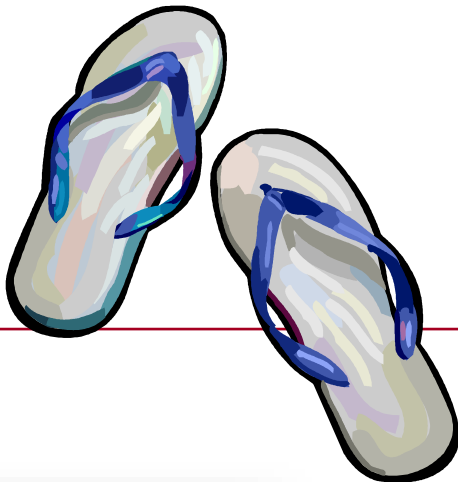


Boeken van/over Sri Aurobindo in de winkel van het Centrum voor Integrale Yoga aan de Heemraadssingel te Rotterdam



De visie van Sri Aurobindo	€ 23,00
De toekomst van de mens	€ 13,50
Savitri (Engelstalig)	€ 24,95
Savitri (Nederlands en Engelstalig)	€ 49,95
Sri Aurobindo of het Avontuur van het Bewustzijn (Satprem)	€ 21,95
Vorbij de mens (George van Vreckhem)	€ 34,00

Team Integrale Yoga Nederland
wenst je een mooie vakantie....



.... ALLE LEVEN IS YOGA



Integrale Yoga Nederland

Heemraadssingel 64

3021 DC Rotterdam

010 - 249.93.22

010 - 476.13.32

www.integraleyoganederland.nl

yogacentrum@integraleyoganederland.nl

www.integraleyogashop.nl

www.yogaopleiding.net