

Shri Sanatan Dharma
Dharam Sandesh



धर्म सन्देश

Augustus 2016

Mantra van de Maand:

De bedoelingen van de mantra van de maand is de lezer elke maand een mantra/spreek mee te geven. Welk hij/zij op de dag van zijn vasten/wrat deze reciteren. Het liefs 108 keren. De telling kan men bijhouden met een mala van 108 kralen.

Shri Krishna mantra/ श्री कृष्ण मंत्र :

ॐ श्री कृष्णाय नमः॥ / Aum Shri Krishnaaya namah.

Geeta Chintan/ गिता चिन्तन



Bhagwadgita hoofdstuk 3 Vers/ sloka 34

Het is de zinnen (Indriya) eigen om aangetrokken te worden tot wat prettig (raag) is en om dat wat onprettig (dwesh) is te verwerpen, maar je mag niet onder invloed (Vasham) komen van deze twee krachten, omdat zij je vijanden zijn.

Waarom dragen de geestelijken Kharao/ Paadukaa?

Tijdens de ademhalings- of lichamelijke oefeningen komt er energie vrij in het lichaam. En deze energie willen de geestelijken niet verliezen. Daar de aarde (Dharti Maata) aantrekkingskracht bezit zuigt

zij de vrijgekomen energie op. Door op de teenslippers te lopen wordt de zuigkracht van de aarde geïsoleerd. Hierdoor blijft de energie in het lichaam circuleren. De Saadus en Rishis blijven gezond en vitaal en bereiken zelfs een hoge leeftijd dit komt niet alleen door de paadukaa maar hun complete levens stijl. Het is bekend dat hout een slechte geleider is; ook rubber, leer en wol zijn slechte geleiders. De Shiesja's (leerlingen) geven aan hen guru meestal een paar kharao, koperen beker of een sjaal.



Andere voordelen van de Kharao?

Kharao/ paadukaa regelmatig gedragen (ongeveer 15 minuten de dag) door individuen worden opgeladen met positieve energie. Zorg ervoor dat de teen slippers niet nat en ook niet dichtbij vuur gehouden worden. Een ander voordeel is dat men hiermee op straatstenen, doornen en stekels kan lopen of trappen zonder de voeten te bezeren. Voordeel nummer drie is dat al onze zenuwen vanaf de hielen geprikkeld worden door de klap tijdens het lopen. Telkenmale de klap op de hielen zorgt ervoor dat de zenuwen actief blijven.

Waarom Sindhoer ?



Hindoe vrouwen gebruiken vermiljoen Sindhoer) op de haarscheiding

- Dat vrouw getrouwd is.
- Dat de vrouw nog haar echtgenoot heeft.
- Dat de vrouw gelukkig is.

De sindhoer dient ook om de schoonheid van de vrouw te bevorderen.