

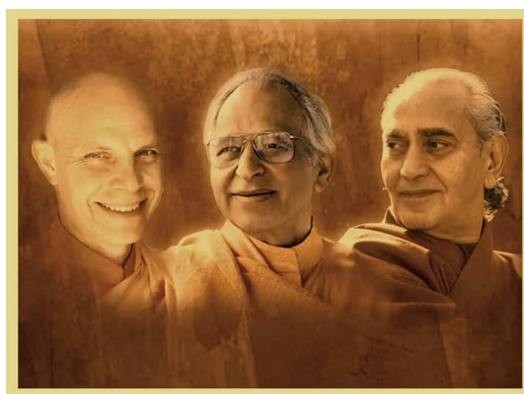
DOE MEE MET DE VOLLE MAAN MEDITATIE

Maandag 13 Januari: 21.00 - 22.00 CET

You are invited to join the guided meditation by **Wolfgang Bischoff** on zoom. Login details are the same for every FMM:

meeting ID **818 2210 5456** Password **Bharati108**

[Ahymysin website about FullMoonMeditation](#)



Winter Weekend Retreat 17 - 19 January 2025

Still a few places for your last minute weekend plans

to participate in our weekend retreat with Pierre Lefebvre and Uta Bisseswar at our usual retreat location De Beukenhof in The Netherlands

DESIGNING YOUR SADHANA,
develop and deepen your daily practice for your spiritual growth

[Information and subscription form](#)

Geboortjaar Swami Rama: 100 jaar geleden

H.H. Swami Rama of the Himalayas



Birth Centenary Celebrations - 2025
Swami Rama Sadhaka Grama, Rishikesh, India

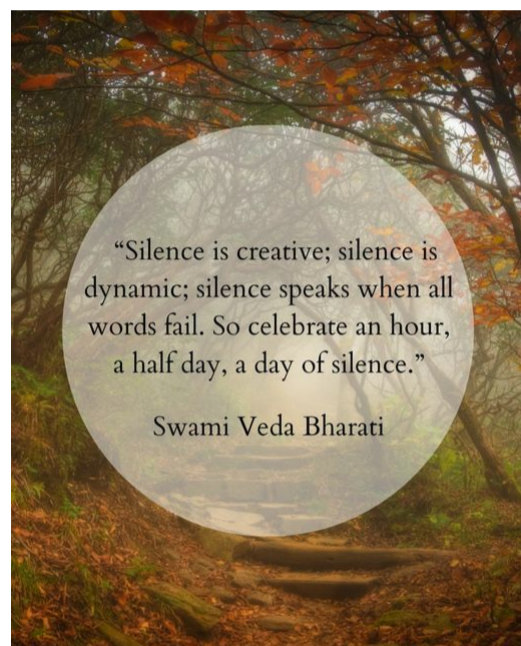
Swami Ritavans invitation to celebrate

Swami Rama: [time for meditation](#) (1 min. video)

[Portrait of a Himalayan Master](#) (35 min. video)

Swami Rama's autobiography "*Living with the Himalayan Masters*" is a good book to pick up many times and find new insights every time you read it.

Swami Rama's autobiografie is een prachtig boek, dat je steeds opnieuw kunt lezen. En iedere keer krijg je weer nieuwe inzichten. Het is lang geleden in het Nederlands vertaald als "**Tussen wijzen en dwazen**". Soms nog te vinden in 2e hands (online) boekwinkels. En als een ringbandkopie verkrijgbaar via HYMNS: boeken@yoga-hymns.nl



MAUNI AMAVASYA Jaarlijkse stiltedag bij nieuwe maan. Dit jaar op woensdag 29 Januari. Lees onderstaande artikelen als inspiratie en maak jouw eigen plan om mee te doen; de hele dag of een paar uur. Ook in het Nederlandstalige "stille en meditatie oefenboek" (of de reader met dezelfde inhoud) vind je meer mogelijkheden voor oefeningen tijdens een stilteperiode. De wereldwijde Nieuwe-Maan meditatie is op deze dag om 13.30 CET. Voel de vreugdevolle verbinding in onze gezamenlijke stilte op deze dag en tijdens de meditatie.

Mauni Amavasya: Yearly silence day on new moon. This year it will be on Wednesday January 29. Read these articles as inspiration and make your plan to join for the whole day or a few hours. The worldwide New-Moon meditation is on this day at 13.30 CET. Enjoy the shared silence during this day and meditationtime.

Explanation about Mauni Amavasya

[Swami Veda's motto for all future silence days](#)

Full Week Silence Retreat: 19 - 26 September 2025

During every silence retreat these last years, there were requests from the sangha to make it a little bit longer. We are happy to announce that with the blessings of the Lineage this is going to happen. The 2025 silence retreat will be from 19 - 26 September 2025. This is a wonderful opportunity to be together for longer time and to dive deeper into silence.

We hope you will be able to join us.

The retreat will be guided by Swami Ma Tripurashakti Bharati, Pierre Lefebvre (Pandit Pryadarshan) and Uta Bisseswar. Maybe one other senior teacher will also be able to come.

[More information and subscription form](#)

Dankbaarheid - Gratitude

Wij zijn zeer dankbaar voor jullie steun in het afgelopen jaar waardoor wij onze leraren en de ashram kunnen ondersteunen en de leringen van de Himalaya Traditie kunnen blijven delen. Jullie vrijgevigheid ondersteunt rechtstreeks de behoeften van de leraren en vrijwilligers in de Sangha. Jullie bijdrage in de vorm van aanwezigheid, beoefening of giften wordt zeer gewaardeerd.

We are deeply grateful for your support, which allows us to care for our teachers, the ashram and continue sharing the teachings of the Himalaya Tradition.

Your generosity directly supports the needs of the teachers and volunteers of the Sangha. Your contribution whether in presence, practice, or giving is appreciated a lot.

Calendar

You are invited to join the Himalaya Tradition Sangha for meditation and other activities. For FMM you don't have to register, you can just join. For online satsang, please send an e mail if you are planning to attend, so we can give you updates if the schedule changes or send supplementary information.

All times mentioned are CET. You can use the same log in details for all events:

Meeting ID 818 2210 5456 Password Bharati108

Monday 13 January 21.00: Full moon meditation, also guided on zoom by Wolfgang Bischoff

Wednesday 29 January 13.30: Mauni Amavasya, New Moon Meditation, selfpractice

Wednesday 12 February 21.00: Full moon meditation, also guided on zoom by Sofia Foteina

17 - 19 January: Winter [weekendretreat](#)

6 April: Zondagmiddagsatsang in Utrecht (info in volgende nieuwsbrief)

19 - 26 September: Annual [silence retreat](#)

"Contentment is the greatest of all wealths that one can have. It gives freedom from anxiety and worries."

Swami Rama

HYMNS: Himalaya Yoga Meditation Network Society, Netherlands

Bookshop: order books from Swami Rama and Swami Veda through HYMNS: boeken@yoga-hymns.nl

Donations: your gift will go fully to [the ashram](#) in Rishikesh, headquarters of AHYMSIN.

Thank you for contributing.

IBAN: NL32 INGB 0007 0385 40 - BIC-code: INGBNL2A

Himalayan Yoga Meditation Network Society, Darp, Netherlands



HYMNS



AHYMSIN



ahymysin



quotes



ahymysin



Ashram



SRSG

Deze e-mail is verstuurd aan {{email}}. • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier](#) afmelden. • U kunt ook uw [gegevens](#) inzien en wijzigen. • Voor een goede ontvangst voegt u info@yoga-hymns.nl toe aan uw adresboek.

