



## ACTIVITEITEN 2021

## Brahma Kumaris Spirituele Academie

### AFDELINGEN

De stichting BKSA heeft in 2021 negen afdelingen die gevestigd zijn in Amsterdam, Alkmaar, Almere, Den Haag, Eindhoven, Hilversum, Middelburg, Rotterdam en Zwolle.

Verder zijn er nog diverse BK-locaties waar activiteiten worden gehouden zoals in Den Haag-Loosduinen (Sangam Bhawan), Nijmegen (Shanti Home), Amsterdam-Bijlmermeer (Harmony House), Papendrecht (Lighthouse) en Groningen (Peace Place).

### ACTIVITEITEN

#### Overgang naar online aanbod – hoofdlijn van het beleidsplan 2021

Corona heeft ook gevolgen gehad voor de BKSA. Waar in het verleden het zwaartepunt lag op bijeenkomsten in de verschillende centra, was en is dat nog maar heel beperkt mogelijk. Dat heeft ertoe geleid dat onze basisactiviteiten (meditatie en studie) vooral dagelijkse online activiteiten zijn geworden. De verplaatsing van fysieke bijeenkomsten naar online activiteiten heeft naast nadelen ook voordelen. Er zijn meer keuzemogelijkheden voor de individuele cursist en student. Fysieke afstand doet er minder toe. De verwachting is dat ook na versoepeling van de Corona maatregelen digitale activiteiten zullen blijven.

### MEDITATIES CURSUSSEN PROGRAMMA'S ONLINE EN OP LOCATIE

Gedurende het hele jaar zijn er (online) open meditaties, wereld meditatie uur, studieklassen, Positief Denken en (vervolg) cursussen in Raja Yoga Meditatie geweest.

BK Rotterdam heeft de cursussen Omgaan met Boosheid, Zelfrespect, Omgaan met Stress en Positief Denken gegeven.

BK Loosduinen had verschillende online programma 's gefaciliteerd door buitenlandse gasten van Brahma Kumaris.

Het hele jaar door zijn er meditaties met themaonderwerpen gegeven in buurthuis Kubiek te Zwijndrecht. Zowel online als op locatie voor kwetsbare doelgroepen met inachtneming van de Covid maatregelen.

De cursus Positief Denken is gegeven aan buurtbeheerders van Woningbouwvereniging Mitros in Utrecht.

- *schrijfmeditaties*

BK Eindhoven, Middelburg en Zwolle hebben aan de hand van wisselende onderwerpen online schrijfmeditaties gehouden.

- *powerboost*

Het programma stimuleert mensen hun (werk)dag vroeg te beginnen met een ervaring van innerlijke stilte, bewuste aandacht en mindset oefeningen.

PowerBoost is een initiatief van BK Hilversum.

- *stiltewandeling*

BK Almere, Hilversum en Zwolle organiseerden stiltewandelingen en meditatieve ochtendwandeling voor de vrijwilligers en belangstellenden.

## PROGRAMMA'S

- **Internationale Vrouwendag**

Programma (online) ter gelegenheid van Internationale Vrouwendag over 'Impact van een gezond zelfbewustzijn' (landelijke thema).

- **Omgaan met Tegenslagen**

Dit programma om problemen in het leven anders te bekijken en ermee te leren omgaan werd elk kwartaal gegeven in buurthuis Xiejezo te Zwijndrecht en is aangeboden voor medewerkers van De Nieuwe Hoop (kringloopwinkel die dagbesteding en re-integratie aanbied

- **Peace in the Park festival (digitaal)**

Een digitaal pakket om een eigen ervaring en beleving van innerlijke vrede te creëren in het park óf een andere locatie van jouw keuze. Onder de titel 'Doe het zelf én samen'.

<https://www.innerlijkevrede.eu/festival/programma-2021>



- **Open Huis Proeverij 2021**

BKSA nam deel aan de Zorg- en Welzijnsroute Papendrecht om informatie te geven over onze cursussen en programma's.

- **Herstel na verslaving**

BK Hilversum organiseert in aansluiting op het narcotics anonymous programma samen met de fellows van NA en AA activiteiten op het gebied van meditatie en spirituele kracht in het kader van herstel na verslaving.



### **SAMENWERKING MET DERDEN**

Samenwerking met derden vindt landelijk, regionaal en lokaal plaats en kan incidenteel of structureel zijn.

- **Remembering Dadi Janki**

Online programma met diverse (internationale) sprekers naar aanleiding van het uitbrengen van een postzegel van Dadi Janki in India. Het programma werd georganiseerd en gepresenteerd in samenwerking met de India Foundation. Naast de Indiase ambassadeur voor Nederland spraken o.a. BK Asha Didi, directeur van 'Om Shanti Retreat Centre' in Delhi en Brigitte van Baren van 'Inner Sense'.

<https://youtu.be/c0ezzSuLfdI>



- **'Den Haag herdenkt'**

Deelname - met afgevaardigde van BK- aan de interreligieuze viering op 4 mei in de Grote Kerk Den Haag. Om elkaars verhalen te leren kennen en om de verhalen te bewaren met het oog op het heden en de toekomst, hebben een aantal organisaties het initiatief genomen om een stads brede Haagse dodenherdenking te organiseren in de Grote Kerk.

<https://youtu.be/w-deABehg3c>

- **Dialogo Toekomstperspectief**

Dialogo (online) over het toekomstperspectief van binnenuit in samenwerking met de stichting Peace in the Park en Dialogo in Den Haag.

<https://www.innerlijkevrede.eu/festival/programma-2021>

- **'Vrede in de stad'**

In samenwerking met Stichting Peace in the Park. Gewone mensen op gewone plekken laten vanuit positiviteit en zuivere intenties zien wie ze zijn en hoe ze hun werk doen.

<https://youtu.be/UxgcqiHzqjE>

<https://youtu.be/oCyjy6Siu5A>

- **Prinsjesdagviering**

Deelname aan de Interlevensbeschouwelijke **Prinsjesdagviering** in de Grote Kerk, Den Haag.

De jaarlijkse Prinsjesdagviering, bijgewoond door de premier, leden van de Nederlandse regering en de burgemeester van Den Haag wordt al meer dan twintig jaar georganiseerd door landelijke en lokale religieuze en levensbeschouwelijke organisaties ter gelegenheid van de opening van het parlementaire jaar. Dit jaar was het thema 'Samenleven na de crisis: omhels het leven'.

Khushi Koeldiep sprak namens de Brahma Kumaris.

[https://youtu.be/Qh7\\_9zTHCA0](https://youtu.be/Qh7_9zTHCA0)



- **Meditatie voor wereldvrede**

In het kader van de nationale vredesweek 2021 werkt de gemeente Hilversum samen met een aantal organisaties aan zichtbare vormen van vrede zoals de jaarlijkse meditatie van BKSA op het marktplein in Hilversum .



---

- **Week tegen Eenzaamheid**

Workshop 'Alleen of Al Een' in samenwerking met Zin in Utrecht in het kader van de week tegen eenzaamheid.

---

- **Haagse Gemeenschap van Kerken**

Op uitnodiging van en in samenwerking met de Haagse Gemeenschap van Kerken heeft BK Den Haag een bijdrage geleverd aan de **digitale adventskalender**. Elke dag een nieuwe deur met erachter een bijzonder verhaal, verteld door verschillende kerken en organisaties. Het thema van 2021: Engelen. Engelen, ze doen onmisbaar werk, vaak op de achtergrond. Hun verhalen worden in beeld gebracht om naar te luisteren en te kijken.

<https://youtu.be/WA1v3gNwro0>

---