

Dynamische Yoga

Verschillende Stromingen Yoga

Bhakti- Yoga -Hart

-Het pad begint, verloopt, eindigt in liefde

(Bhakti)

Overgave naar het goddelijke.

Zij volgen het pad naar devotie (toewijding)

Karma - Yoga -Handelen

-Handelen - actie

Het pad van het onzelfzuchtig, belangeloos handelen.

De vrucht van het werk staat niet voorop!

Het handelen, het werk op zich staat centraal.

Gyan - Yoga -Hoofd

-Kennis

De mensen die zich op het Yoga-pad, op basis van kennis overgeven aan het goddelijke.

Zij richten zich op soberheid en zelf studie.

Het vertrekpunt voor zelf studie is het lichamelijke, fysieke functioneren van de mens.

- ❖ Evenals bij de Bhakti-Yogi: betekend bevrijding voor de Gyan- Yogi

ZELFREALISATIE

- ❖ Het pad van de kennis: Freedom = Knowledge
Vrijheid = Kennis

- ❖ Alles is vergankelijk - Alles komt en gaat.