

GITA YOGASUTRA - YOGA CONFORM DE BHAGAVAD GITA

uitgebreide versie van de tekstjes van www.yoga-intervision.com

GITA YOGASUTRA - YOGA ACCORDING TO THE BHAGAVAD GITA

extensive version of the brief notes of www.yoga-intervision.com

**voor het vervolg van uw oriëntatie gelieve terug te gaan naar www.yoga-intervision.com
in order to continue your orientation go back please to www.yoga-intervision.com**

sri krishnaya parabrahmane namaha
(krishna is no other than the ultimate brahman)

0. INTRODUCTION

0.1. Geschreven in de vorm van sutra's, - korte genummerde poëtische zinnestelsels die samen een draad (sutra) van transcendentale taal vormen - , beoogt gita yogasutra de kern van yoga weer te geven. Althans de yoga zoals onderwezen door lord krishna in zijn bhagavad gita.

0.1. Written in the transcendent language of sutras, - brief poetical sentences, which, as the successive beads of a necklace (sutra: thread), are presenting the whole - , gita yogasutra pretends to unveil the core of the beautiful yoga as taught by lord krishna in his bhagavad gita.

0.2. Wat die sutra's betreft, niet alleen vanuit memoriseer-oogmerk en behoud van traditie waren sutra's kort en compact. Beziend vanuit de auteurs waren zij tegelijk bij uitstek de manier om hun realisaties, hun nieuwe vreugde, te integreren. Door haar uit te drukken dus. In een soort vierende eindtaal. Een taal die biologeert. Een taal die ons-beginsers triggert met gezichtseinders waarnaar wij allen haken.

0.2. As far as sutras are concerned they are short and concise since traditionally they had to be memorised. So they could better survive. Next to that sutras are perfect means for integrating the realisations of the successive authors themselves. They are doing that by expressing their new joy in a celebrating language, a language that triggers. Especially the spiritual starters we are.

0.3. Ook de auteur van gita yogasutra behoort tot die beginners. Hardleers als hij is spreekt hij vooreerst zichzelf toe. Tegelijk is hij dankbaar dat ook hij zijn, zijn het nog slechts fragile beginsersvreugde mag uitdrukken en delen.

0.3. The author of gita yogasutra also is a starter. Stubborn as he is, at first place he addresses himself, grateful for sharing and expressing his new joy. Although that joy is still fragile.

0.4. Tot slot van deze introductie: moge gita yogasutra enthousiasmeren, mogelijk zelfs verheldering bieden aan hen die reeds op weg zijn. Op weg naar yoga, naar leven in verbondenheid. Op weg naar onvoorwaardelijke universele liefde. Uitgedrukt door een leven van spontane liefdevolle zorg en aandacht.

0.4. May gita yogasutra function as a practical guide. Or at least motivate to set first steps to yoga according to the bhagavad gita. First steps to union. That means: unconditional universal love, expressed by a life of spontaneous loving care and attention.

(* The restricted use of capitals is intentional. As in the whole of gita yogasutra.

1. YOGA CONFORM DE BHAGAVAD GITA YOGA ACCORDING TO THE BHAGAVAD GITA

1.1. Motivatie is een wonderlijk fenomeen. De een wordt gegrepen door dit, de ander door dat. Al naar gelang iemands natuur en bekwaamheid. Naar wat het leven brengt. Dit geldt ook voor spirituele wegen. Zorgvuldig onderzoeken of een bepaalde weg bij ons past, of juist uitdaagt, maakt deel uit van spiritualiteit. Als was het de sadhana zélf, de beoefening ervan zelve.

1.1. Motivation is a strange, almost miraculous phenomenon. One person is taken by this, the other by that. All according to one or the other's nature and abilities. According to what life offers. This also applies to spiritual ways. Carefully investigating whether a certain way will suit us, or challenge, is part of spirituality. As if it were the sadhana self. The practice self.

1.2. Op zoek naar ons werkelijke zelf, zijn er ook nog andere vormen van yoga dan hatha yoga, de yoga die op onze bodykant inspeelt, die ons mogelijk inspireren. Nog andere vormen ook dan patanjali's yoga. Daarover handelen de sutra's uit gita yogasutra. Ze zijn kort en bondig. Bedrieglijk bondig. Als dat het geval is overweeg ze dan. Laat ze meelopen.

1.2. In the search for our true self we may be inspired by other forms of yoga than hatha yoga, the yoga that addresses our body-aspect. By other forms too than patanjali's yoga. These other yoga then is subject of gita yogasutra. Written in the form of sutras: brief and concise. Deceptively concise. Should this be the case, then consider them.

1.3. De belangrijkste andere vormen van yoga zijn jnana yoga, karma yoga en bhakti yoga. Het zijn wegen. Leefwijzen. Gegrond in de bhagavad gita, het lied van de alvervulde. Het meest heilige geschrift dat india kent. Met een traditie van meerdere millennia.

1.3. The most important other forms of yoga are jnana yoga, karma yoga and bhakti yoga. These are ways. Lifestyles. Grounded in the bhagavad gita, the song of the all-fulfilled one. The most sacred writing known in india. With a tradition of several millennia.

1.4. Jnana yoga, karma yoga en bhakti yoga zijn onderling verweven, vullen elkaar aan. Versterken elkaar op synergetische wijze. Gita yogasutra beoogt dit te verduidelijken. Wie zich tot één van de drie wegen voelt aangetrokken doet er daarom wijs aan zich ook op beide andere wegen te oriënteren. Als dat al niet vanzelf gebeurt.

1.4. Jnana yoga, karma yoga and bhakti yoga are mutually interwoven. They complement each other, reinforce each other synergetically, as gita yogasutra is clarifying. Therefore, whoever feels attracted to one of these three ways in particular, acts wisely in familiarizing him- or herself with both other ways. Should this not already occur spontaneously.

2. JNANA YOGA : WEG VAN INZICHT / WAY OF WISDOM

2.1. Onderzoek wat geschriften zoals de upanishads, en zelfgerealiseerden zoals uit de kring van advaita vedanta, over het zelf zeggen: onze kern, ons blanco bewustzijn, het atman, is tijdloos-onkwetsbaar. Identiek met de onnoembare werkelijkheid die ons omvat zowel als bezielt: het brahman. Juist omdat het niet te grijpen noch te begrijpen is, is het het zelf dat als open ruimte ons de mogelijkheid biedt om ons, met wat dan ook, te verbinden.

2.1. Examine what writings as the upanishads, and the self-realized as from the circle of advaita vedanta, have to say about the self: our nucleus, our blank consciousness, the atman, is timeless, invulnerable. Identical to the unnameable reality which both contains us and inspires us: the brahman. Precisely because it cannot be grasped or touched nor understood, it is the self that, as an open space, offers us the possibility to connect ourselves. With whatsoever.

2.2. Zolang we het zelf nog niet herkend hebben is het zaak er geduldig naar te blijven zoeken. Het op te roepen door bewust de uitdrukkingsvormen ervan aan te nemen, i.c.: onzelfzuchtig handelen (karma yoga) zowel als devotie / toewijding (bhakti yoga). Alsook door, - met behulp van meditatie - , de vrije ruimte van het zelf toe te laten (jnana yoga). Verifierend, - door toedoen van zelfonderzoek - , wat er over het zelf is en wordt gezegd (jnana yoga).

2.2. As long as we have not yet recognized the self, it is important to keep searching for it patiently. Invoking it by consciously adopting its forms of expression, i.e. by acting unselfishly as such (karma yoga) as well as, doing that, by means of devotion / dedication (bhakti yoga). Next to that, by means of meditation, we do allow the free space of the self to access (jnana yoga). Verifying, by means of self-examination, what has been said about the self (jnana yoga).

2.3. Tegenslag en lijden horen evenzeer bij het dagelijks leven als voorspoed en vreugde. Het zijn twee kanten van dezelfde medaille. Zo lang we door "hoe de medaille valt" uit ons evenwicht raken hebben we onze kern, ons zelf, nog niet gerealiseerd. Nog niet zodanig verinnerlijkt dat het ons gedragsmatig kenmerkt. Hebben we onze kern gerealiseerd, dan raken we niet uit ons evenwicht. Al raken de dingen ons wel.

2.3. Adversity and suffering are part of daily life as much as are prosperity and joy. These are two sides of the same coin. As long as we may still lose our balance by one side of the coin or the other, we have not yet realized our nucleus. Not yet internalized the self in such a manner that it features in our behaviour. Should we have realized our self, we would not have lost our balance. Although realization of the self doesn't make us uninterested nor unconcerned.

2.4. Naarmate we hechter in onze kern verankerd zijn (jnana yoga) herkennen we die kern ook beter in anderen. Wat een louter liefdevolle houding t.o.v. anderen, ongeacht wie, mogelijk maakt (bhakti yoga). Dan ook kunnen we anderen die lijden wezenlijk troosten, helpen (karma yoga). Mentaal zowel als daadwerkelijk. Zonder hen op hun lijden, de ene kant van de medaille, te fixeren. Zonder ook er onder te bezwijken ... Soortgelijk smelten we niet weg in sentimentaliteit wanneer we ons verheugen over andermans vreugde, - de andere kant van de medaille.

2.4. The tighter we are anchored in our self (jnana yoga), the better we will also recognize the same self in others. Which enables a purely loving attitude towards others, whoever they may be (bhakti yoga). Only then we may truly comfort others who are suffering by unselfish care (karma yoga). Mentally or actually. Without fixating them towards their suffering, the one side of the coin. Without collapsing by the weight of their pain ... Likewise, when we rejoice in the happiness of others, - the other side of the coin - , we don't melt away in sentimentality.

3. KARMA YOGA

WEG VAN ONZELFZUCHTIG HANDELEN / WAY OF UNSELFISH ACTION

3.1. Zelfzuchtig handelen, handelen omwille van het resultaat alleen, brengt geen geluk, geen vrijheid. Zulk handelen bindt. Fixeert ons op ons niet-werkelijke zelf, ons ego. Verstrikt ons in een keten van oorzaak en gevolg. In wederwaardigheden. Wat karma heet. Begrijpelijk dat we daaraan willen ontsnappen.

3.1. Acting selfishly, acting merely for the sake of the results, does yield neither happiness nor freedom. Such acting binds. Fixates us towards our non-true self, our ego. Entangles us in a chain of cause and consequences. In troubles, distress. In trials and tribulations. Which is called karma. Understandable, we wish to avoid that.

3.2. Een beproefde manier daarvoor is: ons in stilte terugtrekken. Om, als een sanyassin, een onthechte, te mediteren, te bidden eventueel. Om onze boeddhanatuur, ons zelf, die open ruimte van daarnet, tevoorschijn te roepen zowel als uit te drukken. Ons erin te verankeren ... Hoewel zinnig, blijkt ook dat geen oplossing. Ook wanneer we ons terugtrekken of als een sanyassin rondzwerven, valt handelen, waaronder ook ons denken als vorm van handelen, niet te vermijden.

3.2. A tried way to escape is: to retreat in silence. In order, detached as a sanyassin, to meditate, to pray. In order both to invoke and express our buddha-nature, our true self, that open space of before. In order to anchor ourselves therein ... Although useful, it will not prove a solution. Also when retreating or travelling around as a sanyassin, we can not withdraw from acting. The use of our mind as a way of acting included.

3.3. De oplossing voor dit dilemma bestaat eruit ons geen zorgen te maken over de gevolgen van ons handelen voor onszelf. Noch de een of andere beloning te verwachten. Het handelen zelf vormt onze beloning. Eventuele vruchten ervan bieden we aan aan de onnoembare werkelijkheid die ons overstijgt zowel als bezielt. Of concreter: aan de lord van ons hart, onze medemens, de samenleving, een ideaal. Zo handelen we onzelfzuchtig, is ons handelen karmisch vrij. Voor de karma yogi die, zichzelf vergetend, deze weg volgt, ontsluit jnana, ware kennis omtrent het - ons aller zelf, zich als vanzelf.

3.3. The solution to this dilemma consists of not worrying over our acting's consequences to ourself. Neither expecting any reward. Acting is its own reward. The eventually fruits we offer to the unnamable reality which both transcends and inspires us. Or, more concretely: to the lord of our heart, our fellow being, society, some ideal. Thus we act unselfishly, leaving our acting karmically free. To the karma yogi who, forgetting himself, follows this way, jnana - true knowledge of the self of all of us, will open itself spontaneously.

3.4. Daaraan gaan twee condities vooraf. De eerste bestaat eruit ons "svadharma" te vinden en te volgen. Dat wil zeggen: die dagelijkse taak op ons te nemen, die sociale bijdrage te leveren, die het best bij onze kwaliteiten en omstandigheden past. De tweede conditie bestaat uit: durven geloven in onzelfzuchtigheid (karma yoga) en devotie / toewijding (bhakti yoga) als kernkwaliteiten / spontane uitdrukkingsvormen van het zelf.

3.4. This is preceded by two conditions. The first consists of finding and following our svadharma. That means to perform that daily task, that social contribution, which best suits our qualities and circumstances. The second: dare to believe in unselfishness (karma yoga) and devotion/dedication (bhakti yoga) as corequalities, as spontaneous forms of expression of the self.

4. BHAKTI YOGA : WEG VAN DEVOTIE / WAY OF DEVOTION

4.1. Het is de band met ouders, broers en zussen, levenspartners, kinderen, dieren, de natuur enz. die ons liefdespotentieel ontsteekt. Van daaruit breidt onze liefdevolheid, onze liefdevolle zorg en aandacht, zich wijder en wijder uit. Door meteen reeds op het hoogste stadium van die groei te focussen, i.c. onvoorwaardelijke universele liefde, kunnen we die groei versnellen. En haar, die groei zowel als onze liefde, inbedden in hetgeen ons overstijgt: de bron, het brahman. De bron van waaruit ons liefdespotentieel stamt. Identiek met het zelf, het atman van jnana yoga.

4.1. It is the love by as well as for parents, brothers and sisters, partners-for-life, children, animals, nature and so on, which kindles within us our love-potential. Our love, our loving care and attention, then spread wider and wider. By directly focusing towards the highest stage of that growth, which is unconditional universal love, love divine, we may accelerate that growth. Embedding this growth, our love, into what transcends us: the source, the brahman. The source from which our love-potential stems. Identical to the self, the atman of jnana yoga.

4.2. Inderdaad, het is niet nodig om ons die bron concreet voor te stellen. Toewijding aan abstracties, aan idealen alleen, is echter niet voor iedereen weggelegd. Voor menigeen is personifiëring aantrekkelijk. En vruchtbaar. Religies / spirituele wegen bieden daartoe een vaak rijk geschakeerd aanbod. Concrete adressen aan wie wij ons handelen zowel als onze devotie kunnen aanbieden. Voor de bhakta, de bhakta yogi die, zichzelf vergetend, deze weg volgt, ontsluit jnana, ware kennis omtrent het - ons aller zelf, zich als vanzelf.

4.2. Indeed, it is not necessary to imagine this source, that love divine, concretely. But, devotion to abstractions, to ideals only, is not for everyone. To many of us personification is appealing as well as fruitful. Spiritual ways provide often richly variegated addresses, ishta devata's, to whom we may offer our acting (karma yoga) as well as our devotion (bhakti yoga). To the bhakta, the bhakta yogi who, forgetting himself, follows this way, jnana - true knowledge of the self of all of us, will open itself spontaneously.

4.3. Natuurlijk wil krishna graag zélf degene zijn tot wie wij ons met onze toewijding richten, toch laat hij ons vrij daarvoor die gepersonifieerde goddelijke vorm te kiezen die het beste bij ons past. Welk deity of guru, maakt hem niet uit. Krishna is dat uiteindelijk allemaal zélf. Net als wij.

4.3. Of course krishna likes to be the one our focus is upon, nevertheless he let us free to choose whatever personalised divine form we prefer. Deity and guru, which one doesn't matter. Knowing, - that divine rascal ours - , that all of them he is. As we are.

4.4. Elk van deze adressen spiegelt ons eigen liefdespotentieel, onze eigen bron. Toewijding aan hen roept die bron op. Is zo meer en meer alles en iedereen manifestatie van de personifiëring (deity en / of guru) die we kozen, uiteindelijk ervaren we nog slechts die bron (brahman). Is er uitsluitend nog jnana: bron die bron omarmt. Karma (handeling) en bhakti (devotie) ontmoeten elkaar in yoga. Dat wil zeggen: in een leven dat zich uitdrukt in liefdevolle zorg en aandacht. Spontaan ... niets bijzonders ... Uiteraard blijven we de gepersonifieerde vorm die ons dit schonk, en guruji die ons daar bracht, toegewijd.

4.4. Each of these divine addresses mirrors our own love-potential, our own source. Dedication to them invokes this source. Thus, experiencing all and everything increasingly as manifesting the personification we did choose (deity and / or guru), finally we experience nothing but that source (brahman). Then there is nothing but jnana: source embraces source. Karma (acting) and bhakti (devotion) meet each other in a life of union (yoga). That means: a life of loving care and attention. Spontaneously ... Nothing special ... Of course we remain devoted to the personified form we did choose, as well as to guruji, who brought us there.

all thanks to sri matadevi vanamali guruji

voor het vervolg van uw oriëntatie gelieve terug te gaan naar www.yoga-intervision.com

in order to continue your orientation go back please to www.yoga-intervision.com

bezoek ook / visit also www.worldprayer-lordhavemercy.com
(one of the other initiatives of the yoga interventioncircle)