

De filosofie van yoga en vedānta – huiskamergesprekken

Yoga is vandaag de dag nogal gericht op het lichamelijke aspect ervan. In deze bijeenkomsten is dat minder zo en gaat het over de *filosofie* van yoga (en vedānta). Dat is op de eerste plaats een filosofie over vrijheid. Hét oogmerk van yoga is de verwezenlijking daarvan. Vrijheid geldt als je oorspronkelijke natuur. Ze wordt omschreven als Bewustzijn, Werkelijkheid en Vreugde (*sat-chit-ananda*). Dat is wat je ten diepste bent, je eigenlijke *Ik*.

Yoga en vedānta hebben door de eeuwen heen een heel eigen kijk ontwikkeld op wat het betekent mens te zijn. We gaan die filosofie verkennen via een aantal bronteksten: de Upanishads, de Bhagavad Gītā, de Yoga Sūtra van Patañjali en de Sāmkhya Kārikā van Īshvarakrishna.

Thema's die aan de orde zullen komen zijn: vrijheid (wat is ze wel wat is ze niet), de persoonlijkheid en de wereld, vervulling en lijden, kennis en onwetendheid, werkelijkheid en illusie. En vragen zoals: Hoe werkt het denken? Waarin verschilt de persoonlijkheid van wie je werkelijk bent?

We gaan in op de verschillende middelen die yoga biedt om vrijheid te verwezenlijken. Daarbij draait het om kennis, handelen, overgave, meditatie, het zijn in de wereld. We bespreken de zogenaamde vier toestanden (waken, dromen, diepe slaap, Bewustzijn), de betekenis van de heilige lettergreep Aum, het belang van onderscheiding (*viveka jñāna*) en tal van andere zaken. Bovendien gaan we in op de eeuwenoude geschiedenis van yoga, de verschillende stromingen en opvattingen en de gang van yoga naar het Westen.

De cursus is praktisch gericht, in die zin dat het gaat om de grondvragen van je leven. Wie ben ik? Hoe ben ik in dit bestaan genesteld? Wat is echt, wat is beeldvorming, identificatie, overtuiging, vertrouwen, misvatting? Wat brengt inzicht, verlossing? Hoe kan yoga hulp zijn in de omgang met het leven van alledag?

Praktische informatie

De cursus bestaat uit losse bijeenkomsten, steeds op woensdagavond. Elke avond heeft een thema. Samen vormen de avonden een geheel. Je kunt ze afzonderlijk volgen, maar ook meerdere of allemaal. *Data* (onder voorbehoud): 2 en 23 oktober, 13 november, 4 december. Mogelijk krijgen de avonden een vervolg in het nieuwe jaar.

Plaats: Zonnelicht, Hoogvensestraat 104, Tilburg

Tijd: 19.30-21.30 uur

Aantal deelnemers: 8-10

Kosten: donatie (richtprijs €15-20, minder draagkrachtigen €10-15)

Aanmelding en/of nadere info: via wimvandelaar@kpnmail.nl of 06-82131015



Wim van de Laar is schrijver-vertaler en al ruim dertig jaar yogadocent. Hij schreef *De Upanishads*, een vertaling van achttien Upanishads (Nachtwind, 2015). In 2024 verscheen van zijn hand *Bronnen van Yoga*, de vertaling van en toelichting op de Bhagavad Gītā, de Sāmkhya Kārikā van Īshvarakrishna en de Yoga Sūtra van Patañjali (met het klassieke commentaar van Vyāsa).

Zie ook www.yogawimvandelaar.nl.