

Verdiepingsgroep

Loge Naarden 2024-2025



Verdiepingsgroep



Studiemateriaal / bronnen

Studiemateriaal alleen te bereiken via de link

[• Activiteiten](#) • [Theosofie](#) • [Lid worden](#) • [Contact en locatie](#)

**THEOSOFIE
IN 'T GOOI**

De Yoga Soetra's van Patañjali



Verdiepingsgroep

Verdiepingsgroep 2024-2025

- Informatieblad Verdiepingsgroep (v. 2) 

Studiemateriaal

- Vivekananda – Raja Yoga  twee bladzijden op een pagina, landscape formaat.
- Vivekananda – Raja Yoga  één bladzijde op een pagina, portrait formaat. Met name geschikt voor eReader of tablet.

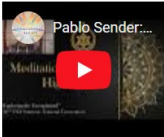
Bijeenkomst 1

15 september 2024

William Meader: Answering the Spiritual Call



Pablo Sender: Meditation on the Higher Self



Boekpromotie ZIJN IS

<https://naarden.theosofie.nl/yoga-soetras-van-patanjali/>

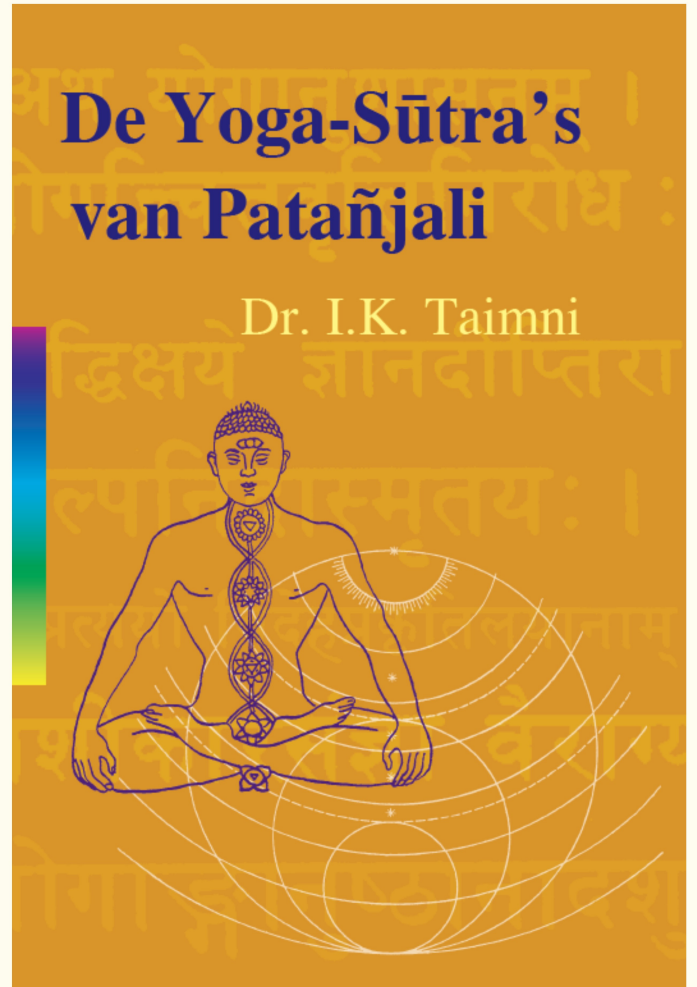
I.K. Taimni – De Yoga Sūtra's 8e druk

The Science of Yoga

1961

Sūtras plus commentaren van
Taimni zelf

Nederlandse vert. Mw. C. Keus



Samādhi

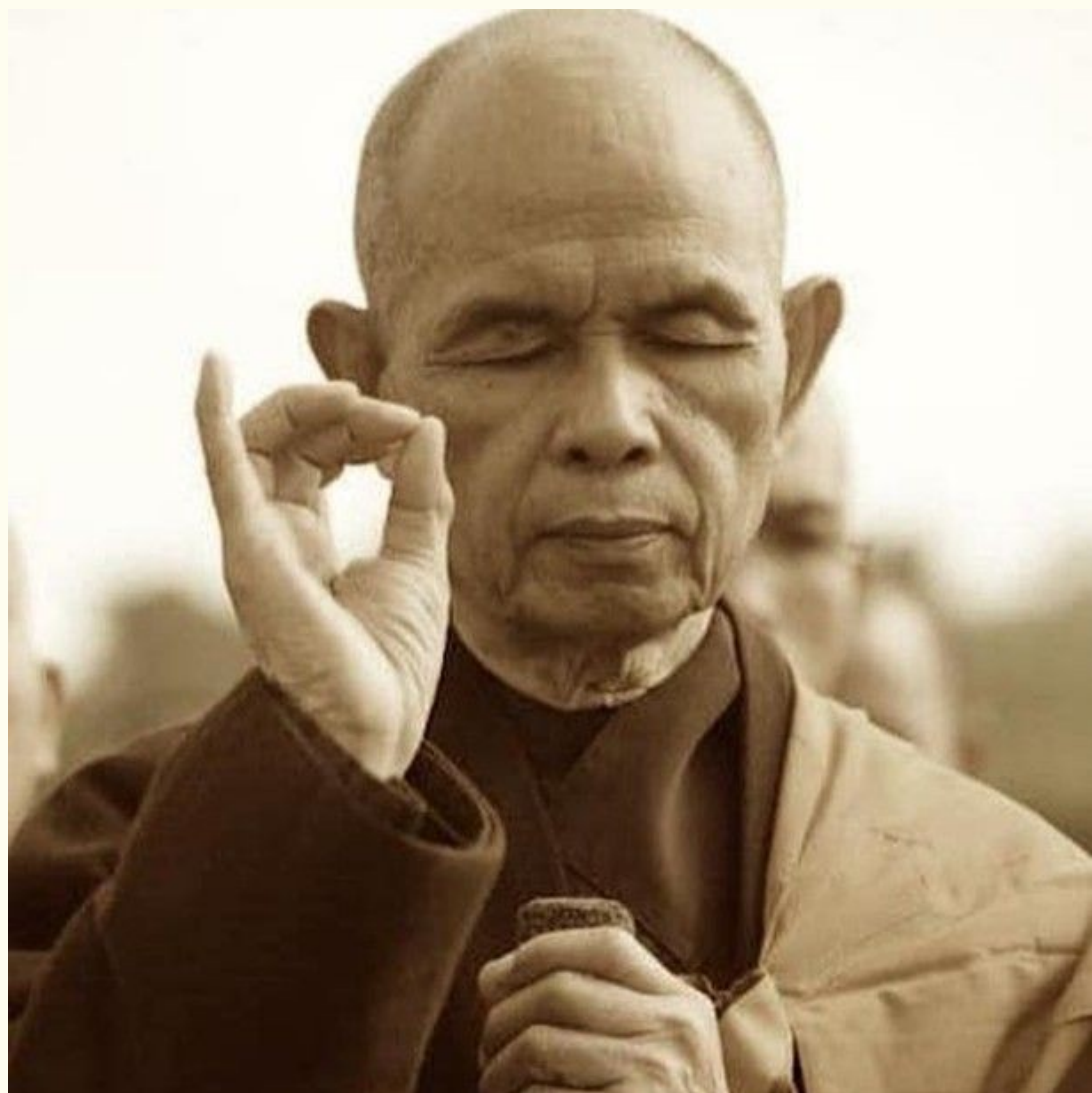
YS III.3

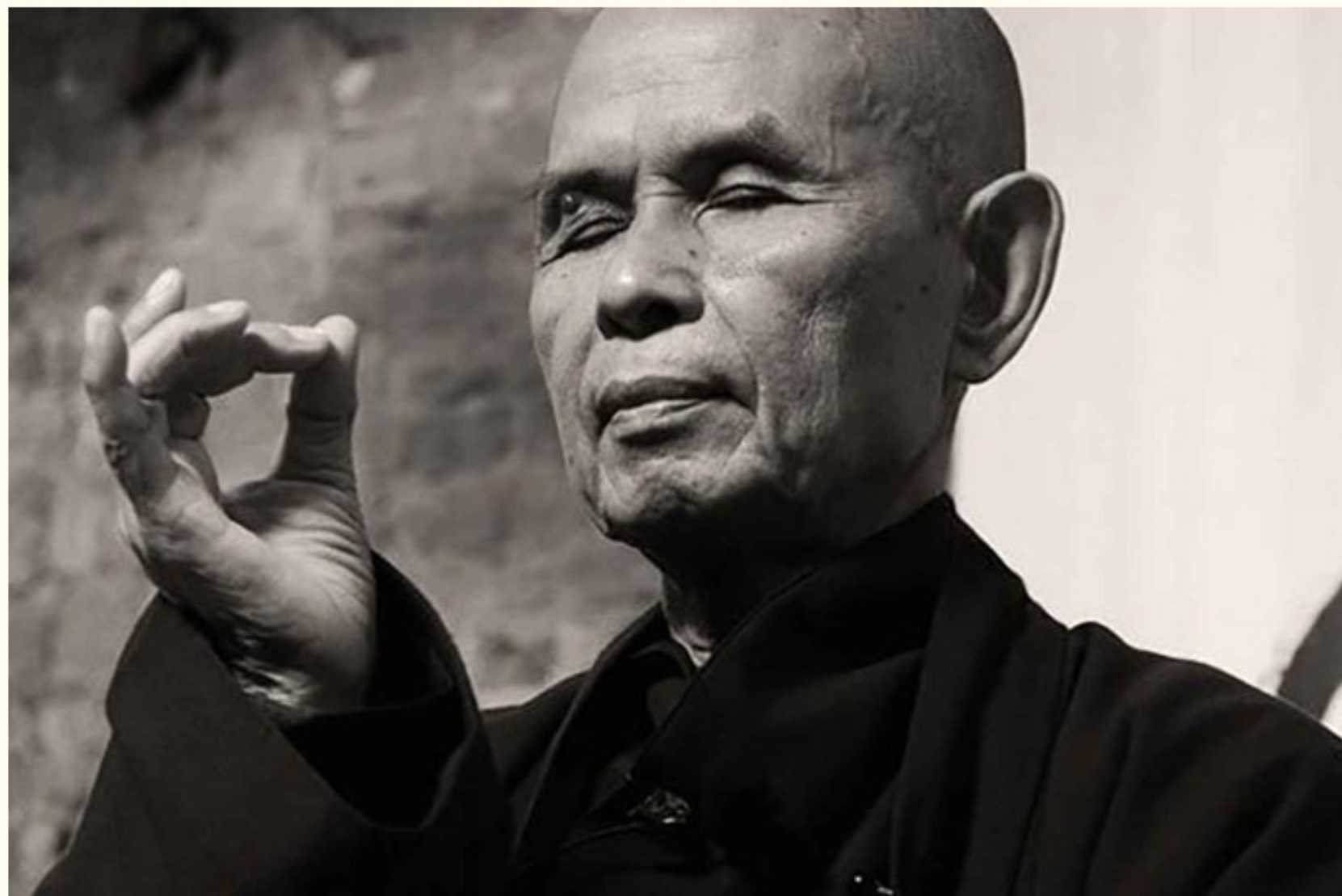
Deze [toestand van contemplatie] wanneer er alleen maar bewustzijn is van het object van de meditatie en niet van zichzelf [het denken] is Samādhi.

Vivekānanda - Rāja-Yoga H III

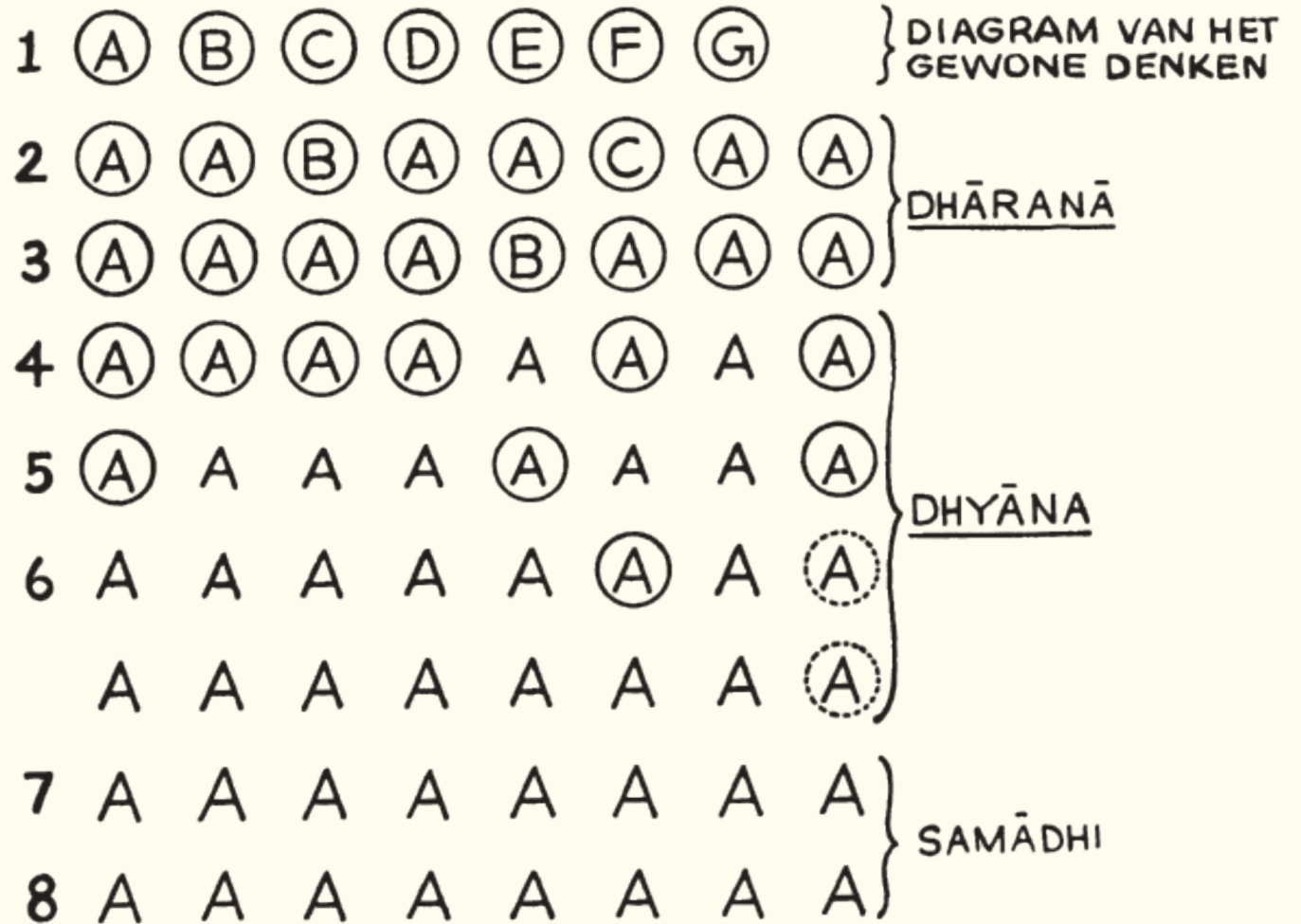
Wanneer de geest die toestand bereikt heeft, wat Samādhi genoemd wordt - volmaakte concentratie, bovenbewustzijn - gaat hij buiten de grenzen der rede, en komt van aangezicht tot aangezicht met feiten, die noch instinct noch de rede ooit kunnen weten.







Taimni p. 296



Csíkszentmihályi over flow

Jeanne Nakamura en Mihaly Csíkszentmihályi geven de volgende zes factoren die de flow-ervaring omvatten. Alleen als ze samen optreden is er een flow-ervaring.

1. Intense en gefocuste concentratie in het nu
2. Het samenkomen van handeling en bewustzijn
3. Wegvallen van reflectief zelf-bewustzijn
4. Een gevoel van persoonlijke controle of besturing over de situatie of handeling
5. Een verstoring van de subjectieve ervaring van tijd
6. Ervaring van intrinsieke beloning van handeling (autotelic experience)

Meer elementen van flow

Kendra Cherry noemt nog drie extra elementen:

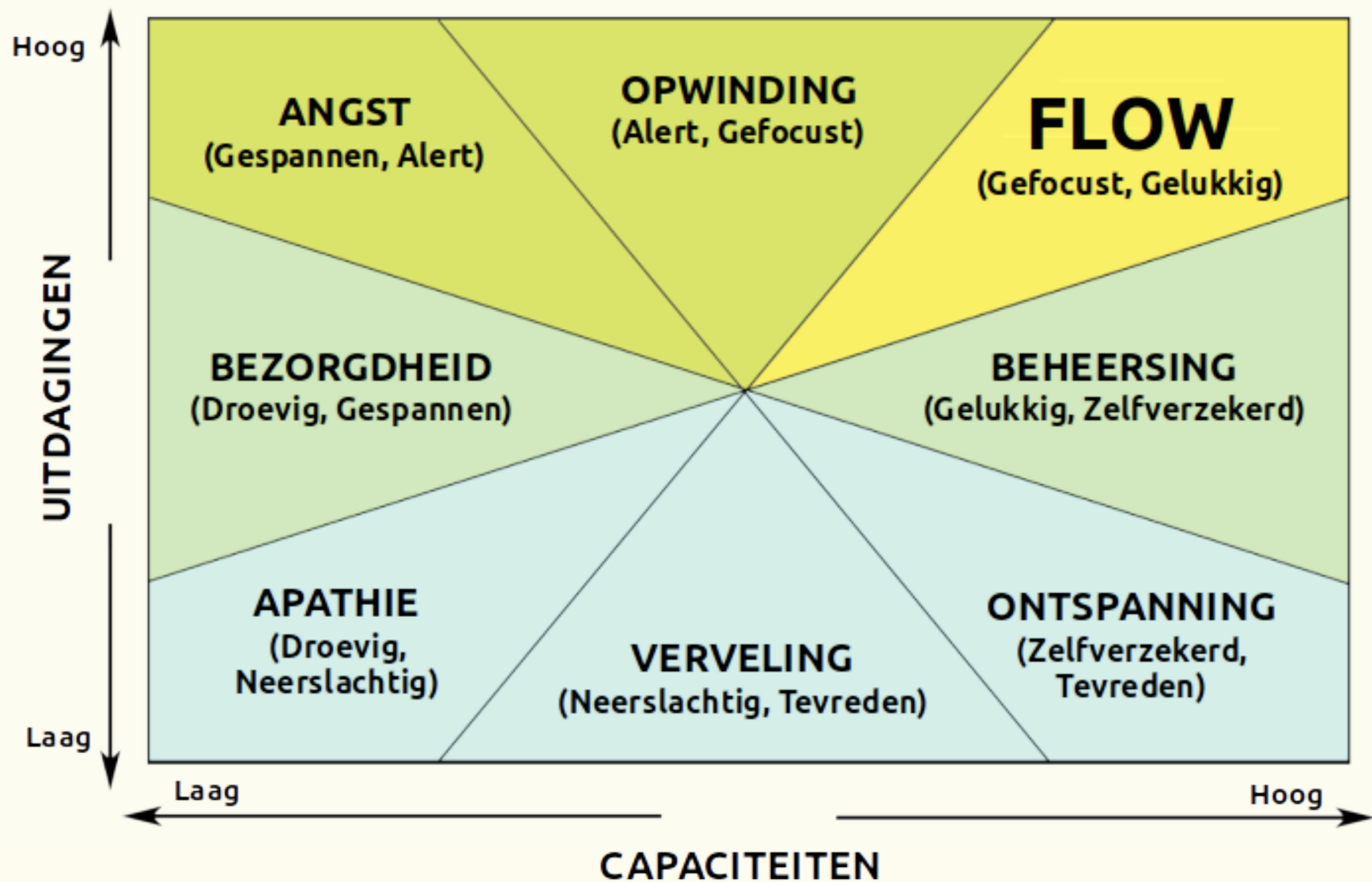
1. Onmiddellijke terugkoppeling
2. Het gevoel van mogelijk succes
3. Je zo ondergedompeld voelen in de ervaring dat andere behoeften verwaarloosbaar lijken

Stadia van Samādhi (Taimni p. 189, bij YS I.17)

Typische kenmerken van de staten van bewustzijn	Stadia van de <i>Guṇa</i> 's	Voertuig tot expressie in Vedāntijnse terminologie
Vitarka Vicāra Ānanda Asmitā	Viśeṣa Aviśeṣa Liṅga Aliṅga	Manomaya Kośa Vijñānamaya Kośa Ānandamaya Kośa Ātmā

Stadia van Samādhi (nav Taimni p. 189)

Asmitā	Ātmā
Ānanda	Buddhi
Vicāra	Hoger mentaal
Vitarka	Lager mentaal





Netwerken in de hersenen

DMN Default mode network

VN Visual Network = waarnemen e.d.

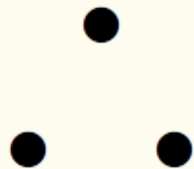
SMN Somatomotor = beweging

DAN Dorsal attentional = aandacht bewust gestuurd, focus

SN Ventral attentional/salience = aandacht door buitenwereld

AFN Affective = gevoel

FPN Frontoparietal = planmatig denken



Zelf je niveau van inzicht beoordelen

1. Ik begrijp het nog niet, maar ik blijf proberen.
2. Ik begin het te begrijpen en ik kan het doen met enige hulp.
3. Ik begrijp het en kan het zelfstandig doen.
4. Ik begrijp het ten volle en ik kan het zelfs aan een vriend leren.

