

Nieuwsbrief januari 2018

Yoga is voor mij...

De handleiding waarlangs mijn leven vorm krijgt
De zin van elke nieuwe dag
De inspiratie die zich onuitputtelijk openbaart
De weg van leven die het doel omkeert in zichzelf
De noodzaak om door te gaan, af te slaan en weer terug te keren
De liefde te voelen die elders geen bestaansrecht vindt
De beide benen op aarde, het hoofd koel, het hart oprecht
Superlatieven uit elkaar te laten spatten tot er niets van overblijft
De plek waar ik mezelf terug vind, daar waar ik ook gisteren begonnen was
De weg achterwaarts bewandeld of in cirkels rond één as
Het doel los te durven laten en te ontvangen wat deze reis mij schenkt

Je kan op het moment geen tijdschrift openslaan of er komt een asana naar je toe. Kijk je reclame op tv dan wordt hondenvoer uitgeserveerd door een yoga minnende baas. Ook smeerkazen, verzekeringen, wc luchten en vakantieoorden worden opgediend vanuit het gemak waarmee een ontspannen yogi zich door het leven beweegt. En toen ik laatst de Ikeagids opensloeg...

Need I say more?

Ik voel inderdaad de noodzaak om mij uit te spreken, uit te weiden over wat yoga nog meer kan zijn dan asana en een lifestyle waarlangs succes wordt afgemeten.

Ga eens terug met je aandacht naar zo maar een moment op de yogamat. Had dit moment ook maar enigszins iets te doen met glans en glamour? Zo ja, waar was je dan mee bezig? Zo nee, wat leverde het moment op de mat je dan op?

Dit is hoe ik het zie. En let wel: ook dit is maar een mening zoals er zovelen zijn. Dit verhaal gaat over mijn ervaring met yoga en wat ik ervan denk begrepen te hebben. Je mag jezelf erin herkennen, je eigen inzichten eraan staven of het naast je neerleggen.

Yoga bestaat voor mij slechts uit persoonlijke waarnemingen die (in mijn geval) worden vertaald in woorden. Soms poëtisch, soms rauw, soms simpel of hartverscheurend. Altijd eerlijk en oprecht. Er bestaat geen één yoga, er bestaat enkel mijn ervaring in dit moment. Zo zie ik het voor mezelf en ik denk dit ook terug te zien in anderen.

We zijn geneigd onze persoonlijke ervaring tot dé yoga te maken, hechten er waarde aan en ontdekken structuren waarlangs de weg verloopt. We maken de structuur tot leer en waarheid. We maken ons de leer eigen en maken onze eigenheid tot handelsmerk. We willen onszelf en onze yoga ervaring bestaansrecht geven door het als waarheid te leven en er de betekenis aan te geven die wij er graag met elkaar in zien.

Nieuwsbrief januari 2018

Om vervolgens al die stappen die leiden naar dat wat yoga is, zelf als yoga te bestempelen. Omdat wij nou eenmaal woorden nodig hebben om betekenis te geven. Omdat we inhoud nodig hebben om in te vullen wat anders zinloze leegte zou zijn.

Zo zijn we met elkaar op pad en leven we van ervaring naar ervaring, van moment naar moment. Totdat ervaring en moment samenvallen, ervaring en moment wegvallen. Dan is er yoga. Heel soms is er yoga. Onbeschrijfelijk mooi.

Toch in woorden gevangen, weer een ervaring rijker.

Namasté,

Jeanette

- ✓ Wanneer je een keer niet kan komen, meldt je dan op tijd af voor de les bij Jeanette via sms of whatsapp op telefoon 06-44207050. Alleen door het op tijd afmelden kunnen we het inhalen van de lessen in stand houden.
- ✓ Wil je geen nieuwsbrief per e-mail ontvangen, stuur dan een bericht aan info@denhaagyoga.com met in het onderwerp: uitschrijven nieuwsbrief. Je wordt dan van de verzendlijst verwijderd.