

Jooga

Kolm joogat ehk Trimārga on kolm soterioloogilist teed, mida Bhagavad Gitas on mainitud inimvaimu vabastamiseks.

Need on:

- *Karma jooga* ehk tegutsemise tee (*Karma-mārga*)
- *Bhakti jooga* ehk pühendumise tee (*Bhakti-mārga*) Ishvari (Jumala) juurde
- *Jnana jooga* ehk teadmiste tee (*Jñāna-mārga*)

Mõnikord lisatakse juurde ka veel nō “neljas jooga”:

- **Raja jooga** ehk meditatsiooni tee (*Rajas-mārga*), tuntud ka kui “Neli teed teostuseni”

Aastal 2023 kevad-suvel osalesin ise ka Raja Jooga kursustel Tallinnas -

<https://www.brahmakumaris.org/> esinduse Tallinna osakonnas. Hiljemalt olen tegelenud sellega edasi omal käel, kuna mul on omal ju ka koguaeg see “kanal loojaga” avatud. Ja ma ei vaja selleks mingeid erilisi tehnoloogiaid, mul see lihtsalt nii on. Ja see on olnud nii juba minu lapsepõlvest peale.

– 08. 05. 2024

From:

<https://sannebild.eu/> - **Sanne Andi Bild**

Permanent link:

<https://sannebild.eu/ee/jooga>

Last update: **08.04.2025 14:16**

