

ОСӨЖ №2

Тақырыбы: «Йога»

Орындаған: Шакарім Жансая Қадырбекқызы , Э-229.

Тексерген: аға оқытушы, Ашимова Гүлжанат Мұхаметжанқызы

ЖОСПАР:

Кіріспе

1. Йоганың жалпы түсінігі.

Негізгі бөлім

1. «Йога – сутра» жайында жалпы мәлімет.
2. Классикалық йога категориялары.
3. Классикалық йога құдайы.
4. Классикалық йоганың адам жайындағы ілімі .
5. Босатылу теориясы.
6. Карма

Қорытынды..

Йога

ЙОГА — ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ, РУХАНИ ЖӘНЕ ФИЗИКАЛЫҚ ПРАКТИКАЛАРДЫ ҚАМТИТЫН, ЕЖЕЛГІ ҮНДІСТАНДА ПАЙДА БОЛҒАН ҰҒЫМ. ЙОГАНЫҢ НЕГІЗГІ БАҒЫТТАРЫ — РАДЖА-ЙОГА, КАРМА-ЙОГА, ДЖНАНА-ЙОГА, БХАКТИ-ЙОГА ЖӘНЕ ХАТХА-ЙОГА.





«ЙОГА – СУТРАДА» ЯҒНИ, ОСЫ МЕКТЕПТІҢ
НЕГІЗІ ЖӨНІНДЕГІ ЕҢБЕКТЕ ЙОГАНЫҢ
ТЕОРИЯЛАРЫМЕН ПРИНЦИПТЕРІ ЖАЗЫЛҒАН.

**«Йога-сутраның» авторы ,
Патанджали туралы ақпараттар
мүлдем белгісіз . Индияда ол
көнеден ұлы ұстаз , б.з.б II ғасырда
өмір сүрген философ ретінде
танымал. Алайда, казіргі кезде
көптеген ғалымдар « Йога –
сутраны» мазмұны мен
терминологиясы бойынша б.з II
ғасырына жатқызады.**

КЛАССИКАЛЫҚ ЙОГАНЫ
ФИЛОСОФИЯДА НЕГІЗІН
ҚҰРАЙТЫН 2 ҮЛКЕН
КАТЕГОРИЯҒА БӨЛЕДІ:



Пуруша (адам) – рухани
субстанциясы.

Пракрити (табиғат, заттардың
сипаты) - материалдық
субстанция

Саньхияда рухани субстанция
ретінде көрінеді. Үнді
мифологиясында ғалам мен
варналар пайда болған алғашқы
адам. Пуруша – мәңгілік рух,
рухани бастау дегенді білдіреді.

Материалды табиғат, әлемнің
материалды субстратын білдіреді

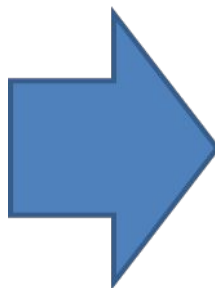
КЛАССИКАЛЫҚ ЙОГА ҚҰДАЙЫ.

Инвара – пурушаның пайда болуы , бірақ ол дүниені жаратпайды және оны басқармайды. Одан басқа басқа да Рухани құдайлар бар, алайда Инвара рухани құдайлардың ішіндегі ең жоғарғысы болып табылады. Ол философиялық йогада маңызды қасиеттердің бірі Пуруша мен Приакритиді қосу мен ажырату қасиеттеріне ие .



КЛАССИКАЛЫҚ ЙОГАНЫҢ АДАМ ЖАЙЫНДАҒЫ ІЛІМІ

Адам өзінің құрылымы жағынан сыртқы макрокосмоспен байланысты , микрокосмос ретінде қарастырылады . Жәнеде адам , Пуруша мен Пакритидің бірігуі деп саналады.



БОСАТЫЛУ ТЕОРИЯСЫ

Босатылу – ол адамдағы рух пен материяның , Пурушу мен Пакртидің бөлінуі.



ПРАКРИТИ НЫСАНДАРЫНА ҰМТЫЛУ БІЗДІҢ КАРМАМЫЗДЫҢ БОЛУЫНА МҮМКУІНДІК БЕРЕДІ.

Карма – бұл себеп – салдарлық тәуелділік, жанның жазалану заңы. Пракритидің осы немесе басқа түрін таңдау арқылы, біз болашақта қандай болатынымызды анықтаймыз.



ҚОРЫТЫНДЫ..

Қазіргі кезде Йога күн санап танымал болып келеді. Ол туралы телебағдарламалар түсіріліп, онымен финтес-клубтарда айналысады. Бірақ, жалпыға бірдей қолжетімді болуына байланысты, йога өзінің эзотерикалық бөлігін жоғалтты. Адамдар йога арқылы мына өмірде тыныш әрі, жақсы өмір сүруге ұмтылып, философиялық йоганың маңызы мына өмірден кейінгі, арғы өмір тыныштығына ұмтылуды ұмытқан десе де болады.

