

# Yoga

## Relaxatie of Occult?

Vertaling en voetnoten door M.Verhoeven

- Yoga komt van het Sanskrietse woord *Yug*, en dat betekent “eenheid” (met het goddelijke, uw hogere “Ik” of “Zelf”). Yoga is een weg om uw gewone geest (wie u denkt te zijn) te transcenderen (te boven te gaan), om op te gaan in uw “hogere Ik” of “God Zelf”. Yoga betekent “verbinden” - verbinden met Brahman (d.w.z. het “Oneindige”, de “Universele Geest”, de onpersoonlijke kracht die Hindoes “God” noemen) - via de realisatie van een gewijzigde staat van bewustzijn, zichzelf daarbij theoretisch bevrijdend van de slavernij aan eindeloze reïncarnaties. Yoga komt voort uit de Hindoe-veda's<sup>1</sup>. Het kan teruggevoerd worden tot Patanjali, die een religieus leider was. Shiva, een van drie machtigste goden van het Hindoeïsme, die gekend was als “De Verwoester”, wordt “Yogi Swara” genoemd of “Heer van de Yoga”.

- Beschouw het volgende gedeelte uit een artikel in een seculiere krant:

“Er wordt geraamd dat er 10.000 yoga-leraren zijn in de Verenigde Staten, die tussen de 4 en 5 miljoen studenten per week onderwijzen. Yoga is een programma dat te maken heeft met bewustzijnsverruiming, weloverwogen bewegingen, beheerste ademhalings- en relaxatieoefeningen. Haar doel is kracht te ontwikkelen, flexibiliteit, balans, lichaamsfiguur-verbetering, lichaamsbewustzijn, spierbalans, rust en beheerste ademhaling. Yoga stamt uit een school van het denken in de Hindoeëreligie die suggereert dat men door lichaamshoudingen de ziel kan isoleren van het lichaam en de geest. In de westerse wereld wordt Yoga voornamelijk beoefend als een vorm van lichaamsbeweging. Yoga komt van het originele Sanskrietse woord ‘joga’, wat betekent ‘samenvoegen’. Yoga betekent het samenvoegen van lichaam, geest en adem, om ze te doen samenwerken in harmonie [Dit is een leugen!]. Het is erg zacht, langzaam en meditatief, maar het vereist concentratie. Yoga-instructeurs zeggen dat zij een handvol klachten ontvingen van mensen die geloven dat yoga verweven is met de mystiek en het occulte. [Wij] erkennen dat yoga inderdaad voortkomt uit een deel van India's Hindoeëreligie, maar [onze] klassen handelen enkel met de fysische aspecten van yoga, en op geen enkele manier dwingen wij af dat mensen betrokken worden in oosterse religie” [een andere leugen]. (Bron: *The Bloomington Herald-Times*, 1991; nadruk toegevoegd).

Droevig is het dat zelfs praktiserende christenen door dezen leugen ingepakt werden. In feite is elke yoga-leraar een Hindoeïstische of Boeddhistische missionaris, zelfs wanneer

---

<sup>1</sup> Veda (Sanskriet, v. vid = weten), de ‘wetenschap’ bij uitnemendheid, het oudste deel van de Indische letterkunde en grondslag van het religieus-wijsgerig denken van de Indiërs, in taal en inhoud zich van de latere Sanskrietliteratuur onderscheidend. Dit veelomvattende en in zichzelf dan ook zeer ongelijke literaire conglomeraat bestaat uit verschillende soorten teksten.

“zij misschien een kruis dragen, met klem beweren dat Jezus een grote yogi was, en verklaren dat yoga geen religie is maar wetenschap. Dit is de meest schaamteloze leugen. Maar ze werd zo breed bekend gemaakt en geloofd dat in de openbare scholen van Amerika - te beginnen in de kleuterschool en in haast elke andere tak van de maatschappij - yoga, en andere vormen van Hindoe-Boeddhistisch occultisme, wordt aangeleerd en aanvaard als wetenschap. In contrast hiermee werd het christendom uit de scholen gedrongen en weggedrukt uit elk ander gebied van het leven, door de ‘breeddenkende’ beweging die religie wil vervangen door New Age ‘wetenschap’!” (Bron: *Peace, Prosperity, and the Coming Holocaust*, p.147).

- Yoga is duidelijk een New Age concept dat diep religieus en pantheïstisch<sup>2</sup> is van oorsprong. Dit wordt wijd en zijd gepraktiseerd en ondersteund door de New Age voorstanders. De New Age beweging ontkent de realiteit van de zonde en de totale verlorenheid, en gelooft dat de mens in wezen goed is en goddelijk. Zij leren dat er een god is binnenin ons, en wij moeten dat benutten en ontwikkelen, door meditatie en andere metafysische<sup>3</sup> technieken. Zij leren dat het enige wat mensen nodig hebben ‘verlichting’ is met betrekking tot hun goddelijkheid. Zij geloven dat door reïncarnatie de mens herenigd wordt met God. Zij geloven in *karma*<sup>4</sup>, dat is een schuld die men draagt als gevolg van het vorige leven. Zij geloven en leren ook de evolutie van de mens, in tegenstelling tot de scheppingsleer van de Bijbel. Yoga wordt ook geassocieerd met verbeelding, visualisatie, hypnose, geestemagie, reciteren van *mantra*’s<sup>5</sup>, positief denken, en Silva-geestestechnieken die niet enkel onbijbels zijn, maar ook potentieel gevaarlijk. Wanneer beoefend door praktiserende gelovigen, wordt er een zekere externe geestelijke invloed in het leven toegestaan, die tegenstrijdig is met, en niet toegestaan (2Kor 6:14-18) volgens de leer van de Heilige Schrift (2Kor 4:4).

De praktijk van yoga is op en top heidens en ten eerste occult. Zijn leringen komen voort uit de oosterse religies die allemaal leren dat het eigen *ik* of *zelf* God is, maar we realiseren het ons niet:

**“Het doel van yoga is ‘zelf-realisatie’ - diep kijken in wat de tempel van de ene ware God hoort te zijn en daar het zogenaamde ‘ware Zelf’ of ‘hogere Zelf’ te ontdekken en dat te verklaren als zijnde God. Niets kan religieuzer zijn dat dit, maar toch benadrukken alle yogi’s met strak gezicht dat yoga niemands religieuze geloof zal veranderen. Dit is de religie van de antichrist, en voor het eerst in de geschiedenis wordt dit overal beoefend in de westerse wereld in de vorm van transcendent meditatie en andere vormen van yoga”.** (Bron: *duction of Christianity*, p. 54).

- Yoga noemt zichzelf *wetenschap*.

---

<sup>2</sup> Pantheïsme: de leer dat God en de natuur één zijn. Het heelal is eerder een uitbreiding van Gods essentie dan een zelfstandige schepping.

<sup>3</sup> Metafysica: uit het Grieks *ta meta ta phusika* → wat na, achter de fysieke zaken ligt. Deel van de wijsbegeerte dat zich bezighoudt met de laatste, bovenzinnelijke gronden van de dingen en werkingen. (Van Dale).

<sup>4</sup> Karma: het bepaald zijn van iemands lot door de som van zijn daden in zijn opeenvolgende existenties; een dogma van het boeddhisme. (Van Dale). Karma is een term uit het Sanskriet, het betekent actie of daad.

<sup>5</sup> Mantra (Sanskriet): in de Indische godsdiensten een met bijzondere kracht geladen formule, spreuk of tekst, waarmee men bovennormale invloed kan uitoefenen.

“Door zichzelf *wetenschap* te noemen, is yoga (het echte hart van het hindoeïsme) de laatste [30] jaar een integraal deel gaan uitmaken van de westerse maatschappij, waar het wordt onderwezen in haast elke YMCA of YWCA<sup>6</sup>, in clubs, openbare scholen, de industrie en vele kerken. Gekleed in westerse kleding werd yoga ook aanvaard in geneeskunde, opvoeding en religie, met behulp van verhullende termen zoals ‘concentratietherapie’, ‘relaxatietherapie’, ‘zelfhypnose’ en ‘creatieve visualisatie’. Yoga is ontworpen om te leiden tot ‘uw ware godheid’ door middel van een inwendige meditatieve uitstap die uiteindelijk de ultieme bron lokaliseert van alles binnen de menselijke psyche”. (Bron: *The Seduction of Christianity*, p. 110).

- Hatha-yoga is een populaire vorm van yoga die vandaag beoefend wordt door hen die zoeken naar een vorm van relaxatie en niet-inspannende beweging. Echter, Johanna Michaelsen bespeurt correct:

“Er is een algemene misvatting in het Westen dat hatha-yoga - een van de ongeveer tien vormen van yoga waarvan men veronderstelt dat het leidt tot zelfrealisatie - een louter neutrale vorm van oefening is, een kalmerend en effectief alternatief voor hen die niet houden van joggen en gymnastiek ...[Echter], hatha-yoga is ‘een van de zes erkende systemen van het orthodoxe Hindoeïsme en is in zijn wortels *religieus* en *mystiek*. Het is ook een van de moeilijkste en potentieel [geestelijk] gevaarlijke vormen van yoga. De term *hatha* is ontleend aan het werkwoord *hath*, wat betekent ‘onderdrukken’. ... De praktijk van hatha-yoga werd ontworpen voor het onderdrukken van de stroom psychische energieën door de kanalen [“zinnebeeldige of psychische passages aan elke kant van de ruggegraat”], daarbij de ‘slang-kracht’<sup>7</sup> of de *kundalini*-kracht aansporend door het centrale psychische kanaal in de ruggegraat (de *sushumna*) en omhoog door de *chakras*, de veronderstelde psychische centra van de menselijke persoonlijkheid en kracht. Westerlingen geloven abusievelijk dat men hatha-yoga kan beoefenen los van de filosofische en religieuze overtuigingen die eronder liggen. Dit is een absoluut vals geloof. ... Men kan niet de oefeningen scheiden van de filosofie. ... ‘De bewegingen zelf worden een vorm van meditatie’. De voortdurende uitvoering van de oefeningen zal, *of u dat zo bedoelt of niet*, u tenslotte beïnvloeden naar een oosters-mystiek denken en perspectief toe. *Dat is waarvoor het bedoeld is!* ... Bij definitie bestaat er niet zo iets als ‘neutrale’ yoga”. (Like Lambs to the Slaughter, pp. 93-95; nadruk toegevoegd).

- Andere types of soorten yoga:

(a) Laya Yoga: Pad van het universele lichaam. In laya yoga is de macrokosmos (het universum) verweven met de microkosmos (het menselijk lichaam). Er zijn vijf centra

---

<sup>6</sup> YMCA: (afk. van: [World Alliance of] Young Men's Christian Associations), een internationale en interconfessionele lekenbeweging van christelijke jonge mensen, in 1844 ontstaan uit bijbellezingers die een winkelbediende, George Williams, te Londen hield. De in 1855 gestichte wereldbond, gevestigd te Genève, omvat thans ca. 10.000 verenigingen (totaal 9 miljoen leden) in een zeventig landen. In Nederland zijn bij het YMCA aangesloten: het Christelijk Jongerenverbond (CJV) en de Algemene Maatschappij voor Jongeren (AMVJ); in België is reeds vanaf 1853 een afdeling werkzaam. Samenwerkend met de YMCA bestaat de World's Young Women's Christian Association (YWCA), de vrouwelijke pendant, met eveneens zetel in Genève. In Nederland is bij het YWCA aangesloten de Christen Jonge Vrouwen Federatie; in België bestaat sinds 1919 eveneens een afdeling. (Encarta 2002).

<sup>7</sup> Eng. *serpent power*.

(*chakra's*, of “wielen”) langs de ruggesgraat en één tussen de wenkbrauwen, die direct corresponderen met sommige aspecten van de schepping. Deze *chakra's* zijn gelinkt door een etherisch kanaal langs de ruggesgraat. Een creatieve oer-energie (*kundalini*) is latent aanwezig (slapend) aan de onderkant van de ruggesgraat in de onderste *chakra*. De *laya yoga* (iemand die *laya yoga* beoefent) zal door meditatie en *asanas* (lichaamshouding-oefeningen) deze *kundalini* energie aanzetten om hoger in het kanaal te reizen, doorheen elke *chakra* tot het zijn punt van oorsprong bereikt aan de top van de schedel. Op dat punt zal de yogi zijn opgegaan in de bron van de schepping. Als de yogi er dan voor kiest het proces om te keren dan zal de *kundalini*-energie terugreizen door het kanaal waarbij hij elk centrum herlaadt met een toenemende hoeveelheid *prana* (levenskracht-energie). Het gevolg is dat de yogi dan meer begrip zal hebben van, en beheersing over, alle aspecten van de schepping, telkens wanneer dit proces uitgevoerd wordt.

(b) Karma Yoga: Pad van de onbaatzuchtige actie. Een actie die uitgevoerd wordt om een verlangen te bevredigen heeft tot gevolg dat nieuwe verlangens worden gegenereerd die additionele acties vereisen. Verslaving aan genot (in elke vorm) is er een goed voorbeeld van. Zodra het verlangen wordt bevredigd, genereert het meer verlangen, dat dan *ad infinitum* moet bevredigd worden. In de karma yoga nu wil men deze spiraal doorbreken door te leren iets te doen zonder toegespitst te zijn op het resultaat of wat je ermee kunt winnen. Acties worden aldus uitgevoerd op basis van wat geschikt lijkt in een gegeven situatie, zonder iets te maken te hebben met het “goed” of “kwaad” van het resultaat. Gezien de acties niet uitgevoerd worden om zelfzuchtige redenen, is de persoon er vrij van. Als een gevolg van niet verbonden te zijn aan de uitkomst, kan een persoon volkomen betrokken zijn in wat hij doet. Op deze manier zoeken yogi's een eind te maken aan de eeuwige spiraal van dood en wedergeboorte<sup>8</sup>.

(c) Jnana Yoga: Pad van de transcendentie kennis. Dit type yoga is afgestemd op degenen die een intellectuele nieuwsgierigheid bezitten, die graag redeneren en analyseren. De gewone geest kan nooit helemaal en absoluut weten. Daarom is het de bedoeling dat de gewone geest zich realiseert dat het uit de weg moet gaan. In feite gebruikt men de gewone geest om zichzelf te transcenderen, te boven te gaan. Geleidelijk openbaart de gewone geest zijn ware natuur aan zichzelf. In het “Wie ben ik?” onderzoek, zoals onderwezen door de grote Indische goeroe Ramana Maharshi, worden de valse identiteiten van de geest een voor een afgezwakt tot ze opgebruikt zijn. Van zodra de geest al zijn antwoorden heeft opgebruikt, kan de hogere ‘zelf’ naar boven komen.

(d) Bhakti Yoga: Pad van de devotie. Bhakti Yoga wordt als de eenvoudigste beschouwd van de yoga's. Bhakti is een praktijk van zelf-overgave met het doel uiteindelijk geïdentificeerd te worden met de bron van liefde, of het hogere “zelf”. De yogi selecteert een heilige, goeroe of een andere figuur, om er zijn devote liefde op te richten. Elke handeling in het dagelijkse leven wordt gedaan om de geliefde te dienen. Visualisaties en *mantra's* behoren ook tot de Bhakti-beoefening. Het doel is de geliefde altijd aan te visualiseren. Aanvankelijk kan men een plaatje of voorstelling nemen om naar te kijken, tot de visualisatievaardigheid is ontwikkeld. Een geluid wordt herhaald op hetzelfde moment van de visualisatie. Alhoewel er vele woorden zijn die kunnen geselecteerd

---

<sup>8</sup> Dit doel kan je niet zomaar loskoppelen van de actie.

worden is het geluid van “OM” er een die iedereen kan gebruiken. Deze praktijk is bijzonder geschikt voor mensen met een intense emotionele natuur. Sleutelwoorden zijn: aanbidding, devotie, zelf-overgave en *mantra*.

(e) Raja Yoga: Pad van de stilte. In Raja Yoga is het de bedoeling de geest tot rust te brengen door meditatie, en de aandacht wordt gefixeerd op een object, mantra of concept. Wat er ook door de geest wandelt, het wordt teruggebracht tot het object van concentratie. Mettertijd zal de geest ophouden met wandelen en wordt helemaal stil. Er zal een toestand van scherpgestelde, ononderbroken concentratie optreden. Vanaf deze toestand zal de yogi eventueel opgaan in het hogere Zelf.

(f) Kriya Yoga: De grote meester van India, Babaji Nagarag, deed kriya yoga herleven als een synthese van oude leringen van de 18 Siddha traditie. Kriya yoga beweert een geïntegreerde transformatie van de persoon teweeg te brengen op alle vijf terreinen van het bestaan: fysisch, vitaal, mentaal, intellectueel en spiritueel. Het bevat een serie van 144 technieken of “Kriyas”, gegroepeerd in vijf fazen of takken<sup>9</sup>:

1. Kriya Hatha Yoga
2. Kriya Kundalini Pranayama
3. Kriya Dhyana Yoga
4. Kriya Mantra Yoga
5. Kriya Bhakti Yoga

- Zodus, als iemand geïnteresseerd is in fysieke oefeningen, die ontworpen zijn om iemands lichaam te helpen, dan moet hij *niet* bij yoga zijn. Yoga is ontworpen voor de dood: ze leert hoe men een staat van bewustzijn kan bereiken waardoor men een betere reïncarnatie kan bereiken. Zelfs de fysieke houdingen in yoga komen recht uit de Hindoe-geschriften en zijn ontworpen om iemand in een staat van bewustzijn te brengen waar hij zich verbeeldt God te zijn. Daarom: christenen, die menen dat zij door yoga relaxatie en/of lichaamsoefeningen krijgen, die ontvangen in feite het Hindoeïsme! Zij denken wetenschap te ontvangen maar krijgen religie. Yoga is fout gelabeld en het is gevaarlijk! (Bron: een *John Ankerberg Show* programma in 1988, “The New Age in Society”).

- John Weldon en Clifford Wilson schreven in *Occult Shock and Psychic Forces* dat yoga in werkelijkheid zuiver occultisme is. Hans-Ulrich Rieker, in zijn boek *The Yoga of Light*, waarschuwt ook dat het misverstaan van de ware natuur van yoga “dood of krankzinnigheid” kan betekenen. Een ander weinig geweten feit is dat virtueel elke belangrijke goeroe in India soortgelijke waarschuwingen heeft gegeven; d.w.z. diepe-ademhalingstechnieken, zoals die geleerd worden in yoga zijn een vanouds geprezen methode om toe te treden tot veranderde toestanden van bewustzijn en voor de ontwikkeling van zogenaamde psychische kracht. [Nota: yoga is een van de fundamentele middelen om deze veranderde toestand van bewustzijn te bereiken. En deze veranderde staat is de deur naar het occulte. Sir John Eccles, nobelprijswinnaar door zijn onderzoek over het menselijke brein, zei dat het brein “een machine [is] die een geest<sup>10</sup> kan bedienen”. In een normale toestand van bewustzijn zal iemands eigen

---

<sup>9</sup> De uitleg bij deze vijf “fazen” werd door overzetter (M.V.) weggelaten.

<sup>10</sup> Eng. *spirit*. Een bovennatuurlijk wezen, een gevallen engel dus.

geest de hersen-neuronen 'aanvinken' die zijn lichaam bedienen. Wij zijn geesten die verbonden zijn met een lichaam. Maar bij een veranderde toestand, bereikt onder drugs, yoga, hypnose, enz., wordt deze passieve maar alerte staat - de connectie tussen de geest en het brein - uitgeschakeld. Dat stelt dan een andere geest in staat daar tussenin te komen, in de hersenen de neuronnen 'af te vinken', om daar een geheel universum van illusies te creëren. U hebt dan uzelf open gesteld. Dit wordt tovenarij (*sorcery*) genoemd. De mensen leren letterlijk hoe zij kunnen 'gedemoniseerd' worden, en dat alles onder het label van 'ontwikkeling van iemands potentieel'].