

NIEUWSBRIEF

N°120 | APRIL • MEI • JUNI | 2020

YFN



40 JAAR YOGA FEDERATIE: IN HET BEGIN



YOGA FEDERATIE VAN DE NEDERLANDSTALIGEN IN BELGIË vzw • V.U. Herman Seymus, Heideaan 41 bus 5, B2547 Lint - P209219



PB-PP
BELGIE(N) - BELGIQUE

INHOUD

NUMMER 120 - 2020

40 JAAR YOGA FEDERATIE: IN HET BEGIN



INTERVIEW IN HET KADER VAN 40-JARIG BESTAAN

- 4 Interview met Eric Gomes •
Nadine van Treeck
- 15 Samenvatting van André Van Lysebeth •
Nadine van Treeck en Eric Gomes



TIJDSLIJN

- 8 Geschiedenis van de yoga

COLUMN

- 18 Jubileumcolumn: In het begin... •
Flor Stickens

AGENDA

- 20 Practicum, yogales en huiskamer mantra's



Waarde lezers,

Dit is geen goed nieuws. Corona schudt ons normale leven door elkaar. De viering van het 40-jarig bestaan van de YFN dat al op de helling was gezet, is daardoor een jaartje uitgesteld en de grote meerderheid van de lessen en opleidingen zijn voor een onbepaalde tijd naar later verschoven. Niets is zoals het onlangs was.

Hadden we ons deze onderbreking zo voorgesteld? Zeker niet op deze manier! We verwachtten wel andere rampen zoals klimaat, vluchtelingen, oorlog en financiën. We verwachtten echter niet dat de normaliteit zo snel en zo volledig zou worden overhoopgehaald. Op dit moment heeft de natuur om de één of andere reden een dodelijk virus op ons gericht. Laten we er het beste van maken.

Of de zomer het zal doden, of het vanzelf zal sterven of op een andere manier zal verdwijnen, weten we niet. Maar het zal niet eeuwig duren. Hoe moet je omgaan met een onzichtbare tegenstander als het Coronavirus? Er zijn momenten waarop passiviteit belangrijker is dan actie. Hoe minder je doet, des te beter, qua werk, en vooral qua reizen. Dit is het moment om naar ons leven te kijken, van hoe ons leven zou moeten zijn, en vooral de kwetsbare aard van ons bestaan. De meeste mensen lijken niet te beseffen hoe kwetsbaar ons leven is, zelfs een microscopisch virus kan ons doden. De tegenstander waarmee we worden geconfronteerd, is in dit geval onzichtbaar. Dat is wat het zo gevaarlijk maakt. Omdat we de drager kunnen zijn, moeten we leren hoe we moeten zijn zonder veel te doen. Voor hen die 'geen tijd hadden' om yoga te doen, is dit het moment. Als je je ogen niet kon sluiten en kon mediteren is dit het moment om je ogen te sluiten en stil te gaan zitten.

Coronavirus Vergrendeling - Tijd voor een realiteitscheck

Dit is een realiteitscheck voor ons allemaal. We hebben hopelijk begrepen hoe kwetsbaar en voorbijgaand ons leven is. Of leef je nog in een fantasiewereld en denk je dat je hiervoor altijd zult blijven? Voor hen is dit zeker een realiteitscheck.

Laten we hiervan gebruik maken. Als je jezelf niet zelf zou kunnen verplichten, gebruik dan tenminste het virus. Het doet je beseffen dat iemand kan niezen en op termijn iemands dood kan betekenen. Het is een goede les en een goede waarschuwing. Dit is niet het moment om in paniek te raken, maar we moeten voorzichtig zijn. We gebruiken nu een strategie van preventie, niet alleen voor onze eigen natie, maar voor alle burens. In termen van mensen en bedrijven zal onze natie en de wereld een enorme economische klap krijgen. Er zijn enorme kosten aan verbonden, maar alle kosten zijn beter dan de dood. Op dit moment ligt de nadruk op in leven blijven. Degenen die verstandig zijn, zullen deze situatie overleven. Degenen die overmoedig zijn, zullen dapper en dood zijn.

Om in leven te blijven, hoef je alleen maar een tijdje je reisschoenen uit te doen. Je vriendschappen, je nabijheid tot mensen, dit alles moet je een tijdje missen. De liefde moet in je hart worden gevoeld; het hoeft enige tijd niet meer te worden uitgedrukt. Je moet ervoor zorgen dat je jezelf en niemand in gevaar brengt. Je moet met deze toewijding leven totdat dit voorbij is.

Verantwoordelijkheid nemen voor anderen en jezelf:

Er hoeft niet teveel paniek te ontstaan. Er is een verschil tussen voorzichtig en paniekerig zijn. Paniekerig betekent dat je alle verkeerde dingen doet; voorzichtig zijn betekent dat je de juiste dingen doet. We kunnen niet beslissen wat het leven ons bedeeft. Wel kunnen we ons aandeel er voor honderd procent uit halen.

Ondertussen, omdat het een onzichtbare vijand is, buigen we gewoon ons hoofd en blijven we een tijdje zitten. Omdat het virus ons nodig heeft voor zijn overdracht, hoeven we daar op dit moment niet voor te zorgen. Zorg ervoor dat je niet de drager bent die het virus aan een ander mens geeft. Als het virus bij jou opkomt, moet het bij jou stoppen. Wetenschappelijke voorspellingen gaan over de levenscycli van het virus en hoe dat uitpakt. Of het voor 15 april afloopt of niet, hangt af van het feit of we ons aan de richtlijnen houden of dat we de virus voorzorgsmaatregelen beu zijn en onze gang gaan zoals we gewoonlijk doen; dit laatste zal enorme kosten met zich mee brengen. Als het leven om je heen in een crisis verkeert, dan is je intelligentie, je fysieke gezondheid, je gevoel voor evenwicht, je wijsheid, van het grootste belang. Wanneer we een strijd als deze onder ogen zien, is dit het moment om naar binnen te keren.

In alle genegenheid

Suman
Voorzitter YFN



Interview Eric Gomes

Een stukje geschiedenis van de Belgische Yoga Federatie

Door Nadine van Treeck

Hoe ben je in contact gekomen met de Belgische Yoga Federatie (BYF)?

In 1968 heb ik André Van Lysebeth leren kennen via de bekende Nederlandse arts en yogaleraar, Rāma Polderman, die af en toe ook voor de Belgische Yoga Federatie sprak. André Van Lysebeth had juist de Federatie opgericht en kort daarna zijn we samen naar een seminarie gereisd dat plaats vond in het yogacentrum van een collega in Riederau (Duitsland), waar we allebei gesproken en yogales gegeven hebben. Daardoor hebben we elkaar beter leren kennen.

In het begin van het bestaan van de BYF hebben we lijsten opgesteld met de namen van yogaleraars die bij de Federatie aangesloten waren. Om dat toch zo ernstig mogelijk te doen, moest elke yogaleraar tenminste drie bezoeken van collega's gekregen hebben, eer hij of zij op die lijst kon vermeld worden. De drie verslagen moesten uiteraard positief zijn. Dat was een boeiende en bewogen tijd: iedereen ging bij iedereen op bezoek, zodat het op veel meer dan drie bezoeken uitdraaide. Dat was een leerrijk experiment, want zowel uit de yogalessen van mijn

collega's als van hun kritiek heb ik veel opgestoken. Dat was maar een voorlopige oplossing en André had toen al plannen om een echte vormingsschool van de Federatie op te richten en hij gaf mij de opdracht om dit plan uit te werken.

Oorspronkelijk wilde ik in Brussel starten met een twintigtal bekende yogaleraars uit gans België om samen een programma op te stellen dat dan daarna door hen allen zou doorgegeven worden. Maar toen rees er een probleem. Op heel korte tijd waren er voor de driejarige geplande opleiding meer dan honderdtwintig kandidaten. Pierre Brel – dat is de broer van Jacques – de eerste secretaris van de Federatie, was van oordeel dat we die kandidaten niet te lang konden laten wachten om met de opleiding te beginnen. *“Eric, ze willen allemaal onmiddellijk van start gaan”* zei Pierre mij, toen hij speciaal naar Gent is gekomen om de definitieve beslissing te bespreken. Hij had natuurlijk gelijk en dus hebben we onmiddellijk het roer omgegooid. Er werd toen een vragenlijst opgesteld om te weten te komen wat iedereen eigenlijk wou maar vooral tot welke inspanning ze allemaal bereid waren. Op het voorlopig

programma stond natuurlijk de studie van de yoga, met daaraan verbonden de didactiek en methodiek van het lesgeven van de hathayoga, anatomie, fysiologie en dergelijke meer. Uit de resultaten van die enquête bleek dat de meeste leden het project niet alleen aanvaardden maar het zelfs gunstig gezind waren. Tijdens de daarop volgende bijzondere algemene ledenvergadering te Brussel, werd er punt per punt over gestemd en op enkele details na, werd zo goed als alles unaniem goedgekeurd. Terecht werd ook de kennis van de zes orthodoxe Darśana's aan het leerplan toegevoegd. Die vergadering was werkelijk een uniek moment in de Federatie: er heerste een enthousiaste eensgezindheid tussen Vlamingen, Brusselaars en Walen. Iedereen was zelfs akkoord dat elke kandidaat ook een persoonlijke scriptie over een zelf gekozen yogaonderwerp zou maken. Dat was een prachtige start.

Na die bijzondere vergadering werd besloten dat de bijeenkomsten op zaterdagochtenden zouden doorgaan in Gent, in het Nederlands, in Brussel, gemengd in het Frans en Nederlands, en in Namen uiteraard in het Frans. Het eerste jaar leidde ik toen afwisselend de bijeenkomsten in Gent, reisde ofwel naar Brussel of de volgende zaterdag naar Namen. In Brussel waren de bijeenkomsten dus tweetalig en het verliep vrij vlot. Iedereen sprak in zijn moedertaal en ik was zowat de enige die twee landstalen door elkaar gebruikte. Naast André Van Lysebeth en Anne-Marie Brel waren er nog vele andere interessante en zeer goed onderlegde yogaleraars, wat ongelooflijk mooie en boeiende gesprekken, yogalessen en uitwisselingen heeft opgeleverd.

Ook in Namen was de sfeer buitengewoon: er werd echt goed gewerkt en grondig over de yoga van gedachten gewisseld. Het was de eerste maal dat de Waalse yogaleden samenkwamen en ze waren daarover echt heel



opgetogen. Hoewel ik de enige Vlaming was, werd ik door de groep zeer goed aanvaard en ik had zelfs de indruk dat ze mij zo een beetje als de 'peter' van hun groep beschouwden.

In Gent verliepen de bijeenkomsten stroever. De sfeer was gespannen, omdat sommige deelnemers zich tegen de studie van de anatomie en fysiologie keerden. Ze vonden dat een echte yogi dit allemaal vanzelf kent en dus dit onderricht niet nodig heeft. Dat is misschien wel waar voor yogi's in India die, zoals bekend is, toch minstens vier uur per dag hathayoga doen. Maar, als je bij ons als yogalesgever voor een groep leerlingen staat, ben je wel voor hen verantwoordelijk. In dat geval is een minimum aan anatomische en fysiologische kennis noodzakelijk. Dit verschil in opvatting is voor de groep in Gent nefast geworden, want het veroorzaakte ook ongenoegen bij de kinesisten, turnleraars en de chiropractor, die ook de opleiding volgden en ik als lesgevers voor deze vakken had aangesproken.

Als je bij ons als yogalesgever voor een groep leerlingen staat, ben je wel voor hen verantwoordelijk. In dat geval is een minimum aan anatomische en fysiologische kennis noodzakelijk.

Die evolutie stond in schril contrast met wat er tijdens die bijzondere algemene vergadering te Brussel was beslist. Dat was voor mij onbegrijpelijk. Wat waarschijnlijk ook wel in de ontstane malaise heeft meegespeeld is dat vele deelnemers schrik hadden voor het persoonlijke werk dat ze moesten maken. Maar ja, ze hadden het toch zelf beslist. De grote inspanningen die het mij in die periode heeft gekost om die vormingsschool op poten te zetten, de verdediging van mijn doctoraatsthesis en het opstarten van een nieuw yogacentrum, heeft voor mijn gezondheid nadelige gevolgen gehad en toen heb ik mijn medewerking aan dit project noodgedwongen beëindigd. De drie groepen hebben nadien, elk op hun eigen, specifieke manier, verder gewerkt.

Op de algemene ledenvergadering van 1973 kondigden de Waalse vrienden aan dat ze in het teken van de yoga een reis naar India wilden organiseren. Alle leden van de BYF, die zich daar wilden bij aansluiten waren welkom. Toen ik dat aan de leden van het Yogacentrum Gent aankondigde, waren er op een paar weken voor die reis 29 kandidaten. Daar ik wilde weten hoe intussen de plannen verliepen, belde ik naar mijn vriend Jean-Pierre Radu. "Och Eric, de reis gaat niet door, want er zijn te weinig kandidaten". Als hij echter hoorde dat er in Gent zoveel gegadigden waren, repliceerde hij onmiddellijk dat de reis wel kon doorgaan en dat ik dan zou kunnen bepalen wat we allemaal zouden doen en welke yogi's en ashrams we zouden bezoeken. Vóór ik het mij echt realiseerde, had ik de algemene leiding van de reis naar India, ingericht door de Waalse tak van de BYF.

Uiteindelijk namen er in totaal 104 leden van de BYF deel aan die reis. Ze werden in drie groepen ingedeeld, die ter plaatse afzonderlijk reisden en verschillende programma's afwerkten. Dat was één

van de zwaarste opdrachten, die ik ooit in mijn leven heb vervuld. Hoewel ik zelf de leiding had van een groep, was ik 's avonds telefonisch in contact met de twee andere groepsleiders, Jean-Pierre Radu en één van zijn yogaleerlingen, Jacqueline. Op een avond kreeg ik het noodlottige bericht dat in Jaipur één van de deelnemers aan de groep van Jacqueline in een diabetische coma was gevallen en in de kliniek was opgenomen. We hadden nochtans duidelijk op het inschrijvingsformulier gevraagd om de huisarts te raadplegen om zeker te zijn dat de gezondheid van de deelnemers het hen toeliet om die reis te maken.

Nu is het vandaag in India wel mogelijk om gewoon in plastic flessen plat water te kopen, maar in die tijd bestond dit nog niet. Die ongelukkige onderwijzeres uit Luik had alleen Coca-Cola en Fanta gedronken en had dus veel te veel suiker geslikt. Ze is uiteindelijk ter plaatse gestorven en toen ik met mijn groep in Jaipur toekwam, heb ik Jacqueline aangeraden haar groep onmiddellijk te vervoegen en heb zelf de begrafenis geregeld. Het was Paasmaandag en ik

kon de familie niet bereiken en heb dan maar zelf de beslissing genomen om haar ter plaatse te laten begraven. Overeenkomstig haar geloof werd het een katholieke begrafenis bij Franse paters Franciscanen. Als de familie het wou zouden ze eventueel na drie jaar de stoffelijke resten naar België hebben opgestuurd.

Enkele tijd na die reis heb ik André van Lysebeth als voorzitter van de BYF opgevolgd. Zonder dat het in mijn bedoeling lag, heb ik zelf de basis gelegd van de latere splitsing van de BYF. Samen met het bestuur van de BYF dacht ik dat het goed was dat onze diploma's van de yogaleraars zowel door het Bloso als het Olympisch Comité zouden erkend worden. Dat is ook gelukt, maar toen beide organisaties kort daarna zich in een Nederlandstalige en Franstalige afdeling splitsten, werden ook wij als Federatie genooddaakt om dit te doen, omdat anders onze diploma's niet meer zouden erkend worden.

Intussen had Solange De Meyer mij als voorzitter van de BYF opgevolgd en op de algemene vergadering werd voorgesteld om de BYF in twee Federaties te splitsen. Toen heb ik voorgesteld om toch tenminste een koepel boven de twee Federaties te behouden, zodat we allemaal met elkaar in contact zouden kunnen blijven. Hoewel de algemene ledenvergadering dat voorstel met een grote meerderheid had goedgekeurd, werd de Federatie wel gesplitst, maar de overkoepeling kwam er niet. Dat het dagelijks bestuur van een vzw niet uitvoert wat de algemene vergadering nochtans had besloten, was er voor mij teveel aan en toen nam ik ontslag.

Het is een stuk geschiedenis van de BYF, en daarin zit voor mij natuurlijk ook een belangrijke episode van mijn leven vervat. Vanaf dan heb ik mij vooral gewijd aan het yogalesgeven in de vzw Yogacentrum

Gent, maar was ook in het buitenland actief. Zo heb ik 20 jaar lang, en dat enkele keren per jaar tijdens de weekends, in de Ecole Française de Yoga te Parijs, anatomie en didactiek van de hathayoga gegeven. Door het feit dat de meeste deelnemers zelf al yogales gaven en enkel een officieel erkend diploma wilden behalen, heb ik ook van hen veel opgestoken. Het is in dat verband dat ik o.a. ook Nil Hahoutoff heb leren kennen.

Hoe ben je in contact gekomen met yoga?

Als kind deed ik dagelijks een aantal oefeningen, zonder te weten dat het yoga was. Toen ik 16 jaar was, zei de vriendin van mijn broer mij: *“Wat je doet, is yoga”*. Lees eens het boek 'Sport en Yoga' van Selva Raja Jesudian. In dat boek staat ergens vermeld om in de lotushouding te komen en daar ik veel fietste, kon ik de padmasana niet aannemen en ben ik, gelukkig tijdelijk maar, met mijn oefeningenreeks gestopt. Veel later, in de jaren 1963 en 1965 zijn we met de ganse familie naar Ponte Tresa in Zwitserland gereisd en heb ik daar bij Yesudian yogales gevolgd. Zijn yogaonderricht heeft mijn manier van yogalesgeven sterk beïnvloed.

Voor die tijd, in 1959 om precies te zijn, heb ik voor het eerst mijn Indische leermeester, Guru Natarajan, leren kennen. Hij was een pure Vedantijn en was zelfs sterk gekant tegen de hathayoga die ik deed. Hij zei tegen mij: *“That breathing is of no use”, “dat*

ademhalen is nutteloos.” Daar stond ik natuurlijk perplex van. Jaren later is hij daar echter op teruggekomen. Toen hij na een zestal jaar opnieuw in België was en ik hem ontmoette, zei hij mij: *“Ik heb veel over jou nagedacht en ik denk dat je toch gelijk hebt: in het Westen is het aan te raden eerst met fysieke yoga te beginnen om zo, geleidelijk aan tot de spiritualiteit van de yoga te komen.”*

Op het yogacongres dat André van Lysebeth in 1967 in Brussel organiseerde, heb ik voor het eerst Oscar Hinze ontmoet. Maar het jaar daarop kwam ik hem in Duitsland terug tegen en daar hebben we echt vriendschap gesloten. Hij was een heel bijzondere man met een originele visie op het Indische en Westerse denken. Van dan af ben ik regelmatig naar Duitsland en Zwitserland gereisd om zijn seminaries en workshops te kunnen volgen. Dankzij hem heb ik onder andere grondig sāmkhya leren kennen.

Hoe verliep de spirituele evolutie in je leven?

Daar ik op 1 april 1935 geboren ben, was ik precies vijf jaar toen op 10 mei 1940 in Europa de oorlog uitbrak en dat heeft mijn leven heel sterk bepaald. We zijn namelijk met een binnenschip naar Frankrijk gevlucht met het idee naar Engeland te varen. Toen al dacht ik *“Oh, we gaan terug naar huis”*, wat ik pas veel later heb kunnen linken aan wat 'reïncarnatie' genoemd wordt. In Frankrijk zaten we midden op het front tussen de Duitsers aan de ene kant van de Leie en de Engelsen met de Fransen aan de andere kant. Toen we op een bepaald moment toch de boot moesten verlaten, heb ik niet alleen hopen lijken van Britse soldaten gezien, maar zelfs het afgesneden hoofd van een soldaat op een Duitse vrachtwagen. Toen was ik ervan overtuigd dat de volwassenen stapelgek waren: elkaar zo respectloos kapot maken. Wie doet er nu zo iets? Noodgedwongen werd ik dus toen al met de levensvragen over leven en dood geconfronteerd.

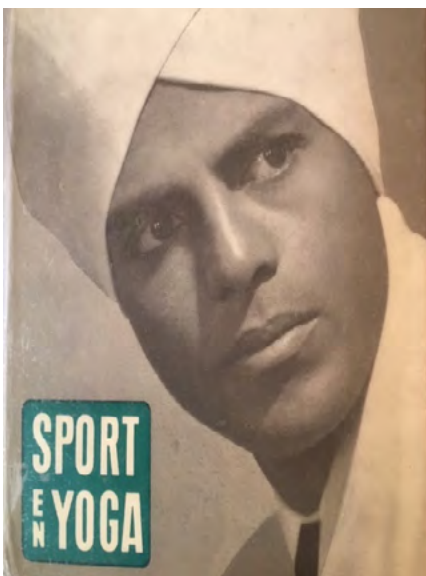
In maart 1945 zag ik in de bioscoop voor het

eerst de beelden van de naziconcentratiekampen in Dachau en Buchenwald. Ik was helemaal van de kaart. Ik was toen nog net geen 10 jaar. Dat men zoiets de joden, zigeuners en politieke tegenstanders kon aandoen, heeft mij tot nadenken en vooral achteraf tot zoeken aangezet, om dat allemaal beter te kunnen plaatsen. Onvermijdelijk ben ik bij het algemeen verbreide, diep gewortelde antisemitisme van het Christendom gekomen. Dat heeft mij toen al nieuwsgierig gemaakt voor de invloed en de betekenis van de Bijbel. Als jongeling heb ik ook een groot deel van de bibliotheek van mijn vader verslonden en dat heeft mij niet alleen naar de Westerse filosofie maar ook naar de spiritualiteit geleid.

Zoals gezegd ontmoette ik in 1959 Guru Natarajan die toen zijn boek met commentaar over de Bhagavad Gītā afwerkte. Dat en de ontmoeting met de Vedantijn, Wolter Keers en later met zijn leermeester Jean Klein, maar ook met Oscar Hinze, heeft bij mij de opening gemaakt voor het Oosterse denken en filosofieën. Tijdens mijn reizen naar India, was ik echt aangetrokken door de Indische spiritualiteit wat mij, dankzij de vele déjà vu's die ik er beleefde, helemaal niet vreemd over kwam. Het was voor mij eerder een thuiskomen.

In de jaren '80 ben ik op aanraden van Oscar Hinze tweemaal naar de Filippijnen gegaan, om kennis te maken met de Filippijnse genezers en hun uitzonderlijke praktijken. Het lichaam met de blote hand openen is echt een heel uitzonderlijk fenomeen dat voor mij grenzen heeft verlegd. Daarover valt er natuurlijk veel meer te vertellen. Wat mij vooral bijbleef, was de uitspraak van die genezers, toen ze zeiden: *“Als de mensen die we behandelen, hun leven niet veranderen en spiritueel gaan leven, heeft onze tussenkomst helemaal geen zin.”* In die periode is mijn leven werkelijk helemaal veranderd en heb ik van dan af, in Europa spiritueel georiënteerde mensen opgezocht en gevonden.

Weet je iets over de geschiedenis van de EYU?



Als toenmalig voorzitter van de BYF, was het voor mij een voorrecht om mee te werken aan de stichting van de EYU. De eerste jaren waren het vooral Gérard Blitz en de leden van de Franse Yoga Federatie, die daarbij het voortouw namen. De bijeenkomsten gingen door in de marge van seminaries die sindsdien elk jaar de eerste week van september in de gebouwen van de Club Méditerranée in Zinal (Zwitserland) plaatsvinden. Wat ik vooral aan die bijeenkomsten in Zinal zo apprecieerde is de hoge kwaliteit van zowel de yogaleraars als de voordrachtgevers, die we anders nooit zouden ontmoet hebben. Ook de contacten met de mensen uit Oost-Europa dat toen nog door het IJzeren Gordijn van ons was gescheiden, waren interessant en leerrijk.

Waar zou de yogafederatie nog in kunnen groeien en welke boodschap heb je voor de YFN?

Hoe de YFN na mijn ontslag verder geëvolueerd is, weet ik niet, omdat ik ze al jaren niet meer volg. Wat ik vooral belangrijk vind voor alle yogaverenigingen

mensen zoveel mogelijk zelf te laten beslissen wat ze doen en hoe ze de yogaoefeningen uitvoeren, verhoog je niet alleen de aandacht en inzet, maar vermijd je ook dat ze zich forceren en zich pijn doen. Een yogaleraar is eerder een dirigent dan een turn- of sportleraar. Als de yoga op die manier wordt geleid, is het wonderlijk met hoeveel aandacht er geoefend wordt en de hoeveelheid energie er collectief in beweging komt. Door een diep beleefd Namasté bij het afscheid, laat je hen ook voelen dat voor jou alle mensen, of zijzelf zich dat al ten volle bewust zijn of niet, op spiritueel vlak één zijn en dus jouw inzet, overgave en liefde waardig zijn. Op die manier verhef je het contact met hen tot het hoogste spirituele niveau van de Yoga.

Hoe zie je yoga op wereldvlak?

De rijkdom van het leven zit in het aanvaarden van de uiterlijke verschillen en tegenstellingen tussen de mensen en de volkeren, maar vooral in het besef dat de ganse mensheid spiritueel Eén is. Als we ons bewust zijn van het Al-éne, van de aanwezigheid van het Allerhoogste in elk mens, dan wordt dat

"Wat ik vooral belangrijk vind voor alle yogaverenigingen is dat ze garant staan voor de kwaliteit van de yogaleraars en dat ze zorgen voor een behoorlijk kader en vooral een verantwoorde en complete opleiding van die lesgevers."

of ze nu plaatselijk, regionaal, nationaal, Europees of internationaal zijn, is dat ze garant staan voor de kwaliteit van de yogaleraars en dus dat ze zorgen voor een behoorlijk kader en vooral een verantwoorde en complete opleiding van die lesgevers. Daarmee bedoel ik vooral dat ze aan alle kandidaatleraren niet alleen een degelijke bagage en kennis van het menselijk lichaam zouden aanbieden, maar hen ook leren op een verantwoorde manier yogales te geven. Daarbij lijkt het mij van essentieel belang dat, die yogaleraars ook leren inzien dat elke yogarichting, dus óók de haṭhayoga, uitgesproken spiritueel is. Het zou dus goed zijn dat de Federatie, zonder de persoonlijke vrijheid van haar leraars of leden te beperken, hen toch de kans zou bieden om in hun leven het spirituele aspect van de yoga te leren kennen en ontwikkelen. Er zijn vandaag veel yogaleraars die helemaal niet openstaan voor het spirituele aspect van de yoga of het zelfs niet eens kennen en dat is niet alleen spijtig, maar het is vooral een verarming.

Als de erkende yogaleraars de mensen al een beetje op weg kunnen zetten om bewuster in het leven te staan, te leren relativeren en leren los te laten, dan denk ik dat de ontwikkeling en groei van de Federatie wel vanzelf zal geschieden.

Welke boodschap heb je voor de komende generatie van yogaleraars?

Wees in de eerste plaats een dienaar van jouw leerlingen, dan creëer je met hen een gans andere relatie dan bij een klassieke, schoolse verhouding van leraar tot leerling. Door tijdens de yogales de

de eerste stap naar die Eenheid. Volgens mij kan yoga ons helpen bij dit bewustwordingsproces. De mensheid is één, groot, levend wezen en de volkeren zijn als verschillende organen van die eenheid. Het is dus een eenheid in verscheidenheid. Wij Vlamingen, zijn zeer goed geplaatst om dit in te zien, want dankzij onze taalkennis, maken we gemakkelijk contact met de verschillende culturen rondom ons en zelfs ver daarbuiten. Dus, als we ons van die eenheid bewust zijn, dan begrijpen we ten volle wat Swāmī Vivekānanda in 1893 op het Wereldcongres van de godsdiensten en religies in Chicago gezegd heeft. Hij verklaarde dat de verschillende godsdiensten en religies net als stromen mensen zijn, die langs verschillende wegen bergop klimmen en dus elkaar zullen ontmoeten aan de top van de berg.

Telkens ik iemand ontmoet, dan ga ik er van uit dat hij of zij de emanatie is van 'De – ' of 'Het Allerhoogste'. Dat is wat we uitdrukken als we elkaar met het 'Namasté' begroeten.

Eric Gomes is samen met zijn collega's nog steeds één van de bezielers van het Yogacentrum Gent vzw,
Muinkkaai, 57, 9000 Gent
Info: www.yogacentrum.gent



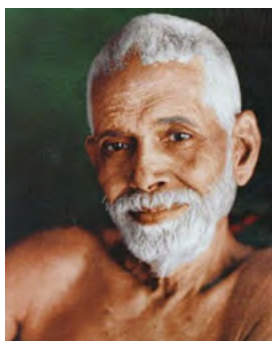
Geschiedenis van de yoga: Indische / Indiase leermeesters

Indische/Indiase leermeesters, Kenners van de Weg, spirituele gidsen, leraren op het levenspad, of goeroe.

In vroegere tijden werd in Indië, nu India yoga doorgegeven van vader op zoon of dochter of als leerling, student, dit volgens verschillende tradities. In de klassieke Indische/Indiase traditie zoekt iemand die zich spiritueel wil ontwikkelen een leermeester of goeroe. Zo iemand kan op grond van zijn transcendentale ervaring een leerling begeleiden in zijn zoektocht naar het wezenlijke. Ze baseerden zich tevens op oude boeken of rapporten, zelfs op palm geschreven teksten. Vermits yoga vermoedelijk 5000 jaar oud is, werd dit voor de komst van de boeken van traditie tot traditie mondeling doorgegeven.

Vanaf de jaren 1920 brachten westerlingen vaak een bezoek aan Indië om zich te verdiepen. Ook de klassieke leermeesters kwamen naar Europa, maar ook naar Amerika, Rusland, China. Na de 2de wereldoorlog werd Indië, nu India nog vaker bezocht en vele yogaleraren en yogaopleidingen vonden daar hun oorsprong. Tot op vandaag gebeurt dit nog steeds.

We werpen hier een kleine blik op enkele voornaamste leermeesters en leerlingen. Ons ervan bewust zijnde dat we zeker niet alle leermeesters kunnen benoemen en er wellicht leermeesters geweest zijn en nog steeds zijn, die minder bekend zijn geworden maar evenzeer grote leermeesters zijn. Bedoeling hier is eerder in het kader van het 40-jarig bestaan de leermeesters van de yogascholen te linken met de Indische/Indiase meesters.



Śrī Ramana Maharshi – Tiruvannamalai India

Eén van de belangrijkste Indische/Indiase leermeesters en mystici uit de vorige eeuw. In 1896 had hij als 16-jarige jongen een ervaring van spontane verlichting. Hij bracht 20 jaar lang al zwiingend uren en dagenlange meditatie door in de grotten van de Arunachala berg. Hij onderwees dat je het Zijn alleen kon ontdekken door er in stilte in op te gaan met objectvrije meditatie. Gedachten en objecten verschijnen en verdwijnen in de geest. Wanneer je dit realiseert dan weet je dat vorm- en naamloze overblijft. Vragen werden beantwoord met wie vindt dat moeilijk, wie is de eigenaar van het probleem. Traditie: Jñāna yoga en Advaita Vedānta.

1879-1950

1886-1985

Swāmī Yogeshwarānanda Sarasvatī – Rishikesh

Vanaf zijn 14 jaar begon hij met het beoefenen van yoga voornamelijk in de Himālaya. Zijn enige doel was zelfrealisatie. Zijn hele leven was gewijd aan de oude wetenschap van yoga en aan het overbrengen van deze waardevolle kennis. Buiten de ashram van yoga en aan het overbrengen van deze waardevolle kennis. Buiten de ashram in Rishikesh (Yoga Niketan) had hij verder in India nog verschillende ashrams, o.a. in Uttarkashi, Gangotri, Delhi en in Pahalgam (Kashmir). Hij was een groot yogi waarbij iedereen zijn uitstraling van liefde voelde. In 1971 reisde hij naar Europa.





Swāmī Vivekānanda

Hij was leerling van Rāmakṛṣṇa en toerde door heel Noord-India, van Bihar tot Punjab en vervolgens van het zuiden naar de Kanyakumārī-tempel. Door het verschrikkelijke lijden en de armoede van de Indiase bevolking onder Britse heerschappij was zijn persoonlijk verlangen uitgegroeid naar een diep ideaal van sociale dienstverlening zoals de filosofie van karma yoga. Hij werd wereldwijd bekend, nadat hij in 1893 als hindoe-afgevaardigde de Conferentie van Wereldreligies bijwoonde in Chicago, waar Vivekānanda zijn eerste korte toespraak hield, beginnend met de historische woorden 'Sisters and brothers of America' waarvoor het publiek hem een staande ovatie van twee minuten gaf. Zijn boodschap was dat aanbidding door elke vorm en op welke manier dan ook naar een en hetzelfde Opperwezen gaat, waarvoor hij de Bhagavad Gītā citeerde. De Rāmakṛṣṇa Mission is uitgegroeid tot een groot netwerk van 131 vestigingen over de hele wereld. Traditie: Vedānta

1863-1902



Swāmī Śivānanda Sarasvatī – Pattamadai Tamil Nadu

Komt uit een orthodoxe Brahmanen familie en studeerde medicijnen. Na jarenlang werkzaam te zijn geweest als arts in Maleisië wijdde hij zijn leven aan yoga en de verspreiding ervan. In 1923 trok hij naar Benares en een jaar later naar Rishikesh waar zijn goeroe hem zijn naam gaf. Hij was de oprichter van de Divine Life Society waarvan het hoofdkwartier in Rishikesh is gevestigd maar die vertakkingen heeft in alle continenten. Traditie: yoga en Vedānta

1887-1963

1888-1989

Śrī Tirumalai Kṛṣṇamācārya, Madras

Kṛṣṇamācārya besteedde veel van zijn tijd in het reizen door India, met zijn studie van de zes darśana's of Indiase filosofieën. Hij was een invloedrijke yogleraar. Traditie: Aṣṭāṅga Vinyāsa yoga.





Paṛāmahansa Yogānanda Gorakhpur India

Paṛāmahansa Yogānanda wordt beschouwd als een van de meest vooraanstaande geestelijke Meesters van de moderne tijd. Hij was een geliefde wereldleraar en Auteur van de "Autobiografie van een Yogi". Hij was de eerste grote meester in yoga die naar het Westen ging voor een lange periode om daar te leven en leren. (meer dan 30 jaar). Hij is nu algemeen erkend als de vader van de Yoga in het Westen. Hij richtte de Self-Realization Fellowship op in 1920 en de Yogoda Satsanga Society of India in 1917, die zijn geestelijke nalatenschap wereldwijd blijven uitoefenen onder leiding van Brother Chidānanda.

Paṛāmahansa Yogānanda heeft een sterke invloed gehad op de levens van miljoenen mensen met zijn uitgebreide leringen over:

- de wetenschap van Kriya Yoga meditatie,
- de onderliggende eenheid van alle ware religies,
- de kunst van evenwichtige gezondheid en welzijn in het lichaam, geest en ziel.

1893-1952

Paul Brunton Londen

In 1930 begon Hurst aan een reis naar India, die hem in contact bracht met Meher, Baba, Vishuddhānanda Paṛāmahansa, Paṛāmācārya en Ramana Maharṣi. Deze laatste ontmoeting leidde tot een reeks gebeurtenissen die resulteerden in het onthullen van Ramana aan de westerse wereld. Hurst's eerste bezoek aan de ashram van Śrī Ramana vond plaats in 1931. Tijdens dit bezoek werd Hurst vergezeld door een boeddhistische bhikshu voorheen een militaire officier maar inmiddels bekend als Swāmī Prajnānanda. Hurst stelde verschillende vragen, waaronder "Wat is de weg naar Godrealisatie?" en Maharṣi zei: "Vichara, je afvragend: 'Wie ben ik?' onderzoek naar de aard van je Zelf."

Paul Brunton was het pseudoniem waaronder 'A Search in Secret India' werd gepubliceerd in 1934. Het boek werd een bestseller en Hurst bleef daarna publiceren onder deze naam. Op een dag, terwijl hij bij "Ramana Maharṣi zat, had Brunton een ervaring; hij beschrijft deze op de volgende manier: Ik bevind me buiten de rand van het wereldebewustzijn. De planeet die me tot nu toe heeft gehuisvest, verdwijnt. Ik ben in het midden van een oceaan van laaiend licht. Het laatste, voel ik in plaats van te denken, is het oermateriaal waaruit werelden worden gecreëerd, de eerste staat van materie. Het strekt zich uit in onbeschrijflijke, oneindige ruimte, ongelooflijk levend."

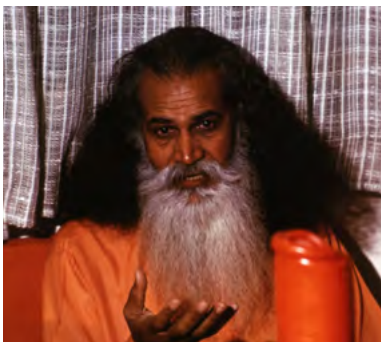
1898-1981



Swāmī Satcidānanda Coimbatore Indië

Na de plotselinge dood van zijn vrouw reisde Rāmaswamy door heel India. Jarenlang zocht Rāmaswamy naar echte wijzen, heiligen en spirituele meesters. Uiteindelijk werd hij ingewijd in pre-saṁnyāsa in de Rāmakṛṣṇa Thapovanam en kreeg hij de naam Sambaśiva Chaitanya. Terwijl hij in de ashram was, was het zijn taak om weesjongens te verzorgen. Tijdens deze periode studeerde hij ook samen met de beroemde Ramana Maharṣi. Daarna reisde hij naar Rishikesh, waar hij van Swāmī Śivānanda zijn naam kreeg.

In 1966 verhuisde hij naar de VS waar hij de ashram Yogaville stichtte. In 1969 opende hij het legendarische Woodstock festival. Hij was de grondlegger van de Integrale Yoga. Traditie: Yoga Vedānta



1914-2002

Śrī Mataji Indra Devi Peterson, Riga toen Rusland

Leerling van Śrī Kṛṣṇamācārya. In 1938 opende ze de eerste Indra Devi school in China. Bracht yoga naar Californië en Hollywood. Zij introduceerde yoga aan Kosygin en Gromiko in het Kremlin.



Later vestigde ze zich in Argentinië en stichtte er een yoga instituut. Menigmaal keerde ze terug naar India en verbleef bij grote Meesters zoals Swāmī Vivekānanda, Śrī Rāmakṛṣṇa en Sai Baba.

Traditie: Haṭha Yoga

1899-2002

Swami Ranganāthānanda van de Rāmakrishna Mission

Ranganāthānanda was de 13e president van de Rāmakrishna Math en Mission. In zijn jeugd was hij geïnspireerd door de leringen van Vivekānanda en Rāmakrishna en het lezen van 'The gospel of Sri Rāmakrishna' heeft hem op 17-jarige leeftijd de stap doen zetten om in te treden in de Orde van Rāmakrishna. Hij werd ingewijd als sannyasin door Śivānanda, een directe leerling van Rāmakrishna.

Hij stond in India bekend als een autoriteit op het gebied van de Vedānta. Sinds de jaren zestig maakte hij bijna jaarlijks reizen naar West-Europa, o.a. Nederland en België, de Verenigde Staten, Australië en Singapore. Hij gaf ook lezingen in Iran en in de Sovjet-Unie. Hij heeft meer dan 50 boeken geschreven, o.a. commentaren op de boodschappen van de Bhagavad Gītā en de Upanishads.



1908-2005

1909-1991

Gaspard M. Koelman s.j.

Auteur van het boek 'Patañjali-yoga: From related ego to Absolute Self' van Gaspar M. Koelman s.j.. Van oorsprong was hij een West-Vlaamse jezuïet. Deze missionaris en filosofieprofessor aan het Papal Seminary te Poona (India) had aan dit wetenschappelijk werk met tussenpozen 30 jaar lang gewerkt. Tevens was hij pionier van de yoga sūtra's geïnterpreteerd vanuit de Sāmkhya. Hij vertaalde rechtstreeks vanuit het sanskriet de yoga sūtra's naar het Nederlands.

**Śrī Kṛṣṇa Pattabhi Jois Karnataka Indië**

Leerling van Kṛṣṇamācārya beoefende yoga bij en met Kṛṣṇamācārya sinds 1929, vanaf de leeftijd van twaalf jaar.

Traditie: Aṣṭāṅga Vinyāsa yoga

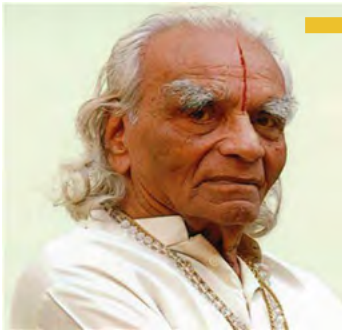
Swāmī Cidānanda Sarasvatī – Managlore India

Hij was leerling van Swāmī Śivānanda sinds 1943 en volgde hem op als voorzitter van de Divine Life Society te Rishikesh. Cidānanda genoot een grote bekendheid in India als yogi, jnani en spiritueel leider. "Yoga is niet alleen in Nirvikalpa Samādhi. Het is op elk moment." Traditie: yoga Vedānta



1915-2009

1916-2008



BKS Iyengar: Belur

Jongere broer van Namagiri, de vrouw van Kṛṣṇamācārya. Traditie: brengt een nieuwe yogastijl: geweldloze yoga. Hij wou yoga onderwijzen met verantwoordelijkheid en wijsheid. Zijn goeroe bracht hem in 1937 naar Pune op 17-jarige leeftijd. Legde vooral de nadruk op houdingen en prāṇāyāma, hij baseerde zich op de filosofie van Patañjali.

1918-2014



Swāmī Venkatesānanda - Thanjavur India

Voorheen bekend als Parhsarathy was een leerling van Śivānanda Sarasvatī. Hij was jarenlang zijn reporter. Hij ontving zijn spirituele training bij de Divine Life Society in Rishikesh en verspreidde de leer van zijn meester in Zuid-Afrika, Australië en Nieuw-Zeeland. Traditie: yoga en Vedānta

1921-1982

1923-2009

Swāmī Satyānanda: Amora Uttar Pradesh India

Hij was leerling van Swāmī Śivānanda in Rishikesh al voor zijn 19de levensjaar. Hij diende verschillende ashrams in India en schreef verschillende artikelen in het Hindi en Sanskriet.

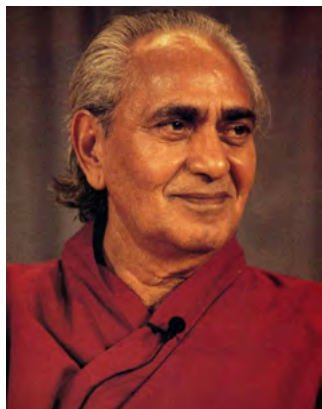
Hij reisde naar Afganistan, Nepal, Birma en Ceylon waar hij zijn spirituele kennis kon uitbreiden. In 1963 richtte hij de International Yoga Fellowship op en een jaar later de Bihar School of Yoga. In 1988 trok hij zich terug en liet zijn werk achter in handen van zijn leerling Swāmī Niranjanānanda.



Swāmī Veda Bhāratī, Dehradun India

Hij was een zeldzame Sanskrietgeleerde van onze tijd, onovertroffen in zijn diepgaande kennis, filosofie en praktijk van meditatie. Hij werd geboren in een Sanskriet sprekende familie en groeide op in de eeuwenoude Vedische traditie. Hij onderwees vanaf de leeftijd van 11 jaar voor het eerst de Patañjali's Yoga-sūtra's en de Veda's. Hij volgde nooit een school en toch behaalde hij zijn master aan de Universiteit van Londen en aan de Universiteit van Utrecht in Nederland.

1933-2015



Swāmī Rāma: Toli Sarasvatī Noord-India

Hij werd opgevoed door zijn meester Bengali Baba, reisde met hem van tempel naar tempel en studeerde daar met heiligen en wijzen. Na zijn intense hindoe-spirituele training kreeg Swāmī Rāma een academische hogere opleiding in India en Europa. In 1969 kwam hij naar de Verenigde Staten. Swāmī Veda Bhārati was zijn voornaamste leerling en degene die zijn werk het meest heeft uitgedragen in heel de wereld. Slechts heel weinig mensen weten van zijn demonstraties van beheersing van zijn autonome lichaamsfuncties met zijn wil.

Op zijn 21ste was hij Śankarācārya van het Noorden, een functie vergelijkbaar met die van de Paus. Na enkele jaren heeft hij die functie verlaten omdat ze hem niet genoeg tijd liet om zijn yoga te beoefenen. Tevens had hij ook verschillende siddhi's waarover zijn leerlingen vertellen en waarover je meer kan lezen in zijn autobiografie (Living with Himalayan masters). Zijn ashram was en is nog steeds in Rishikesh.

In zijn laatste levensjaren heeft hij nog een hospitaal en een school voor dokters opgericht in Dehradun en dit op 4 jaar tijd. In opdracht van zijn goeroe heeft hij de leer van yoga verspreid in Amerika en Azië (Japan).

1925–1996

Master E.K. Dr.E. Kṛṣṇamācārya Bapatla India

Master E.K. was universitair docent en gaf les in vedische en oosterse literatuur aan de Andhra University in Visakhapatnam in India. Naast deze activiteit richtte hij talloze spirituele centra in India en West-Europa op, evenals scholen en meer dan 100 homeopathische apotheken in India.

Hij leidde duizenden op het pad van yoga, naar een manier van leven: balans tussen geest en materie en van harmonie tussen mens en kosmos. Zijn oudste zoon E.K. Dr E. Ananta Kṛṣṇa zet momenteel zijn werk verder.

1926–1984

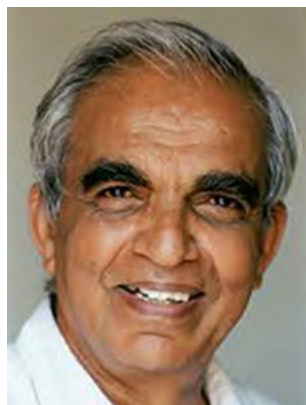


Tirumalai Kṛṣṇamācārya Venkata (TKV) Desikacar, Mysore

Opgeleid als ingenieur maar geïnspireerd door de leer van zijn vader T. Kṛṣṇamācārya werd hij in 1960 leerling van zijn vader. Hij ontwikkelde zijn onderwijs samen met zijn vader T. Krishnamacharya, de vader van de moderne yoga. Alle oefenaspecten waren in lijn met de de Yoga Sūtra's.

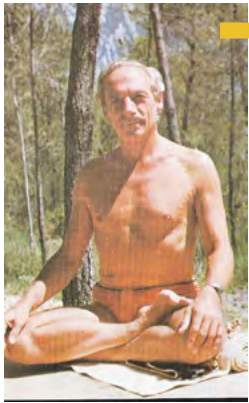
In 1976 richtte TKV Desikacar met AG Mohan de Kṛṣṇamācārya Yoga Mandiram op, een yogatherapiekliniek en yogacentrum in Madras. Hij bood een lerarenopleiding en individuele instructie in āsana, prāṇāyāma, meditatie, yogafilosofie en het reciteren van Vedische teksten. Eveneens verricht hij baanbrekend werk voor mensen die lijden aan ziektes zoals diabetes, astma en depressie. Het instituut te Chennai (Madras) is een officieel erkende non-profit organisatie en tevens erkend als research instituut.

Hij wordt wereldwijd erkend als één van de grootste yogaleraren van de hedendaagse tijd. Hij was een vriend van G. Blitz en aanwezig op het eerste Congres te Zinal (1974).



1938–2016

1967 Belgische Yoga Federatie - oprichters



André Van Lysebeth - Brussel

Begin jaren vijftig werd hij bekend in België als yogaleraar en meer dan 30 jaar was hij redacteur van het tijdschrift 'yoga'. In 1963 was hij in Rishikesh bij Swāmī Śivānanda

In 1964 bracht André Van Lysebeth twee maanden door bij Śrī Kṛṣṇa Patañjali waar hij de houdingen van Aṣṭāṅga Vinyāsa Yoga leerde. Speelde een grote rol in de geschiedenis van yoga in België maar ook in Europa.

Jean-Pierre Radu - Wallonië

Hij heeft zijn eigen yogaschool in Namen opgericht en was leerling van André Van Lysebeth. In 1974 was hij voor de Waalse tak van de BYF de initiatiefnemer van een reis naar India die hij samen met Eric Gomes georganiseerd heeft.



Eric Gomes - Vlaanderen

Vanaf 1968 speelde hij samen met André Van Lysebeth een grote rol bij de evolutie en uitbouw van de Belgische Yogafederatie. Samen met André Van Lysebeth trachtte hij in de schoot van de BYF de samenwerking tussen beide landsdelen te behouden en was daarbij een verbindende factor. In 1962 startte hij als yogaleraar en in 1971 stichtte hij in Gent een eigen yogaschool, waarvan hij nog steeds de inspiratiebron is. Als toenmalig voorzitter van de BYF werkte hij voor België mee aan de oprichting van de Europese Yoga-Unie.

1971 Europese Yoga Unie - oprichters

De EUY is een organisatie die yogaverenigingen, -federaties en -organen in heel Europa vertegenwoordigt. Zij zorgt voor hoge normen voor lerarenopleidingen onder haar leden.



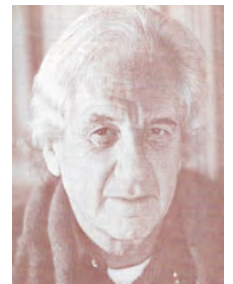
André Van Lysebeth

Hij ontmoette Gérard Blitz in Zwitserland en dit gaf het startsein voor het oprichten van de Europese Yogaunie in 1971

Gérard Blitz

Stichter-voorzitter van de Europese Unie van de Nationale Yoga Federaties en ere-voorzitter van de Internationale associatie Viniyoga. Hij was een man van de daad van buitengewone gestalte, grote intelligentie en warme welwillendheid en vriendelijkheid.

Met zijn buitengewone charisma slaagde Gérard Blitz erin, rond de idee van de Europese Unie van Nationale Yoga Federaties talrijke onderrichters en beoefenaars van de yoga te verzamelen uit alle landen en van alle strekkingen. Het ontstaan van het eerste yogacongres in Zinal was mede door zijn invloed met de Club Méditerranée. Sedert meer dan vijftien jaar nodigde hij op de internationale week van Zinal spirituele meesters uit en sprekers van Oost en West, in een grote bijeenkomst van meer dan vijfhonderd personen uit alle uithoeken van de wereld. Hij heeft de laatste vijftien jaren zijn leven gewijd aan het onderricht van yoga als geëerbiedigde en gewaardeerde gids. Hij was een leerling van Kṛṣṇamācārya en Desikachar.



Pionier van de Belgische Yoga Federatie: André Van Lysebeth (1919-2004)

Samenvatting van André Van Lysebeth: Eric Gomes en Nadine van Treeck

In het kader van het 40 jarig bestaan van de Yoga Federatie van de Nederlandstaligen in België zullen we eerst een stuk geschiedenis belichten en nagaan hoe alles aanvankelijk in de schoot van de Belgische yoga federatie (BYF) is begonnen. Het ligt in onze bedoeling in de komende nummers van ons tijdschrift telkens hiervan het vervolg te brengen.

André Van Lysebeth was in de eerste plaats yogaleraar, auteur van een ganse reeks yogaboeken en hoofdredacteur van het Franstalige tijdschrift 'Yoga, revue mensuelle'. Hij had de leiding van het opleidingsinstituut voor yogaleraars, dat de BYF in Brussel oprichtte. Hij was de stichter en eerste voorzitter van de Belgische Yoga Federatie en in 1967 en 1969 organiseerde hij in het Congrespaleis te Brussel de 'Internationale Yogadagen'. In 1980 was hij één van de medeoprichters van de 'Yoga Federatie van de Nederlandstaligen in België'.

In België was André Van Lysebeth ongetwijfeld de grondlegger en ijverige verspreider van de yoga, maar ook op Europees vlak was hij een echte voortrekker. Na de oorlog in 1945 was Europa in volle heropbouw en ontstond er bij de mensen in de Westerse wereld behoefte aan ontspanningstechnieken en waren ze op zoek naar nieuwe vormen van lichaamsbeweging. Van Lysebeth was 27 jaar toen hij in Brussel met de eerste yogaoefeningen startte. Hij was zó geraakt door een boek over meditatie dat hij toevallig ontdekt had, dat hij meteen samen met zijn vrouw, Denise Van Lysebeth, begon te oefenen. Kort daarop ontmoette hij in Brussel de Indische yogi Lakshmananasandra Shrikantha Rao wat voor hem en zijn familie vergaande

consequenties heeft gehad. André gaf namelijk een flinke ommezwaai aan zijn leven en verliet daarbij het handelskantoor waar hij als juwelier werkzaam was. Zijn plan bestond erin om een eigen drukkerij op te starten met als doel zijn inzicht en ideeën over yoga op papier te zetten en te verspreiden. In 1947 begon hij daar al mee.

Een jaar later kondigde Shrikantha Rao aan dat hij naar de Verenigde Staten zou vertrekken. Wat nu? André stond plots zonder leraar en verloor zijn belangrijkste klankbord. Die Indische yogi zei hem echter dat het thans aan hem was om yogales te geven. Kort daarop vertrok André, samen met vrouw en kinderen, met de auto naar India en daar verbleef hij verscheidene maanden in de ashram van Swāmī Śivānanda in Rishikesh, om er zijn kennis over yoga verder uit te bouwen. Later keerde hij nog verscheidene malen naar India terug om er ook andere yogameesters te ontmoeten.

André's loopbaan als yogaleraar was volop begonnen. In Brussel richtte hij een eigen yogastudio op waar hij zich echt goed thuis voelde en in een mum van tijd kwamen er hoe langer hoe meer yogaleerlingen naar zijn instituut. In 1963 verscheen het eerste nummer van het maandblad 'Yoga' en in 1967 richtte hij de 'Belgische Yoga Federatie' op. Hij werd écht geïnspireerd door de herhaalde aanmoedigingen van Swāmī Śivānanda, maar ook door diens discipel, Swāmī Krishnānanda, met wie hij regelmatig correspondeerde. Dat was voor hem ook de aanzet van een intense, volgehouden inspanning om zowel yoga zo breed mogelijk te verspreiden, maar ook om tegelijkertijd de yogabeoefenaars te verenigen.

Ontelbare mensen van over gans België kwamen bij André Van Lysebeth yoga doen en velen onder hen werden later ook zelf yogaleraar. Ondertussen begon hij ook aan de voorbereiding van de 'Internationale Yogadagen' in Brussel. De eerste bijeenkomst had plaats in

1967 en dit werd in 1969 voor een tweede maal herhaald. Meer dan 2.000 mensen uit alle delen van Europa namen daaraan deel. In de schoot van de BYF vervulde hij zijn opleiding als yogaleraar en had er in Brussel ook zelf de actieve leiding van.

Het oprichten van Nationale Yogaverenigingen in Europa maakte deel uit van zijn plan om een Internationale Yoga Federatie op te richten. Na enkele pogingen om deze beweging te integreren in de 'International Yoga Fellowship', die als zetel de 'Bihar School of Yoga' van Swāmī Satyānanda had, werd uiteindelijk in 1971 door hem samen met Gérard Blitz en nog vele andere prominenten uit de yogawereld, gekozen voor de 'Union Européenne des Fédérations Nationales de Yoga', wat kort daarna de 'Union Européenne de Yoga' zou worden. De internationale bijeenkomsten van de Europese Yoga Unie, gingen door in de gebouwen van de Club Méditerranée te Zinal in Zwitserland en waren oorspronkelijk enkel voor yogaleraars bedoeld. Geleidelijk aan zijn ze uitgegroeid tot de zogenaamde 'Yogaweek' die nu in 2020 voor de 47ste keer in het dorpje Zinal worden gehouden.

Vraag blijft hoe André Van Lysebeth dit allemaal heeft verwezenlijkt? Na 20 jaar yoga, beantwoordde hij die vraag op zijn zó typische, laconieke manier: "Het is belangrijk ervoor te zorgen dat je je goed voelt en vooral bewust leeft en, als je met iets nieuws start, vooral niet te veel op voorhand te weten wat er allemaal zal gebeuren".

Van Lysebeth wees er ook vaak op dat het eigenlijk Swāmī Śivānanda uit Rishikesh is, die de aanzet tot de verspreiding van de yogabeoefening in het Westen heeft gegeven. Daarbij haalde hij ook de anekdote aan dat hijzelf in India 300 boeken van de Swāmī had besteld en dat die boeken dag na dag per pakket werden geleverd, omdat in die tijd de post



niet meer dan één pakket per etmaal aanvaardde.

In het begin van zijn loopbaan als yogaleraar, gaf André Van Lysebeth soms wel eens een definitie over de yoga, maar later deed hij dit niet meer. 'Vroeger', beweerde hij dan, *"was yoga voor mij een wetenschap die tot volledige gezondheid van de mens leidt"*. Later voegde hij daaraan toe dat yoga voor de gezondheid op alle vlakken zorgt, dus zowel lichamelijk, mentaal als geestelijk, wat betekent dat yoga dus ook als een abstract begrip kan beschouwd worden.

Aan de ene kant bestaan er verscheidene yogatechnieken, die elk hun eigen specifieke doelstelling hebben, maar eenmaal de techniek en die doelstelling gekend is, dient elke beoefenaar zelf daaruit zijn eigen yogaweg te ontwikkelen. Zó beschouwd is het vanzelfsprekend dat in de loop van de jaren de opvattingen van de mensen over yoga kunnen veranderen en evolueren. In dat verband zei hij trouwens: *"Mijn yoga van veertig jaar geleden is zeker niet meer de yoga die ik nu doe"*.

André Van Lysebeth ergerde er zich ook aan dat, als sommige mensen over Haṭha-Yoga spraken, zij zich enkel tot het lichamelijke beperkten. In de klassieke boeken wordt nochtans ook over de mentale en geestelijke aspecten van de mens gesproken, reageerde hij dan. Haṭha-Yoga wordt onterecht en vaak uit onkunde tot het puur lichamelijke gereduceerd. Men moet goed weten dat, als er gesproken wordt over 'verbinden of samenvoegen', wat eigenlijk de betekenis van yoga is, men daarbij toch ook duidelijk de vraag moet stellen wat er uiteindelijk verbonden wordt? Vaak wordt daarop geantwoord dat dit het kleine ik is, dat met het grote Ik of het Kosmische Zelf wordt verenigd. *"Maar"*, zei André daarbij: *"als men dieper ingaat op wat het woord Ha-ṭha echt betekent, dan is dat: Zon/Maan, positief/negatief, mannelijk/vrouwelijk. Het woord duidt dus op het samenbrengen van verschillende krachten die in de mens zelf aanwezig zijn en dan is het onze taak te proberen uit te vissen wat hiermee precies bedoeld wordt. Dat is ook de aanleiding tot het verschil tussen de diverse yogascholen. De ene school stelt de ademhaling voorop, anderen geven de voorkeur aan de*

asana's en nog anderen verkiezen meditatie. Het probleem bestaat er echter altijd in hoe men op een eenvoudige, verstaanbare manier de mensen yoga onderricht geeft."

André was van oordeel dat er een verschil bestaat tussen yoga als wereldbeschouwing en yoga als de techniek voor het lichaam, die bestaat uit āsana's, ademhalingsoefeningen en prāṇāyāma's. Dat zijn gewoon oefeningen die neutraal zijn en als een soort veredelde gymnastiek kunnen beschouwd worden. Als mensen de yoga als levensbeschouwing niet of onvoldoende kennen, dan komt dat door het feit dat de yogaleraars enkel op het fysiek niveau blijven lesgeven en niet de gelegenheid te baat nemen om op de andere, spirituele aspecten van de yoga te wijzen. Daarom is het belangrijk dat er yogaboeken en -tijdschriften bestaan om die andere aspecten te belichten en uit te dragen. Het is ook daarom dat André van zijn seminars in de vakantie gebruik maakte om zó de gelegenheid te creëren en drie à vier uur per dag de Indische filosofie te verklaren en zijn leerlingen met de yogameditatie vertrouwd te maken.

Volgens hem deed het er uiteindelijk niet toe wat de motivatie is van iemand die met yoga wil starten. Een yogaleraar kan toch onmogelijk een kandidaat voor de yoga weigeren, omdat hij niet openstaat voor het spirituele aspect of geen interesse heeft om tot samādhi te komen. Maar een lesgever moet hem wel de kans bieden om dieper op de geestelijke aspecten van de yoga in te gaan.

In onze maatschappij is yoga intussen

een algemeen gebruikt en geïntegreerd begrip geworden. Als er in zijn tijd gesproken werd over andere, aangepaste of afgezwakte vormen van yoga, vertelde André de Indische parabel over de banyanboom. Dat is een grote, reusachtige en alleenstaande boom. Het verhaal zegt dat van zodra het regenseizoen aanbreekt, er ineens heel veel planten beginnen te groeien. Zo komt er op een dag ook een plant, die zich langs die machtige banyan naar boven slingert en zich vrolijk om hem heen wentelt. Na een tijdje vraagt de plant aan de grote boom: *"Hoe lang staat u hier al?"* De banyan antwoordt: *"Drieduizend jaar"*. *"Hé"*, antwoordt de plant daarop, *"In zes weken tijd ben ik al een stuk hoger dan u geraakt"*, waarop de banyan antwoordt: *"Ja, ja, elk jaar opnieuw is er wel weer eens de een of andere plant die mij datzelfde verhaal wil doen geloven"*.

Voor André was het duidelijk dat de boom voor de traditionele yoga staat en al die andere vormen gewoon modeverschijnselen zijn die als slingerplanten wel snel opkomen, maar na verloop van tijd toch ook weer verdwijnen. Yoga gaat over de mens als geheel, als een eenheid, met een fysiek, mentaal en geestelijk aspect en die modeverschijnselen verwaarlozen die nochtans zo belangrijke aspecten van de mens.

André Van Lysebeth was een echte optimist en stond als mens open voor de problemen van zijn tijd. Zo had hij veel interesse voor de stress die toen al bij de mensen sterk was toegenomen. Hij stond open voor het probleem van de slapeloosheid, burn-





André en Denise Van Lysebeth

out en depressie. Hij schreef ook over het belang van het diëten, over drugs en roken, maar stond ook open voor de natuur, voor filosofie en de grote wereldproblemen. Zelfs de studie van anatomie, de godsdiensten of het leven van grote leraren, boeiden hem. Hij was echt van alle markten thuis.

In zijn boeken en tijdschriften schreef hij over al deze onderwerpen en maakte zo heel wat mensen enthousiast om te blijven zoeken, en om, dankzij de yoga te evolueren en hun eigen weg in het leven te vinden. Zelfs toen al waren hem de klimaatproblemen bekend, waarvan nu stilaan steeds meer mensen zich van bewust worden en maar al te goed beseffen dat het milieu moet beschermd worden. Dat dit veel investeringen en geld kost, weet iedereen maar al te goed. Toch kost zo'n investering veel minder dan wanneer achteraf de opgelopen schade zou moeten hersteld én betaald worden. Zo kan, met een beetje goede wil en weinig of geen geld, de CO2 vervuiling tegengegaan worden, door bijvoorbeeld de nu bestaande bossen te behouden of eventueel uit te breiden. André schreef daarover dat men alleen door de portemonnee mensen tot handelen kan aanzetten.

Hij schreef ook dat als Schepper (Brahman) 'God' de wereld tot leven bracht en de ontelbare, bewuste en

onbewuste schepselen, die samen deel uitmaken van dat universum, niet beseffen dat ook zichzelf 'God' zijn, dat zij 'Zijn levend lichaam' zijn. Yoga doen en beleven, bestaat er nu juist in om hen dat te leren. Door de praktijk van de yoga zijn de mensen echt in staat die verbinding te leggen tussen het persoonlijke, geïndividualiseerde en betrekkelijke met het alwetende en universele absolute.

André Van Lysebeth vroeg zich af van waar die aangeboren onwetendheid van de mens over zijn ware aard komt? En, als hij er door een langzame en geduldige sadhana in slaagt de realiteit terug te herstellen, waarom en vooral wanneer is hij er dan eigenlijk van gescheiden geworden? Gaat die onwetendheid noodzakelijkerwijs aan het bestaan vooraf en wordt de mens zó geboren? Als dit zo is, waarom is dat dan nodig? waren de vragen die hij zich steeds maar bleef stellen.

Grote Meesters zoals Śrī Aurobindo in het Oosten en Paul Brunton in het Westen werden ook geconfronteerd met diezelfde vragen over de onwetendheid van de mens. Die Meesters hebben die problematiek zelf helemaal doorleefd. Zij deden dat niet als wetenschapper, filosoof of metafysicus, maar wel als mensen die de integrale yoga door hun dagelijkse, grondige praktijk beleefden, waardoor zij dan ook de oplossing vonden. Het enige dat daarbij voor ons allemaal werkelijk van het grootste belang blijft, is de spreuk van Swāmī Śivānanda: *“Een ons (oz) praktijk is meer dan tonnen theorie.”* Het is dus de praktijk, het zelf beleven en bewuster worden, dat het belangrijkste is en de mens op weg zet. Maar, zo iets vraagt tijd, want dergelijke processen gebeuren niet vanzelf. Zoals een boom tijd nodig heeft om groot te worden, zo heeft elk bewustwordingsproces, en dus ook dat van de yoga, tijd nodig om tot ontwikkeling te komen. De resultaten die men dankzij de yoga kan bekomen, moeten elke dag opnieuw verdiend worden. Het is een continu groeiproces dat nooit eindigt.



Ja, heren, het probleem van luchtvervuiling moet onze eerste zorg zijn.... 1974



Swāmī Śivānanda

Bron:

Tijdschrift voor yoga, jaargang 1990, 2000

Yoga revue bimestrielle 20,45, 98, 112, 206, 207

Yoga sleutel tot God, sleutel tot de wereld, Jacques La Maya

Yoga doen en begrijpen, André Van Lysebeth

Yoga voor gevorderden, André Van Lysebeth

Jubileumcolumn: In het begin...

Door Flor Stickens

Toen ik eind 99 de pioniers van Yoga in ons land ging interviewen voor het Tijdschrift van Yoga vond ik veel informatie over het begin van yoga in ons land in het tijdschrift Yoga dat door André Van Lysebeth werd gedrukt en uitgegeven (in het Frans). Yoga was destijds, in de zestiger jaren, eerder een zeldzaamheid. De eerste yogalessen heb ik gezien op TV met een vlekkeloos in het wit geklede Eric Gomes die een wekelijks programma had bij de BRT, indrukwekkend!

In die tijd zochten de toen reeds bestaande yogaleraars informatie en raad waar ze die ook maar konden vinden. Dit in de enkele boeken over yoga die er toen al waren, bij de toen al gekende bronnen in India zoals de Divine Life in Rishikesh die heel veel boeken over yoga en Vedānta uitgaf, of de Rāmakrishna Mission die ook een centrum had in Grotz, in de buurt van Parijs. Indische Swāmī's werden uitgenodigd en van de ene school naar de andere gebracht om te vertellen en te onderwijzen.

In het samenbrengen van yogabeoefenaars en yogaleraars heeft André Van Lysebeth een grote rol gespeeld. Hij begon rond 1945 met yoga uit boeken van Swāmī Śivānanda die hij in Rishikesh besteld had en ontmoette rond 1950 een Zuid-Indische yogaleraar in Brussel die daar gedurende ongeveer één jaar les en lezingen heeft gegeven.

In 1963 ging hij zelf naar India waar hij onder meer Swāmī Śivānanda bezocht en een tijd in zijn ashram te Rishikesh verbleef. Van hem kreeg hij de opdracht om een tijdschrift uit te geven over yoga, om deze in zijn land te verspreiden. Zo ontstond het maandblad 'Yoga' dat een heel belangrijke rol gespeeld heeft bij het samenbrengen van yogabeoefenaars en leraars en aan de basis ligt van het ontstaan van de Belgische Yogafederatie. België was toen nog één land met één regering.

Aangemoedigd door Swāmī Krishnānanda die hem in januari 1965 een brief schreef om hem geluk te wensen met zijn prachtig tijdschrift, publiceert hij in het nummer 20 (februari 1965) voor zijn toen al vele lezers een project om de verspreiding van yoga in het Westen te bevorderen. Hij stelde voor om in de steden waar er veel abonnees van zijn tijdschrift woonden groepen te vormen, kernen waarvoor dan conferenties georganiseerd konden worden om yoga op een degelijke manier verder te verspreiden. Er

werd ook gedacht aan het vormen van monitors om de technieken van yoga aan te leren aan deze kernen van belangstellenden en om samen te oefenen. Wanneer die groepen voldoende leden zouden hebben om dat te kunnen bekostigen, was het ook de bedoeling om dan authentieke Indische yogi's uit te nodigen en om zelf bij hen te gaan filmen in India. Van Lysebeth was ervan overtuigd dat deze projecten gerealiseerd zouden kunnen worden met de medewerking van al zijn lezers die er allemaal bij gebaat zouden zijn.

In oktober 1965 kondigde hij in zijn tijdschrift de oprichting aan van een 'Internationale Yogafederatie'. Dit als volgende stap om gevolg te geven aan de oproep van Swāmī Krishnānanda om de verspreiding van yoga in het Westen te bevorderen.

De voornaamste doelstellingen daarvan zouden zijn :

- De beoefenaars van yoga verenigen, hen vertegenwoordigen en hun belangen verdedigen ten overstaan van de overheid en andere groeperingen;
- Het onderwijs van yoga organiseren zodanig dat de waardevolle leraars ondersteund zouden worden (zonder hun vrijheid van handelen te beperken) om zodoende het publiek te beschermen tegen charlatans;
- Alle documentatie verzamelen en verspreiden betreffende de technieken van yoga, afkomstig van Indische zowel als van Westerse oorsprong, er zorg voor dragend om het struikelblok van pontificatie (verheerlijking) te vermijden;
- Centra oprichten waarin yogabeoefenaars van dezelfde streek zouden kunnen samenkomen en samenwerken;
- De yoga in haar authentieke traditie behouden en haar toch toegankelijk maken voor westerlingen.

Men voorzag een zetel van deze Internationale Yogafederatie in Parijs met aanvankelijk een Franse, een Belgische en een Zwitserse afdeling. Er werden ook contacten gelegd met de voornaamste gekende yogabeoefenaars uit andere Europese landen. Alle lezers van het tijdschrift Yoga en hun familieleden zouden gratis deel uitmaken van deze Federatie en er werd hen een vragenlijst toegestuurd om hun gedacht te vragen over een aantal punten, wat aanleiding zou

geven tot het opstellen van statuten.

De voornaamste bedoeling was om lokaal (in elk betrokken land) de beoefening van een degelijke, authentieke yoga te bevorderen en niet zozeer om de Internationale Federatie te dienen.



Als gevolg van dit initiatief en rekening houdend met de antwoorden van de lezers van het tijdschrift Yoga werden er nationale Yoga Federaties opgericht, waaronder de Belgische. Ze had een Nederlandstalige en een Franstalige afdeling en haar zetel was in Brussel, toen nog de hoofdstad van België.

In oktober 1966 werd het idee van Internationale Yogafederatie geïntegreerd in de toen reeds bestaande "International Yoga Fellowship Movement" met zetel in Bihar (India), in de school van Swāmī Satyānanda, opgericht door zijn discipel Mā Yogaśakti.

In 1967 vond in Brussel, in het Congrespaleis, het eerste Internationale Yogacongres plaats (Journées Internationales de Yoga) met volle zalen belangstellenden. Uit de nationale verenigingen in Europa ontstond later (in 1971) de Europese Yoga Unie.

Wegens het coronavirus wordt het weekend van Blankenberge op 25 en 26 april geannuleerd. Andere activiteiten worden opgeschort of vinden niet meer plaats. Gelieve de desbetreffende websites te raadplegen voor verder nieuws.

Volgende nieuwsbrief sept '20

Teksten aanleveren voor 15/07/2020
via secretaris@yogafederatie.be

COLOFON

Deze YFN-nieuwsbrief wordt uitgegeven door de Yoga Federatie van de Nederlandstaligen in België. Deze vzw is opgericht in 1980. De YFN is een stichtend lid van de Europese Yoga Unie. Deze gratis publicatie voor alle leden van de YFN verschijnt viermaal per jaar.

Yoga Federatie van de Nederlandstaligen in België vzw
Maatschap. zetel: Kattestraat 120, 9400 Okegem - Ninove
Ondern. nr. 421.245.957 RPR Dendermonde

REDACTIERAAD

Herman Seymus, Flor Stickens, Rudi Lepoutre, Gert Vliegen, Dharma Muni en Nadine van Treeck

EINDREDACTIE Nadine van Treeck

LAY-OUT Gert Vliegen en Femke Hennissen

FOTO'S Dharma Muni, Yolanda Willems

OPLAGE 700 exemplaren

DRUKWERK EN POSTALE AFWERKING

Total Copy Service bvba, Herentals

V.U. Herman Seymus
Voorzitter YFN
Heidelaan 41 bus 5, B2547 Lint
voorzitter@yogafederatie.be



ADRESWIJZIGINGEN? SUGGESTIES?

Deel tijdig elke verandering van je persoonlijke contactgegevens mee aan de secretaris van de vereniging: secretaris@yogafederatie.be
Zo mis je geen belangrijke mededelingen of tijdschriften.

AANSPRAKELIJKHEID REDACTIE

De redactie onderschrijft niet noodzakelijk alle meningen die in niet-redactionele artikelen worden uitgedrukt.

De verantwoordelijke uitgever, noch de redactie, aanvaarden enige aansprakelijkheid voor de inhoud van de aangeleverde bijdragen en verslagen.

CONTACTADRES YOGA FEDERATIE:

Secretariaat van de Yoga Federatie van de Nederlandstaligen in België vzw
Elsbos 30 / 1 - 2650 Edegem
03/458 44 77
secretaris@yogafederatie.be

INFO OVER YOGALESSSEN

info@yogafederatie.be
0474/31.19.76

WWW.YOGAFEDERATIE.BE



1. Bijscholing voor yogadocenten

BIJSCHOLING YOGADOCENT VOOR KINDEREN

Te Bertem

Lerares: Leen Demeuelaere

Vzw Kreakatau

admin@kreakatau.be - 0485/02 05 20

www.kreakatau.be

BIJSCHOLING ZWANGERSCHAPSYOGA 'YOGA BIRTH'

Collegebaan 49 te Melle, Gent

Lerares: Lut Louisa Van Melle

lut.van.melle@telenet.be

www.zwangerschapsyoga-en-opleiding.be

2. Vormingen

HUISKAMER MANTRA ZINGEN

Elke eerste vrijdag van de maand (20u00)

Nazareth

roos.13letters@telenet.be - 0478 31 04 61

DOORLOPENDE VORMING IN HET TRADITIONEEL RECITEREN VAN VEDISCHE TEKSTEN

Eén zaterdagmiddag per maand (14u00-17u00) te Herentals

Leraar: Flor Stickens

flor.stickens@wanadoo.fr - 014/21 06 76

www.sevayoga.be/agenda

MEDITATIEVE YOGALES

Eén zondag per maand (10u00-11u30)

Yogacentrum Shraddhâ te Loppem, Brugge

maria.clicteur@skynet.be

HERBRONNEN IN STILTE EN MEDITATIE IN DE OUDE ABDIJ

08/08/2020 (09u30) - 12/08/2020 (13u30)

De Oude Abdij - Abdijdreef 22 te Kortenberg

Leraar: Flor Stickens

contact: 014/21 06 76 of info@sevayoga.be

www.sevayoga.be/agenda

INNERLIJK OP REIS MET DE ELEMENTEN: AARDE, VUUR, LUCHT EN ETHER

Yogaweek (yogaweekend of midweek mogelijk)

14(17)/08 - 21/08/20

Chateau de Frandeu, Rue des Pelerins 4 te Frandeu

info@yogasoma.be - 050 36 49 36

www.yogasoma.be

JAAROPLEIDING VOOR MANTRAZANGER EN JEZELF BEGELEIDEN OP INDIAAS HARMONIUM

start 17/10/20 te Brugge

Infosessies: mei en september 2020

Leraars: Marc Citroen en Katrien Van Reybrouc

Info@hetontdekkingshuis.be - 050 67 52 74

www.hetontdekkingshuis.be/jaaropleiding-mantrazanger/

3. Opleidingen tot yogaleraar

VIERJARIGE 500 UREN SOMA YOGA LERARENOPLEIDING

Leraar: Alberto Paganini (hoofdleraar)

Steinerschool Brugge

Inkom Boudewijnlaan (hoek Astridlaan)

info@yogasoma.be - 050-364936

www.yogasoma.be/yoga-opleiding

