



**Yoga Federatie van de Nederlandstaligen
in België vzw**

NIEUWSBRIEF

Driemaandelijks Tijdschrift

JANUARI- FEBRUARI- MAART 2008

71

COLOFON

Driemaandelijks elektronisch
tijdschrift van de Yogafederatie
van de Nederlandstaligen in
België

Verantwoordelijke uitgever

Herman Seymus
Heidelaan 41
2547 Lint
BELGIE

voorzitteryfn@gmail.com

Redactie:

Flor Stickens
Markgravenstraat 90A
2200 Herentals
BELGIE

flor.stickens@versateladsl.be

INHOUD

Voorwoord - (Flor)	3
In de marge - (Suman)	4
Studie- en Ontmoetingsdagen van de Yogafederatie	5
Gîthârtha-Sangraha (3) (Yâmunâcârya)	9
De kracht van spirituele energie (Swâmî Veda)	9
Agenda	10
Heengaan van een Mahârisji	10

*De redactie onderschrijft niet noodzakelijk alle
meningen, gegeven in niet-redactionele artikelen.
De verantwoordelijke uitgever, noch de redactie
aanvaarden enige aansprakelijkheid voor de inhoud*

ADRESWIJZIGING

Deel tijdig een eventuele adresverandering mee aan de
secretaris om zeker geen nummer van de nieuwsbrief of van

Voorwoord



Dit crocusnummer van de Nieuwsbrief brengt jullie op de valreep nog wat bijkomende informatie over de Studie- en Ontmoetingsdagen van de Yogafederatie. De gastsprekers zijn Professor emeritus Ulrich Libbrecht en Pierre Losa. De ene komt ons op academische wijze onderhouden over chakra's en de andere

laat ons kennis maken met een voor ons misschien enigszins bizarre vorm van yoga, van Franse makelei, de "Yoga de l'Énergie".

Professor Libbrecht is een boeiend spreker, sinoloog (China deskundige), maar wat hij vertelt zal voor ons waarschijnlijk geen Chinees zijn. Ik heb in de jaren 79 - 80 in Schilde een reeks lezingen van hem bijgewoond over "Evenwichtig Leven - Gelukkig Leven" en vond hem toen zo boeiend dat ik als vrije leerling zijn lessen over Chinese filosofie ben gaan volgen in Leuven. Over yoga heb ik hem nooit iets horen zeggen, maar wat hij ook vertelt zal zeker de moeite waard zijn om naar te luisteren.

Als tegenhanger voor het vele luisteren is Pierre Losa uitgenodigd. Hij is een Brussels yogaleraar, leerling van wijlen André Van Lysebeth, maar ook in Frankrijk geschoold in de "Yoga de l'Énergie" door Roger Clerc.

Op zoek naar de oorsprong van de "Yoga de l'Énergie" ben ik gaan grasduinen in de geschiedenis van de yoga in België, Nederland en Frankrijk. Van wat er in België op dat vlak gebeurd is vindt je vrijwel niets, behalve dan het relaas van Wilfried Ingels op Seniorennet. Gelukkig zijn er nog de nummers van het tijdschrift "Yoga" dat André Van Lysebeth uitgegeven heeft van 1963 (op verzoek van Swâmî Shivânanda die hij dat jaar bezocht had te Risjikesh), tot januari 2003.

Het is me daarbij opgevallen welke grote rol André Van Lysebeth (AVL in wat volgt) gespeeld heeft in de ontwikkeling van de Yoga, niet alleen in België, maar in heel Europa. Ik vermoed dat hij daarbij letterlijk geïnspireerd geweest is door de aanmoedigingen van Swâmî Shivânanda en van zijn discipel Swâmî Krishnânanda. In het nummer 20 van het tijdschrift "Yoga" vinden we een brief van Sw. Krishnânanda aan AVL die misschien ook voor ons een actuele boodschap inhoudt op een moment dat Yoga dreigt te verloederen en meer en meer een koopwaar wordt in plaats van een weg naar volledige en definitieve bevrijding van elke vorm van lijden : (12 januari 1965)

Mijn beste Yogirâj André,

Moge God je zegenen met alle Goddelijke Energie, zodat je het grootse werk kan doen dat je in handen genomen heb : de grootste nood van de mensheid te dienen, die zo sterk gevoeld wordt in het Westen. Ik heb de laatste nummers doorgenomen van je prachtig tijdschrift "Yoga". Dat is het enige tijdschrift dat vandaag bruikbaar en nuttig is in de Westerse Wereld.

Ik heb vier maal de hele Wereld rondgereisd. Ik heb alle verschillende religies beoefend gedurende de laatste 27 jaren van mijn leven. Ik heb zelf elk soort van eredienst gedaan, ik heb in grotten geleefd, in woestijnen, in vlakten en hoog in de bergen. Van al deze ervaringen ben ik tot de grootste ervaring en realiteit in mijn leven

gekomen en ik wil je hier vertellen dat Yoga vandaag de enige weg is, voor de wereld van vandaag en voor de wereld in de toekomst. Dit is voor de mens, dit was voorzien voor de mens en dit zal de mens dienen zolang als dit wezen op deze aarde bestaat. Het is volledig wetenschappelijk, noch links noch rechts, maar een volkomen rechte weg. Zonder enige twijfel beveel ik je werk niet enkel aan als een dienst aan de mensheid in een deel van de wereld dat er de grootste nood aan heeft, maar ik schrijf het voor als de enige remedie voor al die mensen die lijden aan één of andere kwaal, fysiek, mentaal of spiritueel. Ook voor dezen die volledig gezond zijn en zich, om gezond te blijven zolang ze in dit menselijk lichaam verblijven, tot yoga willen wenden. Yoga verwelkomt allen op dezelfde manier, met open armen : mannen en vrouwen, jong en oud, zwart en wit, Oosters en Westers, zonder enig onderscheid.

Ik wens je nogmaals alle mogelijke vooruitgang en succes toe en ik ben altijd tot je beschikking om je te helpen, raad te geven en je bij te staan met je werk, dat ook het mijne is. Deel deze boodschap mee aan al je leerlingen evenals mijn hartelijke liefde voor dat goede werk. Met liefde en zegeningen, Krishnânanda.

Dat was het begin van een grote, volgehouden inspanning om yoga te verspreiden en beoefenaars ervan te verenigen. Onder deze brief kondigde AVL zijn intenties aan om conferenties te organiseren met Indische meesters (wat hij in 67 en 69 ook deed met de eerste Internationale Yoga Congressen te Brussel) , documentaire films te maken etc.

In oktober 65 begint hij met de oprichting van een Internationale Yogavereniging en formuleert er de voornaamste doelstellingen van in het nummer 27 van zijn blad. Hij had al contacten gelegd met Franse en Zwitserse collega's en afgesproken om te starten met een Belgische, een Franse en een Zwitserse afdeling, met zetel in Parijs. Hij stuurt ook aan al zijn lezers een vragenlijst aangaande te weerhouden doelstellingen, benaming, logo etc... In het nummer van maart 66 publiceert hij het resultaat van deze enquête, dat eveneens als basis zal dienen voor de statuten van de Belgische Yogafederatie die onder zijn impuls zal opgericht worden in 67. Het oprichten van Nationale Yogaverenigingen maakte deel uit van het plan om tot een Internationale Federatie te komen. Na enkele pogingen om dit alles te integreren in de "International Yoga Fellowship" met zetel in de "Bihar School of Yoga" van Sw. Satyânanda, werd uiteindelijk in 1971 de "Union Européenne des Fédérations Nationales de Yoga" opgericht die later de "Union Européenne de Yoga" zal heten.

OM TAT SAT !

Flor

Flor Stickens

Markgravenstraat 90A, 2200 Herentals

Tel. : 014 21 06 76

e-post : flor.stickens@versateladsl.be

<http://home.versateladsl.be/vt643220>

Waarde lezer,

Het is weer zover. Het schrikkeljaar 2008 van de Juliaanse kalender loopt al een tijdje en de winter lijkt al te zijn stil gevallen. De weergoden zijn precies in de war of in de war gebracht. De ecologen wijzen met beschuldigende vinger naar de mens als de boosdoener en zijn we dan karma aan het oogsten? Of gaat het gewoon ons begrip te boven?

Onze jaarkalender waarmee we het chronologische jaar afmeten is van Romeinse oorsprong zoals je aan de namen van de maanden kan merken. Neem nu januari, van Janus, de god met de twee aangezichten, zeer toepasselijk voor de jaarwissel, het ene gezicht naar het verleden en het andere naar de toekomst gericht.

Astronomisch of volgens de natuurlijke jaarcyclus, is het wat te laat voor de zonnwende, de Saturnalia van de oude Romeinen en te vroeg voor de Lente-Evening in maart.

De spreekwoordelijke wensen en voornemens zijn uitgesproken en op het einde van 2008 kunnen we vaststellen hoeveel daar van in huis is gekomen. Meestal weinig, tenzij er een veranderingsplan, met alle nodige tussenstappen, werd opgesteld. Om dat te doen heb je trouwens geen Nieuwjaarsdag nodig. Wat ik u toewens is dat elke dag een begin van een “nieuw” jaar mag zijn en dat het jaar 365 bewust beleefde dagen mag bevatten.

Een “jaareinde” is een goed moment om na te gaan wat er van de plannen is terecht gekomen. In ons geval is er, letterlijk, achter en voor de schermen vooruitgang geboekt. We volgen langzaam maar zeker een vooropgesteld traject. We hebben zoals voorzien ons toegelegd op het stapsgewijs verbeteren van de informatieverstrekking. Dit houdt voor 2008 onder meer een aanpassing van de website in, daarbij rekening houdend met suggesties gedaan door een paar van onze actieve leden. Ook de tekst voor een foldertje is rond en we kunnen ons nu met de indeling bezighouden. Het plan is dat we tegen de algemene vergadering een voorlopige versie van de webstek en de finale versie van de folder kunnen tonen.

Soms kan voorvallen dat de inspiratie maar niet wil komen. Wat is nu inspiratie, wat is zijn bron? Het woord inspiratie is afgeleid van het Latijnse werkwoord ‘spirare’, dat ‘ademen’, ‘bezielen’ betekent – bezieling door God. Volgens de Digitale Bibliotheek van de Nederlands Letteren betekent het Sanskriet woord *Ātman*, onder andere, eveneens: adem. In het Frans staan “inspirer” en “expirer” voor de twee fasen van de ademhaling. Als we naar de diepere dimensie van de taal gaan kan dat soms veel inzicht opleveren over haar oorspronkelijke be-teken-is. Ademen gebeurt spontaan, vanzelf. Trouwens de Chinese benaming voor natuur, de bron van ons bestaan, is *tzū-jen* ‘wat vanzelf zo is’

Het is met andere woorden de natuur die ademt, niet wij. De adem observeren is dus de werking van de natuur gadeslaan. De bron uit welke dit spontane ademproces ontspringt, is dezelfde waaruit onze inspiratie voortkomt. Inspiratie komt op het moment dat je in contact treedt met ‘de natuur’. Dan fluistert de muze in je oor. Het antwoord op bovengestelde vraag ligt dus, in dit geval letterlijk, direct onder je neus. Als je de natuur in of buiten jezelf observeert moet je dus niet verder zoeken.

Dan een diepfilosofische vraag, zoals die dikwijls uit een kindermond komt: “Waar kwam de inspiratie vandaan om de ganse schepping zo te maken als ze nu is?” De Veda, letterlijk ‘weten’, antwoordt dat het Absolute zich wilde uitdrukken en dat gebeurde onder vorm van deze schepping met al zijn schepselen. Deze inspiratie of ingeving kwam spontaan, vanzelf. In het Sanskriet, de taal van de Veda, wordt deze impuls: ‘*rk*’ genoemd. Vandaar de naam *Rgveda* voor de Veda die dit wonderbaarlijke proces op een poëtische manier bezingt. Dit uitdrukken gebeurt volgend de Veda onder vorm van trillingen, een “gezing”, *Sama Veda*. In de Veda wordt de scheppingsmelodie *Saraswatī* genoemd, letterlijk ‘de stromende’. Adem stroomt in en uit, je moet *Saraswatī* dus niet te ver zoeken. Als de gelovige Indiër zonder inspiratie zit dan bidt hij/zij meestal tot *Saraswatī*.

Het is dus niet denkbeeldig dat wij allen, als schepselen of uitdrukkingen van het Absolute, uit een en dezelfde bron putten. Ik stel mij, vanuit dit perspectief, vragen bij zoiets als auteursrechten en bestaat er dan ook nog zoiets als auteursplichten?

Inspiratie welt op, soms krachtig soms zwak, soms kort soms lang. Voor zijn expressie is er een middel een instrument nodig, in ons geval een persoon. Afhankelijk van in welke mate deze neutrale impuls, op zijn weg naar buiten, door de persoon wordt gekleurd, kan het resultaat zeer uiteenlopend zijn. Van goddelijk tot demonisch, ten goede of ten slechte.

Er zijn ook schepselen, daarom niet noodzakelijk mensen, die het vermogen hebben anderen, ten goede of ten slechte, te inspireren of te bezielen.

Deze inspiratie is de bron is voor alle vormen van creativiteit of scheppen. Sommigen noemen deze expressievorm kunst. Maar wat is kunst en wat niet? Daarover is men het al sinds mensenheugenis oneens. In het Engels is er een gevatte omschrijving: “Art and beauty is in the beholder.” (kunst en schoonheid zijn in de waarnemer). Dit wijst op de onuitsprekelijke natuur ervan. Het verstand schiet gewoon te kort.

Van yoga wordt soms ook gezegd dat het ‘de kunst van leven en sterven’ is’.

Tijdens het volgende ontmoetingsweekeinde van 15 en

16 maart wordt gewoontegetrouw ook, de wettelijk vereiste, jaarlijkse algemene vergadering gehouden. De algemene vergadering geeft zijn goedkeuring voor het nieuwe bestuur en dit kiest op zijn beurt een voorzitter voor het volgende jaar.

De rol van de voorzitter houdt een tweevoudige opdracht in: bestuurlijk, administratief en inhoudelijk. Als federatie zijn we een vereniging. Zoals het woord het zegt is onze hoofdopdracht te verenigen. Om te verenigen, een van de mogelijke vertalingen van yoga, moet er iets gemeenschappelijk zijn. Er moet met andere woorden een gemeenschappelijke visie, of hoe je het ook noemen wil, zijn waarachter het bestuur en alle leden zich kunnen scharen. Bij ons lijkt dat voor de hand te liggen: yoga natuurlijk. Dan rest de vraag: "en wat versta je onder yoga?". Honderd vijftien jaar geleden, nadat Swami Vivekânanda zijn toespraak hield voor het Wereldparlement van religies in Chicago op 11 september 1893, gaf hij hierop een duidelijk en eenvoudig antwoord. Maar sinds yoga in het Westen

ingeburgerd raakte, is dit niet meer zo vanzelfsprekend. Bij zowel het doorsnee publiek als de pers heerst de overwegende opvatting dat het iets met lichaamscultuur en relaxatie te doen heeft. Dat maakt slechts één, niet essentieel, onderdeel uit van de duizenden jaren oude praktijk van yoga.

Daarom is het, volgens mij, nodig een vereniging te hebben die in eenvoudige taal duidelijk maakt waar het werkelijk om gaat. Die alle leraren en scholen die deze gemeenschappelijke visie delen verenigt en als hun spreekbuis fungeert. Dat is volgens mij de rol en hoofdreden van bestaan van onze federatie.

Ik ben hier niet bezig mijn verkiezingspropaganda te verzorgen, ik wil enkel duidelijk maken waar we voor staan en wat je van ons kan verwachten.

Ik hoop het genoeg te smaken om jullie tijdens het volgende ontmoetingsweekeinde van 15 en 16 maart te mogen verwelkomen en in uw midden te vertoeven.

Jullie allen genegen,

Suman

STUDIE- EN ONTMOETINGS-DAGEN VAN DE YOGAFEDERATIE

Op 15 en 16 maart zullen de Studie- en Ontmoetingsdagen van de yogafederatie doorgaan te Torhout. De gastsprekers zijn Pierre Losa, die ons laat kennismaken met de "Yoga de l'Energie", en prof. U. Libbrecht, die ons zal onderhouden over Cakra's. Bovendien wordt op het einde van het weekend de algemene vergadering van de Federatie gehouden .

Professor Ulrich Libbrecht

Professor U. Libbrecht is op 10 juli 1928 geboren in Avelgem en woont in Kluisbergen. Hij behaalde aan de Universiteit Gent in 1966 de graad van licentiaat in de Oosterse taalkunde, specialiteit Sinologie (kennis van China). Aan de Rijksuniversiteit van Leiden promoveerde hij in 1971 tot doctor in de Sinologie. Van 1973 tot 1994 was hij als hoogleraar verbonden aan de Katholieke Universiteit Leuven. Hij doceerde er klassiek Chinees, filosofie van China en Comparatieve Filosofie. In 1989 stichtte hij de School voor Comparatieve Filosofie Antwerpen en in 1995 richtte hij de School van Filosofie Oost-West Utrecht op. Ulrich Libbrecht publiceerde over Oosterse Filosofie, Comparatieve Filosofie en over maatschappelijke vraagstukken zoals natuur, armoede, cultuurverschillen, wereldburgerschap. Hij is een wijs man, een grote ziel van bij ons. Bovendien is hij een boeiend verteller met heel veel zin voor humor. We laten hem best zelf aan het woord om zich voor te stellen.



Hoewel mijn aangeboren nederigheid daarbij in opstand komt, verstout ik mij eens iets over mezelf te schrijven. Het zal nu welhaast dertig jaar geleden zijn dat ik mijn eerste wankel schreden zette op het pad van het comparatief denken. Uiteraard had ik vóór deze tijd al enige sinologische en indologische kennis verworven. Maar met een doctoraat over de Chinese wiskunde brengt men de intellectuele wereld nu eenmaal niet in verrukking. Toen men mij in Leuven vroeg de cursus 'comparative philosophy' te doceren, wist ik, toen ik in mijn naïviteit ja gezegd had, eigenlijk niet zo goed wat ik daaronder moest verstaan. Wel leerde ik dat de Amerikanen 'comparatief' al lang hadden gereduceerd tot 'niet-westers', maar daar kon ik geen vrede mee nemen. Comparatief betekent nog altijd 'vergelijkend'. Intussen had ik mij ook gerealiseerd dat de geleerde filosofen (als philosophe bricoleur' heb ik mij daar nooit bij gerekend) de mening waren toegedaan dat wereldbeschouwingen

onvergelijkbaar zijn, en we derhalve ons niet moeten vermoeien met Chinese, Indische, Islamitische...filosofieën te bestuderen. Bovendien zijn dat geen echte filosofieën, hoogstens een beetje wolkige wijsheid hebben ze te verkopen. Ik vroeg me af waarom die oosterse filosofieën dan nogal wat indruk op mij gemaakt hadden – maar dat was misschien omdat ik van echte filosofie geen kaas gegeten had.

Koppig als ik altijd geweest ben besloot ik het er toch maar op te wagen. Maar dan stond ik voor het reuzengroot probleem: hoe vergelijk je eigenlijk dingen met mekaar? Gelukkig was ik een leerling van wijlen Leo Apostel, van wie ik geleerd had hoe je de dingen structureel moest benaderen en niet op de fuzzy (vage) manier die zo vaak in het postmodernisme wordt aangewend en van filosofie literatuur maakt. Zo kwam ik op de idee dat vergelijken alleen kon binnen het kader van een model. Ik zette mij aan het denken. Daar ben ik nu mee klaar, niet omdat ik iets wereldschokkends heb gevonden, maar ik heb het gevoel dat ik voor het oosters denken een kleine poort op een kier gezet heb.

Als ik nu kijk naar mijn Inleiding Comparatieve Filosofie met zijn 2139 bladzijden en 7496 voetnoten, vraag ik mij wel eens af wanneer ik dat allemaal geschreven heb (ik versta intussen wel waarom ik artrose in mijn schrijfvingers heb), maar nog meer of dat werk ook wel enig nut heeft en het sop wel de kool waard was. Had ik niet beter de raad van Voltaire gevolgd: 'Cultivons notre jardin' (Laten we onze tuin onderhouden - wat ik tussendoor toch gedaan heb, maar was ik Voltaire gevolgd dan zou er wel want minder - biologisch - onkruid in staan). Mijn bedoeling was aan de School een bijbel mee te geven, zodat wij op een stevige grondslag konden bouwen. Ik kon mij, zoals de andere comparatieve filosofen, beperkt hebben tot een juxtapositie van de verschillende wereldbeelden, maar ik dacht altijd aan 'too far east is west', zodanig dat de integratie voor mij belangrijkste was. En vermits ons publiek niet direct van academische allure is, moest de oosterse wijsheid bruikbaar zijn voor het dagelijks leven. Als ik nu mijn 'magnum(?) opus' bekijk, besef ik wel dat er maar weinigen zijn die dit helemaal zullen doorworstelen. Er staan zelfs dingen in die ik ook maar half meer versta. Had ik niet beter wat meer van die lichtvoetige 'Glimlachjes' geschreven? Ik zit echter met een hardnekkig karma-gevoel opgescheept. Ik heb een steen verlegd, nu zal de rivier nooit meer dezelfde zijn - ik heb misschien een bescheiden bijdrage geleverd aan een nieuwe denkrichting, die voor de toekomst nuttig zal zijn, omdat de afstanden altijd maar kleiner worden en zelfs in zakenmiddens het besef groeit dat Europa niet lang meer het culturele zwaartepunt van de wereld zal zijn. Ik heb mijn best gedaan om ook een keitje in de rivier te verleggen - een keitje van 5,1 kg (ik heb ze gewogen). Ik hoop dat, als ik al lang het hoekje om ben, er toch nog hier en daar een vorser in mijn opus zal duiken en er iets vinden dat hem kan inspireren op zijn weg naar wereldburgerschap. Ik mag misschien even kwijt dat er in Utrecht al verschillende jaren lang een studiegroep bestaat die mijn werk bestudeert. Maar ja, we kennen het van de sant en het eigen land.

Laat mij echter alle zwartgallige gedachten verdrijven en de hemel danken dat ik dit geestelijk avontuur heb overleefd. Nu nog even wachten op het verschijnen van mijn Engelstalig werk "Within the Four Seas" en dan kan ik het 'nunc dimittis' bidden. Ik ben rond geraakt, al ben ik er dan 78 moeten voor worden. Maar waartoe dient de grijze hersenmassa als je er geen gebruik van maakt? Laat mij ook niet vergeten allen te bedanken die onze School hebben mogelijk gemaakt. Als ik dat in zogenaamd nuchtere zakenmiddens vertel kunnen ze nauwelijks geloven dat er nog zoveel mensen zijn die zich inspannen voor imponderabilia, voor non-profit bezigheden, voor geestelijke waarden die niet op de beurs gequoteerd worden. Ik heb nog een klein geschriftje klaar getiteld "Met dank aan het leven", dat je later misschien nog eens te lezen krijgt - en ik meen het, ik ben dankbaar voor alles. Ik weet dat de zon niet elke dag kan schijnen, maar voor elke zonnestraal die in het venster van mijn hart binnenvalt ben ik dankbaar.

Het nieuwe jaar is er alweer. Ik kom met mijn wens wat laat, maar dat is een gevolg van mijn 'vlucht naar Egypte'. Ik wens u dan ook al die gebruikelijke dingen, die ik niet elk jaar kan herhalen. Het is precies alsof de jaren altijd maar korter worden. Of worden ze altijd maar meer gevuld? Al wordt mijn oud verstand soms een beetje moe, toch zeg ik met Marnix van Sint-Aldegonde: "Repos ailleurs".

De leer van de Chakra's

De grondgedachte is de beweeglijkheid en beweegbaarheid van de psychosomatische energie. Er zijn in het lichaam vijf (resp. zeven) centra van energie, die men chakra's noemt. Zij worden door de energiestroom met elkaar verbonden. De virtuele banen waarlangs de energie zich verplaatst, noemt men nâdî's. Deze chakra's volgen de grondstructuur van het menselijk lichaam. Dit is een minder speculatieve opvatting dan men op het eerste zicht zou denken, omdat het lichaam een afbeelding is van de kosmos en - tot nu toe - de meest omvattende die wij kennen. De kosmos is de energiebron van het lichaam, maar dit laatste fungeert als een transformator die energie vrijmaakt.

"Terwijl in de westerse visie de hersenen de exclusieve verblijfplaats van het bewustzijn zijn, toont de yogische ervaring aan dat ons "hersenenbewustzijn" slechts een speciaal geval is onder een aantal mogelijke bewustzijnsvormen, en dat die, telkens volgens hun functie en hun natuur, in verschillende organen van het lichaam gelokaliseerd worden. - Het grote geheim van de tantrische Yoga is dan ook de ervaring van de werkelijkheid op de niveaus van de verschillende psycho-fysische centra." (Lama Anagarika Govinda) Chakra's

zijn niet alleen energie-centra, het zijn ook bewustzijns-centra, omdat ik daar de energie-concentraties rechtstreeks ervaar. Dit betekent dat mijn ervaring, d. i. mijn bewustzijn, over het ganse lichaam 'uitgestreken' is. Elke verstoring vanuit de buitenwereld - en het leven bestaat uit die onophoudende omgevingsdruk - wordt in de chakra's als een informatief signaal ontvangen, waarop energie zich concentreert en resoneert (Stimmung), of instigeert

Pierre Losa



Pierre Losa is directeur van de 'Ecole de Yoga' te Brussel. Hij beoefent Yoga sinds 1967, eerst bij André Van Lysebeth (AVL) die hem in 1969 uitnodigt op het seminarie voor opleiding van de Belgische Yogafederatie. Hij geeft les in het Vormingscentrum van AVL (Centre des Enseignants de Yoga de Bruxelles), dat werd opgericht na het eerste Vormingsseminarie van de Yogafederatie. Daar maakt hij kennis met verschillende meesters. Hij wordt vooral beïnvloed door Jacques Thiébault van Parijs (Yoga sans dégâts). In 1979 ontmoet hij Roger Clerc en nodigt hem uit om weekends te verzorgen in het CEY om de Yoga de l'Énergie in Brussel te leren kennen. Gedurende 23 jaar blijft hij in contact met Roger, die hem persoonlijk vormt in deze benadering van Yoga. Hij wordt door hem ook erkend als iemand die de Yoga de l'Énergie mag doorgeven.

Sinds 1985 leidt Pierre het "Centre de Formation pour l'Enseignement de Yoga" te Brussel, bijgestaan door meerdere medewerkers. De deelname daaraan is vrij en ze bestaat uit een aantal dagen die elk een eigen thema hebben. Hij noemt zijn benadering nu "Du Hatha Yoga au Yoga de l'Énergie" (Van Ha Tha yoga naar de Yoga van Energie). Zij omvat drie niveaus van Ha Tha yoga : beginners, gemiddelden en gevorderden, en twee niveaus van Yoga van Energie : het eerste niveau en het tweede (zie hieronder).

Yoga de l'Énergie

Zoals de naam laat vermoeden hebben we hier te maken met een Franse (Parijse) benadering van yoga. In geen enkele van hun geschriften wordt er gewag gemaakt van enige verbondenheid met een bestaande traditie of met een niet-Franse leraar.

De naam werd gegeven door Roger Clerc die in 1978 zijn yogaschool "Académie du Yoga de l'Énergie" noemde, om haar te onderscheiden van andere benaderingen van Yoga, zoals dat rond die tijd gebruikelijk werd, voordien was er alleen maar Yoga.

In feite is het Hatha Yoga met een sterk accent op de energetische aspecten. Roger Clerc was een leerling van Lucien Ferrer die hij in 1964 opvolgde als bestuurder van diens « Académie Occidentale de Yoga » (Westerse Academie voor Yoga).

Lucien Ferrer is degene die de "Yoga de l'Énergie" ontworpen heeft op basis van wat hij op het vlak van Hatha Yoga geleerd had van Félix Guyot, beter bekend onder zijn Bretoense schrijversnaam Kerneiz, en van wat hij gelezen had over de Tibetaanse Yoga in een werk van Dr. Walter Yelling Evans-Wentz.

Daarvan was er sinds 1938 een Franse vertaling beschikbaar : "Le Yoga Tibétain et les Doctrines Secrètes ou les Sept Livres de la Sagesse du Grand Sentier suivant la traduction du Lama Kasi Dawa Samdup ». (De Tibetaanse Yoga of de Zeven Boeken van de Wijsheid van het Grote Pad volgens de vertaling van Lama Kasi Dawa Samdup).

Dr. Evans Wentz (1878 - 1965) was antropoloog, schrijver en pionier in de studie van het Tibetaans Boeddhisme. Geboren in New Jersey was hij in zijn jeugd erg geboeid door de leer van de Theosofie. Hij studeerde te Stanford en te Oxford, waar hij Keltische mythologie en folklore studeerde. Hij reisde veel en verbleef in Mexico, Egypte, Sri Lanka en India. Hij verbleef gedurende drie jaar bij Lama Kasi Dawa Samdup (1868 - 1922) om de Tibetaanse Yoga te leren en er het voornoemde werk over te compileren. De Lama onderwees Engels aan Jongensschool van de Mahârâja van Gangtok (hoofdstad van Sikkim, Noord India), hij vertaalde ook werken voor Alexandra David-Neel en Sir John Woodroffe.

Félix Guyot (Constant Kerneiz) (1880 - 1960) was de eerste die in Frankrijk Yoga onderwees. Hij was Indoloog en astroloog, professor in filosofie en journalist te Nantes, Londen en Parijs. In 1928 leert hij in Londen Yoga van een Indiër en de theoretische aspecten ervan door het lezen van boeken zoals "The Sacred Books of the Hindus" (De Heilige Boeken van de Hindoes) van George Bühler. Hij schreef zelf heel wat over Yoga en zijn benadering was objectief, en hij maakte regelmatig vergelijkingen met de Westerse filosofie en cultuur. Ook hij was actief in Theosofische kringen.

Vele Franstaligen, ook in België (Devondel, Van Lysebeth, ...) hebben met Yoga kennisgemaakt, onder meer dank zij zijn werken. Lucien Ferrer was één van zijn rechtstreekse leerlingen.

In 1950 opent deze in Parijs zijn « Académie Occidentale de Yoga », tot aan zijn dood in 1964. Deze school heeft tot 500 leerlingen geteld (meer dan het aantal leden van onze Federatie), met uiteraard meerdere lesgevers waaronder Yvonne Millerand, Huguette Pincon en Roger Clerc.

Lucien Ferrer (1901-1964) was Catalaan van afkomst, geboren te Banyuls. Hij was technisch tekenaar van vorming, maar hij was vooral een begaafd genezer (magnetiseur), vandaar zijn grote belangstelling voor de energetische aspecten van yoga. Hij beoefende yoga ter ondersteuning van zijn activiteit als genezer, om zijn energie op peil te houden. Hij verwees soms naar de Tibetaanse Yoga die hij had leren kennen in het boek van Dr. Evans-Wentz.

Vóór zijn (door hemzelf gewilde) dood in 1964 wees hij Roger Clerc aan om hem op te volgen als bestuurder van zijn Westerse Academie voor Yoga en bereidde hem daar zo goed mogelijk op voor.

Roger Clerc (1908-1998), geboren in de omgeving van Parijs, waar hij gedurende de ganse duur van zijn leven is gebleven. Op zeventienjarige leeftijd geraakte hij besmet met tuberculose en moest daardoor zijn studies opgeven. Een overgebleven letsel daarvan aan één van zijn ogen sloot dan weer andere mogelijkheden uit zodat hij uiteindelijk de kost is gaan verdienen als « tripiër », met het opkopen, in de Hallen van Parijs, het zuiver maken en verkopen van ingewanden van dieren.

Gedurende 4 jaar bleef hij aan het hoofd van de Academie en ontbond haar in 1968 omwille van interne moeilijkheden. Hij blijft wel verder les geven en werkt mee aan de oprichting van de « Fédération Nationale des Enseignants de Yoga » (Nationale Vereniging van Yogaleerkrachten). Hij maakte samen met Mevr. Claude Peltier en Nil Hahoutof deel uit van de Franse delegatie die samen met de Belgische, de Duitse en de Zwitserse in 1971 de Europese Unie van de Nationale Yogafederaties oprichtte, die later de Europese Yoga Unie zou genoemd worden. In 1978 richt hij de « Académie du Yoga de l'Énergie » op, die al vlug de Vormingsschool wordt van zijn yoga. In 1979 richt hij de « Ecole Française de Yoga d'Evian » op en in 1983 « l'Ecole Française de Yoga du Sud-Ouest », maar al deze scholen zijn autonoom.

Hij heeft ook enkele werken geschreven, waaronder : "Un art de vivre", "Le yoga de l' énergie", "La Respiration" alle drie uitgegeven door : "Le Courrier du Livre".

Om de « Yoga de l'Énergie » te kenmerken zegt men dat ze de nadruk legt op het tot evenwicht brengen van de energieën door te werken op het lichaam, de ademhaling en de geest. Dit werken met de ademhaling is de sleutel tot het verdiepen van de aandacht die het mogelijk maakt om de geest, die zeer vaak verstrooid en weerspannig is, tot rust te brengen.

Ze verschilt van sommige andere vormen van hatha yoga door :

- De nadruk op de relatie beweging/ademhaling.
- De belangrijke rol van "de inwendige blik".
- De ontwikkeling van de subtiele zintuigen.
- De ontdekking van het energielichaam.

Het is een onderwijsmethode van hatha yoga die gericht is op de bewustwording van prâna "de levensenergie" en van manas "de psychische activiteit".

Roger Clerc heeft zijn onderricht in drie opeenvolgende graden verdeeld die logisch in elkaar overvloeien :

1° Graad: de yoga van het lichaam, waar de leerling zijn/haar lichaam leert kennen, om zijn adem, zijn rust en zijn concentratie te verbeteren. In dit stadium streeft men naar een coördinatie en een samenwerken van lichaam, adem en geest. Men wordt gevoelig voor de energiebanen. Het is een subtiele en krachtige techniek, die de leerling lichter en soepeler maakt, meer openstelt voor de sfeer en zijn levenskracht versterkt. Deze toename versterkt onze aanwezigheid en onze beschikbaarheid.

2° Graad: leert de leerling om in zich het stromen van Prâna "de levensenergie" te voelen, en om zijn levenscentra beter te beheren. Toegankelijk voor hen die één of meer cycli van energie I hebben gevolgd en die klaar zijn om zich te engageren voor een nauwgezette persoonlijke praktijk. Het is het ontdekken van een zeer subtiele sfeer. Het is een trainen van de aandacht en een bewustmaking van de kracht van de geest. Terwijl hij volledig in het diepst van zichzelf gevestigd is, breidt de leerling zijn/haar bewustzijn uit wat het openstellen voor het AI begunstigt.

3° Graad: onderwijst de methoden die het mogelijk maken om het psychische niveau te overschrijden en om het meditatieve bewustzijn te bereiken

De *Gītārtha-saṅgraha* van *Śrī Yāmunācārya* (3) - Flor Stickens

In de Nieuwsbrief Nr. 63 werd een inleiding en een eerste deel gepubliceerd van dit werk, dat in 32 verzen een samenvatting geeft van de Bhagavad Gītā en dit op een heel systematische manier, zoals werd uiteengezet in de inleiding op het eerste deel. In NB 69 werd een tweede deel gepubliceerd met daarin verzen 9 tot en met 28. We zullen hieronder de laatste vier verzen van deze tekst geven.

29. De *Jñānī* is iemand die enkel en alleen toegewijd is aan de Heer. Zijn bestaan zelf is van Hem afhankelijk. Contact met Hem is alleen geluk, scheiding van Hem is alleen droefheid. Zijn gedachten zijn alleen op Hem gericht.
30. Wanneer men begonnen is met het vinden van de enige voldoening van het leven in meditatie op de Heer, in het spreken over Hem, Hem eer te bewijzen, over Hem te zingen en Hem te loven, dan zal de werking van de zintuigen, het intellect en de vitale krachten op Hem geconcentreerd geraken.
31. Alle disciplines, van het vervullen van zijn verplichtingen tot de beoefening van *Bhakti*, beschouwend als zijnde enkel bedoeld om de Heer te behagen, en niet met enige andere drijfveer, dient men elke afhankelijkheid van enig ander middel dan Hem (zijn Opperste Persoon) op te geven en te verblijven zonder enige vrees voor ontoereikendheid van zulk een overgave met betrekking tot zijn redding. (De doctrine van *Prapatti* wordt in dit vers gegeven).
32. Zulk een persoon vindt zijn enig geluk in het uitsluitend en onafgebroken dienen van de Heer. Hij bereikt Zijn koninkrijk. Dit werk (*Gītā-Sāstra*) is hoofdzakelijk bedoeld voor zulk een toegewijde. Dit is de samenvatting van de betekenis van de *Gītā*.

De kracht van Spirituele Energie - Swāmī Veda Bhāratī

We horen vaak uitdrukkingen als “power yoga”, “power ademhaling” en misschien zelfs “power meditatie”. Dergelijke uitspraken roepen beelden op van een mokerslag toegediend door een bokser of van een land dat zijn strijdkrachten versterkt.

De Upanisjads zeggen wel degelijk dat *âtman* niet kan gevonden worden door iemand die geen kracht heeft, maar daar gaat het over spirituele kracht. De Yoga Sûtra’s van Patañjali vermelden *vīrya* (spirituele kracht) als één van de vijf manieren om *samādhi* te bereiken en *brahmācārya*, of het beoefenen van celibaat, geeft *vīrya*. Deze *vīrya* echter komt voort uit *shraddhā* of eerbiedige overtuiging (vertrouwen) en is synoniem met het vermogen om *dīkṣha* te verlenen d.w.z. initiatie, wat *shakti-pāta* betekent, het vermogen om een hogere bewustzijnstoestand over te dragen op de discipel. Dat is de ware betekenis van *power yoga*.

De *power* in *yoga* is de kracht om zijn woede op te heffen of om bijvoorbeeld een tijger te temmen. Het is de kracht om verleidingen te overwinnen en daardoor de mentale toestand te veranderen van iemand die een yogi benadert met verlangens. Het is de kracht van Boeddha die *Angulamāla* bekeert, de gevreesde rover die de vingers van zijn slachtoffers afsneed en ze als een halssnoer rond zijn nek droeg. De Boeddha ging zijn kamp binnen en zei : “Volg mij monnik !” en veranderde de rover ogenblikkelijk in een monnik. Deze volgde hem als een getemde tijger. Dat is echte kracht.

De kracht van *yoga* is die van *ahimsā*, waarbij men elke geneigdheid opgeeft om te kwetsen of te schaden, op welke manier ook, en dit ten overstaan van alle wezens, op om het even welk moment. Met dat vermogen kan men tussen twee strijdende legers gaan staan en ze louter door zijn aanwezigheid hun wapens laten neerleggen. Waar de energie verkregen door meditatie iemand kan helpen om een lange wedloop te winnen gebruikt een ware yogi deze kracht om te zitten. Stil zitten vereist een grotere *shakti* of kracht dan lopen. Echte kracht is de kracht om jezelf te stabiliseren.

In de Yoga Sûtra’s worden sommige meditatieve praktijken “*sthiti-nibandhana*” genoemd, stabiliteit tot stand brengend. *Abhyāsa* of spirituele oefening houdt in dat men een stabiele houding heeft en een zuivere, ontspannen concentratie. Gedurende die *Abhyāsa* wordt de ademhaling rustiger, dieper en lichter. Samengaand met *mānasa japa* of mentaal reciteren, is er een gelijkmatig vloeien.

De ononderbroken vloeiende geestesstroom wekt de *kundalinî*, waardoor men alle niet tastbare werelden en staten in zichzelf kan veroveren. Voor een zelfveroveraar van de innerlijke werelden zijn de uitwendige veroveringen slechts het najagen van luchtspiegelingen, een verspilling van energie. Hij stopt daarmee. Deze *vi-rāma* of dit stoppen is de echte kracht (*power*). Het is deze *power*, deze kracht van zuiverheid die we moeten verkrijgen.

AGENDA

HUISKAMER MANTRAGROEP

Eerste vrijdag van de maand bij Roeland. Iedereen is welkom. Info : 09 281 04 01 of roelfauc@versateladsl.be

VORMING IN HET RECITEREN VAN DE VEDISCHE TEKSTEN EN KLASSIEKE MANTRA'S

Zodra er voldoende belangstelling voor is start er een vormingscyclus in het reciteren van de klassieke mantra's en Vedische teksten volgens de traditie. De lessen worden gegeven door Flor Stickens, op zaterdagmiddagen a rato van één namiddag per maand. De opleiding kan ook individueel gebeuren, op afspraak Voor inschrijving of meer info contacteer Flor (zie onderaan blz. 1).

STUDIE- EN ONTMOETINGSDAGEN VAN DE YOGAFEDERATIE

Op 15 en 16 maart 2008 te Torhout. Meer info in deze NB.

YOGA RETRAITE IN DRONGEN met Yoga Vedânta Aalst

Van vrijdag (20u) 11 tot zondag 13 april 2008 (16u)

contacteer Yoga vzw, Bredestraat204, 9300 Aalst, tel.: 053-777490;

e-mail: jozef.kiekens@telenet.be of bestel een proefnummer van het maandblad : Licht van Shivânanda.

NAAR DE TUINEN VAN EDEN - EEN ACHTDAAGSE WORKSHOP YOGA EN SACRAAL DANSEN

Van donderdag 22 mei tot donderdag 29 mei 2008 in Hotel Eden Roc, San Feliu de Guixols - Costa Brava

Inlichtingen: Theo van Belleghem tel:03/272.03.41 , e mail: theo.vanbelleghem@edepnet.be

Web : www.yogastad.be - « weekends »

CONGRES-DAGEN VAN DE VORMINGSSCHOLEN

Op 18 en 19 oktober 08 te Vaalbeek. Reserveer alvast dit weekend. Meer daarover later.

OPLEIDING TOT YOGALERAAR / -LERARES IN DE TRADITIE VAN VINIYOGA

Op 8 en 9 november 08 start er een nieuwe opleiding aan de Vormingsschool Viniyoga. De opleiding loopt over vier jaar (+) en wordt gegeven a rato van zes weekends plus een week zomerstage per jaar. Ze wordt gegeven in de Abdij van Tongerlo. Het aantal deelnemers is beperkt tot de eerste 18 ingeschrevenen. Voor inschrijving of meer info : contacteer Flor (zie onderaan blz. 1 voor tel. e-mail of website).

MAHÂRISJI MAHESH YOGI OVERLEDEN.

Op dinsdag 5 februari is de Mahârisji te in Nederland vredig overleden. Hij was 91 en woonde sinds 1990 in Vlodrop, waar het hoofdkwartier van de TM beweging gevestigd is. Deze werd door hem opgericht in 1957. Op 28 januari trok hij zich terug al s leider van deze beweging om zijn laatste dagen in stilte door te brengen. Bij die gelegenheid werd de TM beweging verregaand gereorganiseerd. Zijn stoffelijk overschot werd overgebracht naar India om daar op traditionele wijze verbrand te worden aan de oever van de Ganges.



Swâmî Veda Bhârâtî condoleert :

Gedurende duizende jaren hebben yogi's nieuwe richtingen aangebracht voor wereldbeschavingen.

Mahârisji Mahesh Yogi was één van die yogi's die in ons tijdperk op subtiële en doeltreffende wijze energieën ontwikkelde in onze eigentijdse beschaving, gericht op spirituele realisatie. Zijn overlijden is een verlies voor de ganse mensheid op een kritiek moment in de geschiedenis.

Ik bied mijn gevoelens van medeleven aan in naam van alle discipelen van zijne Heiligheid Swâmî Râma van de Himâlaya's, aan allen die gediend hebben in de Missie van Mahârisji Mahesh Yogi. Wij bidden dat de bomen die hij geplant heeft mogen blijven groeien en bloeien en zullen doorgaan met de mensheid nog vele jaren te dienen.