

KriyaYoga gaat aan zintuigen voorbij

(Van een onzer verslaggeefsters)

STERKSEL. – „Met Kriya Yoga heb ik mensen genezen die kanker en aids hadden. Zo was er een vrouw in Santa Barbara in Californie die borstkanker had. Door de juiste ademhalings-oefeningen te doen, is ze ervan genezen.“ Kriya Yogaleermeester Swami Hariharanandaji is meer dan overtuigd van de krachten die volgens hem in zijn oefeningen schuilen. Vanuit deze rotsvaste overtuiging trekt hij op 87-jarige leeftijd de wereld door om zijn woord te verspreiden. Momenteel verblijft de man een aantal weken in het Kriya Yogacentrum in Sterksel. Swami Hariharanandaji heeft veel publiek naar het centrum getrokken. „Meestal hebben we wekelijks zo'n dertig mensen hier over de vloer. Nu verblijven er echter zo'n honderd personen“, zegt Peter von Breukelen, beheerder van het Kriya Yogacentrum. De populariteit van Swami wordt niet onder stoelen of banken gestoken. Wanneer hij in zijn lange oranje gewaad en op zijn rode stoffen schoentjes door de tuin van het centrum schrijdt, komen geregeld bezoekers naar hem toe. Ze buigen voor hem. Swami legt zijn hand op hun voorhoofd. De bezoekers stralen van geluk.

Reinigen

„Door de handoplegging wordt het lichaam gereinigd. Alle afvalstoffen verdwijnen en de mensen zijn weer rein. Tevens wordt mijn energie overgeheveld naar de hersenen van deze mensen.“ Bij het begin van elke cursus die door Swami gegeven wordt, voert hij deze handeling uit.

Het verschil tussen de gewone Hatha Yoga en de Kriya Yoga is dat bij de laatste de cursist binnen drie minuten meditatie een spirituele ervaring zou moeten krijgen. „Op dit punt zijn de zintuigen uitgeschakeld. Men ziet een groot licht, een energiestroom trekt door het hele lichaam en men hoort een kosmisch geluid. Het lichaam komt in harmonie,“ legt de meester uit. „Veel leraren onderwijzen yoga dat hoofdzakelijk op uiterlijke dingen gericht is, op de zintuigen. De Kriya Yoga gaat aan deze zintuigen voorbij. Er wordt tijdens de meditatie dan ook niet gepraat, alleen de ademhaling wordt onder controle gehouden.

Grote voorbeeld

In 1948 voelde de leermeester een intens verlangen zijn grote voorbeeld, Babaji Maharaj, te zien. Over deze reeds lang geleden overleden leermeester wordt beweerd dat hij nog steeds in de Himalaya leeft. Swami zou toen ruim drie jaar in een kamer doorgebracht hebben, helemaal afgezonderd van de buitenwereld. „Zelfs de ramen en deuren waren hermetisch afgesloten“, aldus Swami. „Na lange tijd stond Babaji voor mij, in die kamer. Hij vroeg me de Kriya

Yoga-boodschap over de hele wereld te verspreiden. Vanaf dat moment reis ik overal naartoe, om lezingen en cursussen te geven.“

Swami Hariharanandaji begint zijn lessen altijd met lichamelijke oefeningen voor de ademhaling en de concentratie. Hierdoor worden alle organen in het lichaam geactiveerd. De hersenen krijgen meer energie. Hierna volgt meditatie, waarin cursisten een diepe rust vinden en meer liefde en vriendschap voelen, althans volgens Swami. „Het is ontzettend gezond voor de mens. Daar ben ik het levende voorbeeld van“, zegt de 87-jarige.

Morgenavond geeft hij in het Kriya Yoga Centrum een lezing. De avond begint om acht uur en de toegang is gratis.



Paramahansa Baba Hariharanandaji in de tuin van het Kriya Yoga Centrum