

Spiritualiteit

Westerse yogi's op het matje geroepen: zo inclusief is de yogawereld niet



Beeld Maus Bullhorst

Van slaap- tot knuffel- en lachyoga, het aanbod is schier eindeloos. Maar dat yoga overal is, betekent nog niet dat het er voor iedereen is.

Djuna Spreksel 5 oktober 2021, 13:40

Yoga is springlevend en alom aanwezig. Nieuwe yogascholen schieten als paddenstoelen uit de grond, sportwinkels hebben uitgebreide collecties hippe yogakleding hangen en de keuze is reuze: van slaap- tot knuffel- en lachyoga, het wordt allemaal aangeboden.

Maar betekent het feit dat yoga overal is, ook dat yoga voor iedereen is? Nee, meent Sarita Bajnath. Ze is inclusietrainer en helpt bedrijven en instellingen diverser te worden. Bajnath stelt dat yoga in het Westen, ook in Nederland, sterk vercommercialiseerd is en een exclusief karakter heeft gekregen. "Yoga is vooral een fysieke sport geworden, gericht op het lichaam en op degene die bereid is er goud geld voor te betalen."

De strijd tegen wellness-rechts

Sinds afgelopen voorjaar woedt er in Nederland een discussie over inclusiviteit in de yogagemeenschap. Schrijfster Roxane van Iperen trok ten strijde tegen wat ze 'wellness-rechts' noemde. Van Iperen stelde dat veel 'yogatypes' vanuit een drang naar vrijheid op rechtse partijen zoals FvD en PVV stemden. Dat was volgens haar niet verwonderlijk, omdat deze groep altijd al geprivilegieerd was. Daardoor konden en kunnen zij vooral met zichzelf en hun eigen gezondheid bezig zijn, en hadden ze 'geen notie van groepen die door Forum en de PVV worden vertrap'.

Haar betoog kreeg zowel bijval als kritiek. Al gauw leek de discussie zich te concentreren rond de vraag of yogi's zich expliciet moesten uitspreken voor links, inclusiviteit en mensenrechten, en tegen rechts, xenofobie en uitsluiting. In een artikel in Yoga Magazine stond die kwestie vorige maand centraal. De rode draad van het stuk was helder: nee, dat hoeft niet.

Volgens Bajnath legt een dergelijk artikel onbedoeld een gebrek aan inclusiviteit bloot, omdat er een keuzemogelijkheid verondersteld wordt. "Er wordt in yogatijdschriften vaak automatisch uitgegaan van een witte lezer. Mensen van kleur hebben die keuze namelijk niet. Ik kan discriminatie niet van me af laten glijden als ik op basis van mijn naam of voorkomen niet uitgenodigd wordt voor een sollicitatiegesprek."

Het probleem is volgens Bajnath dat er te weinig kennis is over de geschiedenis en oorspronkelijke filosofie van yoga. "Het proces waarbij het accent steeds meer naar het fysieke aspect verschuift, ontstond toen de Britse kolonisten met yoga in aanraking kwamen. Alles was destijds gericht op assimilatie. Oude Indiase wijsheden en culturele gebruiken werden onderdrukt. De wijze waarop wij nu yoga beoefenen, kan daar niet los van worden gezien. Als daar meer beoefening over is in het Westen, ontstaat de mogelijkheid om yoga weer te gaan beschouwen als dat wat ze is, namelijk deel van een lang, spiritueel pad naar een hoger bewustzijnsniveau."

Ze krijgen vaak te horen dat ze polariseren

Bajnath ziet hoe verhalen uit de Bhagavad Gita, het hoofdwerk van de spirituele literatuur van het hindoeïsme, uit de context worden gehaald en verkeerd worden geïnterpreteerd. Dat is volgens haar zowel oorzaak als gevolg van een gebrek aan inclusiviteit.

"Als yogi's van kleur discriminatie of een gebrek aan inclusie aanklaagt, krijgen ze in de yogawereld vaak te horen dat ze polariseren", zegt Bajnath. "Het is zogenaamd een strijd van het ego waar je boven kunt staan. Yogi's in het Westen nemen de taal van de yogafilosofie over, om vervolgens tegen de groep bij wie yoga oorspronkelijk vandaan komt, te zeggen: kijk, we zijn volgens de Bhagavad Gita allemaal één. Er bestaat geen dualisme. Zo wordt er geen verantwoordelijkheid genomen om iets te doen aan de status quo."

Rita Datadin is voorzitter van de Hindoe Raad Nederland. Ze onderstreept dat het verankerd zit in de yogaspiritualiteit om je uit te spreken voor gelijke rechten. "Het uiteindelijke doel van yoga is dat we de kleuren ontstijgen. Yoga is opgebouwd uit acht onderdelen, die samen een ladder vormen. De eerste trap gaat over het volgen van morele regels met het doel om deugden als geweldloosheid te ontwikkelen. Het gaat niet alleen om geweld tegen mensen, maar ook tegen dieren. Yogi's spreken zich dus niet alleen uit voor mensenrechten, maar voor alles wat leeft."

Datadin wijst op een bijkomende factor die ervoor zorgt dat er weinig contact is tussen de hindoegemeenschap en het overgrote deel van de 'witte' yogagemeenschap: hindoes zijn nog altijd onwettelijk.

"Vanuit India kwamen hindoes naar Suriname, en vanuit daar gingen ze naar Nederland. Een groot deel heeft zich in Nederland vooral geconcentreerd op het opbouwen van bestaanszekerheid, ze hebben zich minder bezig gehouden met hoe ze hun rijke spirituele bagage kunnen delen."

Toegang tot traditionele spirituele organisaties met Indiase wortels

Een gevoel gebrek aan inclusiviteit kan vooral voor de derde generatie migranten een probleem worden, denkt Sharda Nandram, hoogleraar hindoespiritualiteit aan de Vrije Universiteit. "De eerste en tweede generatie hebben gemakkelijker toegang tot traditionele spirituele organisaties met Indiase wortels, omdat ze de taal vaak beheersen. De derde generatie heeft die toegang minder. Ze vallen een beetje tussen wal en schip, want de markt is steeds meer gericht op yoga als wellness en minder op yoga zoals hindoegemeenschappen die van oudsher kennen."

Nandram heeft een genuanceerdere uitleg als het gaat om de taak van yogi's om zich uit te spreken voor inclusiviteit. "De geschiedenis is vol van voorbeelden waarin yogi's op hun eigen creatieve manieren sociale hervormingen hebben doorgevoerd, soms door hun stem te laten horen. We moeten begrijpen dat verschillende yogi's op deze reis zich op verschillende niveaus van bewustzijn of spirituele vooruitgang bevinden. Sommige yogi's spreken zich uit over mensenrechten, omdat zij dat als hun swadharma, ofwel persoonlijke levensweg zien, maar dat is niet de enige optie."

Wel denkt ze, net als Datadin, dat het goed zou zijn als de hindoegemeenschappen, vooral de derde generatie migranten, hun band met de authentieke wortels van yoga versterken.

"Daardoor helpen ze de mogelijkheden van yoga voor de hele samenleving uit te breiden. Idealiter zou de overheid via zorgverzekeraars of onderwijs ervoor zorgen dat er ongehinderde toegang tot yoga is voor alle lagen van de bevolking."

Lees ook:

Yoga op het strand: 'Aan het begin hebben mensen vaak nog veel gedachten, maar later komen ze dicht bij zichzelf'

Hoe geven grote mensen in de vakantietijd vorm aan hun geloof en hun spiritualiteit? Trouw reis deze zomer het land door. In deze aflevering: [yoga bij je strandhuisje](#).

Hoe het Westen aan de haal ging met yoga: 'Het draait niet om een soepel lichaam'

Yoga is mainstream geworden in het Westen, maar aandacht voor de authentieke betekenis ervan ontbreekt. [Nederlandse hindoes maken zich zorgen](#). 'Yoga draait niet om een soepel lichaam, maar is onderdeel van een spiritueel pad.'

Nog even dit...

Omdat het alsmaar lastiger wordt om de waarheid te achterhalen, heeft Trouw de afgelopen jaren fors geïnvesteerd in onderzoeksjournalistiek. En met succes: keer op keer onthulde Trouw misstanden, zoals de toeslagenaffaire bij de Belastingdienst, de Panama papers of geheime militaire leveringen door Nederland aan Syrische rebellen. Met een abonnement op Trouw steunt u deze broodnodige onderzoeksjournalistiek. Zo biedt u tegenwicht aan opgeklopte schandalen en leugens. En kunt u altijd goed onderbouwd uw standpunt bepalen.

U leest Trouw al voor maar 2,- per week.

[MEER INFORMATIE](#)

Als abonnee [inloggen](#)



MEER OVER GEZONDHEID MEDISCHE BEHANDELING FYSIEKE FITHEID WESTEN

NEDERLAND PVV BHAGAVAD GITA FORUM DJUNA SPREKSEL

religie&filosofie

Net binnen [MEER >](#)

Presidentsverkiezingen
Nu vader Duterte niet meer meedoet, kan zijn dochter Sara president van de Filipijnen worden

Nobelprijs
Nobelprijs Natuurkunde voor onderzoek opwarming aarde, én naar onderzoek orde en wanorde

Pandora Papers
Ondergrondse ijshockeystadions en wijngaarden: ook de vrienden van Poetin duiken op in de Pandora Papers

Overheidsdienst
Technische problemen DigiD opgelost

Interview Sterre Koning
Youtuber Sterre Koning (18): 'Dankzij mijn bijbelapp hoef ik niet met een zwaar boek rond te lopen'

Mijn Bijbel Kefah Allush
'Bij het lezen van de Bijbel heb ik de neiging nogal fundamentalistisch te zijn'

Columnn Stephan Sanders
Je zult iets moeten vinden buiten jezelf dat je opplaat

Best gelezen [MEER >](#)

- Onderzoek naar verdwijning van explosief memo over toeslagenaffaire afgezwakt**
- Facebook: Geen tekenen dat gebruikersgegevens onbeschermd waren**

MEER RELIGIE&FILOSOFIE v

Wilt u iets delen met Trouw?

Tip hier onze journalisten

<p>Algemeen</p> <ul style="list-style-type: none"> Over ons Contact met Trouw Privacystatement Abonnementsvoorwaarden Gebruiksvoorwaarden Cookiebeleid Cookie-instellingen Colofon 	<p>Service</p> <ul style="list-style-type: none"> Klantenservice Mijn account Vakantieservice Adverteren Losse verkoop 	<p>Meer Trouw</p> <ul style="list-style-type: none"> Abonneren Nieuwsbrieven Digitale krant Webwinkel RSS-feeds Facebook Twitter Android apps iOS apps 	<p>Navigator</p> <ul style="list-style-type: none"> Columnnisten Recensies Archief
---	--	--	--