

Subtiële Anatomie

Philippe "Ajita" Barbier

Wil je Yoga op de juiste manier beoefenen?

Wil je begrijpen welke de effecten zijn van de verschillende Yoga-technieken?

Dan heb je deze inwijding in de geheimen van het leven nodig.

In dit gratis boekje zal ik proberen je enkele fundamentele zaken uit te leggen van de Wetenschap van de Ziel, zoals ik ze heb mogen realiseren, met Gods hulp, in mijn lange Yoga beoefening sinds 1963.

Om te beginnen, wil ik je vragen: "Hoe is de wereld opgebouwd, de natuur, en je eigen wezen?"

Uit stof, weefsels, vloeistoffen... zul je waarschijnlijk antwoorden.

Ja, maar hoe is stof opgebouwd?

Uit molekulen, atomen, deeltjes... hoor ik je zeggen.

Juist, maar waaruit zijn deze deeltjes opgebouwd?

Ah, ah, nu begint het moeilijker te worden!

Enkele mensen in onze westerse maatschappij hebben reeds een antwoord gevonden op deze vraag: alles is opgebouwd uit energie. Zelfs beter: alles is energie.

Maar lang, heel lang geleden hadden de wetenschappers in het Oosten reeds ontdekt dat alles energie was. Zelfs beter, ze hadden ook ontdekt hoe je energie kunt controleren. Wat wij nu in het Westen nog steeds niet kunnen. Ze werden Zieners (Rishi's) genoemd en hun wetenschap staat bekend als de Geheime Wetenschap. Het verklaart de geheimen van het leven.

Deze Geheime Wetenschap (Gupta Vidya), geschreven in de zeer oude taal Sanskrit, bestaat uit twee delen:

- de Wetenschap van het Zelf (Atma Vidya),
- de Wetenschap van het Absolute (Brahma Vidya).

Je kunt deze kennis van de Zieners alleen verwerven door op een juiste wijze Yoga te beoefenen.

Dat is het grote verschil met gewone kennis. Je kunt er niet komen door eenvoudig boeken te lezen.

In plaats daarvan moet je je waarnemingsvermogen eerst verbeteren. Hoe zit dat?

Op een gewone school gaat men ervan uit dat je een normaal waarnemingsvermogen hebt. Maar hier krijg je te horen dat je waarnemingsvermogen eerst verbeterd moet worden wil je de Geheime Wetenschap kunnen vatten. En om je waarnemingsvermogen te verbeteren dient eerst een juiste Yoga beoefening plaats te grijpen. Dat zuivert je energiehuishouding.

De juiste Yoga beoefening houdt in dat je de acht stappen van de oorspronkelijke Yoga aanpakt.

Wij noemen deze: de morele principes (Yama's), de morele idealen (Niyama's), de fysieke houdingen (Asana's), de energiebeheersing (Pranayama), de onthechting (Pratyahara), de concentratie (Dharana), de meditatie (Dhyana) en de contemplatie (Samadhi). Deze acht stappen vormen de onderdelen van wat wij heden ten dage noemen Koninklijke Yoga (Raja Yoga).

Alleen wanneer je gezuiverd bent door een juiste Yoga beoefening, kun je starten met je studie van de Geheime Wetenschap. Dat betekent dat je gedurende contemplatie eerst een vraag formuleert.

Bepaalde patronen in de energietrillingen ontstaan hierdoor. Gelijkaardige patronen in jezelf of de omgeving reageren hierop automatisch. uit alle reacties kun je de juiste onderscheiden. Je krijgt dan namelijk een gevoel van "Dit is het!"

Het doel van deze studiemethode, de methode van realisatie genoemd, is ook verschillend van het doel van studie zoals we die kennen in het Westen. In plaats van een zoeken naar meer informatie om begrip te krijgen, zoeken wij hier naar een steeds grotere realisatie in jezelf. De toename aan controle, die hiervan het gevolg is, zorgt ervoor dat je waarneming telkens beter wordt, waardoor je nog meer realiseert, totdat je bij een climax komt, die we Zelf-realisatie noemen. Later probeer je dat Zelf te bevrijden van de hinderlijke invloed van Karma door controle te verwerven over Karma. Dat is de weg naar Bevrijding. Woeps...

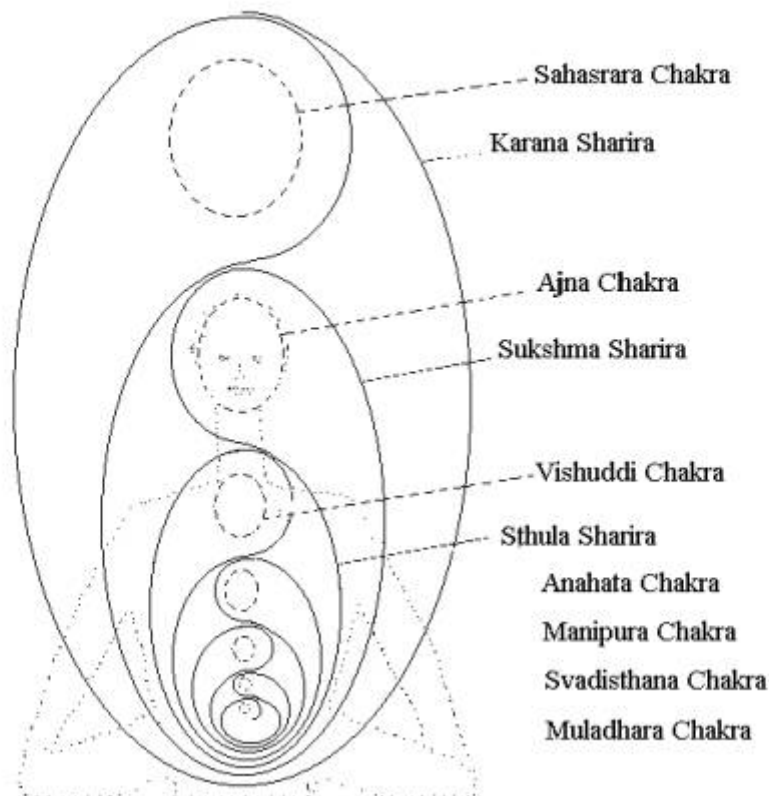
Maar, laat ons beginnen.

1987. Het Yin Yang model

Het was een mooie dag in mei. Ik had toen al een Yogaschool en we waren een weekendje uit met een groep leerlingen. We hadden een sfeervolle boerderijtje gehuurd op de grens tussen Friesland en Drenthe.

Tussen de middag zat ik mijn les voor te bereiden. Straks zou ik de energiecentra (Cakra's) en de energielichamen (Sharira's) behandelen. Een gevoel van ontevredenheid overviel me. Ja, hoe zat het nou eigenlijk met die centra en die lichamen? Wat was het verband tussen die twee? Die moest er toch zijn, prevelde ik voor de zoveelste maal sinds jaren. En ik droomde maar wat voor mij uit.

Plotseling tekende zich vóór mijn verbaasde ogen een model, dat erg leek op het Yin Yang symbool uit China. Ik kon er zonder moeite de verschillende Sharira's en Cakra's in onderscheiden. De één was gewoon het gevolg van de andere en alles was aan elkaar verbonden van boven tot laag.



Illustratie 1

De lijn ontstond bovenaan, uit het niets, en kronkelde naar beneden om daar ook te verdwijnen in het niets. Vreemd. Maar dat zou betekenen dat alle onderdelen van ons wezen uit één energiestroom ontstaan. Dat is wel revolutionair! Of niet?

Spreken de oude Yoga teksten niet over de 7 weefselsoorten (Dhatu's) die achtereenvolgens uit elkaar ontstaan? Uit plasma ontstaat bloed, uit bloed ontstaat spierweefsel, uit spierweefsel ontstaat vetweefsel, uit vetweefsel ontstaat botweefsel, uit botweefsel ontstaat hersenen-merg-zenuwen, uit hersenen-merg-zenuwen ontstaat eicellen/zaadcellen! Toch! Dus dat klopt wel!

Maar hoe moet ik dat concreet zien? Ons lichaam is toch geen bol!

Zoals we weten regelt elk energiecentrum een niveau van stoffelijke verdichting: vaste stoffen (aarde), vloeistoffen (water), warmte (vuur), gassen (lucht) en geluid (ether). Elk energielichaam omvat alle bolvormige energiewervelingen van een bepaalde afmeting. Deze afmeting wordt bepaald door de grootte van het betreffende centrum. Zoals boven te zien is zijn alle centra verschillend van grootte.

Voorbeelden:

Binnen het subtiel lichaam (Sukshma Sharira) komen alle energiebollen van het mentale voor – en alle kleinere bollen - met een standaard afmeting aangegeven door het voorhoofd centrum (Ajna Cakra).

Binnen het grove lichaam (Sthula Sharira) komen alle energiebollen van het geluid voor – en alle kleinere bollen – met een standaard afmeting aangegeven door het keel centrum (Vishuddi Cakra).

De voorstelling van de centra was ongebruikelijk in het model. Ze waren allemaal verschillend van grootte en waren gerangschikt van klein naar groot of andersom. Dat was niet in overeenstemming bijvoorbeeld met de helderziende waarnemingen van Leedbeater in zijn boek “Chakra's”. Daar schetst hij dat alle Cakra's ongeveer even groot zijn, behalve het kruincentrum, die veel groter zou zijn. Hoe zat dat nou?

Onmiddellijk kwam het antwoord: ‘Maar gewoon, toch! Hij had een normaal mens gezien. En die is meestal tot aan het water centrum gekomen met zijn ontwikkeling.’

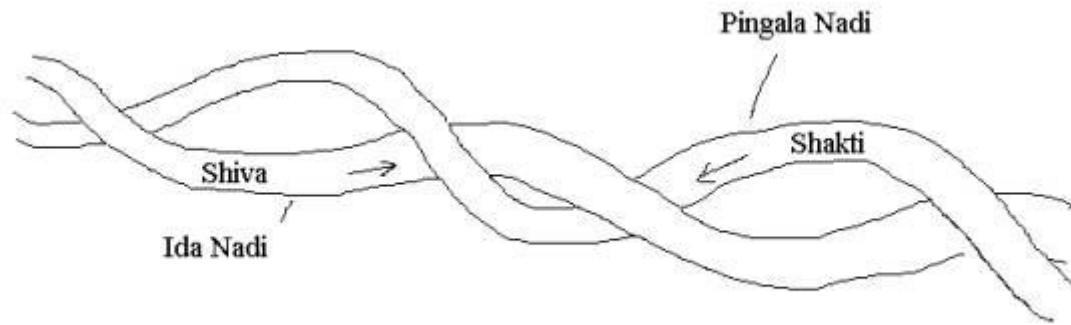
Dus alle Cakra's zijn bij gewone mensen dan ook maar open tot aan het niveau van het water!

1987. De dubbele spiraal

Kort na het vorige visioen, ik denk een paar uren later, begon ik te twijfelen. Nieuwe vragen kwamen in mij op: “Hoe kan dat Yin Yang model nu eigenlijk stand houden? Wat zorgt ervoor dat een plotseling opkomende wind bijvoorbeeld die hele stroming van energie niet uit elkaar haalt en verspreid?”

‘Een sierlijke dubbele helix verscheen vóór mijn verbaasde ogen. De stroom in de twee in elkaar gestrengelde spiralen was tegengesteld en raakte de andere niet.’

Ik begreep het meteen, al waren er geen namen in vermeld zoals hieronder.



Illustratie 2

De energie stroomt in twee kanalen, die door de Ouden Ida en Pingala genoemd werden. De energie die in Ida stroomt was natuurlijk de Shiva-energie en de energie die in Pingala stroomde was de Shakti-energie. Wanneer deze twee energieën in evenwicht gebracht kunnen worden, gelijk kunnen gemaakt worden in hoeveelheid en intensiteit, kan het Yin Yang model in stand gehouden worden.

Met een schok realiseerde ik dat dan fysieke onsterfelijkheid moest ontstaan! Precies datgene waar de oude teksten steeds weer over spreken. En niemand weet dit tot nu toe. Vandaar dat een mens geen energetisch evenwicht kan bereiken, ziekte meemaakt, veroudering en tenslotte dood gaat. Machtig, hè!

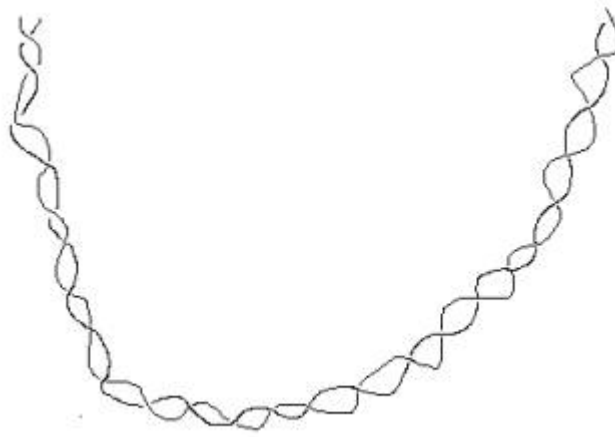
Wanneer de energiestroming, met haar twee kanalen, in het veld van ons gewoon gezichtsvermogen valt noemen we haar de DNA-molecule. De indrukken kennen we dan als de genetische informatie.

Door botsingen met andere energiestromingen ontstaan er indrukken op de twee energiekanalen. Deze eigenaardigheden op de tegenovergestelde stromingen van de dubbele helix veroorzaken de eigenschappen van de vorm van de objecten en wezens. Een klein aantal indrukken veroorzaken een langere instandhouding van de vorm, meer indrukken veroorzaken een kortere levenscyclus. Bij elke indruk wordt de energiestroming afgeremd en ontstaat een werveling, die buiten de bedding treedt. Hierdoor krijgen we de manifestatie van de indruk. De afwezigheid van indrukken resulteert uiteindelijk in een gelijkmatige energiestroming in elk kanaal. Dan ontstaat iets opmerkelijks: de stabiliteit van de beide stromingen, die elkaar wederzijds in stand houden, veroorzaakt de onsterfelijkheid van de vorm van het betreffende wezen of object. De zin van Yoga wordt hier duidelijk. De indrukken worden Samskara's genoemd. De totaliteit van de Samskara's van een wezen of een object vormen zijn of haar Karma. Dank zij de beoefening van Yoga kan men deze Karma verminderen en uiteindelijk opheffen. De controle kan eventueel zo ver gaan dat men in speciale gevallen kiest voor tijdelijke vermeerdering van Karma.

De Shakti-energie wordt ook de zonenergie genoemd (Ha). Wanneer je deze energie in je wezen binnen laat stromen kun je een "Zon" zien verschijnen in je bekkenbodem. De Shiva-energie wordt ook de maanenergie (Tha) genoemd. Wanneer je deze energie in jouw wezen laat binnen stromen kun je een "Maan" zien verschijnen boven je hoofd.

In de oude taal van Yoga wordt de controle van de beide stromingen ook als de controle van Zon en Maan genoemd. Vandaar de naam Ha-Tha Yoga.

De klassieke voorstelling van de dubbele helix in de ruggengraat van de mens kwam onwillekeurig in mij op. Een symbool, natuurlijk. Eigenlijk gaat het om de totale opbouw, volgens het Yin Yang model van het menselijk wezen. Daarbij is de energietrilling van het model een dubbele helix. En dat is natuurlijk de echte "ruggengraat"!



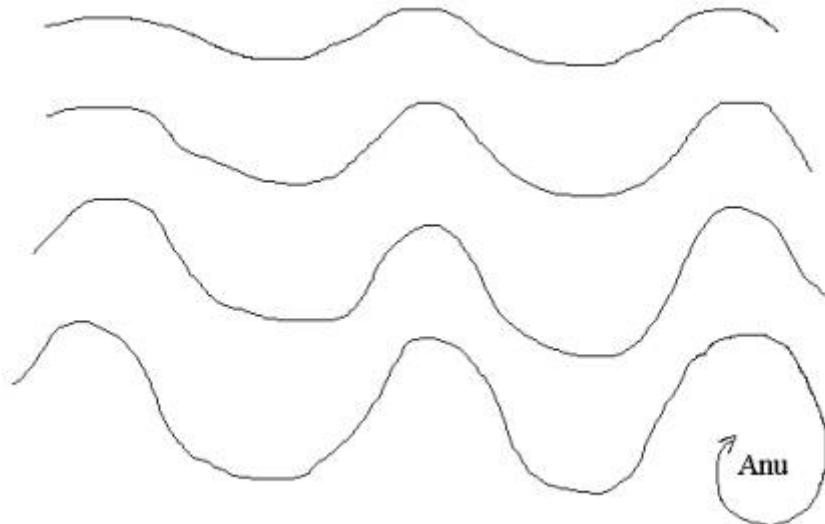
Illustratie 3

Deze dubbele helix is eerst subtiel, dus onzichtbaar voor een gewoon mens. Later verschijnt hij in de stof bijvoorbeeld als de DNA molecule. Vreemd genoeg is er slechts één dubbele helix die alle verschijnselen of wezens van het zichtbare en onzichtbare universum als het ware weeft. Maar dat is precies wat de oude teksten vertellen. Het lijkt wel een enorm grote klimop!

1987. Genesis

Maar hoe kan zo'n Yin Yang model dan tot stand komen? Hoe worden de cellen van het lichaam dan gevormd? Hoe ontstaat het leven?

Op deze vragen kreeg ik het volgende antwoord:



Illustratie 4

In het begin (bovenaan) verloopt de energietrilling (de dubbele helix) als een zachte golf. Mettertijd (naar onderen toe) worden de golven groter, totdat een golf plotseling overslaat en een bol van energie (Anu) ontstaat. In deze laatste treedt (weer) een Yin Yang model op. De herhaling van dit proces in steeds kleinere dimensies zorgt voor het ontstaan van de verschijnselenwereld zoals wij hem als gewoon mens zien.

De opeenvolgende weefselsoorten komen zo tot stand: plasma, bloed, spierweefsel, vetweefsel, botweefsel, hersenen-merg-zenuwen en eicellen-zaadcellen. Ook organen en lichaamsdelen zijn hiervan het resultaat.

De energietrilling kan zowel verschijnen als massa (een bol) of als versnelling (een golf) of als combinatie van beide. Onze westerse wetenschappers beginnen deze zaken langzaam te begrijpen. Wat Michael Faraday, als eerste, in 1821 vond was dat de hoeveelheid energie altijd dezelfde was, welke vorm de energie ook aanneemt, en dat het mogelijk is de ene vorm van energie te veranderen in een andere. Albert Einstein ontdekte aansluitend in 1905 de wereldberoemde formule:

$$E = m c^2 \text{ (E = energie, m = massa, c = snelheid van het licht)}$$

Men kan deze formule op verschillende wijzen interpreteren. Het is niet alleen de uitleg hoe men een atoombom kan maken (Versnel massa en je krijgt een enorme energie ontploffing). Het is ook de uitleg hoe je energie kunt opwekken, namelijk door massa te versnellen. De Italiaan Enrico Fermi vond in 1934 daarenboven dat je daarbij de beste resultaten verkreeg door de massa langzaam te versnellen. Maar de Zieners uit de oudheid hadden deze kennis al en veel meer. Ze wisten bijvoorbeeld ook al hoe je door langzame versnelling een bol energie kon “ontwikkelen” en tot golf terug brengen. En andersom natuurlijk ook, afhankelijk van welke nadruk je legt, op Shiva of op Shakti. En daar is geen dure apparatuur voor nodig, alleen kennis van energiebeheersing, Pranayama. Graag verwijst ik verder naar mijn boek “Hatha Yoga Pradipika” voor de volledige uitleg van deze Pranayama, met bijbehorende oefeningen.

Maar wat veroorzaakt golving? De energietrilling begint een golf te maken doordat plaatselijk botsingen optreden met een andere energietrilling. Elke impact veroorzaakt een indruk (Samskara), die eigenlijk niets anders is dan de herinnering aan de botsing, met informatie over de bijzonderheden van de andere energietrilling. De snelheid van de energiestroom wordt door elke indruk weer minder, waardoor “inwikkeling” optreedt. Hierdoor ontstaat subtiele begeerte (Vasana). Langzaam ontstaat massa, vanuit deze subtiele begeerte.

1987. Karma of genetische informatie

Juist ja, maar hoe krijgen wij dan onze genetische informatie?

De aanwezige genetische informatie komt eenvoudig van de subtielere niveaus vandaan. Maar hoe? Zoals een steen die je in het water gooit concentrische cirkels maakt die steeds groter worden. Deze cirkels hebben allemaal het oorspronkelijke patroon van de steen. Naarmate ze groter worden is de afdruk van de steen vager. Maar hier gaat het proces omgekeerd, vanuit de grote cirkels naar de kleine toe.

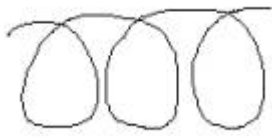
1988. De hoedanigheden

Op een dag moest ik de leerlingen het onderwerp “Hoedanigheden” uitleggen. In Yoga is dat namelijk een fundamenteel stuk, waar iedereen zich druk over maakt, maar waar niemand eigenlijk precies een verklaring over kan geven. Ja, dat we te maken zouden hebben met een drievoudige basis van de gehele schepping, te weten harmonie (Sattva), activiteit (Rajas) en inertie (Tamas), dat kan ik ook aannemen, maar dan verder?

Ik kwam er maar niet uit. Uitgeput ging ik liggen op mijn bed.

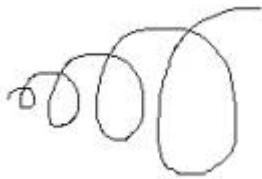
'Hele mooie sierlijke krullen verschenen voor mijn ogen. Ik sliep niet. Ik zag het gewoon:

De energietrilling vertoont drie fundamentele vormen. Dat zijn de hoedanigheden of Guna's:



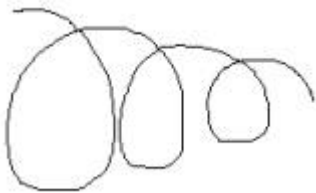
Illustratie 5

een harmonische, cilindrische vorm (Sattva)



Illustratie 6

een excentrische, uitzettende vorm (Rajas)



Illustratie 7

een concentrische, samentrekkende vorm (Tamas)

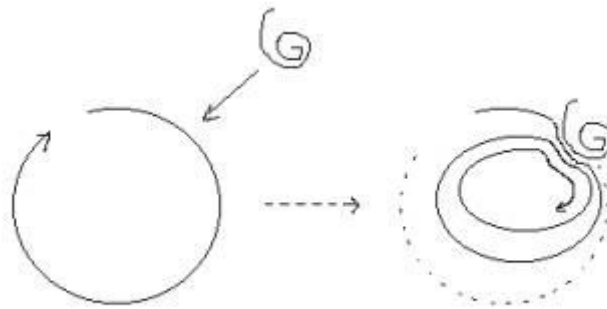
Uit de combinatie van deze drie hoedanigheden (Guna's) van de energietrilling ontstaat de verscheidenheid van de gemanifesteerde wereld, begreep ik onmiddellijk.'

Toen ik het bovenstaand visioen 's avonds aan de leerlingen vertelde vonden ze het heel gewoon. Hun reactie was er eentje van: "Ja, natuurlijk is het zo!"

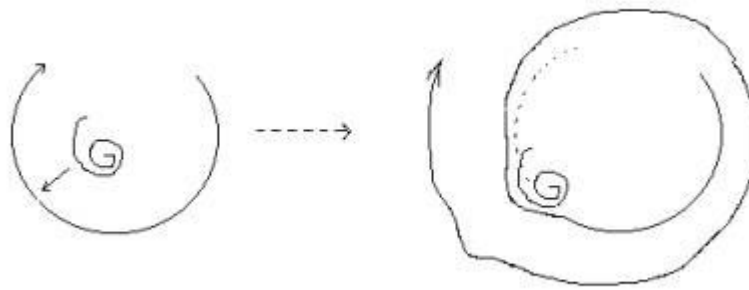
1988. Het ontstaan van de hoedanigheden

Alles goed en wel, dacht ik. Er zijn dus drie vormen in de energietrilling, maar hoe zijn die ooit ontstaan?

Wel gewoon zo:



Illustratie 8: Een impact van buitenaf veroorzaakt Tamas



Illustratie 9: Een impact van binnenuit veroorzaakt Rajas.

1989. Lichamen en omhulsels

Maar hoe zit het met de zogenaamde lichamen van energie (Sharira's) en hun omhulsels (Kosha's)? Volgens de overlevering is er eerst een harmonisch (Sattva) lichaam geschapen. Dat was heel lang geleden, toen de mens nog een Godmens (Vira) was. Ons huidig etherisch lichaam is daar het overblijfsel van. Later ontstonden de andere lichamen en omhulsels.

Toen men de lichamen in hetzij Rajas of Tamas zag “functioneren” vond men dat zo speciaal dat men er aparte namen aan gaf, die hun specifieke functie beschrijven. Dat zijn de omhulsels (Kosha's).

Wanneer een energielichaam in Sattva verkeert draagt hij geen specifieke naam, omdat dit gegeven in de praktijk niet gehanteerd wordt. Het is namelijk het beoogde resultaat van de beheersing van de Rajas en Tamas lichamen.

In het causaal lichaam (Karana Sharira) zijn er twee omhulsels:

- het gouden omhulsel (Hiranyamaya Kosha), waarin Rajas overheerst,
- het zaligheid omhulsel (Anandamaya Kosha), waarin Tamas overheerst.

In het subtiële lichaam (Sukshma Sharira) zijn er twee omhulsels:

- het intellect omhulsel (Vijnanamaya Kosha), waarin Rajas overheerst,
- het mentaal omhulsel (Manomaya Kosha), waarin Tamas overheerst.

In het grof lichaam (Sthula Sharira) zijn er twee omhulsels:

- het vitaal omhulsel (Pranamaya Kosha), waarin Rajas overheerst,
- het voedsel omhulsel (Annamaya Kosha), waarin Tamas overheerst.

Het grove lichaam (Sthula Sharira) is eigenlijk de verzamelnaam voor vijf opeenvolgende verdichtingtoestanden van de energietrilling:

Het etherisch lichaam, of het geheel van alle geluiden in ons wezen,

Het lucht lichaam, of het geheel van alle gassen in ons wezen,

Het vuur lichaam, of het geheel van alle warmte in ons wezen,

Het water lichaam, of het geheel van alle vloeistoffen in ons wezen,

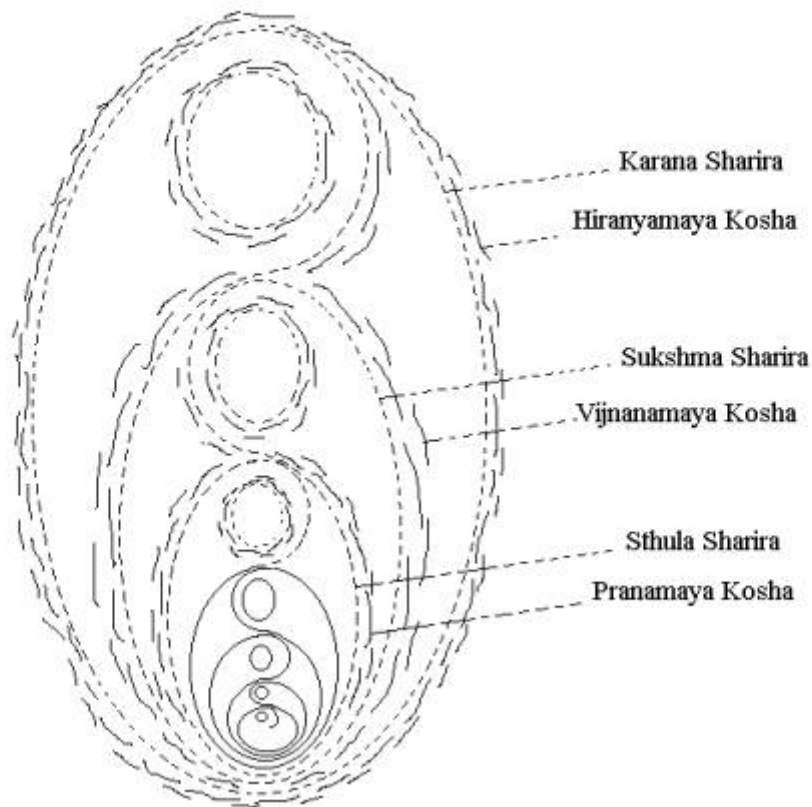
Het aarde lichaam, of het geheel van alle vast stoffen in ons wezen.

Elk energielichaam bestaat uit een verzameling onzichtbare energiebollen (Anu's). Deze bollen hebben een bepaalde, typische afmeting, en vormen samen een soort "bubble" bad. Aardebollen hebben ongeveer een diameter van 10 cm, waterbollen 20 cm, vuurbollen 30 cm, luchtbollen 40 cm, geluidbollen 50 cm, mentale bollen 60 cm en intuïtieve bollen 70 cm.

De bollen zetten uit en trekken samen op een ritmische wijze. Men noemt dat "ademen". Hun hoedanigheid kan steeds wisselen en zo ook hun functie.

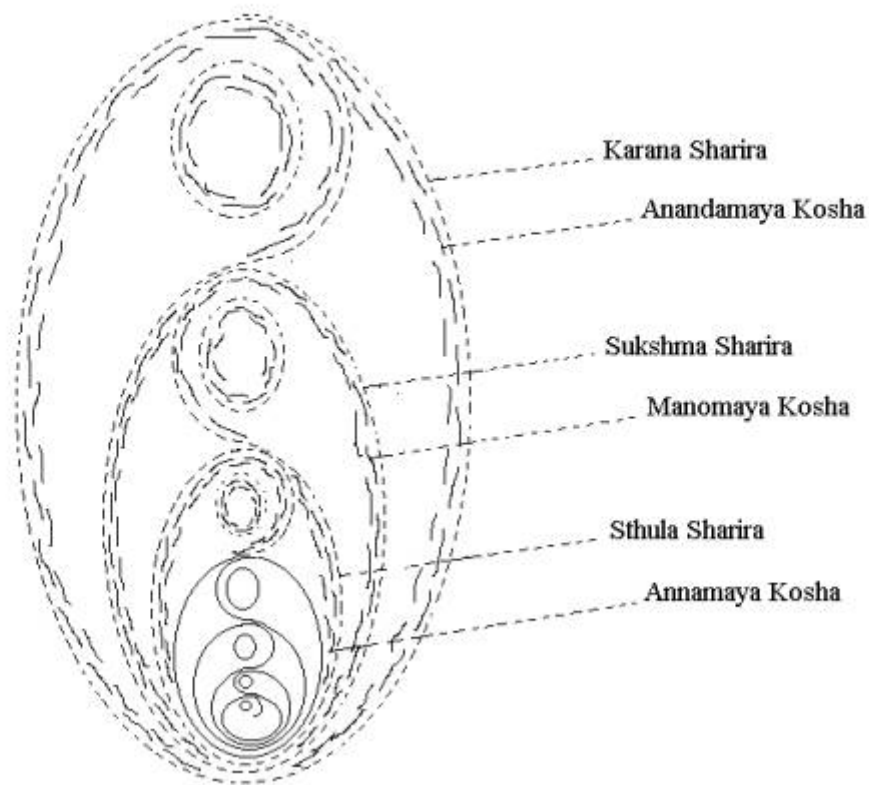
De verschillende lichamen overlappen elkaar. En er zijn verschillende lichamen in elk lichaam, elk met hun typische bollen. Een gigantisch complex geheel inderdaad!

De 2,5 of 3 miljard cellen van ons fysiek lichaam zijn niets anders dan de uiteindelijke neerslag in de stof van de aanwezige onzichtbare aardebollen. Organen als de blaas en de nieren zijn een typische neerslag van waterbollen. Maag, lever en milt ontstaan uit vuurbollen. Hart en longen zijn producten van luchtbollen. En zo kunnen we onze gehele anatomie energetisch verklaren. Een fantastische doorbraak in de fysiologie, nietwaar?



Illustratie 10

Wanneer de Sharira's uitzetten (onderbroken streepjeslijn), ten opzichte van hun Sattva toestand (puntlijn) krijgen we een actieve verschijning. De lichamen zijn in Rajas.

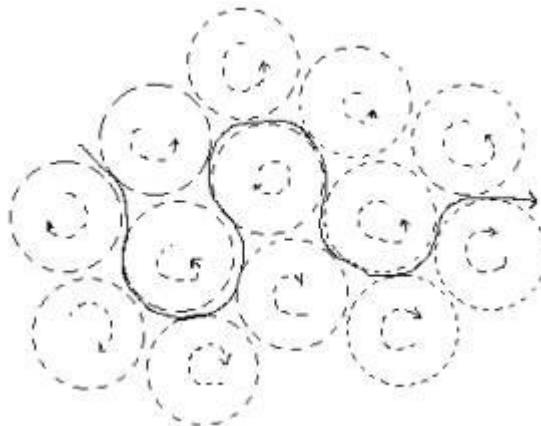


Illustratie 11

Wanneer de Sharira's samentrekken (onderbroken streepjeslijn), ten opzichte van hun Sattva toestand (puntlijn) krijgen we een passieve verschijning. De lichamen zijn in Tamas.

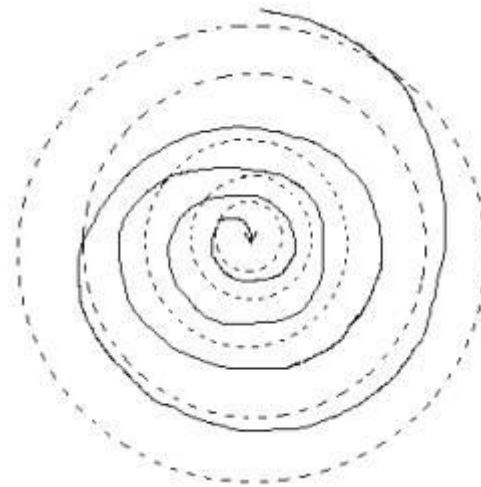
1989. Energiestromingen

Hoe zien energiekanaalen er nu uit, vroeg ik mij af? De meeste mensen denken dat energiekanaalen letterlijk uit vaste kanalen bestaan, die van de ene plaats naar de andere toegaan. Dat is niet helemaal juist. Een energiekanaal is het resultaat van de werking van energiebolletjes op elkaar. Er ontstaat een kronkelende stroming, afhankelijk van de draairichting van elke energiebol. De energie lift als het ware mee van de ene bol naar de andere.



Illustratie 12

De energiestroming kan natuurlijk ook beïnvloed worden door het “ademen” van elke bol. Wanneer de bol samentrekt zal de energie de neiging hebben om te verdichten, als volgt:



Illustratie 13

Aan de andere kant, wanneer de bol uitzet, zal de energie de neiging hebben om te verijlen.

In beide gevallen doorloopt de energie diverse lagen en kan als zodanig ten slotte een totaal andere verschijning hebben dan de oorspronkelijke vorm van energie. Zwaartekracht kan bijvoorbeeld dus veranderen in kinetische energie...

Zoals aangegeven blijkt de energiestroom een spiraalvormig verloop te hebben. De amplitude van de spiraal is daarbij natuurlijk afhankelijk van het soort bollen waar de energie doorheen loopt, of moet ik zeggen, langs loopt?

In de natuur zien we overal dergelijke stromingen optreden. Tot nu toe heeft de mens daar niet zoveel aandacht aan geschonken, vandaar waarschijnlijk al onze problemen met het milieu. Een goed getrainde Yogi (van het mannelijk geslacht) of Yogini (van het vrouwelijk geslacht) kan zo'n stroming veroorzaken bijvoorbeeld met zijn wil (mentaal lichaam) of zijn wens (causaal lichaam). Hij controleert de psychosomatische interactie. Hij beheerst het leven.

Je zult wel nieuwsgierig zijn naar de rest van de informatie, als je deze lijn bereikt hebt.

In mijn versie van het oeroude boek "Hatha Yoga Pradipika van Svamarama" geef ik jou alle praktische informatie, die tot nu toe geheim gehouden werd, waardoor je eindelijk de diverse Hatha Yoga technieken (Pranayama's, Mudra's and Nada) correct zult begrijpen en toepassen, op basis van de subtiele anatomie principes die je net gelezen hebt. Je zult verbaasd zijn over de resultaten. Sinds 1986 hebben honderden leerlingen reeds de wonderlijke voordelen van mijn nieuwe revolutionaire benadering ervaren. Probeer het maar eens! Je loopt geen enkel risico. En je kunt mij altijd om persoonlijk advies vragen per e-mail indien je iets speciaals hebt.

De prijs van het boek (172 pagina's) is slechts € 33,- (euro). Indien je in Nederland woont betaal je daarbij € 1,56 voor de porto. Indien je in het buitenland (binnen Europa) woont is het € 1,80 en indien je buiten Europa woont is het € 2,90.

Het adres van de bank waar je het geld naar toe kunt sturen is:

Postbank N.V., Haarlemmerweg 506, 1014 BL Amsterdam, Nederland, tel 020-5655010, ter attentie van Het Raja Yoga Instituut, Aalduikerweg 1, 1452 XK IJpendam, tel.: 020-4361174, Postbanknummer 7988235, IBAN nummer NL72 PSTB 0007 9882 35.

Wanneer je betaling ontvangen is sturen we jou onmiddellijk het boek op. Meestal duurt het enkele dagen voordat een betaling ons bereikt. En indien je een week rekent voor het transport, dan kun je jouw boek binnen twee weken thuis verwachten. Vergeet bij bestelling niet te vermelden waar het boek moet geleverd worden. Bestel vandaag!

Omdat het onmogelijk is om jou alle kennis door te geven via schrift, nodig ik je uit om deel te nemen aan mijn Professionele Yoga Training nadat je mijn "Hatha Yoga Pradipika van Svamarama" gelezen hebt. De rest van de theorie en vooral de praktijk kan ik je dan doorgeven, wat je in staat zal stellen om al je dromen waar te maken.

Dank je wel voor je aandacht.

Philippe "Ajita" Barbier
e-mail: rajayoga@XS4all.nl
Het Raja Yoga Instituut
Aalduikerweg 1
1452 XK IJpendam

29 september 2003