

Hoe ‘gezond’ zijn alternatieve geneeswijzen?



Bladen als Libelle en Flow staan er vol van. Reiki, yoga, acupunctuur en mindfulness zijn razend populair – en niet alleen in de media. Hoe onschuldig zijn ze? Vier deskundigen gaven hun visie in een notendop.

“Enige tijd geleden ontmoette ik een vrouw die de derde inwijding in reiki had ondergaan,” vertelt theoloog en predikant prof. dr. Mart-Jan Paul. “Zij was geen christen, maar oriënteerde zich wel op het christelijk geloof. Bij haar inwijding zei de reikimeester: ‘Het is belangrijk dat u snel contact opneemt met de Meesters van het universum; als u dat niet doet, zult u de genezende kracht verliezen.’ Ze schrok daar erg van en beseftte dat de genezingskracht helemaal niet neutraal is.” De populaire geneesmethode reiki, eind 19^e eeuw ontdekt door de boeddhist Mikaomi Usui, presenteert zichzelf als het gebruik van een universele levenskracht. Iedereen kan die toepassen, ongeacht de eigen godsdienst. “Toch is reiki niet zo neutraal,” waarschuwt Paul. “Het is nodig dat behandelaars ingewijd worden door een boeddhistische leider. Daarbij worden religieuze spreuken gebruikt en spirituele gidsen opgeroepen. Zulke gidsen zijn eigenlijk demonen, die ook genezingen kunnen verrichten. Het is mogelijk dat je door een behandeling eerst een weldadig gevoel in je lichaam krijgt. Maar de praktijk leert dat mensen behoorlijk ziek kunnen worden van reiki, of psychisch en geestelijk schade oplopen.”

ACUPUNCTUUR

Hij was een van de eerste Nederlanders die zich pakweg twintig jaar geleden aanmeldde voor de meerjarige opleiding acupunctuur. Al snel haakte Gerard Feller af. “Van de lesstof was ruim tachtig procent louter Chinese filosofie. Daarom kreeg ik als christen vragen bij deze behandelmethode.” Zijn scepsis is sindsdien alleen maar gegroeid. Volgens Feller, psychosomatisch fysiotherapeut en drijvende kracht achter Stichting Promise, is de wetenschap verdeeld. “Er is een school van dr. Keppel Hesselink, die enige bewijzen denkt te vinden, en een school van dr. E. Ernst, die vindt dat het

wetenschappelijk nooit bewezen is dat acupunctuur werkt; het heeft hooguit een placebo-effect. Ik sluit me bij de laatste aan en wil duidelijk stellen dat acupunctuur voor het grootste deel puur kwakzalverij is. Maar voor het kleine gedeelte waarbij het daadwerkelijk 'helpt', moetje écht op je hoede zijn en je afvragen: 'Uit welke bron komt dit?'

Mensen die zich in klassieke acupunctuur hebben verdiept, gebruiken onbijbelse en zelfs occulte overwegingen om een diagnose te stellen en tot behandeling over te gaan; dat is voor mij de belangrijkste reden om acupunctuur af te wijzen. Ik geloof dat een christen zich er verre van moet houden. Hier wordt namelijk uit een ander, geestelijk gevaarlijk vaatje getapt."

MINDFULNESS

Aandachtstraining ofwel mindfulness: bewust aanwezig zijn in het hier en nu, zonder te oordelen. Deze methode wordt door dr. Jon Kabat-Zinn (1944) gepresenteerd als neutrale techniek in de strijd tegen depressies, ziekte, angst en stress. Publicist en voormalig natuurarts drs. Ruud van der Ven (zie kader) ziet diverse redenen om christenen deze methode te ontraden. "Allereerst: Kabat-Zinn geeft in een interview toe dat het bij deze methode wel degelijk om boeddhisme gaat. Ten tweede: mindfulness stuurt aan op ontleding van denken en voelen, wat haaks staat op Matteüs 22:37. Hierdoor ontstaat een openheid voor de gevallen geestelijke wereld. Ten derde: onder de westerse, wetenschappelijke dekmantel gaat niets anders schuil dan een oosterse meditatie, een heilstechniek met als doel het opgaan van het individu in de wereldgeest Brahman - zelfverlossing dus. Mindfulness is een heilsrover met een ánder evangelie, een ándere Jezus en een ándere geest. Deze andere geest leert dat alles één/goddelijk is en dat alle religies uiteindelijk naar hetzelfde doel toewerken. Ten vierde: Jezus als Bron van werkelijke rust - Matteüs 11:28 - verdwijnt op de achtergrond door een 'mindful' leven, dat zélf voorziet in het schenken van rust en het wegnemen van zorg en bekommernis. Mindfulness is, samengevat, een veredelde vorm van het achtvoudige boeddhistische pad naar verlichting."

YOGA

Ex-boeddhist Martin Kamphuis, auteur van *Weg van Boeddha* (Ark Boeken, 2001), ziet met lede ogen aan dat yoga - evenals de hierboven genoemde alternatieve geneeswijzen - steeds populairder wordt. "Oppervlakkig gezien gaat het om gymnastiek, ademhalingstechnieken en bepaalde lichaamshoudingen, maar yoga is niet zo neutraal en onschuldig als het lijkt," zegt hij. "Het streeft uiteindelijk een hindoeïstisch doel na, namelijk vereniging met de godheid Brahman. Het is nooit een louter lichamelijke zaak, maar heeft een spiritueel doel. Ook door de meest simpele oefeningen, zoals zwangerschapsyoga, wordt e geest beïnvloed. In het hindoeïsme, en trouwens ook in het boeddhisme, is het niet zozeer belangrijk wat e denkt of gelooft, maar wat je dóet. Als je oefeningen correct uitvoert, heeft dat in deze oosterse denkwijze een automatische werking - lichamenlijk, maar zeker ook geestelijk. Bepaalde lichaamshoudingen zijn in wezen aanbedding van hindoeïstische goden. Daarom kun je yoga niet met christen-zijn combineren, want het eerste gebod, geen andere goden naast God eren, wordt overtreden. Yoga lokt je weg van God."

Overgenomen uit EO-bode VISIE nr 31 (30 juli t/m 5 augustus 2011).

Zie ook www.eo.nl/visie