

Augenübungen, yogische

1. Was sind yogische Augenübungen?

Yogische Augentechniken arbeiten mit besonderen Augenstellungen oder Augenbewegungen. Yogische Augentechniken finden sich in der Kinesiologie, im Brain-Gym, im „Schreibtanzen“, im NLP (Neuro-Ling. Programmieren) und beim Augentraining, das angeblich die Brille überflüssig machen kann. Yogische Augentechniken benutzt die Hypnose, die Oberstufe des Autogenen Trainings und die psychoanalytisch orientierte Psychotherapie. Yogische Augentechniken werden zunehmend auch im Schulunterricht eingesetzt, so z.B. auch im Deutschunterricht.

2. Und wie geht das?

Du sollst leicht schielen, die Augen verrenken oder mit den Augen rollen. Du sollst auf den Punkt zwischen den Augenbrauen oder auf die Nasenspitze blicken, mit offenen oder mit geschlossenen Augen. Du sollst mit beiden Händen synchron etwas an die Tafel oder in die Luft malen und dabei beide Hände gleichzeitig im Blick haben. Du sollst auf einen Punkt, auf den Daumen, in die Ferne oder auf beide seitlich ausgestreckten Hände gleichzeitig schauen.

3. Was soll das Ganze?

In der Regel werden die yogischen Augentechniken nicht besonders erwähnt und nicht besonders begründet. Im Rahmen der Kinesiologie finden sie sich unter anderem bei folgenden Übungen: Liegende Acht, Elefant, Double Doodle, Überkreuzbewegung u.v.m.

a) In Wahrheit sind die yogischen Augentechniken uralte religiöse Praktiken. Sie finden sich vor allem im Hinduismus, im Buddhismus, im Sikhismus, im Yoga und in der Meditation. Wie alle religiösen Praktiken

können sie die Tür zur Welt der Götter, Geister und Dämonen öffnen.

b) In Wahrheit sind die yogische Augenübungen klassische (►) Hypnosetechniken, die in einen hypnotischen oder tranceartigen Bewusstseinszustand führen, der früher oder später die Tür zu anderen, unsichtbaren Welten und Mächten öffnet. Die Psychologie spricht von der „Welt des Unbewussten“ (oder Unterbewusstseins).

c) In Wahrheit können yogische Augentechniken außerkörperliche Seelenreisen einleiten.

d) In Wahrheit können yogische Augentechniken die Üben in ein Medium verwandeln. Im Zustand der Trance können Medien „innere Stimmen“ hören, sie können Botschaften, „innere Bilder“ und/oder besondere Gefühle und (Wärme)-Empfindungen empfangen.

4. Was soll ich davon halten?

a) Yogische Augentechniken sind religiöse Praktiken. Sie sind keine Lern- oder Unterrichtshilfen.

b) Yogische Augentechniken sind nicht ungefährlich. Sie können das körperliche, das seelische und auch das geistige Wohl beeinträchtigen. Sie können zu Ängsten, Alpträumen, Depressionen und anderen seelischen Problemen führen, und sie können den Geist verwirren.

Yogische Augentechniken verstoßen gegen den christlichen Glauben und das Wort Gottes. Aus biblischer Sicht können sie früher oder später die Tür zum Reich und zu den Mächten der Finsternis öffnen. Sie können die Kinder in Medien und mediale Persönlichkeiten verwandeln, die von

- c) Mächten der Finsternis geleitet und verführt werden.
- d) Yogische Augentechniken sind vielfach verbunden mit modernen Formen der Wahrsagerei. So sollen z.B. Wärmegefühle im Bauch und/oder „innere Bilder“ (Visionen/Visualisierungen) Antwort auf gestellte Fragen geben können. Angeblich wird hierbei „der Bauch“ und/oder „das Unbewusste“ (oder Unterbewusstsein) befragt.
- e) Unter Zwang und Gruppendruck sind yogische Augentechniken rechts- und verfassungswidrig. Sie verstoßen gegen das Hypnoseverbot und gegen das Grundrecht auf Glaubens-, Gewissens- und Religionsfreiheit.
- f) Unter Zwang und Gruppendruck sind yogische Augentechniken eine moralisch verwerfliche und rechtswidrige Form religiöser Indoktrination und antichristlicher Zwangsmissionierung.

5. Wie kann ich mich davor schützen?

Du solltest die oben genannten Praktiken meiden. Vor allem solltest du nicht schielen und nicht die Augen verdrehen. Du solltest nicht leicht nach oben, auf den Punkt zwischen den Augenbrauen, und/oder auf die Nasenspitze starren. Du solltest auch nicht mit den Augen rollen, so z. B. bei der „Liegenden Acht“, beim „Elefanten“ usw. Wenn du zu diesen Übungen gezwungen wirst, solltest du immer den Kopf in die Blickrichtung drehen. Außerdem solltest du bei diesen Augenstellungen niemals deinen „Bauch befragen“ bzw. „innere Bilder“ oder Visionen empfangen wollen. In Wirklichkeit werden die Geister befragt. Der Bauch weiß gar nichts, auch „das Unbewusste“ oder „Unterbewusstsein“ weiß nichts, aber auch gar nichts.

Zur Vertiefung: Franzke, R.: New-Age-Pädagogik.

© Dr. Reinhard Franzke, 2005

INP: Fon/Fax 0049-(0)511- 211 00 40