

Bikram: yogi, guru, roofdier

YOGA Een nieuwe documentaire van Netflix toont het wangedrag van de 'Bad Boy of Yoga'.

Door onze medewerke **Sandra Heerma van Voss**



Bikram Choudhury in de nieuwe documentaire *Bikram: Yogi, Guru, Predator*. BEELD NETFLIX

Komt hij er nou weer mee weg? Zes aanklachten werden er al ingediend tegen yogameester Bikram Choudhury, vanwege onder meer aanranding, verkrachting en fraude. Slechts één keer kwam het tot een rechtszaak, maar de gedupeerde heeft de toegewezen miljoenen schadevergoeding nooit ontvangen. Choudhury (1944), een Indiër die fortuin maakte in de VS, is sinds 2016 voortvluchtig. Zijn woordvoerder noemt hem een 'wereldreiziger' die de Netflix-documentaire die vorige week over hem

uitkwam, beschouwt als zoveelste uiting van leugenachtige 'karaktermoord'.

Wie *Bikram: Yogi, Guru, Predator* bekijkt, zal deze hondsbrutale reactie niet verbazen. Choudhury werd geen beroemdheid dankzij z'n goede manieren. Hij brak in de jaren zeventig door als de 'Bad Boy of Yoga', zelfverklaard uitvinder van een even uitputtende als heilzame reeks van 26 yogahoudingen en twee ademhalingsoefeningen, uit te voeren in een heetgestookte studio. Prominente fans als Shirley MacLaine en Quincy Jones hielpen

'Bikram yoga' een rage te worden. Alle kwalen zouden erdoor verdwijnen. Amerika had hem nodig, aldus Choudhury.

Vanaf de jaren negentig leidde hij leraren op in Bikram's Yoga College of India in Los Angeles, waar studenten negen weken non-stop trainingen volgden. Wereldwijd werden honderden Bikramstudio's opgericht, waaronder in Amsterdam in 2003. Inmiddels zijn er acht in Nederland. Financieel zijn ze onafhankelijk, maar de lokalen worden er volgens het Bikram-protocol tot veertig graden verwarmd,

en elke les duurt exact negentig minuten.

Toen ik in 2011 voor *NRC* een reportage schreef over het International Yoga Asana Championship in Los Angeles, liep Choudhury daar ook rond. Ik herinner me een gleufhoed, priemende ogen én een adorerende entourage, de kennelijke 'incrowd', wat slecht te rijmen viel met het gelijkheidsprincipe van de lessen in de Haagse Bikramstudio die ik zelf bezocht. Bij ons hing niet eens zijn foto aan de muur. Anekdoten over een Rolex-collectie en wagenpark werden lacherig door-

verteld. Maar Bikram was beroemd. Roem maakt aantrekkelijk. Meer zocht ik er niet achter.

Een jaar later begonnen geruchten te circuleren over wangedrag. „Weird shit”, in de woorden van yogalerares Lydia Wright, die zelf in 2003 haar diploma haalde. „In mijn jaar waren er 226 mensen. Mijn lerares had me duidelijk geïnstrueerd: blij achterin staan, stel geen vragen maar luister. Richt je op de yoga. Achteraf was dat misschien haar manier om me voor te grote emotionele betrokkenheid te behoeden. Ik vond Bikram een

geweldige leraar. Ik heb uren naar hem geluisterd, maar om nu te zeggen dat ik hem ken - nee. Ik kwam voor het papiertje.”

In 2006 opende Wright haar studio in Den Haag. In de daaropvolgende jaren stuurde ze twaalf van haar meest toegewijde leerlingen naar Bikrams opleiding. Toen Sarah Baughn, ook in de Netflix-film te zien, Choudhury in 2013 openlijk van misbruik beschuldigde, was dat volgens Wright een keerpunt: vanuit Nederland werden geen studenten meer naar hem toegestuurd. Wie Bikram-docent

wilde worden, kon voortaan bij andere opleidingscentra terecht.

Binnen de Bikram-gemeenschap werd steeds duidelijker dat de frontman zichzelf niet onder controle had. De film rijgt de schrijnende voorbeelden aaneen. Slachtoffers hebben het over hun 'guru', hun 'vader', hun 'god', en hoe moeilijk ze die status konden verenigen met zijn wangedrag. En de yoga, die heerlijke yoga - moeten ze die nou opgeven? Aan het slot wordt gesuggereerd dat Choudhury nog altijd massatrainingen geeft, maar Wright betwijfelt dat:

volgens haar zijn het kleine groepen en is zijn interne macht verpulverd. Het hoofdkwartier in LA is opgedoekt.

In de VS hebben veel yogascholen de naam 'Bikram' geschrapt en vervangen door een algemener term als 'hot yoga'; in Nederland is dat vooralsnog niet het geval.

Documentaire

Bikram: Yogi, Guru, Predator
Regie: Eva Orner. Netflix, 86 minuten.
●●●○○