

I Cristiani e lo Yoga

LO YOGA

Dialogando con amici e conoscenti ho scoperto che la maggior parte di loro è convinta che lo yoga sia una tecnica di rilassamento che dà ottimi risultati, oppure semplicemente una ginnastica; i più intellettuali pensano che si tratta di una filosofia di vita. Mi sono anche stupita nel sapere che vi sono insegnanti che consigliano ai genitori di far praticare lo "yoga" agli adolescenti che manifestano la tipica insofferenza e il disagio di questa età di transizione; e nel sentire nei programmi televisivi eminenti medici consigliare lo yoga come cura di diverse malattie, in particolare quelle cardiovascolari.

Cos'è veramente lo yoga?

Lo yoga è assai diffuso in Europa e negli Stati Uniti d'America ormai da molti anni. La pratica di questa disciplina viene incoraggiata per aiutare un armonioso sviluppo dell'uomo, grazie a delle forze interne che dovrebbero produrre benessere. Questa forma di meditazione si prefigge lo scopo di rendere l'individuo capace di interagire con delle forze esterne "cosmiche".

Per questo non si tratta solo di una ginnastica dell'anima, ma ha delle implicazioni e dei fondamenti religiosi molto evidenti. Il dizionario della lingua italiana alla parola yoga afferma chiaramente: "Dottrina filosofica indiana e sistema morale-religioso la cui essenza è la meditazione. Ammette l'esistenza di un'anima primordiale anteriore alla materia e sostiene che dall'unione della prima con la seconda nasce lo spirito della vita. La pratica yoga consiste quindi in una specie di processo di divinizzazione di chi la segue."

Infatti, l'ascesi dello yoga dovrebbe permettere l'unione dell'*atman* con il *Brahman*, cioè dell'individuo con l'essenza divina. Questo ci ricorda le parole di satana in Eden: «... i vostri occhi si apriranno e sarete come Dio.» (Genesi 3:5)

Il dizionario Devoto-Oli afferma che lo yoga è un complesso di tecniche ascetiche indiane, comuni sia a varie forme di induismo, sia al buddismo.

Chi pensava che lo yoga fosse una banale forma di rilassamento, ha motivo di ricredersi. Chi pensa poi che questa tecnica sia compatibile con il pensiero cristiano, rifletta sulle sue origini occulte.

Yoga classico