

# I pericoli dello Yoga

29 October 2015



*Lo Yoga è una tecnica che tende ad ottenere con mezzi ascetici e psichici, il controllo delle funzioni vitali, la perfetta padronanza del corpo ed infine l'unità con l'essenza stessa della persona.*

Questa definizione del lessico si applica al «Hatha-Yoga» cioè a quel ramo dello Yoga il più diffuso in Europa che, in realtà, serve da base agli altri rami.

Le varie forme dello Yoga hanno tutte le loro origini nella **storia pagana** dell'India antica ed hanno ricevuto le loro formule da filosofi indù, che ricercavano, non solo la totale padronanza del corpo e dell'anima, il controllo perfetto dei sentimenti e dei pensieri, ma, nelle sue tappe successive, aspiravano anche alla elevazione dell'«lo» verso l'essere supremo che, in India, viene chiamato «Brahma, l'Unico, L'eterno» oppure «Inra, il re degli dei».

L'insieme dello Yoga (parola in sanscrito che significa «congiunzione») viene definito nel «Lexique Universel Suisse» come essendo «uno dei sei sistemi filosofici induisti ortodossi, alla ricerca di forze e di stati di coscienza (visioni

mistiche)straordinari, come pure l'unione dell'uomo mortale con l'Universale (il Divino), il mezzo di raccoglimento, di meditazione, di ascesa e di estasi sistematiche, di esercizi respiratori e di posture, che influiscono sui muscoli ed i nervi».

Nello Hatha Yoga, adattato al mondo occidentale per renderlo più semplice e più accessibile, si vorrebbe presentare se non una tecnica per ammorbidire le membra ed il corpo intero ed assicurare così una migliore salute fisica. I suoi propagatori dichiarano che non si tratta di «ginnastica classica», che cerchi di esercitare e tonificare l'organismo; ma piuttosto di un allenamento fisico mediante un genere di «ginnastica immobile». Esso consiste nel prendere certe posizioni o posture di rilassamento, che non esigano movimenti rapidi o bruschi.

Praticamente, si tratta soprattutto di «pose successive» e di una «concentrazione del pensiero» con una visuale spirituale, secondo quanto specifica il monaco cattolico J. M. Dechanet, fervente propagatore dello Yoga detto cristiano.

Vero è che gli esercizi fisici hanno un'azione benefica sulla salute del corpo. Certe persone, che hanno praticato lo Yoga, affermano che la pratica dello Yoga ha migliorato il loro stato di salute. Tuttavia, le sedute di Yoga non sono senza pericolo per il corpo, in quanto si prendono certe posture contro natura. Anche in Europa, ci sono diverse ginnastiche classiche e sane, che tendono a rendere il corpo più malleabile, e a migliorarne lo stato di salute, senza tuttavia mettersi sotto l'influenza spiritualmente nefasta dello Yoga.

Le reali conseguenze della pratica dello Yoga sono quasi sconosciute. Il suo aspetto esterno, in quanto mostra movimenti lenti, serve a mascherare il suo vero scopo sullo spirito. **Chi impara lo Yoga apre il suo corpo e lo spirito alle influenze del mondo invisibile e conduce allo spiritismo induista.**

Il «Centre d'Etudes» dello Yoga a Parigi afferma:

*Anche senza voler fare dello Yoga una disciplina spirituale, si vede in che modo gli esercizi di respiro, le posture e le tecniche di rilassamento abbiano un'azione diretta sulle vie cerebrali e spirituali... Se l'influenza dello spirito sul corpo è evidente, l'influenza del corpo sullo spirito è meno conosciuta. La padronanza del corpo conduce dunque a quella dello spirito... Per questo si ritiene questo metodo come maggiormente provato, cioè lo Yoga, come essendo il più sicuro, e i cui principi sono stati scoperti da alcuni millenni dai filosofi*

*dell'India. Il metodo dell'»Euro-Yoga« (Hatha Yoga) è per gli Occidentali il più efficace e quello che maggiormente si adatta ai loro problemi particolari ed al loro tipo di civiltà. Esso è direttamente derivato dalle tecniche insegnate dai grandi maestri contemporanei degli antichi dell'India. Lo «Hatha Yoga» trasforma la vita personale, il corpo e lo spirito.*

La signora E. Ruchpaul, fondatrice della «Fédération française des praticiens du Yoga», creata per la formazione dei professori, dichiara:

*Lo Yoga è silenzio, immobilità nell'ascolto di sé... Si tratta, in prima, di liberarsi anche per poco da abitudini e da schemi inerenti all'Occidente... Fare dello Yoga significa meditare col proprio corpo.*

J. M. Déchanet, conosciuto col suo libro «Voix du silence» scrive:

*Lo Yoga è compreso in questa parola: «meditazione» cioè una serie di riflessioni, e di sforzi d'intendimento. Si tratta dell'annientamento di tutte le funzioni mentali. Il suo scopo è il controllo del corpo e delle energie vitali... il suo scopo finale è di preparare l'uomo al possesso di quella quiete dello spirito, che gli è necessario per realizzare il «Supremo» o coscienza del «Divino». Si pretende padroneggiare sul corpo e sui suoi istinti per poi risvegliare lo spirito! La pratica dello Yoga rende più ricettivi, cioè più aperti agli scambi personali con Dio. Essa stimola la vita di fede. Non si deve dimenticare che il suo scopo sarebbe di facilitare la preghiera contemplativa.*

Queste pubbliche dichiarazioni mostrano in che modo le «posture» dello Yoga , che a prima vista, sembrano essere innocue e perfino benefiche per il corpo, in realtà hanno un'azione piuttosto deleteria sullo spirito. Senza che uno se ne renda conto, queste **meditazioni ascendenti**, con le sue posture contemplative, conducono a separarsi dal mondo materiale per aprirsi alle influenze del mondo spirituale. D'altronde, **le posture stesse sono sovente un simbolo di adorazione** ecc., senza parlare delle «**preghiere**» o meditazioni che sono raccomandate durante l'esercizio della sua pratica. Mentre si compiono le «posture di silenzio e meditazione» ci si sottomette inconsciamente alle **influenze di religioni induiste, spiritiche e demoniache**, che sono quelle che hanno ispirato lo Yoga nelle sue diverse forme, perfino quelle adottate in Occidente.

Quelli che sono autorevoli nell'insegnamento dello Yoga, contestano le dichiarazioni di certi giornali, in quanto che lo «Ha-ma-Yoga» agirebbe soltanto sul fisico e sarebbe privo di qualsiasi scopo religioso. I seguaci dello Yoga dimostrano che con questo metodo della padronanza sul corpo, l'uomo cerca di **entrare in contatto con Dio**, di salvare se stesso e di trasformarsi. **Lo Yoga offre, insomma, la salvezza con sforzi personali**, diretti dall'esterno verso l'interno, dal basso verso l'alto. Invece Dio agisce dall'alto verso il basso, dall'interno verso l'esterno; Egli ha mandato il Suo Figliuolo sulla terra per rigenerare lo spirito ed il cuore dell'uomo mediante lo Spirito Santo, rivelando Gesù Cristo in noi, per la fede nella Sua grazia, senza alcuno sforzo carnale da parte nostra.

Chiunque è già incoscientemente legato da vincoli di superstizione e di stregoneria è facilmente attirato dallo Yoga e dal suo carattere induista, i nostri paesi cosiddetti cristiani, sono sempre più dominati dalle potenze occulte, così lo spirito induista vi trova facile accesso, anche come addetti favorevoli allo Yoga. E quindi necessario avvertire la gente del pericolo rappresentato dallo Yoga e condurli alla croce, dove il Signore ha vinto queste potenze del l'Oriente.