Γιόγκα (Yoga): Η τέχνη για να πεθάνεις (Ιωάννης Μηλιώνης, εκπαιδευτικός, μέλος τής Π.Ε.Γ.)

Categories : ΘΕΟΛΟΓΙΑ

Date : 7 Νοεμβρίου, 2019

Ὡς **γιόγκα** νοοῦνται οἱ σωματικές, νοητικές καί πνευματικές πρακτικές, πού προέρχονται ἀπό τήν ἀρχαία Ἰνδία κι ἔχουν σά στόχο, ὅπως δηλώνουν οἱ ὀπαδοί της στή Δύση, τήν ἐπίτευξη μιᾶς «μόνιμης εἰρήνης τοῦ νοῦ, ὥστε νά βιώσει τόν ἀληθινό του ἑαυτό». Ἀκόμη, ἡ γιόγκα πρεσβεύει τήν ἕνωση τῆς ψυχῆς μέ τό θεό -ὅπως τουλάχιστον ὁ ἰνδουισμός ἀντιλαμβάνεται τό θεό-, μέσω συγκεκριμένων μεθόδων, κυρίως τοῦ **διαλογισμοῦ**.

Κατά τή θρησκευτική μυθολογία τοῦ Ἰνδουισμοῦ τή γιόγκα τή δημιούργησε ὁ θεός Κρίσνα καί τήν παρέδωσε στούς ἀνθρώπους, μέσω τοῦ μαθητῆ του, Ἀρτζούνα, σάν μιά μέθοδο γιά νά τόν λατρεύουν.

Ἡ γιόγκα ἀπέσπασε τήν προσοχή τοῦ κοινοῦ τῆς Δυτικῆς διανόησης στά μέσα του 19ου αἰώνα. Ὅμως ὁ κυρίως ὑπεύθυνος γιά τή διείσδυση τῆς γιόγκα στή Δύση ὑπῆρξε ὁ Ἰνδός Σουάμι Βιβεκανάντα. Ὁ Βιβεκανάντα συμμετεῖχε στό «Α' Κοινοβούλιο τῶν Θρησκειῶν τοῦ Κόσμου», στό Σικάγο 1893, ὅπου μίλησε γιά τήν ἑνότητα τῶν θρησκειῶν καί ἐξαπάτησε τούς Δυτικούς συνέδρους δηλώνοντας ὅτι: «κάθε θρησκεία θά πρέπει νά ἀφομοιώσει τό πνεῦμα τῶν ἄλλων θρησκειῶν, διατηρώντας ὡστόσο τίς ἰδιαιτερότητές της...», πρᾶγμα ἐπί τῆς οὐσίας ἀδύνατον. Ὁ ἴδιος ὅμως, στόν πύρινο λόγο του σέ φοιτητές στό Madras κατά τήν ἐπιστροφή του στήν Ἰνδία, δήλωσε μεταξύ ἄλλων: «... σήκω, Ἰνδία, καί κυρίευσε τόν κόσμο μέ τήν πνευματικότητά σου... Αὐτό πού πρέπει νά κυριεύσει τή Δύση εἶναι ἡ πνευματικότητα...».

Ἄλλος ὑπεύθυνος γιά τή διείσδυση τῆς γιόγκα στή Δύση καί ὄχι μόνο, εἶναι ἡ **Θεοσοφία**, ἕνα σύστημα ἀποκρυφιστικῶν δοξασιῶν μέ ἔντονα συγκρητιστικό χαρακτήρα, πού ἀναπτύχθηκε κυρίως μέσα ἀπό τά γραπτά της Ἑλένας Μπλαβάτσκυ, ἡ ὁποία ὑπῆρξε μέντιουμ καί ἀποκρυφίστρια καί ἡ ὁποία ἵδρυσε τό 1875 τή «Θεοσοφική Ἑταιρεία».

Ἔτσι, ἀπό τή δεκαετία τοῦ 1960, ἡ Δύση «ἁλώνεται» ἀπό δεκάδες ἰνδούς γκουρού, πού ἑλκόμενοι ἀπό τό «ζεστό» ἀμερικανικό χρῆμα, «παίρνουν πίσω το αἷμα τους» ἐκδικούμενοι παράλληλα τούς δύο καί πλέον αἰῶνες βρετανικῆς ἀποικιοκρατίας.

Ἡ πρακτική τῆς γιόγκα διδάσκεται σέ μακρά σειρά μαθημάτων, πού μποροῦν νά ἐκτείνονται καθ' ὅλη τή ζωή τοῦ ἀσκουμένου. Ἡ τεχνική τῆς γιόγκα συνίσταται σέ

διαλογισμό, δηλαδή ἀπεξάρτηση τοῦ νοῦ ἀπό τίς σκέψεις καί στήν ἕνωση μέ τό «Ἄτμαν» (τόν ἀτομικό θεό-Ἑαυτό), προέκταση τοῦ ὁποίου εἶναι τό «Μπράχμαν» (ὁ συλλογικός, συμπαντικός θεός-κατάσταση). Ἡ τεχνική ἀποτελεῖται ἀπό ὀκτώ στάδια πού ἔχουν ὡς ἑξῆς: 1) Γιάμα (Yama): Ὁ ἀσκούμενος ἀποφεύγει: βία, κλοπή, ψεῦδος, γενετήσιες σχέσεις, ἰδιοκτησία, 2) Νιγιάμα (Niyama): Ἀσκήσεις πού στοχεύουν στήν ἀποκοπή τοῦ νοῦ ἀπ’ τίς ἐπιθυμίες, 3) Ἀσάνα (Asanas): Ὁ ἄνθρωπος παραμένει σέ εἰδικές στάσεις, πού δέν ἐνοχλοῦν τό διαλογισμό, 4) Πραναγιάμα (Pranayama): Ρυθμίζει τήν ἀναπνοή του, ὥστε νά μήν ἐπηρεάζεται ἡ ἀπόλυτη συγκέντρωση, 5) Πρατιαχάρα (Pratyahara): Συγκεντρώνει τίς αἰσθήσεις καί ἀπομονώνει τό νοῦ του ἀπό τόν κόσμο, 6) Νταράνα (Dharana): Ἐπιλέγεται ἕνα ἀντικείμενο, στό ὁποῖο ὁ νοῦς προσηλώνεται, 7) Ντυάνα (Dhyana): Ὁ νοῦς συγκεντρώνεται ἀρχικά στό ἀντικείμενο, ἐνῶ στή συνέχεια ταυτίζεται μέ τόν ἑαυτό του ἀνακαλύπτοντας, δῆθεν, τό Ἄτμαν, πού βρίσκεται μέσα του, 8) Σαμάντι (Samadhi): Ὁ νοῦς διαλύεται στό Ἄτμαν καί ἑνώνεται μ’ αὐτό.

Ἐνῶ στίς πρῶτες ἀπό τίς 8 αὐτές φάσεις διατηροῦνται ὁρισμένα στοιχεῖα συνειδητότητας, στήν τελευταία, ὁ γιόγκι καταλήγει σέ μιά κατάσταση ὑπέρβασης κι αὐτῆς ἀκόμη τῆς αὐτοσυνειδησίας. Δέν ἀντιλαμβάνεται πιά οὔτε χρῶμα, οὔτε ὀσμή, οὔτε ἦχο, οὔτε ἁφή, οὔτε τόν ἑαυτό του, οὔτε κανέναν ἄλλο. Τό πνεῦμα του «ἐλευθερώνεται», λένε, ἀπό τή μνήμη καί τή λήθη. Αὐτό θεωρεῖται ἐπίγνωση, φωτισμός.

Πρόκειται, τελικά, γιά μιά τεχνική πού **ἀποσκοπεῖ στήν ἐκμηδένιση τοῦ προσώπου** καί στή «σύνδεση μέ τό Ἀπόλυτο». Γι’ αὐτήν ὅμως δέν ἔχουν κανένα νόημα οἱ βασικές χριστιανικές ἀλήθειες περί Χριστοῦ-Σωτῆρα, περί χάριτος, περί ἀνιδιοτελοῦς ἀγάπης, περί Σταυροῦ καί Ἀνάστασης.

Ἡ γιόγκα λοιπόν εἶναι ἕνα θρησκευτικό σύστημα, πού διεισδύει σέ ὅλα τά ἐπίπεδά τῆς ζωῆς τοῦ ἀνθρώπου, καθώς ἔχει δική του θεολογία, κοσμολογία καί ἀνθρωπολογία, δηλαδή ἔχει συγκεκριμένη διδασκαλία γιά τό τί εἶναι ὁ θεός, ὁ κόσμος καί ὁ ἄνθρωπος, **ἐκ διαμέτρου ἀντίθετα ὅλα αὐτά μέ τήν Ὀρθόδοξη καί Χριστιανική κοσμοαντίληψη**.

Ἀφοῦ ἄλωσε τή Δύση, ἡ γιόγκα διαφημίζεται σήμερα σάν γυμναστική, πού προσφέρει δῆθεν χαλάρωση, εὐεξία ψυχοσωματική, διώχνει τό ἄγχος, δυναμώνει τό ἀνοσοποιητικό σύστημα τοῦ ὀργανισμοῦ καθώς καί τό νευρικό σύστημα. Ἀκόμα, ὅτι βελτιώνει τήν κυκλοφορία τοῦ αἵματος, ἐξισορροπεῖ τή λειτουργία τοῦ ἐγκεφάλου, «αὐξάνει ἀκόμη καί τόν δείκτη νοημοσύνης» (IQ).

Ὑπάρχουν ἰσχυρισμοί ὅτι θεραπεύει ἀκόμη καί τόν καρκίνο. Ὅμως, ὅλα αὐτά παραμένουν ἰσχυρισμοί, χωρίς ἐπιστημονική τεκμηρίωση, πού καθιστοῦν τή γιόγκα ἕνα **ὁλιστικό σύστημα, πού προϋποθέτει πίστη σέ ξένες θεότητες, πού**

ὑπόσχεται τήν αὐτοθέωση τοῦ ἀνθρώπου.

Τά τελευταῖα χρόνια αὐξάνονται στή χώρα μας τά διάφορα «κέντρα γιόγκα» καί εἰσάγεται ἡ γιόγκα στά γυμναστήρια, ἐνῶ οἱ γνώσεις καί οἱ ἀντιλήψεις γι' αὐτήν παραμένουν πενιχρές, γενικές καί συγκεχυμένες στόν ἁπλό ἄνθρωπο. Δημόσια, ἡ γιόγκα προβάλλεται σάν «εἶδος γυμναστικῆς», πουθενά ὅμως δέν ἀναφέρεται ὅτι οἱ στατικές θέσεις τῆς γιόγκα δέν γυμνάζουν τό σῶμα, ἀλλά ἐπιβαρύνουν τόν ὀργανισμό καί συσσωρεύουν προβλήματα ὑγείας 1.

Δημόσια, γίνεται συνήθως ἀναφορά μόνο στίς ἀσκήσεις τῶν μυϊκῶν καί νευροφυτικῶν κέντρων, στίς ἀσκήσεις ἀναπνοῆς καί τά παρόμοια. Ἀρκετές ἰδιωτικές σχολές προσπαθοῦν νά παρουσιάσουν αὐτές τίς κινήσεις χωρίς τόν θρησκευτικό χαρακτήρα τους, ὥστε νά γίνονται εὐκολότερα ἀποδεκτές ἀπό τόν μέσο Ἕλληνα»· ἔτσι κατόρθωσε νά μπεῖ ἡ γιόγκα στά γυμναστήρια, στίς σχολές χοροῦ, στά «πολιτιστικά» προγράμματα τῶν Δήμων καί σήμερα στά σχολεῖα...

Ὅμως, ὁ ἀληθινός σκοπός τῆς γιόγκα δέν εἶναι ἡ ὑγεία καί ἡ εὐεξία τοῦ σώματος· ὅσοι γκουρού εἶναι συνεπεῖς πρός τή θρησκευτική του παράδοση τό βεβαιώνουν. Ὁ γκουρού Σατυανάντα παρακαλεῖ ὅσους ἀσκοῦν τή γιόγκα νά μή τήν ὑποβιβάζουν σέ τεχνική ὀμορφιᾶς ἤ «τεχνική γιά τήν ὑγεία». Λέει χαρακτηριστικά: «γιά τήν ὀμορφιά σου ὑπάρχουν... τά κέντρα ὀμορφιᾶς. Παρακαλῶ πήγαινε σ' αὐτά καί μήν ἔρχεσαι στά κέντρα τῆς γιόγκα. Ἐάν θέλεις νά φορμάρεις τό σῶμα σου, ὑπάρχουν καί κέντρα φυσιοθεραπευτικῆς ἀγωγῆς... Πήγαινε λοιπόν ἐκεῖ. Στά κέντρα τῆς γιόγκα θά πρέπει μόνον ὁ σκοπός τῆς ἀναπτύξης τῆς συνειδητότητάς σου νά σέ φέρνει...» 2.

Καί συμπληρώνει ὁ Γιοχάννες Ἀαγκααρντ, καθηγητή Θρησκειολογίας στό Πανεπιστήμιο Ἀαρχους τῆς Δανίας: «Ὁ πραγματικός σκοπός τῆς γιόγκα δέν εἶναι ἡ ἀπόχτηση ὑγείας, εὐεξίας κ.τ.λ., ἀλλά **ὁ μηδενισμός τῆς ὕπαρξης**. Ἡ ἀληθινή γιόγκα -ὅπως ἐφαρμόζεται στόν ἰνδουισμό, ὅπου γεννήθηκε- εἶναι **ἕνας τρόπος γιά νά πεθάνεις**» 3.

«Πρέπει νά πεθάνεις γιά νά γεννηθεῖ τό πραγματικό σου εἶναι», λέει κι ὁ Osho (Μπαγκουάν Σρί Ραζνίς). «Ἀπό τήν ἄποψη τῆς Τάντρα, ἡ Γιόγκα εἶναι μιά βαθιά αὐτοκτονία. Πρέπει νά σκοτώσεις τόν φυσικό σου ἑαυτό, τό σῶμα σου, τά ἔνστικτά σου, τίς ἐπιθυμίες σου, τά πάντα» 4· κι ὅσο κι ἄν ἀναφέρεται δῆθεν στόν «παλαιό ἑαυτό», στήν οὐσία κυριολεκτεῖ. Πρέπει «νά πληρωθεῖ τό κάρμα»5 καί νά πεθάνει μέσω τῆς γιόγκα τό φυσικό σῶμα, γιά νά μπορέσει νά μετενσαρκωθεῖ ἡ «Οὐσία» σέ ἄλλη, ἀνώτερη ἐνσάρκωση ἤ στήν καλύτερη περίπτωση νά ξεφύγει ὁριστικά ἀπό τόν τροχό τῶν γεννήσεων καί τῶν θανάτων, τόν «τροχό τῆς Σαμσάρα» 6.

Πόση λοιπόν σχέση μπορεῖ νά ἔχουν ὅλα αὐτά μέ τήν πίστη τῆς Ἐκκλησίας ἤ μέ τήν ἐκγύμναση τοῦ σώματος; Τό Δελτίο Τύπου7 τῆς Ἱερᾶς Συνόδου τῆς Ἐκκλησίας τῆς

Ἑλλάδος, γιά τή γιόγκα (16/6/2015), βάζει ὁριστικά τα πράγματα στή θέση τους.

---

1 http://www.antibaro.gr/article/611

2 Βλ. π. Ἀντ. Ἀλεβιζοπούλου «Ἀποκρυφισμός, Γκουρουϊσμός, "Νέα Ἐποχή"», σελ. 169.

3 Βλ. «Τί εἶναι πραγματικά ἡ γιόγκα;» http://www.orthodoxnet.gr/pdf/par%2044.pdf, σελ. 2.

4 http://archive.is/hiaQp

5 Δεσμεύσεις καί ὑποχρεώσεις ἀπό προηγούμενες ζωές.

6 Η ἀνάκληση τῶν ὑπάρξεων. Σύμφωνα μέ αὐτή, ἀφοῦ μιά μορφή ὕπαρξης διαλυθεῖ, κάτι ἀπό αὐτήν ἐπιβιώνει καί μεταβαίνει σέ ἄλλη μορφή ὕπαρξης. http://archive.is/BXoks

7 http://archive.is/LMcKP

("Ορθόδοξος Τύπος" Πηγή ψηφ. κειμένου: impantokratoros.gr*)*