

“Γιόγκα και Διαλογισμός: Μύθοι και Αλήθειες”

Μητροπολιτικό Έργο / Ι.Μ. Χαλκίδος

«Η Γιόγκα είναι είδος γυμναστικής που συντελεί στην ευεξία, και συνιστά επιστημονική μέθοδο»;

ΜΥΘΟΣ



Πολλοί παρουσιάζουν πληθώρα ευεργετικών επιδράσεων της Γιόγκα στην ψυχοσωματική υγεία, χωρίς ποτέ να αναφέρουν συγκεκριμένες επιστημονικές μελέτες, ούτε διεθνώς πιστοποιημένα εκπαιδευτικά-έρευνητικά κέντρα. Από μόνο του το γεγονός ότι σε ένα από τα πιο ιερά κείμενα του Ινδουισμού, την Μπαγκαβάτ Γκιτά (δηλ. θεϊκό τραγούδι), δηλώνεται πως ο Θεός Κρίσνα αποκάλυψε στους ανθρώπους την Γιόγκα, σημαίνει πως αυτή δεν είναι καθόλου μία επιστημονική μέθοδος.

Τέλος, σύμφωνα με τον έρευνητή - αθλητή κ. Χρήστο Ταγαράκη, η Γιόγκα συνιστά μία επικίνδυνη σωματική άσκηση, η οποία προτείνει στατικές ασκήσεις που οδηγούν σε υποκινητικότητα, η οποία με την σειρά της προκαλεί πλήθος καρδιαγγειακών και έγκεφαλικών παθήσεων. Αντίθετα, ο κ. Ταγαράκης προτείνει ασκήσεις που τονώνουν ομάδες μυών, όπως η αεροβική γυμναστική, το κολύμπι, η ποδηλασία, το γρήγορο βάδισμα κλπ.



«Η Γιόγκα και ο Διαλογισμός είναι πιθανόν να προκαλέσουν σοβαρές ψυχοσωματικές βλάβες στον άνθρωπο».

ΑΛΗΘΕΙΑ

Στό έγκριτο περιοδικό *Cultic Studies Review*, vol. 02, No 01, 2003, by Sandy Brundage. (Το κείμενο δημοσιεύεται στο περιοδ. «ΕΝΗΜΕΡΩΣΙΣ» Ι. Μ. Τροοδίτισ-σης, τεύχ. 31-33 Φεβρουάριος - Απρίλιος 2004, σελ. 257-259), αναφέρεται πως «τά επιβλαβή αποτελέσματα του Διαλογισμού... συμπεριλαμβάνουν σπασμούς στο πρόσωπο, άπνεια, παραθέτοντας μία σειρά τέτοιων σοβαρών παρενεργειών σύμφωνα με έρευνες στα Πανεπιστήμια Berkley, Heidelberg, Laurentian (Καναδάς)». Αλλά και σε πολλά βιβλία με αντικείμενο τη Γιόγκα, προειδοποιείται ο αναγνώστης ότι οι διάφορες τεχνικές μπορεί να προκαλέσουν βλάβη στην υγεία! Αυτό επιβεβαιώνει και ο Σύλλογος Γιόγκα Ελλάδος, υπογραμμίζοντας πως «η υπερβολική εύλυγσία, αν δεν συνοδεύεται από την ανάλογη δύναμη, τότε μπορεί να είναι έως και επικίνδυνη για την υγεία». (www.en-gr)



ΙΕΡΑ ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΣ ΧΑΛΚΙΔΟΣ
ΙΣΤΙΑΙΑΣ & ΒΟΡΕΙΩΝ ΣΠΟΡΑΔΩΝ

ΠΟΙΜΑΝΤΙΚΗ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΔΙΡΕΣΕΩΝ



ΥΟΓΑ

«Γιόγκα και Διαλογισμός:
Μύθοι και αλήθειες»

Ιερά Μητρόπολις Χαλκίδος, Ιστιαιάς και Βορείων Σποράδων – Ποιμαντική κατά των αιρέσεων: «Γιόγκα και Διαλογισμός: Μύθοι και αλήθειες».

[ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ ΤΟ ΕΝΤΥΠΟ](#)

«Κανένας συσχετισμός δεν μπορεί να υπάρξει μεταξύ ὀρθόδοξης προσυχής καὶ ἀσκήσης, μετὸν διαλογισμοῦ καὶ τῆς Γιόγκα».

ΛΗΘΕΙΑ

Ὁ Χριστιανὸς ὅταν προσεύχεται δὲν προσπαθεῖ νὰ χαλαρώσει, οὔτε νὰ ἀδεύσει τὸ νοῦ ἀπὸ κάθε σκέψης, ἀλλὰ μετὰ νύστα καὶ ταπείνωση, στρέφει τὸ νοῦ καὶ τὴν καρδιά του στὸν προσωπικὸ Τριαδικὸ Θεό, προκειμένου νὰ ἔρθει σὲ κοινωνία ἀγάπης μαζί Του, ἐλπίζοντας στὸ ἄπειρο ἔλεός Του. Ἀκόμη, ἀποδέχεται τὴν ἀναξιοτήτά του καὶ καταφεύγει στὴ βοήθειά Του, προκειμένου νὰ λυτρωθεῖ καὶ νὰ ἐπιτύχει τὴν ποθητὴ ἐπιστροφή του, στὴν προπρωτοκὴ του κατάστασις. Ἀντίθετα, ὁ τελικός σκοπὸς τῆς Γιόγκα καὶ τοῦ διαλογισμοῦ εἶναι ἡ αὐτοπραγμάτωσις, ἡ αὐτοσωτηρία, ἡ αὐτοθέωσις!



«Ἡ Γιόγκα καὶ ὁ διαλογισμὸς εἶναι πρακτικὲς καὶ θεωρίες ἀσυμφιβάστες μετὸν Ὀρθόδοξη Πίστη».

ΛΗΘΕΙΑ

Ἡ Γιόγκα καὶ ὁ διαλογισμὸς εἶναι ἀσυμφιβάστες πρὸς τὴν Ὀρθόδοξια. Πρὸς ἐπίγνωσιν τούτου, καθίσταται γνωστὸ στὸ πλῆρωμα τῆς τοπικῆς μας Ἐκκλησίας, πῶς ἡ Ζ' Πανορθόδοξη Συνδιάσκεψις Ὀρθόδοξων Ἐκκλησιῶν καὶ ἡ Μητροπόλεως γιὰ θέματα Αἰρέσεων, Παραθρησκείων ἔχει κατατάξει πολλὰ ἐκ τῶν σχολῶν Γιόγκα / διαλογισμοῦ καὶ Κινήσεων μεταξὺ τῶν ἀσυμφιβάστων μετὸν Ὀρθόδοξη Πίστη πρακτικῶν καὶ θεωριῶν, προκειμένου νὰ προστατεύσει τὸ Ὀρθόδοξο ποίμνιό της. Θεωρίες καὶ πρακτικὲς ὅπως τὸ κάρμα, τὸ ντάρμα, ἡ μετενσάρκωσις, τὰ μάντρας, τὰ τσάκρας, κ.ά., ἀνήκουν στὸ χῶρο τοῦ πολυθεϊστικοῦ Ἰνδουισμοῦ καὶ τοῦ βουδισμοῦ. Ἄς προσέξουν, λοιπόν, οἱ Χριστιανοὶ μήπως ἀθελή τους, παρασυρόμενοι ἀπὸ τὴν «φρενιτιδα» τῆς οὐτοπικῆς «εὐεξίας», πέφτουν θύματα τοῦ «ἀρχαίου ἀφρεως» διαβόλου ἀκυρώνοντάς ἀκόμη καὶ αὐτὸ τὸ ἅγιον Βάπτισμά τους!!!

«Ἡ Γιόγκα ἐπινοήθηκε προκειμένου νὰ βελτιωθεῖ ἡ ὑγεία τῶν ἀνθρώπων»;

ΜΥΘΟΣ

Ἡ Γιόγκα, κατὰ τὸν Καθηγητὴ Θρησκευολογίας τοῦ Πανεπιστημίου Ἀρχαῖος Δανίας, Γιαχάνες Ἀσγκαρτ, εἶναι «τέχνη νὰ πεθάνει κάποιος ὅχι νὰ ζεῖ», πού γεννήθηκε ἀρχικὰ γὰ νὰ βοηθήσει γερασμένους Ἰνδοὺς νὰ ξεπεράσουν τὸ φόβο τοῦ θανάτου στὰ τελευταῖα δύσκολα χρόνια τῆς ζωῆς τους (βιβλ. «Ἀποκρ. Γκουρ. Ν. Ε.» 3η ἐκδ. σ. 176, π. Ἀντων. Ἀλεβιζοπούλου).



Ἀργότερα μετεξελιχθῆκε σὲ σύστημα, πού στόχο ἔχει νὰ προσφέρει μίαν ἄλλη ἐσωτερικὴ ζωὴ στὸν ἄνθρωπο, ὡς ὑποκατάστατο τῆς ζωῆς ἀπ' τὴν ὁποία θέλει νὰ ξεφύγει, μετὴ συνδρομὴ τῆς Ἰνδουιστικῆς θεωρίας τοῦ κάρμα (=πεπρωμένου) καὶ τῆς μετενσάρκωσις, δηλαδή τῆς προσπάθειας νὰ λυτρωθεῖ ὁ ἄνθρωπος ἀπὸ τὶς συνεχεῖς ἐπαναγεννήσεις!».

«Ἡ Γιόγκα ὅπως καὶ ὁ διαλογισμὸς δὲ συνιστοῦν θρησκεία, οὔτε ἔχουν θρησκευτικὸ ἢ φιλοσοφικὸ ὑπόβαθρο»

ΜΥΘΟΣ

Ὁ διαλογισμὸς παρουσιάζεται ὡς τὸ «βασικὸ πνευματικὸ μονοπάτι γιὰ τὴν ἀπόλυτη ἰσορροπία τοῦ ἀνθρώπου καὶ τῆ δημιουργικῆς ἐποψῆς μετὸν ἑαυτοῦ του», ἐνῶ, συχνὰ καὶ λανθ. παραπλανητικὰ, ἀποκρύπτονται ἀπὸ τὶς διάφορες ομάδες τὰ πραγματικὰ πνευματικὰ θεμέλιά του. Ἐξάλλου, «γιόγκα» σημαίνει «ένωση» μετὸν ὑπερβατικὴν πραγματικότητα – ἀπρόσωπη θεότητα. Γιόγκα καὶ διαλογισμὸς προβάλλονται ἀπὸ ὅλες τὶς γκαυροῦστικες ομάδες ὡς «μονοπάτι» πού οδηγεῖ στὴν ἐνωση μετὸν ἀπρόσωπο «Θεοῦ» τῆς Νέας Ἐποχῆς καὶ ἔχει πολλὰ ὀνόματα ὅπως: Ὑπερσυνειδητότητα, Συμπαντικὴ Ἀρχή, Παγκόσμιος Ἐνέργεια. Σύμφωνα μετὸν ιστότοπο: www.wikipedia.com, «βασικὴ τεχνικὴ στὴν πραγμάτωσις τῆς Γιόγκα εἶναι ὁ διαλογισμὸς... χωρὶς ταυτόχρονη ἀσκήσις τοῦ διαλογισμοῦ ἡ Γιόγκα δὲν θὰ καταφέρει τὰ ἐπιθυμητὰ ἀποτελέσματα».

ΑΚΟΛΟΥΘΕΙ ΑΠΟΣΠΑΣΜΑ:

«Ἡ Γιόγκα εἶναι εἶδος γυμναστικῆς πού συντελεῖ στὴν εὐεξία, καὶ συνιστᾷ ἐπιστημονικὴ μέθοδο»;

ΜΥΘΟΣ

Πολλοὶ παρουσιάζουν πληθώρα εὐεργετικῶν ἐπιδράσεων τῆς Γιόγκα στὴν ψυχροσωματικὴ ὑγεία, χωρὶς ποτέ νὰ ἀναφέρουν συγκεκριμένες ἐπιστημονικὲς μελέτες, οὔτε διεθνῶς πιστοποιημένα ἐκπαιδευτικὰ ἐρευνητικὰ κέντρα. Ἀπὸ μόνο του τὸ γεγονός ὅτι σὲ ἓνα ἀπὸ τὰ πιὸ ἱερά κείμενα τοῦ Ἰνδουϊσμοῦ, τὴν Μπαγκαβάτ Γκιτᾶ (δηλ., θεϊκὸ τραγούδι), δηλώνεται πῶς ὁ Θεὸς Κρίσνα ἀποκάλυψε στοὺς ἀνθρώπους τὴν Γιόγκα, σημαίνει πῶς αὕτη δὲν εἶναι καθόλου μιά ἐπιστημονικὴ μέθοδος.

Τέλος, σύμφωνα μέ τόν έρευνητή - άθλίατρο κ. Χρήστο Ταγαράκη, ή Γιόγκα συνιστᾷ μία έπικίνδυνη σωματική άσκηση, ή όποία προτείνει στατικές άσκήσεις πού όδηγοῦν σέ ύποκινητικότητα, ή όποία μέ τήν σειρά της προκαλεῖ πλήθος καρδιαγγειακῶν καί έγκεφαλικῶν παθήσεων. Άντίθετα, ό κ. Ταγαράκης προτείνει άσκήσεις πού τονώνουν ομάδες μυῶν, ὅπως ή άεροβική γυμναστική, τό κολύμπι, ή ποδηλασία, τό γρήγορο βάδισμα κ.λπ.