

Yoga: ¿Es lícito que un cristiano lo pratique?

Querido Roger,

Conozco a algunos cristianos que practican yoga. ¿Hacen bien?

Brianna

<><><>

Querida Brianna,

Probablemente no.

Aunque no sé casi nada sobre el yoga, estoy enterado de que fue pensado originalmente como una técnica para facilitar la Meditación Trascendental (MT). Los occidentales lo usan como un ejercicio para aliviar el estrés y llegar a un estado mental de paz.

Una amiga que anteriormente practicaba MT explicaba que la idea es la de vaciar la mente con el fin de trascender la realidad presente y recibir las fuerzas místicas del universo. Al hacer esto, se corrige las fuerzas desniveladas por las luchas de la vida.

Ella recalca que durante las sesiones de MT algo sucedía, más allá de vaciar la mente. Algo ingresaba a uno. Esa fue la parte que le alarmaba.

Antes de endosar la práctica de yoga por cristianos, habría que responder las siguientes preguntas:

- ¿Por qué querría un cristiano involucrarse en una práctica central del Hinduismo, que es la religión más idólatra y demoníaca conocida por la humanidad?

Por lo cual, Salid de en medio de ellos, y apartaos, dice el Señor, Y no toquéis lo inmundo; Y yo os recibiré, 2Cor 6:17

- ¿Por qué querría un cristiano vaciar su mente cuando la palabra de Dios nos instruye que la llenemos con pensamientos de Dios?

Tú guardarás en completa paz a aquel cuyo pensamiento en ti persevera; porque en ti ha confiado. Is. 26:3

La enseñanza de la palabra acerca del uso que debemos dar a nuestra mente es exactamente lo opuesto a la MT. En el cristianismo, logramos tener paz por medio de una actividad particular que es la oración.

Por nada estéis afanosos, sino sean conocidas vuestras peticiones delante de Dios en toda oración y ruego, con acción de gracias. 7 Y la paz de Dios, que

sobrepasa todo entendimiento, guardará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús. Filip. 4:6-7

- ¿Por qué querría un cristiano no pensar en nada, cuando la palabra de Dios nos da pensamientos específicos que debemos tener en nuestra mente?

Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza, en esto pensad. Filip. 4:8

- ¿Por qué querría un cristiano practicar algo fundamentalmente contrario a la cosmovisión bíblica?

El misticismo divide la realidad en dos esferas separadas, como si fueran los dos pisos de un edificio. En el piso inferior se encuentra el mundo tangible de la materia, lógica y los hechos. Mientras este nivel inferior es sólido, no contiene espiritualidad ni significado o valor moral.

Si esta cosmovisión fuera correcta, lo más obvio que uno debería hacer sería encontrar la forma de escaparse del piso bajo. O sea, evitar la lógica, la realidad y la razón, es decir todo lo material. El yoga y la MT vienen a ser una técnica para lograrlo.

A esta forma de ver la realidad se la denomina misticismo. Aunque algunos cristianos a través de la historia han sostenido esta cosmovisión, ésta es totalmente pagana y anti-bíblica.

En la Biblia, los dos campos se encuentran inseparablemente mezclados. No existe el piso alto. Esto lo ilustra la encarnación de Jesús. Sabemos que él es tanto Dios como hombre, al mismo tiempo. ¿Dónde deja de ser lo uno para que empiece lo otro?

Hay numerosas historias en el Antiguo Testamento donde vemos a Dios entremezclado con los asuntos humanos de tal forma que, si no hubiera la mezcla, no existirían las historias.

Si un cristiano encuentra que la cosmovisión bíblica es inadecuada a sus necesidades, el problema está en él o ella, no en las formas bíblicas de cómo se logra la paz. Algo anda mal en su relación con Dios el Padre.

¿Por qué querría yo participar en una actividad de tan dudoso origen, cuando un buen trote y un descanso sirven igual de bien?

Personalmente, me agrada examinar el origen de las ideas y las prácticas. Si veo que alguna práctica sale de un pozo negro, no siento la necesidad de descender al fondo para ver los detalles.

Una sugerencia para el cristiano que practica yoga:

Permítame que exprese con delicadeza para que no haya confusión: La razón por la que un cristiano pueda sentir la necesidad de practicar yoga o MT para relajarse y estar en paz, puede ser el pecado inconfesado. Si él o ella desean practicar una posición yoga, dejen que les sugiera una buena postura que supera cualquier cosa que ofrezca el yoga:

Uno: Coloque las rodillas firmemente en el suelo.

Dos: Junte las manos en su regazo.

Tres: Incline la cabeza hacia las rodillas.

Cuatro: Repita este mantra varias veces: ¡Oh Señor, muéstrame dónde he fallado!

No pasará mucho tiempo antes de que alguna experiencia espiritual suceda, aunque tal vez no sea algo que le agrade. Es probable que el Espíritu Santo le indique algo en su conciencia que estaba suprimiendo, porque no quería encararlo.

Espero que esto ayude,

Roger

