

834. Povero Yoga di Swami Virananda

Scritto da Rosario Castello

Sabato 24 Febbraio 2018 00:00 - Ultimo aggiornamento Lunedì 26 Febbraio 2018 00:15

Non possiamo fare a meno di presentare, di seguito, un articolo di **Swami Virananda**, che condividiamo in pieno e sottoscriviamo, in quanto ricco di verità e di grande visione, che in modi più modesti abbiamo cercato nei nostri lavori di “trasmettere”, “consegnare”, per far riflettere sullo effettivo stato delle cose sullo Yoga oggi. Su ciò che spesso oggi lo Yoga non è rispetto al vero Yoga della tradizione indicato sapientemente più volte da Swami Virananda, che ringraziamo per il modo e per il perché, pazientemente ripete sovente, con parole delicate rivolte a tutti i livelli di coscienza, perché ciascuno azioni quanto gli è possibile attivare. Si tratta di un articolo pubblicato sulla rivista bimestrale “**Vivere lo Yoga**”, febbraio-marzo 2018, n. 79.

Nella speranza che in molti, praticanti di tutte le posizioni coscienziali, ascoltino la voce di Swami Virananda, auguriamo che sempre in molti possano essere coloro che si risveglieranno alla vera tradizione dello Yoga.

in Divina Amicizia ... il **Centro Paradesha**

Povero Yoga

B. K. S. Iyengar, nell'introduzione al suo ottimo libro “Teoria e Pratica dello Yoga” scriveva:

“sfortunatamente la maggior parte dei libri sullo Yoga al giorno d'oggi è stata nello stesso tempo indegna del soggetto e del suo primo grande esponente (Patanjali) dato che è superficiale, popolare ed a volte ingannevole ”.

Era il 1964! Sono passati oltre cinquant'anni e la situazione non è migliorata a causa di una marea di quattrini investiti da persone che cercano un ritorno economico, quindi aspettative ed attaccamenti ...

834. Povero Yoga di Swami Virananda

Scritto da Rosario Castello

Sabato 24 Febbraio 2018 00:00 - Ultimo aggiornamento Lunedì 26 Febbraio 2018 00:15

Esattamente l'opposto di quello che chiede una corretta pratica Yoga: DISTACCO.

In quel grande contenitore che continuiamo a chiamare "Yoga" si cerca di far confluire di tutto: originali forme di ginnastica, teorie psicanalitiche più o meno fondate, strampalate tecniche di meditazione, concentrazione e rilassamento, musica orientaleggiante, campane tibetane, linee d'abbigliamento, ecc..

Lo Yoga è una disciplina unica, non inquinabile, ed a questo proposito c'è un bellissimo testo, che cito spesso, che tutti dovrebbero leggere in quanto insegna a vivere lo Yoga: la Shiva Samhita, tradotta e commercializzata dalla Promolibri con il titolo "Lo Yoga rivelato da Shiva".

"Una volta appreso lo Yoga si ha una conoscenza sicura di tutto e per questo bisogna impegnarsi a fondo per impararlo: a questo punto non c'è bisogno della divulgazione di altre dottrine " (1-18)

Già! Ma quale Yoga?

È evidente che l'autore (ignoto, si pensa siano gli appunti di una scuola attiva nel 17° secolo d.C.) si riferisce a quello descritto negli Yoga Sutra, nell'Hatha Pradipika, negli antichi testi tantrici, cui spesso si riferisce e non allo pseudo Yoga moderno.

"Lo yogin intelligente, dopo aver preso coscienza dell'importanza del karmakanda, vi rinunci; abbandonato il bene e il male, proceda per la via del jnanakanda " (1-32)

Il *karmakanda* è lo Yoga dell'azione di cui si parla nella Bhagavad Gita che, ad un certo punto, perde importanza in quanto ci si rende conto che il corpo è solo uno strumento, che le Asana e tutti i vari rituali sono fini a loro stessi e che autoalimentano una forma di devozione limitata e primitiva.

Meglio dedicarsi al *jnanakanda*, lo Yoga della conoscenza, quella intuitiva che pur supportata dallo studio non può e non deve sostituirsi ad essa, in quanto deriva da una fonte metafisica raggiungibile solo con la concentrazione e la meditazione.

Come si ottiene il successo nello Yoga?

"La prima condizione per ottenere il successo è la fiducia nella sua realizzazione, la seconda è la fede in esso, la terza la venerazione per il maestro ..." (3-18)

"una volta apprese le prescrizioni dello Yoga e una volta trovato un maestro esperto, lo yogin

834. Povero Yoga di Swami Virananda

Scritto da Rosario Castello

Sabato 24 Febbraio 2018 00:00 - Ultimo aggiornamento Lunedì 26 Febbraio 2018 00:15

pratici lo Yoga con devozione e fede, attenendosi al modo indicato dal maestro ” (3-19)

E come devo vivere la realtà quotidiana che mi vede impegnato nel lavoro, nella famiglia, nella società e fra gli amici?

“Esegua la pratica in un luogo appartato, dopo aver lasciato la compagnia; agisca all'interno di questa nella vita di tutti i giorni, ma senza attaccamento alla vita di società ...” (5-185)

In poche, chiare parole questo testo ci insegna a VIVERE LO YOGA in modo semplice. Lo scopo è semplificare la vita materiale per eliminare le fluttuazioni mentali e dare più spazio alla vita metafisica, alla ricerca interiore del proprio piccolo sé e del grande Sé.

Lo Yoga che viene proposto oggi dalla stampa e dai mezzi di comunicazione di massa, basato sulla performance fisica, sull'apparire, sull'esibizione non ci semplifica la vita ma ce la complica. Lo Yoga non è una moda ma una disciplina ed una filosofia di vita che risale alla notte dei tempi, ne ha viste di tutti i colori ed è sopravvissuta perché ha lo scopo, con la concentrazione, la meditazione ed il samadhi di portarci a contatto con la realtà metafisica, l'unica vera realtà.

Tutto ciò per cui noi lavoriamo e ci danniamo nella vita, il successo, è destinato a scomparire: lo sappiamo tutti ma nonostante ciò continuiamo a comportarci come un branco di cavalli imbizzarriti che corrono disperatamente e senza meta verso la fine.

Swami Virananda

tratto dalla rivista bimestrale “**Vivere lo Yoga**”, febbraio-marzo 2018, n. 79.