

# EL YOGA

## Contenido:

1. Introducción al yoga
2. La Meditación que le agrada a Dios

## 1 - INTRODUCCIÓN AL YOGA:

Se trata de un método para alcanzar un cambio de la conciencia y de sus experiencias, y se pueden distinguir más o menos los siguientes grados, ámbitos o propósitos: las "asanas" del "hata-yoga", como puros ejercicios físicos, las técnicas de respiración, los ejercicios meditativos para superar el estrés, la provocación del éxtasis, la ascética, las técnicas del faquir, la meditación auténtica y el conocimiento de sí mismo.

Además en el Occidente, el yoga tiene una aureola mística. Tiene su origen en la India, y además, contiene muy viejos conocimientos, por lo cual se lo iguala muchas veces a "sabiduría" y en general se lo considera "recomendable para la salud" (hasta un cierto punto).

## El yoga puede ser perjudicial para la salud

En realidad, el yoga en todos sus grados, prescindiendo de los inofensivos ejercicios de iniciación ("asanas") es dañino para la salud. El yoga y todas las técnicas semejantes son, pues, solamente parte de un complejo conocimiento secreto milenario que -sean cuales fueran las razones es inaccesible para la gente término medio.

Acerca del verdadero esoterismo del yoga, el filósofo social austríaco, Prof. Ernest Tropicsh, escribe lo siguiente: "No pocas veces, los trastornos de las funciones físicas, provocados por métodos ascéticos, causan ciertos estados físicos que atenúan o apartan la experiencia de la presión de la realidad. A veces, se trata de los efectos de materias tóxicas, que son producidas en el mismo cuerpo, así, los grandes esfuerzos -por ejemplo, las danzas extáticas- producen en el organismo ácido láctico, que puede causar alucinaciones y la reducción de la respiración, una técnica especialmente preferida en la práctica del yoga, lleva a una leve embriaguez de ácido carbónico que provoca cierta obnubilación, hace insensible para el cansancio y el dolor, y protege la conciencia contra las influencias molestas desde afuera. Desde aquí es sólo un paso más hasta el uso de estupefacientes. Por lo demás, esta forma de intoxicación puede observarse también con los animales, pero solamente el hombre es capaz de usar estas experiencias para la construcción de una concepción del mundo o de una autointerpretación. De esa manera se puede llegar a la construcción de mundos ficticios compensatorios, que sin embargo, solamente pueden librar a la persona que sufre bajo la presión de la realidad, si ella no comprende que estas construcciones son sólo ficticias y compensatorias, y si las toma por reales, por la verdadera y esencial realidad".

## CONCLUSIONES SIGNIFICATIVAS

Todos los grados superiores del yoga y de métodos similares, sin excepción, falsifican y oprimen los síntomas, es decir, hacen a propósito inefectivas las señales naturales con sus mensajes siempre muy importantes. En el caso de influencias dañosas a la salud tales como dolor, estrés o temor, se interrumpen de esta manera todos los

correspondientes cambios de comportamiento, de manera que aparecen repentinamente graves insomnios, problemas de impotencia, trastornos digestivos, etcétera, y en el peor de los casos hasta un colapso circulatorio, una depresión nerviosa o un infarto cardíaco. Naturalmente, es sólo en situaciones muy excepcionales que el cuerpo moviliza "automáticamente" las materias tóxicas mencionadas, también la conocida hormona de la lucha y la huida, adrenalina, y otras materias parecidas producidas en el mismo cuerpo, para causar de una manera temporalmente limitada euforia y coraje, y dando fuerzas "sobrenaturales" en una situación de estrangulamiento. Pero si son movilizadas independientemente de la situación, si se "prenden" casi como si se oprimiese un botón, entonces esto lleva, -a consecuencia del efecto "agradable" que provoca euforia y reduce la conciencia- casi forzosamente a la práctica regular y con esto a la habituación, es decir, a la toxicomanía y dependencia de estas materias tóxicas, cuanto más que éstas se pueden adquirir gratis.

Especialmente el ascetismo continuo en la alimentación lleva a irreparables daños en la salud, a consecuencia de una mala alimentación incompleta.

En el deporte de competición, como en el yoga, se movilizan tóxicos que producen fuerza y euforia, de manera que ya no nos debe asombrar que el "doping" haya llegado a ser casi imprescindible para los deportistas de competición y que las personas que llevan una vida expresamente deportiva, de repente pueden llegar a estar muy propensas a enfermar.

## **Yoga significa originalmente "yugo".**

Frente a estos resultados asombrosos, ya no nos sorprende que el "yogui", o sea el que practica el yoga, originalmente en India era una persona penitente, es decir, una persona a la cual se le había impuesto un castigo que tenía que cumplir. De ahí el concepto "yoga". Remonta a la palabra "yuga" en el antiguo idioma hindú y significa: ¡yugo!.

## EL YOGA ALEJA DE DIOS

Existe un peligro aún mayor además de la clara advertencia descrita anteriormente, y es que el yoga aleja de Dios, porque en él se desmiente e ignora la salvación realizada por Jesucristo en la cruz del Gólgota. Es una de las tantas expresiones de la satánica auto-salvación, y por lo tanto acaba con el que lo practica en el mismo infierno. Existe un solo y maravilloso camino hacia la perfección: Jesucristo.

## PROPÓSITO DEL YOGA

Debe notarse que el Yoga tiene un único propósito, unirse con Brahma. No puede separarse de la religión demoníaca que lo creó.

Hay varios tipos diferentes de yoga según se presenta en el hemisferio occidental. Hatha yoga, que se supone ser sólo ejercicios físicos. Kundalini yoga, que se usa mucho en el campo médico, y promete sanidad de cuerpo y mente. Tantra yoga, también se usa en el campo médico y se está volviendo muy popular entre altos ejecutivos (en USA). El tantra yoga es satanismo puro y llega hasta a sacrificios humanos. Los principiantes de tantra yoga generalmente no se dan cuenta en que se están involucrando. Todo tipo de

perversiones sexuales son comunes en este tipo de yoga. Hay muchos otros tipos de yoga. Cuatro tipos principales se usan dentro del hinduismo: Karma yoga, Bhakti yoga, Jnana yoga y Raja yoga. Cada uno de estos cuatro tipos se supone que sea usado por personas de diferentes "naturalezas".

Debido a que el yoga se presenta en multitud de publicaciones catalogado como ciencia, la gente acepta la terminología que él trae, sin investigar ni averiguar en absoluto el significado de dichos términos. En muchas librerías se encuentra una variedad de publicaciones sobre el Yoga en la sección de "Salud" "Ejercicios físicos" cuando en realidad debieran estar catalogadas bajo "Religiones". A continuación ilustramos varios de dichos términos y damos su significado real.

Las posturas o posiciones del yoga son llamadas asanas. La respiración juega un papel importante en el yoga. La respiración correcta del yoga se llama a menudo pranayama. El propósito de las asanas y el pranayama es para facilitar el fluir del prana. ¿Qué es el prana? Es simplemente descrita en la mayoría de los textos de yoga como "la energía vital" que debe fluir por el cuerpo. Dicha "energía vital" es en realidad un espíritu, es decir, más específicamente, ¡un espíritu demoníaco!

Varias posiciones y la respiración preparan el cuerpo para que el dios demoníaco llamado Kundalini pueda entrar al cuerpo y fluir por él. El yoga tiene específicamente el propósito de abrir a la persona que lo practica, a la entrada de espíritus.

*Mantra* es una repetición rápida de una serie de palabras o sonidos. Tiene dos propósitos. El primero es producir un estado místico que es en realidad un trance en el cual la mente queda en blanco. Esto a su vez coloca a la persona en contacto directo con el mundo de los espíritus. En segundo lugar, se supone que el mantra realmente incorpora un ser espiritual. A medida que se dicen las palabras, el ser comienza a existir y entra a la persona que usa el mantra. Los mantras abren una puerta directa en la persona para la entrada de espíritus.

*Shiva* - dios hindú, tradicionalmente es considerado como el fundador original del Yoga.

*Brahma* - Una de las representaciones comunes de este dios hindú que es considerado como que está "en todo". El propósito del Yoga es llevar a quien lo practica, a unirse con Brahma.

### 3. La Meditación que le agrada a Dios

Dios nos ha dotado de la posibilidad de **meditar**. La Biblia habla del tema y recomienda meditar (Salmo 4:4), enfatizando claramente la importancia de una meditación agradable delante de Dios (Salmo 19:14), delante de quien no nos podemos esconder y quien conoce nuestros pensamientos (Salmo 139:2b, 94:11).

1. Algunos de los contenidos de meditación mencionados en la Biblia son: (1) Dios mismo (Salmo 104:34), (2) La Palabra de Dios (Salmo 1:2, 119:15, 78, 97, Josué 1:8), (3) Las obras de Dios (Salmo 77:12).

2. La meditación que le agrada a Dios es un medio, por el cual se puede analizar, buscar y/o afirmar la actitud que Él quiere que tomemos frente a ciertas situaciones (Salmo 39:3). De María, la madre de Jesús se lee, que meditaba sobre aquello que experimentaba con Jesús (Lucas 2:19,51) y que muchas veces no entendía.

3. La meditación que le agrada a Dios es un medio para discernir la voluntad de Dios. En el profeta Hageo 1:5-7 leemos, que debemos meditar sobre nuestros caminos, las formas de hacer las cosas y sus consecuencias. Una de las maneras para hacerlo es a la luz de la Palabra de Dios y en nuestra comunicación con Él (la oración).

4. También hay formas de meditar que Dios condena (Proverbio 15:26), como también condena todo lo que tiene que ver con la maldad (Salmo 36:4), contra lo cuál Dios advierte

(Deuteronomio 15:9a), y que tienen sus consecuencias (Isaías 59:1-15), porque dice que *“cual es su pensamiento en su corazón, tal es él”* (Proverbio 23:7). Por eso Pablo enfatiza meditar en las cosas que son agradables a Dios y aprobadas delante de Él (Filipenses 4:8).

Nuestro intelecto en muchos aspectos funciona como una computadora. Una computadora, entre otros programas, necesita un antivirus para estar protegida contra las invasiones de virus, que le pueden hacer muchas cosas, entre ellas destruirla. Por eso es importante cuidar de tener el antivirus prendido y actualizado. Así también hay que cuidar a nuestros pensamientos. En primer lugar hay que mantener el antivirus prendido. Nadie apaga el antivirus de su computadora, porque sabe que un antivirus apagado no puede proteger de los virus. Así también cada uno de nosotros tenemos que estar cuidadosos en todo momento, para impedir toda entrada o actividad de virus en nuestros pensamientos y vidas personales (1Pedro 5:8-11). En segundo lugar hay que actualizar el antivirus. Así también cada uno de nosotros tenemos que actualizar nuestras mentes para protegernos de todo aquello que es destructivo y neutralizar cualquier “virus” que aparezca. La actualización se hace por medio del estudio de la Palabra de Dios y la oración.

Dios nos invita a meditar, en su Palabra, su manera de ser y su obra. Ese tipo de Meditación le agrada a Dios y nos ayuda a analizar las cosas en y con Su ayuda, para que así podamos encontrar el camino correcto para transitar.

Por eso busquemos meditar de tal manera que sea agradable delante de Dios.

HW