

¿Se puede hacer yoga?

El entusiasmo por las religiones orientales es una de las señales más manifiestas de la decadencia del Occidente cristiano. Por no haber sabido vivir de los tesoros de la Revelación, los espíritus anémicos y enfermizos se han dejado seducir por las sirenas de la India. Muchos de ellos lo han dejado todo (familia, patria, profesión) para refugiarse en «monasterios» hindús; y mientras tanto, en nuestros países se han vulgarizado con éxito las prácticas orientales, como el *yoga*, el zen y algunas artes marciales.

Una de estas víctimas, que luego se convertiría en el Padre José María Verlinde, ofreció en una conferencia su testimonio sobre el carácter diabólico del *yoga* y los peligros inherentes a su práctica.

*Nacido en 1948 en una familia cristiana, inició estudios científicos. En mayo de 1968 se dejó llevar por las utopías del momento. Empezó por dejar la religión de su infancia, se hizo luego militante trotskista, y terminó dedicándose perdidamente a la investigación científica. Como nada de eso lograba llenar el gran vacío que sentía dentro de sí mismo, aceptó en un momento dado la invitación que le hicieron a una sesión de meditación oriental. Allí el pez mordió en el anzuelo. Atraído por la «interioridad» nueva que le proponían, se hizo asiduo a la «meditación» yoga. Fascinado luego por una permanencia prolongada en casa de un gurú, decidió seguirlo a la India. Allí comenzó su iniciación lenta y profunda en los secretos del **yoga**.*

Sigamos, pues, el encaminamiento de este joven occidental hacia las fuentes mismas del hinduismo, compartamos sus descubrimientos, y escuchemos las advertencias que nos da sobre los peligros que encierra el *yoga*.

1º Presentación general.

El *yoga*, nos dice, se presenta bajo tres formas, que resumen las ocho etapas expuestas por Patanjali en el siglo II antes de Cristo. La primera se aplica a encontrar aquellas posturas del cuerpo (*asana*) que favorecen la experiencia última del *yoga*: el *samadhi*. Se trata de absorber en nosotros «la energía cósmica» a partir de la base de la columna vertebral, y de hacerla subir hasta la cima del cráneo.

*La cosmología y la antropología del **yoga** suponen, en efecto, que hay en el hombre, en la parte inferior de la columna vertebral, una reserva ignorada de energía que duerme, replegada sobre sí misma, al modo de una serpiente; por lo que recibe el nombre de **kundalini**, esto es, «la enrollada». Al subir, esta energía se topa con los*

chakras, a los que se define como centros nerviosos y polos de energía, escalonados desde la parte inferior de la columna vertebral hasta la parte superior del cráneo. Cuando la kundalini alcanza el chakra del cerebro, el hombre pierde conciencia de ser una individualidad separada y se sumerge en un océano de «ser» y de «felicidad» del que a menudo no vuelve. Es el samadhi (en zen, el nirvana). [...] El espíritu se emancipa de su envoltura corporal y penetra en este océano de conciencia infinita del que lo separaban los estrechos límites de su personalidad.

La segunda forma del yoga es el control de la respiración (el pranayama), cuya meta es acelerar la subida de la kundalini. Estas técnicas de control de la respiración permiten absorber la energía que impregna al mundo. Cuando alcanza el samadhi, la respiración del yogui se suspende, su ritmo cardíaco se detiene, su cuerpo se enfría.

La tercera forma del yoga es mental (el dhyana yoga), y consiste en un esfuerzo de concentración interior en un único objeto para elevarse por encima de toda conceptualización y de todo juicio. Se logra así una experiencia del ser más allá de todas las diferenciaciones y caracteres individuales. Esta técnica se favorece con la repetición incesante de palabras o fórmulas secretas, el mantra (el nombre de alguna divinidad, por ejemplo), que favorece la apertura de los chakras. Esto conduce al samadhi, en que el «yo» personal se sumerge en el todo impersonal, y el individuo se disuelve en el todo cósmico, después de liberarse de todo elemento distintivo.

2º La seducción del yoga.

¿Cómo puede resultar tan gratificante esta práctica?

Ante todo, porque supone una evasión de todos los problemas de la vida presente. Esta inmersión progresiva en el mundo impersonal e indefinido es una disolución de todos nuestros combates y fracasos en un gran océano de inconsciencia. Nos brinda la ilusión de romper y de superar los límites de nuestra condición humana, de nuestro cuerpo y de nuestra personalidad.

Y luego, por el poder nuevo que promete, y que tantos adeptos le ha ganado. A medida que los chakras se abren, liberan una energía oculta imposible de adquirir con las ciencias clásicas. Son poderes psíquicos, preternaturales o paranormales, provocados por la acumulación de la energía en las facultades intelectuales, a las que agudiza y cuya amplitud desarrolla.

En los Vedas, libros sagrados de la India, la utilización de estos poderes se desaconseja vivamente, y los verdaderos gurús ponen en guardia a sus discípulos contra ellos. Pero no es difícil ver lo muy tentador que resulta apropiárselos para fines personales, especialmente con intenciones mágicas.

3º Primera desilusión.

Durante diez años, el futuro Padre Verlinde le siguió el juego a esta iniciación progresiva. Conoció la fascinación del vacío y las seducciones del yoga. Pero

estas técnicas complicadas provocaban en él una insatisfacción, la nostalgia del «Otro», para valernos de su propia expresión.

*Según él, la tradición judeocristiana tiene dos principios fundamentales: por una parte, Dios es un ser **trascendente**, distinto de todo el mundo creado y totalmente irreductible a él; y por otra parte, Dios es un ser **personal**, que se da a conocer al hombre, invitándolo a una relación de amor. Al contrario, las religiones orientales quieren reducirlo todo a **un solo ser indistinto**, y afirman que la fuente de todos los sufrimientos reside precisamente en esa pretensión de una vida personal, en la ilusión de ser un «yo» distinto de los demás.*

El hinduismo, por tanto, suprime totalmente el amor, pues para amar hacen falta dos seres. Nuestro neófito hindú tuvo varias veces la oportunidad de comprobar desde dentro esta antinomia entre la verdadera religión y las «sabidurías» orientales. Un día recibió la invitación de una familia cuyos miembros se amaban de manera muy notable, y eso lo dejó perplejo. La señora, adivinando su perplejidad, se adelantó a su pregunta:

Usted se extraña de que nos amemos así a pesar del hinduismo. Pero es porque tanto mi marido como yo somos conscientes de que nuestro amor es una ilusión. Es una pasión que hay que superar. Pero, según nuestro entender, debemos ir hasta el fin [de esta ilusión] para deshacernos de ella, para vernos libres de ella en una vida futura. En la iluminación, esta ilusión desaparecerá.

Esta incompatibilidad radical con la regla de oro de la caridad cristiana sacudió al joven occidental. Una gracia muy peculiar le hizo comprender que andaba por mal camino. Alguien le preguntó un día: «*Usted fue educado cristianamente. ¿Qué significa ahora Jesús para usted?*». Esta evocación del nombre de Jesús lo hizo despertar como de un sueño, poniéndolo en presencia de Aquél a quien buscaba volviéndole las espaldas. Dócil a esta inspiración, dejó la India y sus espejismos. Pero ¿para ir adónde?

4º La trampa del ocultismo.

Pues este joven inteligente, que había «disfrutado» de una larga iniciación junto a los mejores maestros del *yoga*, que poseía poderes muy envidiados en Europa, era una presa apetitosa para el mundo poco reluciente del ocultismo. Y el hijo pródigo se detuvo a medio camino en su vuelta a la casa del Padre. Quiso aprovecharse de lo que había aprendido, en particular el don de clarividencia, que había recibido al abrirse el tercer *chakra*. ¡Y funcionaba! Así que emprendió un verdadero ministerio de médium.

En el apogeo de su éxito, nuestro nuevo mago blanco sintió que la duda lo invadía de nuevo. En algunas manipulaciones sentía cada vez más claramente la solicitud interior de entidades desconocidas. Supo a qué atenerse con motivo de un nuevo viaje a la India. Sucedió que su antiguo gurú, conocedor de los dones particulares de que gozaba, lo requirió en su comunidad, perturbada desde hacía algún tiempo. «*Te ruego –le dijo– que intentes ver qué cosa no anda bien en cada una de las personas de mi entorno*».

El resultado de su análisis fue aterrador: al nivel de los *chakras* de sus pacientes, veía entidades difícilmente definibles pero bien reales. Su antiguo maestro le replicó: «*Eso no te lo puedes estar inventando. Son pequeñas entidades oscuras que se fijan en los chakras, y de las que hablan los Vedas*». Debía rendirse a la evidencia: estaba en presencia de espíritus diabólicos. Esas «entidades» son atraídas por los ejercicios de «meditación». La apertura de los *chakras* funciona como una bomba aspiradora. Los demonios aprovechan estos tiempos de meditación para ocupar estas energías.

Por supuesto, no sólo nuestro joven no se quedó más tiempo con el gurú, sino que dejó definitivamente el medio ocultista que frecuentaba, y retomó su camino hacia la Iglesia. Cosa significativa: para cortar definitivamente con ese mundo extraño, pidió que le hicieran un exorcismo. Pues bien, decía, «apenas le había entregado todos mis poderes al Señor, cuando al punto los perdí todos».

5º ¿Se puede hacer yoga?

El Padre Verlinde termina su conferencia contestando a la pregunta: ¿Se puede hacer *yoga*? La respuesta es categórica: Quien nunca ha hecho *yoga*, no empiece. Quien ya ha empezado, corte enérgicamente. El *yoga* es incompatible con la fe. Las prácticas más elementales del *yoga* (posturas, control de la respiración) no tienen otro fin que abrir los *chakras*, y ya se ha visto los riesgos que eso implica.

Podrá objetarse que veinte minutos de *yoga* por día no pueden hacer mal a nadie. A lo cual el Padre Verlinde contesta con una broma:

Hay dos modos de envenenar a la suegra. Una es hacerle beber de golpe un tazón de cianuro. Y otra es echar cada día una gota en su té durante diez años.

Pero ¿ni siquiera puede practicarse como técnica de relajación, o para lograr una mayor eficiencia en el trabajo?

Lo menos que puede decirse –contesta el Padre Verlinde– es que suena a original. Para los Orientales estas prácticas tienen un alcance litúrgico. Nos ponen en condiciones de recibir una energía «divina» [de esta falsa divinidad que nos dice sin cesar: «Seréis como dioses»]. No juguemos con el fuego.

Y, por lo que a eficiencia laboral se refiere, el conferenciante cita un testimonio esclarecedor. Una señora le escribía recientemente:

Mi marido es director general de una empresa industrial. Se dejó enganchar por un monasterio budista. Desde que lo frecuenta, bebe cada día su orina en ayunas. Le han hecho creer que en la orina hay anticuerpos que lo liberan.

Perdónenos el lector este ejemplo, pero sirve al menos para mostrar hasta qué grado de sujeción y de embrutecimiento pueden llevar estas prácticas supuestamente inocentes.