

PET STVARI KOJE BI SVAKI KRŠĆANIN TREBAO ZNATI O JOGI:

1. Joga je hinduistička tehnika samospasenja. U nauku joge, čovjekovo spasenje ovisi o tehnikama disanja i položajima tijela. Krši se prva Božja zapovijed: „*Ja sam Gospodin Bog tvoj, nemoj imati drugih bogova uz mene.*“, jer u jogi se čovjek klanja sebi i odaje počast drugim božanstvima. Ovaj nauk u potpunosti nijeće spasenjsku žrtvu Isusa Krista. Jedino *Isus Krist, pravi Bog i pravi čovjek jedini je Spasitelj i Otkupitelj svakoga čovjeka.* Čovjek sam sebe ne može spasiti niti drugome „darovati“ spasenje.

2. Joga naučava reinkarnaciju. Reinkarnacija je vjerovanje da se čovjekova duša, nakon smrti i rastave od tijela, seli ponovno na zemlju, u tijelo nekoga drugog čovjeka, životinje, biljke ili minerala. Što kaže nauk Katoličke Crkve: *Svaki čovjek već od časa smrti, (u posebnom sudu koji mu život stavlja u odnos prema Kristu), prima u svojoj besmrtnoj duši vječnu nagradu ili kaznu: 1. ili treba proći kroz čišćenje, 2. ili će neposredno ući u nebesko blaženstvo, 3. ili će se odmah zauvijek osuditi.* (Katekizam Katoličke Crkve 1022)

3. Joga je sredstvo rasta u sebičnosti i egocentrizmu. Usredotočenost na vlastito tijelo i psihu osnovni su elementi joge. U okrenutosti prema sebi raste individualizam, zanemaruje se bližnji i zamagljuje vrijednost zajedništva. Isus nam ostavlja svoju zapovijed: „*Po ovom će znati da ste moji učenici: ako budete imali ljubavi jedni za druge.*“ (Iv 13, 34-35.), ili kao što nas Petar potiče u svojoj Poslanici: „*Budite svi jednodušni, puni suosjećnja i bratske ljubavi, milosrdni, ponizni!*“ (1Pt 3, 8.) Od ovakvog nauka joga je kilometrima daleko.

4. Joga nije tjelovježba, ona je svjetonazor. Opasnost joge je upravo u tome, da se prikriva pod vidom rekreacije i tjelovježbe. Tjelesna dimenzija joge (položaji tijela i tehnike disanja) neodvojiva je od duhovne pozadine. Kršćanin u jogi ne može samo „vježbati“ a da svoju dušu ne izlaže djelovnu duhovnih sila. Joga nije i ne može biti samo rekreacija.

5. Joga uništava odnos sa Bogom i daje lažni - đavolski mir. Svaki kršćanin koji prakticira jogu sa vremenom gubi vjeru u pravoga Boga – Isusa Krista a njegovo srce hladi se prema Crkvi i sakramentima. Pravi, duboki i istinski mir koji daje samo Bog, zamjenjuje se lažnim, prividnim mirom koji daje đavao. Čovjek tako raste u sebeljublju uvjeravajući samoga sebe da je sa njime sve u redu.

Oprez, joga!

preuzeto iz katoličkog časopisa „Ljubite jedni druge“

Odgovara i uređuje: vlč. Hrvoje Poljak,
župnik župe sv. Filipa i Jakova ap.
NOVI VINODOLSKI

Joga nije duhovno neutralna praksa, dovela me do predvorja pakla



Kada sam imala devetnaest godina, vrlo me zanimala joga. Svoje upoznavanje s njom započela sam od vježbi koj e su trebale usavršiti moje tijelo, a kasnije sam „uvježbavala“ također i svoju psihu. Naime to je zahtijevalo potpuno angažiranje u jogu. Kupovala sam knjige, časopise, čitala sam kako korak po korak doći do „velike sreće“ – odnosno do povezanosti sa svemirom. Intenzivno sam vježbala svaki dan, po više sati. Nakon tri godine prakticiranja joge znala sam skupiti u sebe svu energiju. Moj je cilj bio bliže se povezati s nekom nedefiniranom energijom, koja mi je trebala dati obećanu sreću...

Učili su me da je vrh puta joge potpuno se otvoriti svemiru. Bila sam spremna. Došla je večer kada sam bila sama i nitko mi nije smetao. Željela sam iskusiti tu sreću. Tokom vježbe osjećala sam postupno kao da moj duh izlazi iz tijela, osjećala sam se lagano, dobro... ali onda se dogodilo nešto što me prestravilo... najednom, osjetila sam da me nešto počelo upijati – nešto strašno, crno! Nisam se mogla osloboditi, bila sam sva svezana. Nemoguće mi je opisati svoj strah, užas, očaj koji sam iskusila taj trenutak – htjela sam se vratiti u svoje tijelo, a „to“ me upijalo sve jače i jače... pomislila sam tada da je to pakao. Do jutra sam ležala paralizirana, oblivena hladnim znojem, bojala sam se vlastitog daha. Imala sam osjećaj da sam na trenutak bila u paklu ili u nečemu što na nj podsjeća.

Dok sam vježbala jogu, moj život je tekao bez poteškoća. Tada nisam razmišljala o opasnostima; bilo mi je s time jednostavno ugodno i to mi je bilo dovoljno. Ali sve se izmijenilo nakon te zapamćene noći. Upravo tada sam definitivno odlučila prekinuti s

jogom i ne imati ništa s time zajedničko. Od tada se više nikada nisam vratila toj praksi.

Međutim, u mom su se životu počele, od tog vremena, događati neke čudne stvari. Osjećala sam kao da me je „nešto“ što mi je do tada dobro služilo, počelo uništavati. Najgore je bilo to što nisam mogla o tome s nikim razgovarati – bojala sam se sumnje o psihičkoj bolesti ili luckastosti, jer su svi jogisti znali što su im obećavali priručnici joge.

Bila sam odgojena u katoličkoj vjeri, svakodnevno sam se molila, svaku nedjelju sam prisustvovala sv. Misi; premda sam to radila više iz navike i tradicije nego potrebe srca. Sada je svaki odlazak u crkvu bio za mene tortura. Već putem na Misu osjećala sam slabost, imala sam osjećaj da mi nešto oduzima snagu. Vrtjelo mi se u glavi, slabost u nogama, naglo su mi se javljale mučnine, a bila sam fizički zdrava. Više puta su mi u crkvi pružali stolac, vidjevši kako sam jako blijeda. A ja nisam razumjela što se sa mnom događa. Počela sam obolijevati. Jako mi je bila potrebna pomoć, tim više što su me opsjedale sve češće misli koje su me navodile na jedini – činilo bi se – način oslobođenja od te jeze: smrt.

Već kao dijete, gajila sam posebno topao osjećaj prema Majci Božjoj; donosila sam joj cvijeće na oltar i razgovarala sam s Njom. Prije mnogo godina, obećala sam bliskoj mi osobi da ću svaki dan izmoliti barem dio krunice. Održala sam riječ, iako je to završavalo na jednoj Zdravo Mariji.

I upravo za vrijeme te Zdravo Marijo, tijekom ove tri godine, dolazila mi je u glavu stalno ta ista misao koja me mučila do boli: „Počni primati sv. Pričest – ona će ti dati snage“. Nisam u to potpuno vjerovala, jer kako to da mi takva mala oblatna može pomoći?, pa već sam je primala i ništa posebno se nije događalo. Ipak me ta misao stalno proganjala. I konačno, rekla sam tada: „Dobro Gospodine Bože, neka Ti bude. Obećavam da ću kroz cijelu godinu pristupati sv. Pričesti; ali Ti mi pomoz jer nestajem!“ To je bilo postavljanje ultimatumu Bogu. Održala sam riječ...

Nakon nekog vremena primijetila sam da je ta zla snaga prestala pobjeđivati, prestala prevladavati. Osjećala sam sa strane kako u meni nastaje nešto novo, nešto veće – nešto što mi vraća snagu. Ništa od toga nisam previše razumjela, ali instinktivno sam osjećala, da je Isus moj jedini spas.

Danas nastojim biti blizu Boga, često prisustvujem sv. Misi, Gospodin često posjećuje moje srce i ulijeva u nj svoju ljubav. Iako ne šteti također križeve i trpljenja, ipak me nikada ne ostavlja samu s time. Moja borba sa Zlim mi je oduzela još mnogo godina i dalje traje, ali Bog me štiti. Obuzima me samo panični strah, kad vidim koliko se mnogo ljudi bavi gatanjem, tarotom, magijom, jogom. Znam što to znači i kakve su posljedice toga.

priznatih sistema ortodoksnog hinduizma i sa svojim mističnim i religioznim korijenima najopasniji je oblik joge. (Dave Hunt, "Zavođenje kršćanstva", str. 110.). Sjetite se riječi sv. Pavla: „Nije ni čudo, jer se sam Sotona pretvara u anđela svjetla“. (2 Kor 11,14)

Želja da se postane Bog prvi je grijeh u povijesti stvaranja kako je kronološki zabilježeno u Bibliji. „U svom si srcu govorio: Uspet ću se na nebesa, **povrh zvijezda Božjih prijestolje ću sebi dići.** (...) Uzaći ću u visine oblačne, **bit ću jednak Višnjemu**“ (Iz 14, 13-14). Ili, zmija reče ženi: "Ne, nećete umrijeti! Nego, zna Bog: onog dana kad budete s njega jeli otvorit će vam se oči i **vi ćete biti kao bogovi, koji razlučuju dobro i zlo.**" (Post 3: 4-5).

Filozofija i praksa joge temelji se na uvjerenju da su čovjek i Bog jedno. Joga naučava da se treba usredotočiti na samog sebe umjesto na Jednog Istinitog Boga. Ona ohrabruje svoje sljedbenike da traže odgovore na životne probleme i pitanja unutar svog vlastitog uma i savjesti umjesto da nađu rješenje u Božjoj Riječi po Duhu Svetom kao što je to u kršćanstvu. Joga konačno ostavlja čovjeka otvorenim za obmane Božjeg neprijatelja, koji traži žrtve koje može odvući od Boga i Crkve. (I Pt 5, 8).

U posljednjih osam godina propovijedam Božju riječ uglavnom u europskim zemljama koje su nekada bile kolijevka kršćanstva. Nije li istina da je Europa izbrisala sva kršćanska načela i vrijednosti iz svog života? Po plodovima se poznaje stablo! Vjerujem da su te sumnje i zbrka, otpadništvo i nevjera, vjerska hladnoća i nezainteresiranost došli u Europu istovremeno kad su istočnjački misticizam i meditacije, ezoteričke i novodobne prakse uvedene na zapadu.

Na moje karizmatičke seminare većina sudionika dolazi s različitim moralnim, duhovnim, psihičkim i tjelesnim problemima u želji da budu oslobođeni, izliječeni i da zadobiju novi život po snazi Duha Svetoga. Sa svom iskrenošću srca reći ću da je 80 do 90% sudionika koji imaju probleme bilo u doticaju s jogom, reikijem, reinkarnacijom i ostalim istočnjačkim religioznim praksama gdje su izgubili vjeru u Isusa Krista i Crkvu. U Hrvatskoj, Bosni, Njemačkoj, Austriji i Italiji imam jasne primjere osoba koje su za vrijeme molitve za ozdravljenje, opsjednute silama zla, vikale: „Ja sam Reiki“, „Ja sam Joga“. Kasnije sam trebao nad njima moliti za oslobođenje od opsjednuća Zlim.

Ono što je danas potrebno Europi i cijelom svijetu je snažno naviještanje Kristove poruke iz Biblije po vjerodostojnom tumačenju Crkve, u namjeri da se ukloni svaka sumnja i zbuđenost koja se danas sve više širi među kršćanima na zapadu, te da se ljudi dovedu do Puta, Istine i Života – Isusa Krista. Samo nas Istina može osloboditi.

James Manjackal MSFS, katolički svećenik

Joga u filozofiji i praksi nespojiva je s kršćanstvom



Rođen sam u indijskoj državi Kerali u tradicionalnoj katoličkoj obitelji, ali u hinduističkom okruženju. Katolički sam svećenik i karizmatički propovjednik. Obišao sam više od šezdeset zemalja i propovijedao na svim kontinentima, tako da bih imao ponešto reći o lošem utjecaju joga na kršćanski život i duhovnost. Znam da u

cijelom svijetu raste interes za jogu, čak i među kršćanima i da se taj interes širi i na druge ezoteričke i new age prakse kao što su reiki, reinkarnacija, akupresura, akupunktura, liječenje pranom, refleksologija itd.

Za nekoga je joga način opuštanja i smanjenje napetosti, dok je za drugog to oblik vježbanja koji godi zdravlju i poboljšava tjelesnu izdržljivost, za neke pak način liječenja bolesti. No, činjenica je da je joga prvenstveno duhovna stvarnost, (...) sa svrhom da dušu dovede do *samadhija*, tj. potpunog jedinstva sa božanskim bićem gdje čovjek i Bog postaju jedno bez ikakve razlike. Ovakvo gledanje radikalno je u suprotnosti s kršćanskim naukom.

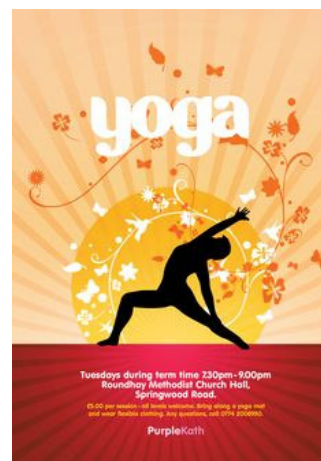
Vivekananda, jedna od najpoštovanijih ikona suvremenog hinduizma je rekao: „*Dobro i zlo su jedno te isto*“. U kršćanstvu naprotiv, neprestani problem grijeha kao uvrede Božjoj svetosti neodvojiv je od naše vjere. Grijeh je razlog zašto trebamo Spasitelja. Isusovo utjelovljenje, život, muka, smrt i uskrsnuće za nas su putovi spasenja tj. oslobođenja od grijeha i njegovih posljedica. Zato mi ne možemo zanijekati ovu temeljnu razliku (između kršćanstva i hinduizma) u namjeri da u kršćanstvo uključimo jogu i ostale istočnjačke tehnike meditacije. Bavljenje jogom je u najboljem slučaju poganstvo, a u najgorem okultizam. To je religija antikrista i po prvi put u povijesti ona se naširoko prakticira diljem zapadnog svijeta i Amerike. Ovdje se ne radi o prihvaćanju kulture drugih naroda, nego o prihvaćanju druge religije koja je nespojiva s našom religijom i religioznim konceptima.

Žaloso je da se joga proširila od vrtića pa sve do različitih obrazovnih ustanova u medicini, psihologiji itd., naziva se znanost, a u stvari ona uopće nije znanost; prodaje se pod etiketom „*opuštajuća terapija*“, „*samo-hipnoza*“, „*kreativna vizualizacija*“, „*centriranje (centering)*“, itd. *Hatha joga*, najrašireniji oblik joga u Europi i Americi kao vježbe za opuštanje i anti-stresna terapija, jedan je od šest

Isto tako, zbog toga sam odlučila napisati ovo svjedočanstvo kako bih sve upozorila na djelovanje tih praksi. „Majko Božja, zahvaljujem Ti za Tvoju brigu, za to što me nisi ostavila, iako je moja obećana krunica bila tako kratka. Bez obzira na moje jadno Zdravo Marijo, Ti mene, Majčice, nisi napustila.“

Krysia

Razorna moć joga



Moj prvi dodir s jogom zbio se prije nekoliko godina. Prve vježbe – po pola sata; strunjače, svijeće... Bio sam jedan od dvojice muškaraca među nekoliko žena pa sam se osjećao pomalo nelagodno. Ipak, bio je to sićušan minus u odnosu na ono što sam trebao dobiti zauzvrat – opuštanje, snaga volje i tijela...

Vježbe su mi se činile pomalo neobične, no nisam bio od onih pretjerano sportskih tipova. Počeo sam vježbati i ne znajući da postoje razne vrste joga... Za mene je joga bila joga... Ova vrsta, kako se kasnije pokazalo, bila je vjerojatno najpopularnija u našoj zemlji – tzv. *hatha-joga*.

Kupio sam i knjigu s uputama te sam s vremenom počeo vježbati i kod kuće. Položaji tijela (*asani*), koji su često dobivali nazive prema životinjama, npr. pas, krava ili kornjača, činili su mi se idealnim načinom smirivanja živaca i smanjenja stresa nakupljenog na poslu. Nakon vježbi osjećao sam se osnažen i ispunjen „energijom“ i trebao sam puno manje sna: ranije sam spavao 8 do 9 sat, a nakon mjesec dana pokazalo se da mi je dovoljno i 5 do 6 sati.

Postao sam i znatno otporniji. U mladosti sam bio prilično sklon prehladama, a sada sam se počeo osjećati fizički puno bolje. Fasciniran novim hobbijem, iz knjige sam doznao da je, osim vježbi, korisno prakticirati i meditaciju, odnosno vježbe disanja (*pranayama*); u mislima ponavljati fraze (*mantra*) s ciljem smirenja uma ili namiještati dlanove u specijalne položaje (*mudra*) radi oslobađanja energije – sve to da bih živio zdravije, potpunije, sretnije. S vremenom sam počeo odlaziti u trgovine zdrave prehrane, u vegetarijanske restorane i u apoteke s prirodnim pripravcima. Napustio sam školsku medicinu, liječničke savjete, prestao uzimati antibiotike i druge lijekove u korist alternativne medicine. Bilje, akupunktura i akupresura bili su remediji kada bi se pojavile kakve veće fizičke poteškoće.

No, za vrijeme jednog od *asana* ozlijedio sam meniskus. Našao sam se pred izborom:

operacija ili pokušaj smanjenja opterećenja koljena aktivnostima kao što su skijanje ili tenis. Nisam gubio hrabrost. Tražeći i druge metode smirivanja, ovladavanja blagom depresijom, naišao sam na reklamu za školu meditacije – *bhakti-joga* – intoniranje *mantri*, gitare, pjevanje: sada s odmakom mogu reći da mi je žao što se nisam tada zapitao što te mantre znače. Ali o tome kasnije. Ranije *asanimi*, *mudrima* i vježbama disanja, a sada ponavljanjem *mantri* nastojao sam zagospodariti umom koji je bio prepun strahova i napetosti radi osobnih i profesionalnih problema.

Nakon nekog vremena postao sam svjestan da se moj krug prijatelja suzio: sve više vremena sam provodio s osobama koje su „radile na sebi“ uz pomoć joge ili *tai-chija* (kineske tjelovježbe), a sve rjeđe sam se družio sa starim prijateljima. Zbog meniskusa sam se prestao baviti sportom koji sam volio još kao dijete od tenisa do košarke i odbojke. Bio sam koncentriran samo na sebe, na signale koje mi šalje moje tijelo. U međuvremenu sam postao i vegetarijanac. No, bila je to jedna strane medalje.

Druga je ipak bila nešto drugačija. Počeo sam osjećati sve veću osamljenost, iako sam se fizički dobro osjećao (nestali su čak i moji želučani problemi), psihički nisam bio dobro. Događalo se, naime, da bih se nakon meditacije ili vježbe joge znao osjećati slomljeno, tužno, depresivno. Primjerice, nakon intenzivne meditacije, drugi dan bih bio potpuno zatvoren u sebe i ne bih razgovarao ni sa kim pa ni s osobama koje su mi bile drage.

Sjećam se i godišnjeg odmora u vrijeme kojega sam krenuo na seriju individualnih vježbi joge. Nakon njih sam se osjećao psihički izmasakriran; počele su me salijetati misli kojih se nisam uspijevaio otarasiti – negativno mišljenje o samom sebi – medicinski bi se to možda nazvalo neuroza (opsesivno – kompulzivni poremećaj). Zatim sam počeo čitati o iscjeljenjima, reinkarnaciji, karmi. S vremenom sam se upoznao s čakrama, energetskim točkama „koje ima svaki čovjek“, konačno sa samom energijom koja se aktivira vježbama joge, *mantrama*, *mudrima* i meditacijama. Nekoliko godina nisam uopće molio. Bio sam uvjeren da sam dovoljan sam sebi i da mogu izaći na kraj s problemima buđenjem unutarnjih sila.

Sveto Pismo za mene nije postojalo, osjećao sam nevoljkost prema čitanju. Ispovijedao se jesam, ali problem je bio taj da usprkos ispovijedi i pričesti moje bolesne misli nisu nestajale. Danas znam da sam već tada trebao molitvu za oslobođenje i razgovor sa svećenikom koji bi me razumio.

Sad mogu reći da me joga dovela na rub ponora, odvojila me od svega što mi je nekoć pričinjalo veliku radost. Ostao sam sam. Postao sam individualist, egoist, i maksimalno koncentriran na svoje tijelo i razum. Nisam računao na nešto što bi se moglo nazvati Božjom voljom, Božjim planom za moj život. Počelo duše ostalo je negdje zatomljeno, ulazio sam u „duhovnost“, ali duhovnost hinduizma. A kao kršćanina ta me „duhovnost“

sve više ranjavalu i onesposobljavala i dijelila od prvotne naravi.

Promjena načina prehrane dovela je do kolapsa organizma i gubitka kilograma. Bio sam opsesivno koncentriran na zdrave prehrambene namirnice. Moja je volja postajala sve ograničenija. Shvatio sam da sam zarobljen: ne mogu raditi ono što želim, čak ni u takvim stvarima kao što je jelo. Izgubio sam mogućnost slobodnoga izbora.

Jednoga dana nakon joge izgubio sam svijest. Počeli su fizički problemi, neurološke poteškoće. Liječničke pretrage pokazivale su dobre rezultate, ali ja sam se osjećao sve gore. Sjetio sam se propovijedi jednog franjevca prije nekoliko mjeseci koji je govorio o duhovnim prijetnjama, među njima o meditaciji, akupunkturi i drugim praksama s istoka. Tada to nisam shvaćao ozbiljno. Sada sam odlučio potražiti tog svećenika. Dugo smo razgovarali. Pokazalo se da sam duhovno snažno zapleten i zarobljen ne samo jogom, već i drugim stvarima koje su povezane s okultizmom. Ovaj mi je redovnik savjetovao životnu ispovijed, duhovne vježbe, čitanje Svetoga Pisma, osobito Evanđelja po Marku, redovito pristupanje sakramentima, kako bi me Isus mogao postupno čistiti od duhova i duhovnosti preuzetih iz drugih kultura i religija.

Na vlastitom tijelu i umu, a još više na duši, doživio sam koliko je joga opasna. Nakon prvotnog ushita i poboljšanja općeg stanja, pod njezinim sam utjecajem na koncu bio potpuno slomljen... Joga je vid životne filozofije, a njeno prakticiranje veže se uz prihvaćanje temelja hinduizma. Danas znam ono što mi prije nekoliko godina nije imao tko reći: da primjerice, mantre mogu sadržavati imena hinduističkih božanstava na sanskrtu ili duhova koje se priziva.

Čitajući Bibliju odrekao sam se vjere u reinkarnaciju i karmu. Vjerujem u ono što nam po Svetomu Pismu govori Bog i Nauk svete Katoličke Crkve. Isus je za mene sve. Jedini put, jedina istina i jedini život. Najbolji liječnik.

Joga nije tjelesna vježba. To je duhovnost koja me dovela do neizrecive tjelesne i duhovne patnje, napuštanja prijatelja i svega onoga što mi je nekada značilo istinsku životnu radost. Ta se duhovnost ne može pomiriti s kršćanstvom. Vratio sam se u Crkvu kao izgubljeni sin iz Lukina evanđelja, znajući da mi je Bog oprostio. Te sam godine Isusu povjerio cijeli svoj život: prošlost, sadašnjost i budućnost, priznajući ga svojim Gospodinom i Spasiteljem. Zahvaljujući Bibliji znam da ono staro uminu (usp. 2 Kor 5,17). Osjećam kako me Isus sve više liječi svojom ljubavlju, iako tjelesno trpljenje još uvijek traje.

