

LEGGERE LEGGERO – Ottobre-novembre 2002

Felicità? Quando è troppa

Uno scrittore racconta i benefici che si hanno praticando una disciplina vista come un avvicinamento a Dio. La favola di chi rinuncia a compiere miracoli

di Mario Pagano

Secondo Mircea Eliade, il termine yoga designa solo una tecnica di asceti, un metodo di conoscenza e se tentassimo di darle altra definizione - scrive - ci troveremmo ad aver indicato non lo yoga, ma una sua specie particolare. Così, quando ho avuto tra le mani questo libro di Jayan Walter (Walter Vantaggiato), ho voluto leggermi subito la sua definizione di yoga, ed eccola: “Yoga significa ‘unione’ e indica l’unione dell’uomo con Dio, con il Sé universale. Quindi qualsiasi pratica o sentiero che ci conduce a questa unione è yoga”.