

GEORG FEUERSTEIN

Lo yoga non è una ginnastica

Alessandra Iadicco

A scanso di equivoci, meglio dire subito che la Filosofia Yoga raccontata dall'indologo Georg Feuerstein (Marsilio, pagg. 204, euro 20 euro, a cura di Edoardo Beato) non ha niente a che vedere con certe scorciatoie verso il benessere tagliate dagli adepti frettolosi del New Age. È un pensiero antichissimo quello che, arrivato in Occidente un secolo fa, rischia di tradursi in una tecnica da adottare pragmaticamente contro lo stress. Ma è dal recupero delle radici tradizionali, dei principi classici, della prassi concretamente meditativa originata dalla sapienza orientale (ignara del binomio anima/corpo), che si comprende e si apprende a tradurre «esercizi» meramente fisici in un'«ascesi» spirituale.

www.ecostampa.it



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.