



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΙΕΡΑ ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΣ ΧΑΛΚΙΔΟΣ

Αριθμ. Πρωτ. 2488

Έν Χαλκίδι τῇ 15ῃ Δεκεμβρίου 2016

**Ε Γ Κ Υ Κ Λ Ι Ο Σ 96<sup>η</sup>**  
**Ο ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΤΗΣ ΧΑΛΚΙΔΟΣ**  
**ΙΣΤΙΑΙΑΣ ΚΑΙ ΒΟΡΕΙΩΝ ΣΠΟΡΑΔΩΝ**  
**Χ Ρ Υ Σ Ο Σ Τ Ο Μ Ο Σ**

Πρός  
Τόν Ἱερό Κλήρο καί τόν εὐσεβῆ Λαό  
τῆς Ἱεραῦς Μητροπόλεως Χαλκίδος,  
Ἰστιαίας καί Βορείων Σποράδων.

Τέκνα μου ἀγαπητά,

Ὅλοι μας ἀναγνωρίζουμε πῶς ζοῦμε σέ ἕναν ἔντονα μεταβαλλόμενο κόσμο καί μέ ραγδαίους ρυθμούς ἐξελισσόμενο. Οἱ ἄνθρωποι τῆς ἐποχῆς μας, ἐνῶ ἐπαίρονται γιά τίς κατακτήσεις σέ ἐπιστημονικό, ἀλλά καί ἀνθρωπιστικό ἐπίπεδο, μοιάζουν πολλές φορές ἀνίκανοι νά ξεχωρίσουν τήν ἀλήθεια ἀπό τό ψεῦδος, τό φῶς ἀπό τό σκοτάδι. Γι' αὐτό καί σέ τέτοιες ἐποχές διαρκῶς καί καταγιγιστικά παρουσιάζονται συστήματα καί κοσμοθεωρίες, πού εὐαγγελίζονται σωτηρία καί πνευματική εὐτυχία, σέ ἕνα ἔντονα συγκρητιστικό περιβάλλον, τό ὁποῖο ἀπειλεῖ τόν πνευματικό προσανατολισμό τῶν πιστῶν μελῶν τῆς Ἐκκλησίας.

Ὡς Ἐπίσκοπος καί Μητροπολίτης σας, χρεωμένος μέ τό καθῆκον τῆς διαφυλάξεως τῶν ὁρίων μεταξύ ἀληθείας καί πλάνης, σᾶς ἀποστέλλω τήν παροῦσα ἐγκύκλιό μου, προκειμένου νά σᾶς ἐνημερώσω καί πάλιν καί μέ ἐπισημότερο τρόπο, γιά τίς πολλάκις ἐκφρασθεῖσες θέσεις τῆς Ἀγιωτάτης Ὁρθοδόξου Ἐκκλησίας μας, περί τῆς τεχνικῆς Γιόγκα, ἡ ὁποία ἄν καί ἀποτελεῖ ἕνα θεμελιώδες θρησκευτικό σύστημα θεωρίας καί τεχνικῆς τοῦ Ἰνδουισμοῦ, διαφημίζεται στή χώρα μας, στήν Εὐρώπη καί στίς Ἡνωμένες Πολιτεῖες Ἀμερικῆς, ὡς μιά ἀπλή τεχνική ἀσκήσεων γυμναστικῆς, οἱ ὁποῖες προσφέρουν λύση σέ πλῆθος προβλημάτων, τά ὁποῖα προέρχονται ἀπό τόν σύγχρονο ἀγχώδη τρόπο ζωῆς.

Βασική τεχνική στην πραγμάτωση τῆς Γιόγκα εἶναι ὁ Διαλογισμός, ὁ ὁποῖος προβάλλεται ὡς τό «βασικό πνευματικό μονοπάτι γιά τήν ἀπόλυτη ἰσορροπία τοῦ ἀνθρώπου καί τή δημιουργική ἐπαφή μέ τόν ἑαυτό του», ἐνῶ, συχνά ἀποκρύπτονται ἀπό τίς διάφορες ομάδες τά πραγματικά πνευματικά θεμέλιά του καί τό γεγονός ὅτι χωρίς ταυτόχρονη ἄσκηση τοῦ Διαλογισμοῦ, ἡ Γιόγκα δέν θά καταφέρει τά ἐπιθυμητά ἀποτελέσματα.

Ἡ Γιόγκα καί ὁ Διαλογισμός, ὅμως, εἶναι ἀσυμβίβαστες πρός τήν Ὁρθοδοξία καί γι' αὐτό Πανορθόδοξες Συνδιασκέψεις Ὁρθοδόξων Ἐκκλησιῶν καί Ἱερῶν Μητροπόλεων γιά θέματα Αἰρέσεων καί Παραθρησκευῶν, τά ἔχουν κατατάξει μεταξύ τῶν ἀσυμβίβαστων μέ τήν Ὁρθόδοξη Πίστη πρακτικῶν καί θεωριῶν. Θεωρίες, δοξασίες καί πρακτικές ὅπως τό κάρμα, τό ντάρμα, ἡ μετενσάρκωση, τά μάντρας, τά τσάκρας κ.ἄ., ἀνήκουν στό χῶρο τοῦ πολυθεϊστικοῦ Ἰνδουισμοῦ καί τοῦ Βουδδισμοῦ.

Κάποιοι, ὥστόσο, ἰσχυρίζονται ὅτι ὑπάρχει μέγας συσχετισμός μεταξύ τῆς ὀρθόδοξης προσευχῆς καί ἄσκησης, μέ τόν Διαλογισμό καί τή Γιόγκα. Αὐτή ἡ θέση, ὅμως, ὑποδηλώνει τό λιγότερο ἄγνοια, ὡς πρός τόν σκοπό, ἀλλά καί τά μέσα τῆς προσευχῆς τῆς Ὁρθοδόξου Ἐκκλησίας μας. Ὁ Χριστιανός, ὅταν προσεύχεται, δέν προσπαθεῖ νά χαλαρώσει, οὔτε νά ἀδειάσει τό νοῦ του ἀπό κάθε σκέψη, ἀλλά μέ μετάνοια καί ταπείνωση, στρέφει τό νοῦ καί τήν καρδιά του στόν προσωπικό Τριαδικό Θεό, προκειμένου νά ἔρθει σέ κοινωνία ἀγάπης μαζί Του, ἐλπίζοντας στό ἄπειρο ἔλεός Του. Ἀκόμη, ἀποδέχεται τήν ἀδυναμία του καί καταφεύγει στήν βοήθειά Του, προκειμένου νά λυτρωθεῖ ἀπό τόν μόνο Σωτήρα καί Λυτρωτή, πού εἶναι ὁ Ἰησοῦς Χριστός. Ἀντίθετα, ὁ τελικός σκοπός τῆς Γιόγκα καί τοῦ Διαλογισμοῦ εἶναι ἡ αὐτοπραγμάτωση, ἡ αὐτοσωτηρία, ἡ αὐτοθέωση!

Πολλοί ἐκ τῶν ὑποστηρικτῶν τῆς Γιόγκα, παρουσιάζουν πληθώρα εὐεργετικῶν ἐπιδράσεων τῆς στήν ψυχοσωματική υἰγεία. Ἀκόμη, ὅμως καί αὐτό ἐάν ἦτο ἀληθινό, εἶναι ἀπό μόνο του ἱκανό νά «ἐξαγιασῆ» τήν συγκεκριμένη πρακτική, ὅταν μάλιστα σέ ἕνα ἀπό τά πῖο ἱερά κείμενα τοῦ Ἰνδουισμοῦ, τήν Μπαγκαβάτ Γκιτά (δηλ. θεϊκό τραγούδι), δηλώνεται πῶς ὁ «Θεός Κρίσνα» ἀποκάλυψε στους ἀνθρώπους τήν Γιόγκα;

Τέκνα μου ἐν Χριστῷ ἀγαπητά,

Ἡ Γιόγκα καί ὁ Διαλογισμός δέν ἀποτελοῦν ἀπλά καί μόνον γυμναστική, ἀλλά ἔχουν θρησκευτικό ὑπόβαθρο βασιζόμενο στόν Ἰνδουισμό καί στόν Βουδδισμό καί αὐτό ἔχω τήν εὐθύνη, νά τό πληροφορήσω σέ ὅλους σας, τά πνευματικά μου παιδιά.

Δέν ἔχω στόχο νά πλήξω τήν ἐργασία κάποιων. Οὔτε, βέβαια, νά παραβιάσω καί τήν θεόδοτη ἐλευθερία οὐδενός!

Παρακαλῶ θερμά ὅλους σας, ὅσοι μέ τό ἅγιο Βάπτισμά σας γίνετε μέλη τῆς Ὁρθοδόξου καί μίας καί μοναδικῆς Ἐκκλησίας, νά προσέξετε μήπως, ἄθελά σας, παρασυρόμενοι ἀπό τήν «φρενίτιδα» τῆς οὐτοπικῆς «εὐεξίας», πέσετε θύματα τοῦ «ἀρχεκάκου ὄφραως», τοῦ διαβόλου, διακινδυνεύοντας τήν σχέση σας μέ τόν Θεό καί τό ἅγιο Σῶμα Του, τήν ἁγία Ἐκκλησία.

Πρός τόν σκοπό τῆς περαιτέρω πληροφορήσεώς σας, σᾶς γνωρίζω ὅτι ἡ Ἱερά Μητρόπολις μας ἐξέδωσε ἰκανό ἀριθμό ἐντύπων περί τοῦ ζητήματος μέ τίτλο «Γιόγκα καί Διαλογισμός: Μῦθοι καί ἀλήθειες», τό ὅποιο θά λάβετε δωρεάν ἀπό τήν Ἑνορία σας καί παρακαλῶ νά τό μελετήσετε.

Εὐχόμενος σέ ὅλους σας, καλό καί εὐλογημένο τό ἤδη ἀρξάμενον νέον ἔτος, φωτισμένο ἀπό τό Φῶς τῆς Γνώσεως τοῦ ἀληθινοῦ Θεοῦ, τοῦ Ἡλίου τῆς δικαιοσύνης Κυρίου μας Ἰησοῦ Χριστοῦ, διατελῶ

Μετά πατρικῶν εὐχῶν καί ἐγκαρδίου ἀγάπης

## Ο ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΤΗΣ

† ὁ Χαλκίδος ΧΡΥΣΟΣΤΟΜΟΣ

**ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΗ (πρός τούς Ἐφημερίους):** Ἡ παροῦσα Ἐγκύκλιος νά ἀναγνωσθεῖ ἐνκρινῶς, στό ἐκκλησιασμα τῆς Κυριακῆς 8<sup>ης</sup> Ἰανουαρίου 2017, πρό τῆς Ἀπολύσεως τῆς Θείας Λειτουργίας.

### Ἐσωτερική Διανομή:

- Ἀρχεῖον· 1. Φ. Ἐγκυκλίων Μητροπολίτου.  
2. Φ. Αἰρέσεων.