

[스크랩] 크리스천의 삶에 파고드는 ‘요가’

착한하늘다리 | 12.07.27 | 7

목록

댓글 0

가

가

크리스천의 삶에 파고드는 ‘요가’

요가는 단순한 운동이나 다이어트 방법이 아니다

요가는 몸으로 하는 힌두교식 기도이다

이를 지속적으로 하게 될 때 나쁜 흑암의 세력에 노출되는 결과를 가져온다

치과 간호사로 근무하고 있는 20대 후반의 정 모씨는 일주일에 3번

요가 센터를 다니며 정기적으로 요가를 하고 있다.

그녀의 설명에 따르면 요가를 하고 나면 마음이 편안해지고 정서가 차분해지며 육체적인 피로도 많이 풀린다는 것이다. 또한 따로 운동할 시간을 내기 힘든 그녀는 틈 나는대로 집에서도 요가를 하며 건강을 돌본다고 한다.

요즘 우리 사회를 보면 ‘요가’는 단순히 유행처럼 지나가는 바람같은 것이 아닌 것으로 보여진다. 이미 요가는 많은 사람들의 건강과 심신 단련의 중요한 수단으로 인정받고 있으며 사회 안에서 안정되게 정착하고 있다.

집이나 직장 인근의 요가센터, 구민 복지관, 백화점 문화센터, 학원, 노인 대학, 심지어 교회에서도 요가를 가르친다. 백화점 문화센터에서 요가는 가장 인기있는 강좌 중 하나이고, 초등학교 방과 후 학습 시간에 요가를 가르치는 곳이 늘어가고 있다. 또한 모 교회의 경우는 요가 강습을 알리는 광고를 교회 홈페이지에 올려 요가 수강생들을 교회 안에서 모집하기도 한다.

인기 연예인들이 요가 비디오나 DVD를 발매하는 경우도 많고 최근에는 전문적인 요가센터들이 생기면서 요가를 체계적으로 지도하는 전문 강사들도 늘어나고 있다.

그러면 이 ‘요가’는 과연 아무렇지도 않게 받아들여도 되는 단순한 심신수련의 한 방법일까? 크리스천은 이것을 그냥 받아들여도 무관한 것일까?

교회는 이것을 너그럽게 허용해도 별 지장이 없는 것일까?

먼저 요가의 의미를 살펴보자. 요가의 의미는 ‘결합시키다’라는 뜻이다. 이 ‘결합’이란 자연과 인간의 결합을 의미한다.

그리고 요가란 고대로부터 전해 내려오는 인도의 심신 수련법으로 잘 알려져 있다. 즉 요가는 몸으로 하는 ‘힌두교식 기도’, ‘명상’이다.

요가의 수행법을 구체적으로 살펴보면 그것은 다름아닌 불교와 힌두교의 수행과 밀접한 관련이 있음을 발견하게 된다.

즉 다이어트나 명상과 함께 붙어다니는 요가는 단순한 건강 단련을 위한 수단이 아니라 종교적인 의식의 하나라는 것이다.

중요한 것은 우리가 요가가 힌두교식 기도라는 사실을 모르고 행했다 할지라도 그것은 일종의 이방 종교 의식을 우리 삶 속에서 행하는 결과를 초래하게 된다는 점이다.

그런데 이 요가가 비만 해소와 다이어트에 효과적이며 몸을 유연하게 하고 정서를 안정시키는데 효과적이라는 소문이 돌면서 많은 사람들이 요가에 관심을 갖게 되었다. 현재 한국의 요가 인구는 약 100만에 달할 것으로 추정되고 있고 요가 인구는 계속해서 늘어가고 있는 추세이다.

요가에는 불살생, 불탐, 주문 외우기, 고행, 요가 호흡, 불교의 선, 인도철학, 윤회설, 수행 등의 혼합된 양상들이 내포되어 있다. 그러면 요가를 지속적으로 하게 될 때 어떤 결과가 빚어질까?

요가를 지속적으로 하게될 때 우리의 몸과 마음, 생각은 자연스럽게 불교, 힌두교 등의 이방 종교의 나쁜 것들에 노출된다.

우리가 건강을 위해 혹은 심신의 수련과 차분한 정서를 갖고 학습 능력을 향상시키기 위하여 별 생각없이 하는 요가가 흑암의 세력과 나쁜 영들에 노출되는 통로가 되며, 심지어는 이방 신들과 접촉하는 결과까지 유발하게 되는 것이다.

교회 안에서 또한 크리스천의 삶에서 요가를 허용하는 것은 매우 위험하다. 요가를 통해 얻어지는 차분함은 결코 하나님이 주시는 평강이 아니다. 요가를 함으로 자신도 모르게 이방 종교식 기도를 하며 이방 신들과 접촉하는 통로를 열어 놓게 된다는 사실을 알아야 한다.

사단은 자주 광명의 천사를 가장한다. 일종의 건전 문화처럼 자리 잡고 있는 요가는 크리스천과 불신자들의 삶을 하나님으로부터 멀어지게 만드는 하나의 수단으로 쓰이고 있다. 교회는 세상

문화를 말씀으로 검증해보지 않고 쉽게 받아들이는 태도를 바꿔야 한다. 사단은 문화라는 틀을 통해서도 사람들의 삶을 파괴시키기 때문이다.

교회는 정확한 하나님의 말씀과 지식, 정보를 제공함으로 이러한 사단의 속임수에 사람들이 속지 않도록 일깨우는 역할을 해야 한다.

웰빙 열풍을 타고 등장한 이방 종교들이 우리 삶에 너무나 자연스럽게 파고들고 있다. 그러므로 우리는 하나님의 말씀과 기도로 세상 것들을 잘 분별하며 나가야 한다. “...악한 것을 본받지 말고 선한 것을 본받으라...” [요삼1:11], “악은 모든 모양이라도 버리라” [살전5:22]

힌 두 교

■힌두교의 역사와 개요

초기에는 다신교(아그니신:불의신, 인드라신:전투신)였다. 현세의 이익과 욕망(자식, 비 등)을 바람으로서 지극히 현세 중심이었고 신에 대해 찬미함으로 신을 숭배했다. 이 다신교는 태양이 아침마다 일어나서 빛을 주고 저녁에는 쏜다고 생각함으로 태양을 신으로 숭배했다. 그러나 브라만교는 태양이 아침마다 일어나 빛을 바라지만 그것은 순전히 브라만(사제)의 제사가 있기에 가능하다고 말한다. 따라서 태양신보다 사제가 우월하게 되었다. 이것은 카스트제도의 가장 위층인 브라만 계층이 중심이 됨을 말한다.

여기까지는 정복기였지만 정착기에 들어가면서 일원론을 강조한다.

일원론은 형이상학적 사고를 하는데 ‘우파니샤드’를 강조한다. 우파니샤드의 핵심은 명상과 요가를 통해서 범아일체를 깨닫는 것인데 ‘범’이란 우주의 최고 원리(대우자)를 말하는 것이고 ‘아’란 아트만으로서 인간의 순수한 영혼(소우주)을 말한다. 그러나 이 우파니샤드는 너무 어렵고 비인격성을 가진데다 대중적이지 못했다. 그래서 다신교, 희생제사, 일원론을 종합한 박티신앙이 나오게 된다. 이것은 우파니샤드가 너무 어렵기에 대안이 된 것으로 바가바드 기타가 경전이 된다. 이것은 거룩한 노래란 뜻으로 700개의 노래로 구성되어 있고 간디가 이용을 했다. 유신론으로서 인격적인 신앙을 주장한다.

■인생의 목적(인생관)

☞욕망의 길

(1)쾌락: 도덕적인 규칙안에서 “즐길만큼 즐겨라”라고 말한다. 즉 즐거움(감각적)을 추구한다. 이 쾌락이라는 것은 긍정적이나 인생의 목적이 될 수는 없는데 이유는 쾌락이 악해서가 아니라 사

람을 무기력하게 만들고 또한 인간성 전체를 만족시키기에는 너무나 좁고 하찮은 것이기 때문이다.

(2)성공: 인생의 두 번째 목표로써 좀 더 사회적인 차원의 목표라고 볼 수 있다. 재산과 명예와 권력의 3면을 가진 세속적 성공을 추구하라고 말하는데 쾌락의 길을 포기하고 극복해야 이를 수 있다. 그러나 결국은 여기서도 부족함을 느끼게 되는데 세속적 성공은 독점적이므로 경쟁이 있고, 따라서 위태롭다. 또한 이것들은 아무리 추구해도 만족시킬 수가 없다.

-쾌락과 성공을 장난감으로 취급하며 장난감은 어린이가 가지고 노는 것이고 어른이 가지고 놀만한 것이 안되듯이 쾌락과 성공도 성장한 사람이 가지고 있어서는 안 되는 것이라고 말한다.

버림의 길

(3)의무: 공동체 안에서의 의무수행 즉 사회적 봉사를 추구한다. 쟁취에서 봉사로, 얻으려는 것에서 주고 싶어하는 것으로, 승리보다는 최선을 다하는 것을 그들의 목적이 된다. 이것은 세속적 욕망을 포기해야 가능하나 이것도 세상 안의 가치다. 이런 의무는 보람을 안겨주고 자부심이 생기나 희구를 궁극적으로 채워주지 못하고 사람의 욕망을 감당할 수 있는 기쁨을 주지는 못한다.

(4)자유: 인간의 무지함 때문에 발견하지 못하지만 궁극적으로는 생명의 무한한 중심이며 감추어진 자아 즉 아트만(브라만)을 추구한다. 해탈을 통해서 근원적인 세계를 추구한다는 것이다.

■4가지 완성의 길

-요가란 뜻은 길, 방법이며 인간의 진정한 목적인 자유를 얻기 위해서 요가를 한다. 그런데 사람은 각각 성향이 다르기 때문에 각자 맞는 것을 찾아서 수행한다.

(1)즈나나요가: 지식(즈나나)을 통해서 해탈과 아트만을 추구한다. 이 길은 어렵고 가파른 길인데 분석적이고 사변적인 사람이 행하는 것으로 경전을 공부하면서 분별, 분석하며 사색한다.

(2)박티요가: 박티의 목표는 자신을 신과 일치 시키는 것이 아니라 그의 일체가 신을 찬미하는 것이다. 인격신(수 많은 신)에 대한 사랑과 헌신, 봉헌으로 이루어 지는데 밥을 먹어도 신을 위함이고 잠을 자도 신을 위함이다. 그리고 보상이나 결과를 기대하지 않는다. 이것은 감수성 이 뛰어난 사람이 하는 것으로 가장 대중적이며 인기가 높다.

-즈나나요가는 우주와 자신을 일치시키며 신성을 내부에서 발견하려고 한다.(비인격성)
박티요가는 신과 인간을 분리시키며 신성을 외부에서 발견한다.(인격성)

(3)카르마요가: 적극적이고 능동적이며 사회성이 있는 사람이 하는 것으로 노동을 통해서 신을 찾는 길이다. 감성이 강한 사람은 그 일이 자신에 미치는 결과는 생각하지 않고 일을 신에 대한 봉사로 여길 뿐만 아니라 신의 뜻에 의해 추진되며 신을 위하여 수행되는 신의 힘이 구 도자를 통하여 나타나 그것에 의해 처리되는 것으로 생각한다.

(4)라자요가: 한국에 가장 많이 알려진 것으로 심신단련, 명상을 통하여 신에게 이르는 길이다. 이것은 실험적 성격이 강한 사람이 행한다.

출처 : ©The Christian

스크랩출처 : [+예수가좋다오](#)

[글보관](#) | [신고](#)

댓글 0	댓글쓰기	답글쓰기
------	------	------

[기독교자료](#) [다른글](#)



[개신교와 카톨릭의 차이점](#)

[무슬림을 위한 30일 기도 15th day](#)

[크리스천의 삶에 파고드는 '요가'](#)

[천년왕국에 대한 세가지 견해 \(1\)](#)

[신천지 이단 식별법](#)

[무슬림을 위한 30일 기도 14th day](#)

[추석 기념 가족예배 순서와 내용](#)

[무슬림을 위한 30일 기도 12th day](#)

[백지전도법 \[펌\]](#)

[무슬림을 위한 30일 기도 11h day](#)

공유만 해도 기부가 되는 착한 서비스
같이가치 with kakao



[카페앱 설치하기](#)

[맨위로](#)

Daum

로그인

PC화면

전체보기

© Kakao Corp.