

## VareseNews

### La ginnastica cristiana, nuova frontiera del “fitness spirituale”

**Pubblicato:** Lunedì 2 Maggio 2005

Siete alla disperata ricerca di momenti di relax e di occasioni di concentrazione? Di certo non siete gli unici, altrimenti pratiche come lo yoga e il reiki non andrebbero tanto di moda. Ma forse voi fate parte di quel sottogruppo, di certo non troppo ristretto, che vede queste discipline come eccessivamente distanti dalla vostra cultura, e quindi “pericolose”. In effetti far combaciare la filosofia orientale con la cultura cristiana, se siete credenti, può sembrare impossibile, un po' come mangiare la pasta al sugo con gli involtini primavera...

Che ne dite allora di fare un po' di “ginnastica cristiana”? L'idea, che sicuramente ha suscitato la nostra curiosità, è nata dalla Chiesa Cristiana Evangelica “La Sorgente” di Varese, che ha organizzato un seminario proprio su questo argomento. In questo modo, come ha spiegato l'organizzatrice Ruth Chaffer, fisioterapista, si proverà ad offrire un'alternativa cristiana a queste discipline di origine esotica. Docente del seminario (che inizierà venerdì 6 maggio) sarà l'istruttrice di wellness e salute Rosetta Zoccolillo. Chi parteciperà al corso, dopo una prima lezione teorica, passerà al campo pratico, sperimentando alcune tecniche di rilassamento fisico e spirituale, che saranno ripetute un'ultima volta durante il culto domenicale alla chiesa evangelica. Come hanno chiarito gli organizzatori la cosa è ancora del tutto sperimentale, e se funzionerà potrà essere ripetuta.

L'esperimento riuscirà? In effetti le tematiche davanti alle quali si porranno i partecipanti al corso sono le stesse che in questi anni stanno facendo impazzire tutta la sociologia (a questo proposito provate a leggere il provocatorio “Contro la comunicazione”, di Mario Perniola). Yoga, reiki e tai chi: queste sono solo alcune delle pratiche che vanno di gran moda oggi e, proprio come tutto ciò che va di moda, sono di origine orientale. Queste discipline, comunemente raggruppate nella categoria della “new age”, pur avendo differenze sostanziali hanno un comune punto di partenza: la ricerca di un obiettivo all'interno di noi stessi, in un viaggio che passa attraverso il nostro corpo. Se da una parte questo appare in grande sintonia con la nostra cultura moderna (fondamentalmente basata sull'ego), in realtà sembra urtare sonoramente contro la filosofia cristiana, comunitaria per definizione. Cercare di costruire una tecnica di rilassamento su fondamenta cristiane, quindi, significa introdurre nella religione il concetto di corpo, e nella filosofia orientale il concetto di comunità. Un esperimento (o un'utopia?) non da poco, a cui potrebbe essere interessante partecipare.

Tutti possono aderire, se interessati, basta contattare Ruth Chaffer a questo numero: 0332-978228. La partecipazione è gratuita.

Redazione VareseNews  
redazione@varesenews.it

