

سادغورو يتوقع إقبالاً واسعاً على اليوجا



يتوقع نجم اليوجا المدرب الهندي سادغورو، الذي قابلته وكالة فرانس برس هذا الأسبوع في مقر اليونسكو في باريس، أن تصل نسبة ممارسي «أحد أشكال اليوجا» إلى ما بين 60 و70% من الأشخاص في العالم، خلال السنوات الخمس والعشرين المقبلة.

ويشرح سادغورو (65 عاماً) واسمه الأصلي جاغاديش فاسوديف أن «اليوجا علم نقله إلينا اليوغيون الأول قبل 15 ألف عام»، لكن الرجل الذي بلغ عدد متابعيه 10 ملايين على منصة «إنستغرام» يرى أن «الأجيال المقبلة» ستتبناه.

واكتشف كثر من الغربيين اليوجا خلال الأزمة الصحية بفضل مقاطع الفيديو التي كان ينشرها سادغورو يومياً.

وتجمع هذه المداخلات المصوّرة بين دروس في الحياة وممارسة اليوجا وتأملات لا تخلو من الدعابة.

ولا داعي لانتظار يوم اليوجا العالمي الذي كان سادغورو نجمه في باريس لإدراك مدى انتشار هذه التمارين القديمة التي تُعرف عنها منافعتها الصحية؛ إذ تجاوزت حدود الهند، وباتت ترفد سوق الرفاهية البدنية والعقلية التي تشهد نمواً مطرداً.

بعمامته وشاله الفضفاض الفاتح اللون، يشدد سادغورو على أن اليوجا ليست مجرد «طيّ الجسم في الاتجاهات كلها»، «و»لا هي فلسفة أو نظام معتقدات، بل هي تقنية صحية داخلية وهي الأفضل على الإطلاق

ويؤكد معلّم اليوجا أن التأمل ووضعية الجسد والتنفس والعبارات الروحانية وسواها هي «أدوات داخلية في متناول الجميع»، في حال «تعلم كيفية استخدامها بشكل جيد

وسادغورو الذي يظهر مع نجوم عالميين، على غرار الممثل ويل سميث (بعد الصفحة في حفلة توزيع جوائز الأوسكار) وباريس هيلتون، قريب أيضاً من رئيس الوزراء الهندي ناريندرا مودي الذي جعل اليوجا أداة إشعاع للهند في العالم، وهو صاحب اقتراح تخصيص يوم عالمي لليوجا بات يُحتفل به في 21 يونيو/حزيران من كل سنة

وأدرجت اليونسكو اليوجا أيضاً في قائمة التراث غير المادي للبشرية

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024