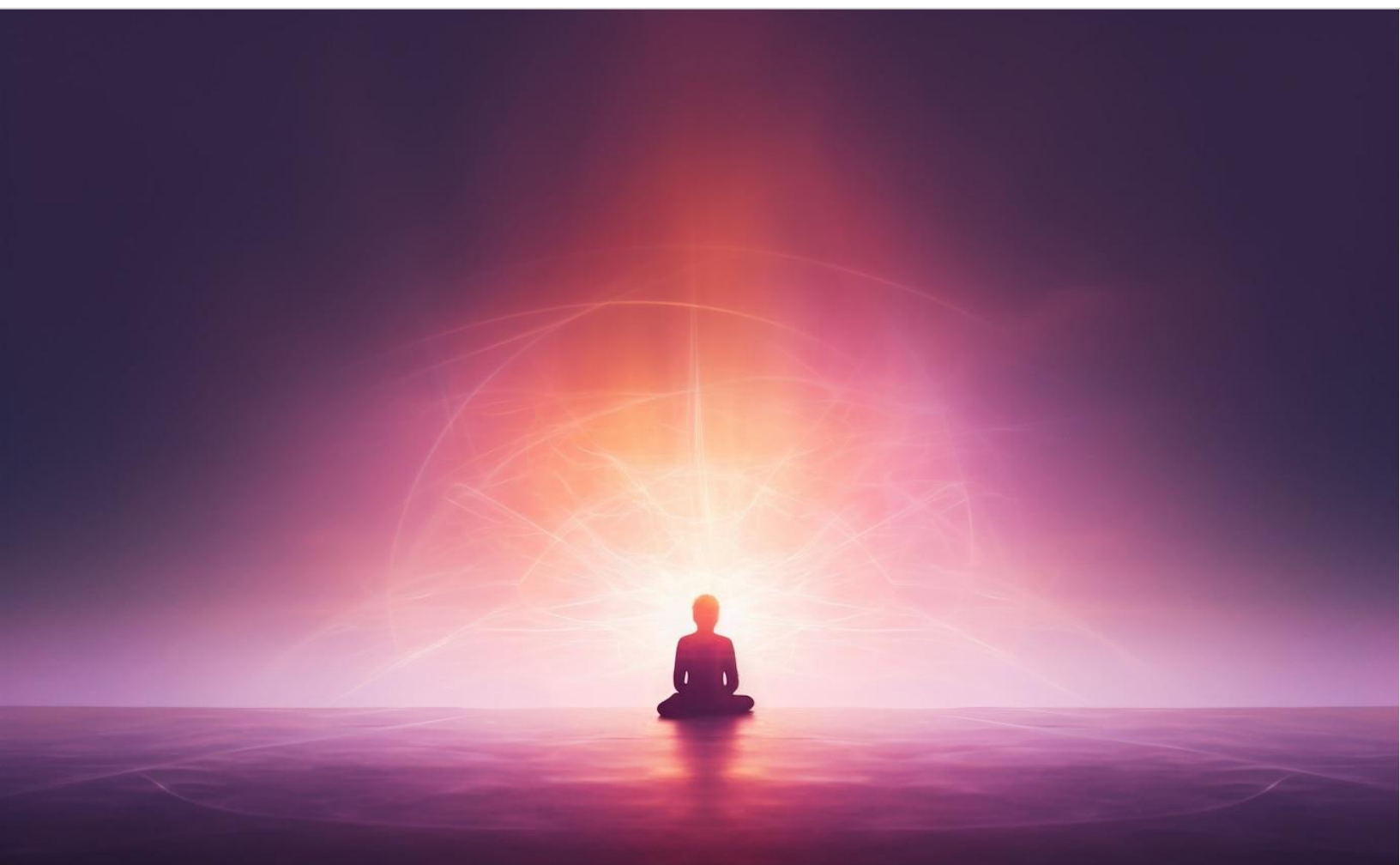




گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی

هیفا ناصر الرشید | ترجمه: فاطمه محیی الدین



گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی

الحمد لله وحده و الصلاة والسلام على من لا نبی بعده و اما بعد:

بارها از من خواسته شده است که گزارشی توضیحی دربارهٔ حقیقت یوگا، ریشه‌های اعتقادی آن، احکام حقوقی مرتبط با این فعالیت و پاسخ به شبهات مطرح شدهٔ برخاسته از آن بنویسم. با توجه به بحث‌های پیرامون این فعالیت و عدم آگاهی بسیاری از مردم از حقیقت و واقعیت آن و آغاز شیوع آن در جامعه، با توجه به حساسیت و اهمیت این موضوع و خطرات بسیار آن، لازم دانستم که این گزارش مختصر که آن را برای عموم مردم و غیرمتخصصان در زمینهٔ علوم اعتقادی و فلسفه و ادیان ترتیب داده‌ام،

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

بنویسم و کوشش نمودم آن را تا حد امکان ساده و نزدیک به ذهن و خلاصه
نمایم تا به اذن الله بیشترین فایده را در برداشته باشد.

با تفکر پیرامون بارزترین شبهات یا مسائلی که هنگام بحث درباره حکم
قانونی انجام یوگا مطرح می شود، دریافتم که در بیشتر اوقات از ایرادات ذیل
عدول نمی کند:

- یوگا یک ورزش است و به دین خاصی مرتبط نیست.
- خاستگاه و اصل یوگا از هندوئیسم است اما فعالان آن از نظر اعتقادی با
هندوها موافق نیستند، بلکه فقط در ظاهر با آن ها موافقت می کنند.
- می توان یوگا را از اشکال و اعتقادات هندوها و بودایی ها پاک سازی نمود.
- یوگا دارای فواید روحانی و ایمانی است.
- یوگا دارای فوایدی از نظر روانی و جسمی است.
- «پژوهش های علمی» به این نکته اذعان دارند که فعالیت یوگا فوایدی برای
سلامتی دارد.

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

همه این مسائل و اشکالات در خلال این گزارش مورد بحث و بررسی قرار گرفته است و به آن پاسخ داده شده است. اما من آن‌ها را در مقدمه برجسته نمودم تا خواننده خلاصه‌ای از آنچه که در این گزارش گنجانده شده است را دریابد و به ادامه خواندن ترغیب شود.

از الله خواهانم در ابراز حق و خیرخواهی برای امت کامیاب باشم و این عمل را بهر خشنودی ذات ارجمندش قرار داده و به بلاد و عباد سود رساند.

و صلی الله علی نبینا محمد و علی آله و صحبه و سلم

شعبان ۱۴۴۲ هجری قمری

نخست: تعریف یوگا و ریشه‌های عقیدتی آن

یوگا چیست؟

خواننده معنای صحیح «یوگا» را می‌تواند از طریق تصور مفهوم لغوی اصلی آن و همچنین مفهوم اصطلاحی فرهنگی آن درک کند. هیچ مباحثه و مناقشه‌ای آغاز نمی‌شود مگر پس از بررسی و واکاوی دقیق این دو مفهوم.

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

معنای لغوی: یوگا اسمی مشتق شده از ریشه سانسکریتی «یوج» می باشد که حول معانی اتحاد و تلفیق و ادغام می چرخد.

معنای اصطلاحی: یوگا طریقه ای روحانی است که از هند سرچشمه گرفته است و هدف آن دستیابی به چیزی است که آن را «روشنگری»، وحدت بین شخصی و مطلق یا وحدت و یکی شدن بین انسان و خدا می نامد.

این معنا در صدها منبع تخصصی بیان شده است که ذکر همه اش از توان این گزارش مختصر خارج است.^۱

این تعریفی است که توسط مقامات و مسئولان رسمی هند مانند وزارت آیوش و وزارت خارجه هند تأیید شده است.

(۱) از جمله به عنوان مثال:

Yoga Sutras of Patanjali (Commentary) - Sri Swami Stachidananda p. ۲۴

The Path of Yoga Sutras - Nicolai Bachman p.۲۴

True Yoga- Jennie Lee p.۲

The Secret Power of Yoga- Nischala Joy Devi p.xxii,

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

«معنای تحت‌اللفظی کلمهٔ سانسکریتی یوگا «یوج» است بنابراین می‌توان یوگا را این چنین تعریف کرد: یوگا وسیله‌ای است برای یکپارچه‌سازی و اتحاد میان روح فردی و روح ملکوتی خدا».

ayush.gov.in

«بر اساس متون مقدس یوگا، انجام یوگا منجر به اتحاد بین آگاهی فردی و آگاهی ملکوتی می‌شود و بیانگر هماهنگی کامل بین ذهن و جسم و انسان و طبیعت است».

- وزارت امور خارجهٔ هند

همین امر در مورد تعدادی از نهادهای مرتبط با پژوهش‌های هندی نیز صدق می‌کند:

«یوگا در معنای اصلی خود ارتباط چندانی با ورزش ندارد و از فعل سانسکریتی که به معنای اتحاد و یگانگی است، می‌آید. هدف یوگا اتحاد و یکی شدن با

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

خداست و انجام یوگا راهی است که ما برای پیمودن این هدف طی
می‌کنیم».

Via: Dr. Warren Weinstein

Philosophy and Asian Studies Department

California State University

CSULB.edu

تعدادی از چهره‌های مشهور هندو و غربی مطلع نیز یوگا را این‌گونه تعریف
کرده‌اند:

«نیتیهانادا» یکی از بزرگترین دعوت‌گران به هندوئیسم در عصر کنونی:

«یوگا از واژه‌ای سانسکریت به معنای وحدت، تشکیل یافته است و ما را از
وجود انسانی به وجود الهی و به حالت ابدی الهی و یکی شدن با سرچشمه
و خاستگاه اصلی (خداوند) سوق می‌دهد».

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

«پاراماهانزا یوگاناندا» راهب هندو و مدرس مشهور یوگا و یکی از شخصیت‌های برجسته در جنبش یوگای آمریکا:

«ما از نزد خدا هبوط کرده‌ایم و باید دوباره به جانب او صعود کنیم، ما ظاهر از پدر خود جدا شده‌ایم و باید آگاهانه بار دیگری با او متحد شویم. یوگا به ما می‌آموزد که چگونه از توهم جدایی فراتر برویم و به یگانگی خود با خدا پی ببریم».

«ریچارد روزن» پژوهشگر و مدرس یوگا از سال ۱۹۸۰ م که بیش از ۵ کتاب پیرامون یوگا تألیف کرده است:

«هدف یوگا تحقق بخشیدن به یگانگی ابدی بین برهمن و آتمن است که ما به خطا این دو را جدای از هم می‌دانستیم. یوگا وحدت و یکی شدن را به وجود نمی‌آورد بلکه وحدتِ اصلی وجود را آشکار می‌سازد».

نتیجۀ (۱): معنای یوگا در لغت و اصطلاح؛ یعنی اتحاد و یگانگی بین انسان و خدا.

ریشه‌های مذهبی یوگا چیست؟

پژوهشگران ادیان شرقی اتفاق نظر دارند که اصل و ریشه یوگا به شکل شناخته شده امروزی آن به دین هندو بازمی‌گردد اگرچه پیش از این، برخی ریشه‌های اولیه برای آن یافت شده بود.

هندوئیسم متشکل از شش مکتب فلسفی است به نام (Darshan) که سه مکتب از آن مکاتب با گذشت زمان کم رنگ گردید و اثری از آن‌ها نماند، که عبارت اند از:

۱. نیایا

۲. وایشیشیکا

۳. میماسا

و سه مکتب دیگر باقی ماندند که فلسفه هندوئیسم در عصر کنونی را بنیاد نهادند:

۱. سامکیا یا سامخیا

۲. ودانتا

۳. یوگا

نتیجۀ (۲): فلسفۀ یوگا از اصول دیانت هندوئیسم و یکی از شش مکتب فلسفی آن به شمار می‌آید که همه آن‌ها به اتفاق اندیشۀ هندوئیسم در دوران جدید را شکل می‌دهند.

باورهای مربوط به یوگا در میان هندوها چیست؟

تناسخ ارواح

هندوها به تناسخ ارواح باور دارند، یعنی انتقال روح پس از مرگ انسان به انسان یا حیوانی دیگر.

ادامۀ چرخۀ تناسخ در باور آن‌ها نوعی «عذاب» یا «درد و رنج» است.

کارما

آنچه تعیین می‌کند روح به چه بدنی منتقل خواهد شد قانونی کیهانی در فلسفۀ هندوئیسم به نام «کارما» است. افکار و رفتارهای یک فرد در زندگی

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

قبلی‌اش این قانون را هدایت و مدیریت می‌کند. اما این قانون بر اساس معیار ارزشی برای خیر و شر استوار نیست بلکه بر اساس نظام خاصی در فلسفه هندوئیسم به نام «دارما» استوار است.

موکشا

به طور کلی بزرگ‌ترین و مهم‌ترین هدف در اندیشه هندو، دستیابی به «موکشا» است که مرحله‌ی رهایی از تناسخ ارواح و خلاص شدن از چرخه عذاب است، یعنی آزادی از محدودیت‌های ماده با اتحاد و یکی شدن در وجود مطلق که از آن به «برهمن» یا «خدا» یاد می‌کنند.

یوگا

یوگا و اشکال متنوع آن، وسیله‌ای برای دستیابی به «موکشا» و یکی شدن با خدا در فلسفه هندوئیسم است.

نتیجه (۳): به باور هندوها یوگا وسیله‌ای برای دستیابی به «موکشا» (یکی شدن با خدا) و رهایی از تناسخ است.

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

دوم: اصل شرعی‌ای که حکم یوگا بر آن استوار است

دلیل حرام بودن یوگا چیست؟

دلیل تحریم یوگا را می‌توان در دو اصل شرعی جستجو کرد که عبارت اند از:

اعتقاد فاسد

مشابهت حرام

این دو وجه تحریم را می‌توان به شکل ذیل توضیح داد:

صورت نخست: باورهای یوگا و شیوه ناسازگاری آن با توحید و اصول ایمان

جنبه فلسفی و دینی یوگا دربردارنده پاره‌ای از اعتقاداتی است که آشکارا با

عقیده و باورهای اسلامی در تضاد است، از جمله مهمترین این جنبه‌ها:

۱. باور درباره خداوند: خدا به باور آنان وجود مطلق و «آگاهی» است که نه

متمایز و نه جدای از مخلوقات است (آنچه که به آن وحدت وجود گویند).

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

این برخلاف باور مسلمان دربارهٔ الله است که دارای صفات کامل و متمایز و جدا از مخلوقاتش بوده و بر عرش استقرار یافته است.^۲

• الله متعال می‌فرماید: **{الرَّحْمَنُ عَلَى الْعَرْشِ اسْتَوَى}** [طه: ۵] (اللهِ مهرگستر بر عرشِ استوا یافته است).

• الله تعالی می‌فرماید: **{يَخَافُونَ رَبَّهُمْ مِنْ فَوْقِهِمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ}** [نحل: ۵۰] (از پروردگارشان که بالای سرِ آنهاست می‌ترسند و آنچه را فرمان یافته‌اند، انجام می‌دهند).

۲. باور دربارهٔ انسان: یوگا بر این باور است که انسان یک خدای پنهان است یا شراره‌ای الهی در خود دارد.

و این برخلاف باور مسلمان مبنی بر بندگی انسان و یگانگی الله در ربوبیت و الوهیت است.

(۲) برای اطلاعات بیشتر به مجموع الفتاوی ابن تیمیه (۴۶۲/۱) و پس از آن مراجعه کنید.

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

• الله می‌فرماید: **ذُلِكُمْ اللّٰهُ رَبُّكُمْ لَا إِلٰهَ إِلَّا هُوَ خَالِقُ كُلِّ شَيْءٍ فَاعْبُدُوهُ**؛

[انعام: ۱۰۲]: این است پروردگار شما که معبودِ برحقّی جز او نیست، آفریدگار همه چیز است پس او را بپرستید.

• الله متعال می‌فرماید: **وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ**

وَأَشْهَدَهُمْ عَلَى أَنْفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَى شَهِدْنَا أَنْ تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ

إِنَّا كُنَّا عَنْ هَذَا غَافِلِينَ؛ [اعراف: ۱۷۲] (و [به یاد آور] آنگاه را که پروردگارت از پشت

فرزندان آدم ذریّه آن‌ها را برگرفت و آنان را بر خودشان گواه ساخت [و فرمود]

آیا من پروردگارتان نیستم؟ گفتند: بله گواهی دادیم [که تو پروردگار مایی، این

اقرار از ذریّه آدم برای این بود] تا در قیامت نگویند که ما از بی‌خبران بودیم).

• الله تعالی می‌فرماید: **يَا أَيُّهَا النَّاسُ أَنْتُمُ الْفُقَرَاءُ إِلَى اللَّهِ وَاللَّهُ هُوَ الْغَنِيُّ**

الْحَمِيدُ؛ [فاطر: ۱۵] (ای مردم این شمائید که محتاج و نیازمند به الله هستید

و الله بی‌نیازِ سُتوده است).

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

• پروردگار متعال می‌فرماید: **{وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ}**

[ذاریات: ۵۶] (و جن و انسان را نیافریدم مگر برای اینکه مرا عبادت کنند).

۳. باور به تناسخ: ارواح در یک چرخه تکرار شونده از یک جسم خارج می‌شوند

و به جسمی دیگر باز می‌گردند.

این با باور شخص مسلمان به معاد و برانگیختن دوباره و آنچه که در نصوص

از احوالات برزخ و قیامت وارد شده است، منافات دارد.

• الله می‌فرماید: **{فَلَوْلَا إِذَا بَلَغَتِ الْحُلُقُومَ وَأَنْتُمْ حِينِيذٍ تَنْظُرُونَ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ**

مِنْكُمْ وَلَكِنْ لَا تُبْصِرُونَ فَلَوْلَا إِنْ كُنْتُمْ غَيْرَ مَدِينِينَ تَرْجِعُونَهَا إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ

فَأَمَّا إِنْ كَانَ مِنَ الْمُقَرَّبِينَ فَرَوْحٌ وَرَيْحَانٌ وَجَنَّتُ نَعِيمٍ وَأَمَّا إِنْ كَانَ مِنْ أَصْحَابِ

الْيَمِينِ فَسَلَامٌ لَكَ مِنْ أَصْحَابِ الْيَمِينِ وَأَمَّا إِنْ كَانَ مِنَ الْمُكَذِّبِينَ الضَّالِّينَ

فَنُزُلٌ مِنْ حَمِيمٍ وَتَصْلِيَةٌ جَهِيمٍ} [واقعہ: ۸۳ - ۹۴] (هنگامی که جان به گلوگاه

رسد و شما در آن هنگام نظاره‌گرید و ما از شما به او نزدیک‌تریم لیکن شما

نمی‌بینید پس اگر مجازات شدنی نیستید چرا آن جان [در حال احتضار] را باز

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

نمی‌گردانید، اگر راست می‌گویید، بنابراین اگر او (محتضر) از مقرّبان باشد راحتی و آسایش و بهشت پر نعمت از آن اوست و اگر از یاران دست راستی باشد پس سلام بر تو از سوی یاران دست راستی و اگر از تکذیب کنندگان گمراه باشد پس با آتش سوزان از او پذیرایی می‌شود و به دوزخ افکنده می‌شود).

• الله می‌فرماید: {حَتَّىٰ إِذَا جَاءَ أَحَدَهُمُ الْمَوْتُ قَالَ رَبِّ ارْجِعُونِ لَعَلِّي أَعْمَلُ صَالِحًا فِيمَا تَرَكْتُ كَلَّا إِنَّهَا كَلِمَةٌ هُوَ قَائِلُهَا وَمِنْ وَرَائِهِمْ بَرْزَخٌ إِلَىٰ يَوْمِ يُبْعَثُونَ} [مؤمنون: ۹۹ - ۱۰۰] (تا هنگامی که مرگ یکی از آنان در رسد گوید: پروردگام مرا بازگردان تا کارهای نیکویی که بیشتر ترک کردم را انجام دهم، هرگز! این سخنی است که [به ظاهر] می‌گوید [ولی اگر برگردد به آن عمل نمی‌کند] و پیش روی او برزخی است تا روزی که برانگیخته شوند).

۴. یگانگی با خدا (اتحاد): و این هدف و مقصودی است که از تمامی اشکال و صورت‌های یوگا مدنظر است و به باور آن‌ها انسان با آن (یکی شدن با خدا) از تناسخ‌رهای می‌یابد.

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

و این با باور شخص مسلمان به ارتباط بین بنده و پروردگارش و ارتباط خالق و مخلوق و عابد و معبود منافات دارد.

• الله متعال می‌فرماید: **﴿أَمْ خُلِقُوا مِنْ غَيْرِ شَيْءٍ أَمْ هُمُ الْخَالِقُونَ * أَمْ خَلَقُوا السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ بَلْ لَا يُوقِنُونَ﴾** (طور: ۳۵ - ۳۶) (آیا از هیچ آفریده شده‌اند یا خود خالق خویش‌اند؟ آیا آن‌ها آسمان‌ها و زمین را آفریده‌اند؟ نه، بلکه جویای یقین نیستند).

• الله متعال می‌فرماید: **﴿إِنَّ كُلَّ مَنْ فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ إِلَّا آتِي الرَّحْمَنِ عَبْدًا * لَقَدْ أَحْصَاهُمْ وَعَدَّهُمْ عَدًّا * وَكُلُّهُمْ آتِيهِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ فَرْدًا﴾** (مریم: ۹۳ - ۹۵) (هیچ موجودی در آسمان‌ها و زمین نیست مگر اینکه فرمانبردار الله مهرگستر است بی شک آن‌ها را حساب کرده و به دقت شمرده است و همگی آن‌ها در روز قیامت تک و تنها به پیشگاه حضرتش حضور می‌یابند).

و همه موارد فوق‌الذکر در عقاید مسلمانان ثابت شده است و به بیان استدلال‌های طولانی نیازی ندارد.

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

ناید صواب حاصل، از درک آدمیان

ارروز روشن گردد، صاحب نیاز برهان

- مُتَنَبِّی

شواهدی از «یوگا سوترا»

متن فلسفی‌ای که یوگا بر آن مبتنی است، کتاب «یوگا سوترا» اثر پاتانجلی است. (ق ۴-۳ ق. م)

«ذهن به طور خودکار وجود خود را از دست می‌دهد و تنها چیزی که از آن به جای می‌ماند سلامتی و لذت و شادی حقیقی است که به آن خدا یا نفس می‌گوییم». (یوگا سوترا: ۱:۶۱: سوامی سانچیناندا)

«بر اساس یوگا: نمی‌گوییم که خدا چیزی را می‌آفریند، در یوگا خدا مجرد آگاهی خالص است» (یوگا سوترا: ۱:۱۶: سوامی سانچیناندا)

«هنگامی که به رهایی و به تبع آن به تعالی دست می‌یابی، متوجه می‌شوی هرگز نه کم و نه زیاد به طبیعت متصل نبوده‌ای، بلکه تماماً پاک و آزاد هستی.

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

سپس با خدای برتری می‌شوی و در حقیقت یگانگی با خدا همان یوگای واقعی است». (یوگا سوترا: ۱: ۲۴ سوامی سانچیناندا)

شواهد فراوان بسیاری و منابع مختلفی وجود دارد که عقاید انحرافی یوگا را شرح داده و به آن تصریح می‌ورزد که بسط و تفصیل آن در این مجال نمی‌گنجد و آنچه در اینجا بیان شده است تنها ذکر نمونه‌هایی از آن است.

صورت دوم: وجود تشابه ممنوع (حرام) در مناسک و مراسم یوگا

قبل از هر چیز باید بدانیم که یوگا در میان هندوها و (بوداییان) یک ورزش سرگرم کننده یا «سالم» تلقی نمی‌شود اگر چه برخی از غربیان اینگونه می‌پندارند. بلکه در چارچوب مناسک عرفانی (روحانی) و اعتقادات مذهبی آن را انجام می‌دهند و از جمله «آداب» ویژهٔ دیانت هندی محسوب می‌گردد.

هنگامی که این موضوع ثابت شد پس لازم می‌آید از سه حالت و موضع به موضوع «مشابهت» نگریسته شود.

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

حالت اول: تحریم مشابَهت به کافران، حکمی شرعی از جانب الله و رسولش است که رد و شک افکنی در آن جایز نیست

از دلایل آن می‌توان به این فرموده الله متعال اشاره کرد: **وَلَا يَكُونُوا كَالَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ** [حدید: ۱۶] (و مانند اهل کتاب نباشند).

شیخ الاسلام رحمه الله می‌گوید: در این آیه از مشابَهت به آنان، مطلقاً نهی شده است.

ابن کثیر رحمت الله در تفسیر این آیه می‌گوید: به همین دلیل الله مؤمنان را از مشابَهت به آنان در تمام امور اصلی و فرعی نهی فرموده است.

و نیز می‌گوید: الله متعال بندگان مؤمن خود را از مشابَهت به کافران در گفتار و رفتار نهی فرموده است.

و در حدیث صحیحی که ابوداود آن را روایت می‌کند، پیامبر ﷺ می‌فرماید: «من تَشَبَّهَ بقوم فهو منهم» (هر کس خود را به قومی شبیه کند (از آنان تقلید کند) پس از آنان است).

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

و در حدیثی که امام مسلم روایت می‌کند، پیامبر ﷺ می‌فرماید: «خَالِفُوا الْمُشْرِكِينَ» (با مشرکان مخالفت کنید).

حالت دوم: مشابهت اقسامی دارد

اول: مشابهت به کفار در خصایص دینی‌شان از جمله عقاید و آداب و عباداتشان؛ که این از شدیدترین حرام‌ها است و بیشترین خطر و آسیب را به عقیده وارد می‌کند.

دوم: مشابهت به کفار در عرف و عاداتی (آداب و رسوم) که مخصوص آنان است، هر چند که آن را به منظور و نیت عبادت انجام ندهید باز حرام است چنانچه پیامبر ﷺ از مشابهت به کفار در پوشش و لباس و گفتار و سیمای ظاهری‌شان در موقعیت‌های بسیاری در سنت نهی فرموده است.

سوم: مشابهت به کفار در آنچه که از خصایص دینی و خصایص عرفی و عادات آنان نیست و در میان مردم، اعم از مؤمن و کافر به طور مشترک و یکسان وجود دارد و متعلق به هیچ گروه خاصی از آنان نیست، بنابراین این عمل مُباح

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

و جایز بوده اگر چه ترکِ آن مستحب است زیرا پیامبر ﷺ مسلمانان را به مخالفت با کفار تشویق نموده است و از مشابَهت به آنان نهی فرموده است.

حالت سوم: نوع مشابَهت در فعالیت یوگا

بدون تردید یوگا در زیر شاخهٔ حالت اول قرار می‌گیرد و مشابَهت به کفار در خصایص دینی و اعتقادی‌شان است که بدترین و قبیح‌ترین نوعِ مشابَهت است.

آیا نیت و قصد مشابَهت به کفار یا باور به تحریم آن لازم و ضروری است؟

متونی که در خصوص تحریم مشابَهت (تقلید) کفار در خصایص دینیشان در شریعت آمده است بر دو وجه است:

تقلید در باطن

تقلید در ظاهر

منظور کسی است که به چیزی از عبادات کفار و مناسک و مراسم عبادی آنها یا اعیادشان خود را شبیه سازد و از آنان تقلید کند: چه از نظر عقیدتی با آنها

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

مشارکت نماید برای مثال: باور به این داشته باشد که یوگا یکی شدن با خدا یا رهایی از تناسخ است که این بدون تردید خارج از باورهای اسلام و مخالفِ شهادت توحید است و از نوع اول (تقلید در باطن) به شمار می‌آید.

و چه در ظاهر بدون اشتراک در عقاید با آن‌ها همسویی و همسانی ورزد و این همان چیزی است که از مخاطب مسلمان انتظار می‌رود که در نوع دوم (تقلید در ظاهر) جای می‌گیرد و این همان نوعی است که نصوص دینی غالباً آن را بیان داشته‌اند بدین معنا که مُراد از مشابهت با کفار و تقلید از آنان در اصل نهی از تقلید از آنان در ظاهر است حتی اگر شخص مسلمان قصد تقلید از آن‌ها و اشتراک در عقایدشان را نداشته باشد. و کسی که از شخص مشرک در عقاید مشرکانه‌اش تقلید و تبعیت کند همانند او مشرک است و این بدون تردید شدیدترین نوع انحراف است اما نسبت به نوع دوم (از تقلید و مشابهت) کمتر متداول است.

از این رو این مسئله را می‌توان به شرح زیر خلاصه کرد:

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

تقلید شخص مسلمان از کفار در خصایص دینی‌شان هر چند بدون نیت و قصد تقلید از آنان و بدون اعتقاد به معتقداتشان باشد، حرام است.

تقلید از کفار در عقایدشان اکیدا و شدیداً حرام است و حکم آن به حسب میزان و کمیت اعتقاد به آن، متفاوت بوده و حتی ممکن است به کفر بینجامد.

نتیجه (۴): حکم تحریم «یوگا» به دو علت باز می‌گردد: اعتقادات باطل موجود در آن، و مشابَهت به آداب و مناسک کفار در انجام آن.^۳

سوم: حکم فعالیت یوگا و آنچه مربوط به آن است از برگزاری جلسات و افتتاح مراکز و امثالهم

صورت اول: اعتقاد به مبانی عقیدتی یوگا و اهداف آن

مقصود اینجا این است که هر کس که فعال و پوینده یوگا باشد یا آن را به مردم بیاموزد، او آگاه و موافق به مبانی عقیدتی یوگا است و باور دارد که یوگا

(۳) برای توضیحات بیشتر در خصوص احکام تقلید و مشابَهت، مراجعه به کتاب (اقتضاء الصراط المستقیم) شیخ الاسلام ابن تیمیه توصیه می‌گردد.

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

وسیله‌ای برای رهایی از تناسخ ارواح است و فطرت الهی مدفون در انسان را برانگیخته و تحریک می‌کند و یگانگی بین او و خدا را حاصل می‌سازد تا اختلاف‌ها را به طور کامل بین خالق و مخلوق از میان ببرد.

این امر بدون تردید در اسلام جایگاهی ندارد و به اجماع مسلمانان کفر است و حتی در میان ملت‌های دیگر نیز کفر تلقی می‌گردد. ابن تیمیه در مورد باورمندان به وحدت وجود گفته است: «کفر اینها بدتر از کفر یهودیان و نصرانیان و مشرکان عرب است».

صورت دوم: انجام یوگا و شناخت اصول و اهداف آن بدون اعتقاد به آن
(مبانی و اهداف)

پیش‌تر علت تحریم یوگا بیان گردید که دو حالت داشت:

عقاید نهفته در تمرینات یوگا

مشابهت با هندوها در ویژگی‌های عقیدتی‌شان

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

هر کس از اعتقادات مربوط به یوگا اطلاع داشته باشد و آن را تصدیق نکند بلکه باور داشته باشد که این عقاید انحرافی در تضاد با عقیده صحیح اسلامی است با این امر از مخالفت با شرع در تقلید از کفار در خصایص دینی‌شان مستثنی نمی‌شود، بنابراین هر چند در درون به آن باور ندارد، اما در ظاهر شبیه به آنان بوده و این شباهت ذاتا و اساسا حرام است.

اینکه فعال و پوینده یوگا یقین دارد که از تأثیرپذیری از اعتقادات نهفته در یوگا در امان است اما انجام مکرر و علاقه به این تمارین، نفوذ و تأثیرگذاری برخی از این اعتقادات را در وی امکان‌پذیر می‌سازد. به همین دلیل است که شارع از نزدیک شدن به شبهات در هر موقعیت و به هر طریقی که باشد، نهی فرموده است. بنابراین رسول الله ﷺ فرمودند: «هر کس در شبهات بیفتد در حرام خواهد افتاد، همچون چوپانی که گله‌اش را پیرامون مرتع حفاظت شده برای چرا آزاد می‌گذارد و نزدیک است گله‌اش داخل آن شوند و بچرند. آگاه باشید هر پادشاهی برای خود قُرُق و حریمی دارد، بدانید و آگاه باشید حریم و قلمرو الله حرام‌های اوست». (متفق علیه)

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

شیخ الاسلام ابن تیمیه رحمه الله می گوید: «مشابهت در ظاهر موجب پیدایش نوعی از دوستی و محبت و صمیمیت در درون می گردد همانطور که محبت درونی منجر به مشابهت و همانندی در ظاهر می شود و این امر را احساس و تجربه ثابت و تأیید می نماید بنابراین حال که مشابهت در امور دنیایی باعث به وجود آمدن محبت و صمیمیت می شود، مشابهت و همانندی در امور دینی چگونه باید باشد؟ پس بی شک به صمیمیت شدیدتر و بیشتری می انجامد که این محبت و صمیمیت با ایمان منافات دارد»، الله متعال می فرماید: **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَتَّخِذُوا الْيَهُودَ وَالنَّصَارَى أَوْلِيَاءَ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ وَمَنْ يَتَوَلَّهُمْ مِنْكُمْ فَإِنَّهُ مِنْهُمْ إِنَّ اللَّهَ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الظَّالِمِينَ** {مائده: ۵۱} (ای کسانی که ایمان آورده اید یهود و نصاری را به دوستی مگیرید، برخی از آن ها دوست برخی دیگرانند و هر کس از شما آن ها را به دوستی بگیرد، یکی از آنان است و الله گروه ستمکار را هدایت نمی دهد).

ممکن است فعال و پوینده یوگا بگوید: «من قصد ندارم خود را به آن ها شبیه سازم»

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

پاسخ خواهیم داد: در حکم مشابهت «نیت و قصد» شرط نیست و حکم به آن به فعل و عمل ارتباط دارد و نه به نیت. از این رو پیامبر ﷺ از نماز گزاردن در هنگام طلوع و غروب آفتاب نهی فرموده است علی‌رغم اینکه شخص مسلمان نیت و قصدش خواندن نماز برای غیر الله نیست. همان گونه که در صحیح مسلم فرموده است:

«نماز صبح را بخوانید سپس تا طلوع و بالا آمدن آفتاب نماز نخوانید زیرا خورشید در بین دو شاخ شیطان طلوع می‌کند و آن هنگامی است که کافران برای آن سجده می‌برند» و نیز فرمود: «پس از نماز عصر تا غروب آفتاب نماز نخوانید چراکه خورشید در بین دو شاخ شیطان غروب می‌کند و آن زمانی است که کافران برای آن سجده می‌برند».

ابن تیمیه در کتاب خود «اقتضاء الصراط المستقیم» می‌گوید: «آشکار است که شخص مؤمن جز برای الله تعالی سجده نمی‌برد و بسیاری از مردم و حتی کافرانی که برای خورشید سجده می‌برند، نمی‌دانند که آن در بین دو شاخ شیطان طلوع و غروب می‌کند با این حال پیامبر ﷺ از نماز گزاردن در این اوقات

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

نهی فرموده است تا مشابهت و همانندی از تمامی جهات و به صورت کلی
برچیده شود».

شرع مجازات و گناه پرسش از کاهنان را (با وجود عدم باور پرسشگر به آنان)
برای حفظ تمامیت توحید، سخت و شدید قرار داده است تا مبادا پرسیدن
وسیله و محرّکی برای تصدیق و تأیید گردد، همانطور که پیامبر ﷺ فرمودند:
«هر کس به نزد فالگیر رود و دربارهٔ امری از او بپرسد تا چهل شب نماز وی
پذیرفته نخواهد شد». [به روایت مسلم]

و فعالیت یوگا نیز بر همین اساس سنجیده می شود زیرا ممکن است با
گذشت زمان و ارتباط مکرر با این تمرین، اعتقاد و باور به اصول و مبانی آن
شکل گیرد و به پیامدهای جدی و پر خطر ناشی از انجام آن منتهی گردد.

همچنین فعالیت یوگا و انجام آن (اگر چه بدون باور به آن باشد)، در گسترش
و رواج آن در سطح جوامع مسلمان سهیم است به ویژه زمانی که این تمرین
در باشگاه ها و مراکز تخصصی سازماندهی شود. نمی توان با جدا کردن یوگا

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

از اصل اعتقادی آن، به انتشار و گسترش آن مُهر تأیید زد زیرا ابزار شناخت و ذهن آگاهی در دسترس همگان است و بعید به نظر نمی‌رسد هر کس که با یوگا در یکی از همین مراکز آشنا می‌شود به جستجو و کنکاش در مورد فلسفه آن بپردازد و سرانجام همچون یک اعتقاد آن را بپذیرد و متاسفانه آنچه در واقع دیده می‌شود تاکیدی است بر این حقیقت.

خلاصه آنچه گذشت

انجام یوگا هر چند با عدم اعتقاد به باورهای تشکیل دهنده آن باشد، حرام و ناجایز است زیرا:

- مشابهت به کفار در خصایص آیینی‌شان است (اگر فقط در ظاهر و بدون نیت و قصد مشابهت باشد)

- این فعالیت ذریعه و وسیله‌ای برای ورود به این اعتقاد فاسد و باطل است و سد ذرائع به ویژه در مقوله شرک در شریعت اسلامی معتبر و مورد توجه می‌باشد.

صورت سوم: جهل و بی‌اطلاعی از مبانی عقیدتی یوگا و اهداف آن

و این وضعیت بسیاری از مردم است و لازم است که حقیقت کارشان و حکم آن برایشان توضیح داده شود؛ اگر از آن باز ایستند برای آن‌ها بهتر است و اگر بر انجام آن پافشاری کنند حکم آن‌ها به یکی از دو بخش اخیر به حسب حالشان باز می‌گردد.

ابن تیمیه رحمه الله می‌گوید: «بیشترین چیزی که مردم عادی به آن دچار می‌شوند برای مثال: کارهایی که در پنج شنبه حقیر^۴ و روز میلاد مسیح و مانند آن انجام می‌دهند به این خاطر است که بدان عادت کرده‌اند و از پدران به فرزندانشان به ارث رسیده است و بسیاری از آن‌ها حتی مبدأ و اصل آن را نمی‌دانند. بنابراین اگر شخصی حکم آن را بداند و از انجام آن باز نایستد، در شمار گروه نخست قرار خواهد گرفت».

(۴) در باور نصرانیان پنج شنبه فرمان یا پنج شنبه میثاق، یادبودی برای شام آخر عیسی علیه

السلام با حواریون است. (مترجم)

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

نتیجه (۵): انجام تمرین یوگا بدون در نظر گرفتن اینکه فعال و پوینده آن به اعتقادات تشکیل دهنده موجود در آن باورمند است و یا نه و چه با انجام آن قصد تقلید از هندوها را داشته باشد و یا نداشته باشد، جایز نبوده و میزان و درجه تحریم آن و حکم انجام دهنده آن به فراخور اوضاع و قرائن متفاوت است.

انجام مراسم عشای ربانی، اقدام به شستن پاهای یکدیگر، تقدیس ایمانداران با روغن مقدس، سرود خواندن و... از جمله کارها و اعمالی است که در این جشن انجام می‌گیرد.

چهارم: شبهات شرعی پیرامون یوگا و مناقشه آن

آیا می‌توان یوگا را از باورهای دینی جدا کرد؟

اگر گفته شود: آیا می‌توان یوگا را بدون ارتباط دادن به عقیده وحدت وجود

انجام داد؟

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

پاسخ می‌دهیم: کافی نیست اینکه می‌گویند: فعال و پوینده یوگا به وحدت وجود باورمند نیست، چرا که عقاید دیگری نیز در یوگا وجود دارد که با عقیده اسلامی در تعارض است، از جمله: باور به اینکه یوگا موجب نزدیک شدن به خدا و یا وسیله‌ای برای افزایش ایمان است یا در آمیختن آن با عبادات به شیوه‌ای بدعت‌آمیز و امور بسیاری از این قبیل.

بسیاری از فعالان و پویندگان یوگا از مسلمانان عادی هستند و ابعاد اصولی یوگا را درک نمی‌کنند و عقیده ثابت و محکمی ندارند تا به وسیله آن میزان مخالفت یوگا با عقیده صحیح را بسنجند و همچنین برای تمییز دادن آن از صلاحیت شرعی کافی برخوردار نیستند به گونه‌ای که یکی از آن‌ها می‌گوید: من هرگز باور نمی‌کنم که یوگا با دینم در تضاد باشد.

اگر فرض بر این باشد که انجام دهنده یوگا از تأثیر هر گونه عقیده و باور انحرافی و فاسد کاملاً مبرا باشد، باز هم حکم ممنوعیت و تحریم آن به قوت خود باقی می‌ماند، به این دلیل که:

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

- مشابَهت و تقلید صورت می‌گیرد

- این تمرین زمینه ورود به اعتقادات فاسد را فراهم می‌آورد (همانطور که قبلاً

بیان شد)

اگر گفته شود: آیا می‌توان تمام خصوصیات را که یوگا متصف به آن است،

حذف کرد تا فقط جنبه ورزشی آن باقی بماند؟

پاسخ می‌دهیم: باید میان خصایص دینی هندو و ویژگی‌های رایج و مشترک

ورزشی که به دین و گروه خاصی تعلق ندارند، تفاوت قائل شویم و انجام این

امر فقط به وسیله متخصصی که ادیان شرقی را بررسی می‌کند امکان پذیر

خواهد بود و انجام این بررسی برای مربی یا فعال یوگا غیر ممکن است.

لازم به ذکر است حرکات و حالات جسمانی مشترک در صورتی که در کنار هم

قرار بگیرند و به شکلی خاص از هم پیروی کنند ممکن است حکم خصایص

را به خود بگیرند (همانگونه که در سلام بر خورشید هست)

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

همچنین لازم به ذکر است که دوری از حالات و ویژگی‌هایی که مخصوص به هندوها است، کافی نیست بلکه باید از اسم «یوگا» و نیز از تمامی اصطلاحات مرتبط با آن (مانند: کندالینی و چاکراها و...) دوری جست، زیرا حاوی مضامین و معانی عقیدتی و فرهنگی مرتبط با مبانی هندو می‌باشند.

هنگامی که همهٔ موارد پیشین حاصل شود - که خود مستلزم تلاشی طاقت فرسا و طولانی مدت و بسیار دقیق و نتیجه‌ای نامشخص است - آنگاه نتیجه و ماحصل جز مجموعه‌ای از حرکات آمادگی جسمانی معمولی، موجود در تمرینات کششی نخواهند بود بنابراین تمامی اینها اتلاف وقت و تلاش جهت دستیابی به نتیجه‌ای خواهد بود که پاکسازی و تنقیهٔ آن (از خصایص کفری) تقریباً غیرممکن است.

نتیجهٔ (۶): قطع ارتباط یوگا با ریشه‌های هندوی آن به دلیل ارتباط این دوازده نظر تاریخی و دینی و حقیقی (منطقی) غیر ممکن است و تلاش برای پاکسازی یوگا از خصایص دینی آن، تلاشی بیهوده برای دستیابی به نتیجه است.

آیا قاعدهٔ اصلی در اشیاء بر حلّیت و اباحه نیست؟

این قاعدهٔ شرعی معتبری است که عالمان از ادلهٔ شرعی آن را استنباط کرده‌اند اما شامل هر «چیزی» نمی‌شود و قواعدی فقهی و شرعی وجود دارد که این اصل را محدود و مقیّد می‌سازد، مانند اینکه می‌گویند:

• اصل در گوشت دام‌های ذبح شده بر تحریم است (جز آنچه که گمان غالب در آن، این باشد که به صورت شرعی ذبح شده‌اند).

• و اصل در عبادات بر منع و توقف است (تا زمانی که دلیلی شرعی مبنی بر مشروعیت آن وارد شود).

همچنین هدف از این قاعده این است: که اصل در اشیاء و امور بر حلّیت است تا اینکه دلیلی بر گذر و انتقال آن از این اصل ارائه شود، مانند: وجود آنچه که چیزی را ذاتاً حرام می‌گرداند یا به خاطر وجود سببی که آن را از اصل اباحهٔ ذاتی (نخستین) خارج می‌کند.

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

بنابراین معنا و مفهوم این قاعده این است: اصل در اشیاء بر حلیت و اباحه است تا زمانی که دلیلی بر تحریم آن ارائه نشده باشد.

و شواهد گسترده‌ای در کتاب الله و سنت پیامبرش بر دو امر دلالت دارد:

۱- تحریم عقاید فاسدی که یوگا بر آن بنا شده است.

۲- تحریم مطلق از تقلید از کفار در آنچه که از خصایص دین آنها است.

بنابراین یوگا که موضوع بحث است، با ادله شرعی به طور کلی از قاعده فقهی که در بالا بیان گردید، خارج می شود.

آیا حکمت گمشده مؤمن نیست؟

نسبت دادن این عبارت (حکمت گمشده مؤمن است) به شخص پیامبر صلی الله علیه وسلم صحیح نیست بنابراین به صورت مطلق دلیل نیست. و هنگامی که بخواهیم مفهوم آن را مورد بحث قرار دهیم باید این پرسش را مطرح نماییم:

منظور از حکمت چیست؟

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

اگر منظور از حکمت حق و راستی و موافقت با حقیقت باشد: باید بدانیم حق و حقیقت نمی‌تواند برخلاف آنچه که در شرع از کتاب الله و سنت پیامبرش ﷺ آمده است، باشد.

عقاید باطلی که یوگا در بر دارد و شباهت آشکار با آیین‌های هندو را نمی‌توان طبق قوانین شریعت، «حکمت» دانست.

اگر منظور از حکمت، مصلحت و حصول منفعت باشد: مصلحت - اگر وجود آن را بپذیریم - با تحریم آن از اعتبار ساقط می‌شود، همانند نص قرآن کریم مبنی بر تحریم شراب و قمار {فِيهِمَا إِثْمٌ كَبِيرٌ وَمَنَافِعُ لِلنَّاسِ} (در آن گناهی بزرگ و منافعی برای مردم است)، بنابراین حصول منفعت با وجود ادله وارده مبنی بر تحریم، آن چیز را از حکم آن (تحریم) خارج نمی‌گرداند.

پنجم: مطالعات علمی و فواید طبی و بحث پیرامون آن‌ها

آیا یوگا فوایدی برای سلامتی دارد؟

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

مزایای بدنی و روانی متنوعی را به یوگا نسبت می‌دهند، از جمله: کاهش علائم افسردگی، کاهش دردهای کمری، کاهش فشارخون و افزایش انعطاف‌پذیری ماهیچه‌ها و... و ادعاهای گسترده دیگری از این قبیل.

اما باید به یک عامل مهم در این ادعاها توجه کرد، که در ادامه به توضیح آن می‌پردازم:

یوگا مجموعه‌ای یکپارچه از عناصر مختلف است:

تمرینات تنفسی، تمرینات کششی و انبساطی، آرامش (تفکر)، کلمات و سرودهای مقدس، حرکات جسمی سمبولیک و نمادین، معانی اعتقادی معنوی.

از جمله عناصری که منحصرًا متعلق به یوگا است:

- معانی و مبانی معنوی و روحانی
- حرکات جسمی نمادین و سمبولیک (آسانا و مودرا)
- کلمات و سرودهای مقدس (مانترا)

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

• برخی تمرینات تنفسی

و از جمله عناصری که کُلی بوده و تنها متعلق به یوگا نیست (در غیرِ یوگا هم یافت می‌شود):

• تعدادی تمرینات کششی و آرامش بخش (بدون حرکات رمزی و سمبولیک ویژه)

• تعدادی تمرینات تنفسی

• آرامشی که ممکن است در طول جلسات مدیتیشن حاصل شود

هنگامی که در ادعاهای شفا بخشی یوگا تأمل می‌نماییم، آنچه که دربارهٔ آن‌ها صحیح و صادق است در دستهٔ دوم قرار می‌گیرد، بدین معنا که منحصر و مختص به یوگا نیست.

نتیجه (۷): منافع جسمی و روانی نسبت داده شده به یوگا، اگر درست باشد، تنها مختص به یوگا نیست بلکه با انجام آن در انواع دیگری از تمرین کششی و تمارین تنفسی و آرامش بخش و تمدد اعصاب می‌توان به آن دست یافت و

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

در یوگا علاوه بر این موارد مشترک به جز جنبه‌های اعتقادی و معنوی آن، چیز دیگری وجود ندارد.

درباره پژوهش‌های علمی و توصیه‌های پزشکی در این باره چه می‌توان گفت؟

«پژوهش‌های علمی» بسیاری در وبسایت‌های مختلف پزشکی وجود دارد که به بحث درباره سودهای منتسب به یوگا و میزان بهره‌مندی برخی بیماران از آن می‌پردازد.

اما باید موارد زیر مورد تأکید قرار گیرد:

۱- نتایج پژوهش‌های مذکور از دو حالت خارج نیست:

اولاً: تعیین علت مؤثر در عناصر تشکیل دهنده یوگا: برای مثال گفته می‌شود: تمرینات کششی یوگا بر کاهش درد کردن در بیماران مبتلا به روماتیسم تأثیر گذاشته است.

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

این تأثیر فقط محدود به یوگا نیست و اگر شخص بیمار حرکات کششی که حتی مربوط به یوگا نیست را انجام می‌داد به همان نتیجه دست می‌یافت.

ثانیا: علت و سبب تأثیرگذاری به طور دقیق مشخص نشده است، برای مثال گفته می‌شود: علایم اضطراب و نگرانی در ۶۰٪ از بیمارانی که یوگا انجام می‌دادند تا ۲۰٪ رو به سوی بهبودی نهاده است.

شکی در این نیست که این‌گونه پژوهش‌ها از دقت کمتری برخوردار هستند. اینجا معمولا آن تأثیری که به آن دسته از عناصر مشترک و رایج یوگا و آثار مترتب بر آن همچون آرامش و آسودگی و امثالهم منتسب می‌شود، تنها محدود به تمرین یوگا نبوده و امکان دستیابی به آن با اسباب دیگری که قابل حصر نیستند نیز وجود دارد.

بیشتر مطالعات و پژوهش‌ها، بیمارانی را که یوگا انجام می‌دهند با بیمارانی که به انجام ورزش‌های مشابه و تمرینات غیردینی و یا ورزش‌های غیرمرتبط

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

با عقیده و باور می‌پردازند، مانند تمرینات کششی و انبساطی یا جلسات ریلکسیشن و آرام بخشی، مقایسه نمی‌کنند.

بلکه آن‌ها کسانی را که یوگا تمرین می‌کنند را با کسانی که مطلقاً هیچ تمرینی انجام نمی‌دهند مقایسه می‌کنند در نتیجه این تأثیر در گروهی که یوگا تمرین می‌کنند ظاهر می‌شود و همین تأثیر را بدون ذکر جزئیات به یوگا نسبت می‌دهند.

اگر یک پژوهش تطبیقی با کیفیت، بین تمرینات کششی یوگا و سایر برنامه‌های ورزشی انجام شده باشد، مشخص می‌گردد که یوگا از لحاظ تأثیرگذاری و سودرسانی از سایر تمرین‌ها متمایز نیست.

توجه داشته باشید اگر تفاوت یوگا با سایر برنامه‌های ورزشی در سودرسانی ثابت هم می‌شد باز هم انجام آن با دلایلی که در مباحث گذشته بیان شد، جایز نمی‌بود زیرا وجود سود و فایده دال بر جائز بودن و حلیت نیست.

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

نتیجۀ (۸): مطالعات علمی که وجودِ فواید سلامتی در یوگا را تأیید می‌کنند، بیان نمی‌کنند که آن سودها و فواید مختص به یوگا است و همچنین بیان نمی‌کنند که از طریق برنامه‌های ورزشی معادل یا روش‌های آرام‌بخش (ریلکسیشن) و تمدد اعصاب که دارای ابعاد معنوی یا اعتقادی نیستند، به دست نمی‌آیند.

ششم: نتایج

- ۱- یوگا در لغت و اصطلاح به معنای یگانگی و اتحاد بین انسان و خدا است.
- ۲- فلسفۀ یوگا از مبانی دیانت هندو است و یکی از شش مکتب فلسفی می‌باشد که مجموع آن تفکر هندو در عصر حاضر را تشکیل می‌دهد.
- ۳- به باور هندوها یوگا وسیلۀ دستیابی به «موکشا» (اتحاد و یکی شدن با خدا) و رهایی از تناسخ است.
- ۴- حکم تحریم «یوگا» به دو علت باز می‌گردد: عقاید فاسد و باطلی که بر آن استوار است، شباهت عمل به شعائر و آیین کفار.

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

۵- فعالیت یوگا جایز نیست چه فعال یوگا به اعتقادات موجود در آن باورمند باشد و چه نباشد و چه هدفش از انجام آن تقلید از هندوها باشد و یا نه و درجهٔ تحریم و حکم انجام دهندهٔ آن به حسب حالات و قرائن متفاوت است.

۶- نمی‌توان یوگا را از ریشه‌های هندوی آن به دلیل ارتباط نزدیک و محکم آن دو از نظر تاریخی و دینی و منطقی جدا کرد و تلاش برای پاکسازی یوگا از خصایص دینی آن تلاشی بیهوده است.

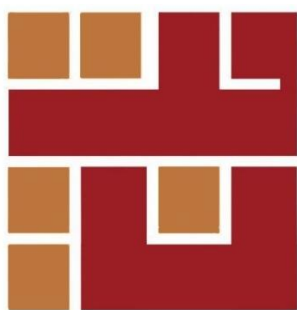
۷- فواید بدنی و روانی منتسب به یوگا، اگر صحیح باشد، تنها مختص به یوگا نبوده بلکه دستیابی به آن از طریق اسباب آن در انواع دیگری از تمرینات کششی و تمرینات تنفسی و آرام بخش و ریلکسیشن حاصل می‌شود و در یوگا چیزی افزون بر این اسباب مشترک به جز جنبه‌های اعتقادی و روحانی وجود ندارد.

۸- مطالعات علمی که وجود فواید سلامتی در یوگا را تأیید می‌کنند بیان نمی‌کنند که این فواید مختص به یوگا است و همچنین بیان نمی‌کنند که با

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |

انجام ورزش‌های مشابه یا مجموعه‌ای از حرکات ورزشی دیگریا روش‌های آرام‌بخشی و تمدد اعصابی که دارای ابعاد معنوی و یا اعتقادی نیستند، بدست نمی‌آیند.

گزارشی مختصر پیرامون یوگا از دیدگاه اعتقادی |



مرکز مطالعات متین

www.MatinStudies.com

t.me/MatinStudies

facebook.com/MatinStudies

Instagram.com/Matinstudies

X.com/Matinstudies