تقرير موجز حول ممارسة اليوغا

من المنظور العقدي

إعداد

د. هيفاء بنت ناصر الرشيد

أستاذ مشارك في قسم العقيدة والمذاهب المعاصرة

جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض


بسم الله الرحمن الرحيم

المحتويات

أولا: التعريف باليوغا وأصولها العقدية. ١١

ثانيا: الأصل الشرعي الذي يبنى عليه الحكم على اليوغا ١٧

ثالثا: حكم ممارسة اليوغا وما يتعلق بها من إقامة الدورات وفتح المراكز ونحو ذلك ١٩

رابعا: الشبهات الشرعية حول اليوغا ومناقشتها ٢١

خامسا: الدراسات العلمية والفوائد الطبية ومناقشتها ٢٤

- مقدمة -

الحمد لله وحده، والصلاة والسلام على من لا نبي بعده، وبعد:

فإنه قد طلب مني مرارا كتابة بيان توضيحي حول حقيقة اليوغا وأصولها العقدية، والأحكام الشرعية المتعلقة بممارستها، والرد على الشبهات المثارة حولها. ونظرا للجدل الدائر حول هذه الممارسة، وجهل كثير من الناس بحقيقتها، وبداية انتشارها في المجتمع - مع خطورتها البالغة، رأيته من المتعين كتابة هذا التقرير الموجز الذي صُغته لغير المختصين بعلوم العقيدة والفلسفة والأديان، وحاولت تقريبه واختصاره قدر الإمكان لتعم الفائدة بإذن الله.

وعند تأمل أبرز الشبهات - أو الاستشكالات - التي تطرح عند مناقشة الحكم الشرعي لممارسة اليوغا وجدتها لا تخرج - في الغالب - عن الاعتراضات التالية:

- أن اليوغا رياضة وليست مرتبطة بدين معين.
- أن أصول اليوغا هندوسية، ولكن الممارسين لها لا يوافقون الهندوس في المعتقد بل في الظاهر فقط.
- أنه بالإمكان تنقية اليوغا من المظاهر والمعتقدات الخاصة بالهندوس والبوذيين.
- أن في اليوغا منافع روحانية إيمانية .
- أن في اليوغا منافع نفسية أو جسدية.
- أن "الدراسات العلمية" دلت على وجود المنافع الصحية في ممارسة اليوغا.

وجميع هذه الإشكالات قد تمت مناقشتها والإجابة عنها في ثنايا هذا التقرير، ولكني أبرزتها في المقدمة ليعلم القارئ أنها مضمنة فيه مما يختصر عليه ويشجعه على مواصلة القراءة.

هذا والله أسأل أن أكون وفقت لبيان الحق، والنصح للأمة، وأن يجعل هذا العمل خالصا لوجهه الكريم، وأن ينفع به البلاد والعباد.

وصلى الله على نبينا محمد وعلى آله وصحبه وسلم

حرر في شهر شعبان من عام ١٤٤٢ من الهجرة النبوية

نحيا وفق مبادئنا الإسلامية :

"يمثل الإسلام ومبادئه منهج حياة لنا، وهو مرجعنا في كل أنظمتنا وأعمالنا وقراراتنا وتوجهاتنا. لقد أعزنا الله بالإسلام وبخدمة دينه، وتأسياً بهدي الإسلام في العمل والحث على إتقانه".

مجتمع حيوي قيمه راسخة :

"بلادنا، المملكة العربية السعودية، قبلة المسلمين، والعمق العربي والإسلامي، ولدينا الكثير من الفرص الكامنة والثروات المتنوعة، وتكمن ثروتنا الحقيقية في مجتمعنا وأفراده، وديننا الإسلامي ووحدتنا الوطنية اللّذان هما مصدر اعتزازنا وتميزنا".

نعتز بهويتنا الوطنية:

"إننا نعتز بإرثنا الثقافي والتاريخي السعودي والعربي والإسلامي، وندرك أهمية المحافظة عليه لتعزيز الوحدة الوطنية وترسيخ القيم العربية والإسلامية الأصيلة".

أولا: التعريف باليوغا وأصولها العقدية.

ما هي اليوغا؟

يمكن للقارئ إدراك المعنى الصحيح "لليوغا" عبر تصور مفهومها اللغوي الأصلي، ومفهومها الاصطلاحي الثقافي، ولا يمكن الانطلاق في أي نقاش حولها إلا بعد تحرير هذين المفهومين بدقة.

- المعنى اللغوي: اليوغا اسم مشتق من الجذر السنسكريتي "يوغ" (युग ayúga)، الذي يدور على معاني الاتحاد، والاندماج، والاجتماع.
- المعنى الاصطلاحي: اليوغا نظام رُوحاني نشأ في الهند، يهدف للتوصل إلى ما يُسمى "الاستنارة"، والوحدة بين الشخصي والمطلق ، أو إلى الوحدة بين الإنسان والإله.

وهذا المعنى تنص عليه مئات المراجع المتخصصة، لا يتسع هذا التقرير لذكرها[1].

وهو التعريف هو الذي تؤكده الجهات الرسمية في الهند، مثل وزارة آيوش، ووزارة الخارجية الهندية.

आयुष मंत्रालय
MINISTRY OF
AYUSH

"The literal meaning of the Sanskrit word Yoga is 'Yoke'. Yoga can therefore be defined as a means of uniting the individual spirit with the universal spirit of God."

" إن المعنى الحرفي للكلمة السنسكريتية يوغا هي (يوغ) . ومن ثم يمكن تعريف اليوغا بأنها وسيلة للاتحاد بين الروح الفردية والروح الكونية للإله"

ayush.gov.in

[1] منها على سبيل المثال لا الحصر:

Yoga Sutras of Patanjali (Commentary)- Sri Swami Stachidananda p. ٤٢
The Path of Yoga Sutras - Nicolai Bachman p.٤٠
True Yoga- Jennie Lee p.٤
The Secret Power of Yoga- Nischala Joy Devi p.xxii,



Ministry of External Affairs
Government of India

"As per Yogic scriptures the practice of Yoga leads to the union of individual consciousness with that of the Universal Consciousness, indicating a perfect harmony between the mind and body, Man & Nature."

Yoga: Its Origin, History and Development
April ٢٣, ٢٠١٥
Dr. Ishwar V. Basavaraddi

"وفقا للنصوص اليوغية المقدسة فإن ممارسة اليوغا توصل إلى الاتحاد بين الوعي الفردي والوعي الكوني، وتشير إلى الانسجام التام بين العقل والجسد، وبين الإنسان والطبيعة".

ومثله في عدد من الجهات المعنية بالدراسات الهندية:

Vedanta Society
of Southern California

"While in recent years the word "yoga" has been heard more in gyms than in religious discourse, "yoga" in its original sense has little to do with exercise. "Yoga" comes from the Sanskrit verb "yuj," to yoke or unite. The goal of yoga is to unite oneself with God; the practice of yoga is the path we take to accomplish this.."

Via : Dr. Warren Weinstein
Philosophy and Asian Studies Department
California State University
CSULB.edu

"اليوغا بمعناها الأصلي ليس لها تعلق يذكر بالرياضة، اليوغا تأتي من الفعل السنسكريتي الذي يعني الاتحاد. الهدف من اليوغا هو الاتحاد بالإله، وممارسة اليوغا هو الطريق الذي نسلكه لتحقيق هذا الهدف".

وبذلك يعرفها عدد من الشخصيات الهندوسية والغربية المعروفة:



"Yoga comes from the Sanskrit word 'yug' that means: union. It takes us from being human to being divine - to the state of sadashivoham - the state of being eternally divine, and in union with the source."

"تأتي اليوغا من كلمة سنسكريتية تعني الوحدة. إنها تنقلنا من الوجود البشري إلى الوجود الإلهي، إلى حالة الإلهية الأبدية، والوحدة مع المصدر"

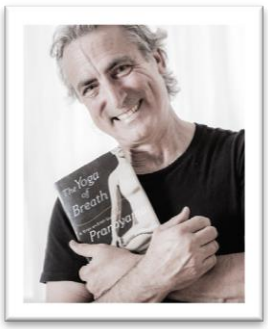
- *Swami Nithyananda*
- من كبار دعاة الهندوسية في العصر الحديث.



"We have come down from God, and we must reascend to Him. We have seemingly become separated from our Father, and we must consciously reunite with Him. Yoga teaches us how to rise above the delusion of separation and realize our oneness with God".

"لقد هبطنا من الإله، ويجب أن نصعد إليه من جديد. أصبحنا منفصلين عن الأب في الظاهر، وبوعي يجب أن نتحد به من جديد. اليوغا تعلمنا كيف نتجاوز وهم الانفصال وندرك وحدتنا مع الإله"

- *Paramahansa Yogananda*
- راهب هندوسي ومعلم يوغا مشهور وأحد أكبر المؤثرين في حركة اليوغا الأمريكية



"The goal of the practice is the realization that of the eternal oneness of ātman and brahman that we mistakenly believed are separate. Yoga doesn't create a union; it reveals that it's been there all along."

"الهدف من اليوغا هو إدراك الوحدة الأبدية بين البراهمان والأتمان، اللذان اعتقدنا - خطأ - أنهما منفصلان. إن اليوغا لا تصنع الوحدة، بل تكشف وحدة الوجود الأصلية"

- *Richard Rosen*
- باحث ومعلم يوغا منذ عام ١٩٨٠ م ألف أكثر من ٥ كتب حول اليوغا.

النتيجة (١) : معنى اليوغا في اللغة والاصطلاح يعني الاتحاد بين الإنسان والإله.

ما هي الأصول الدينية لليوغا؟

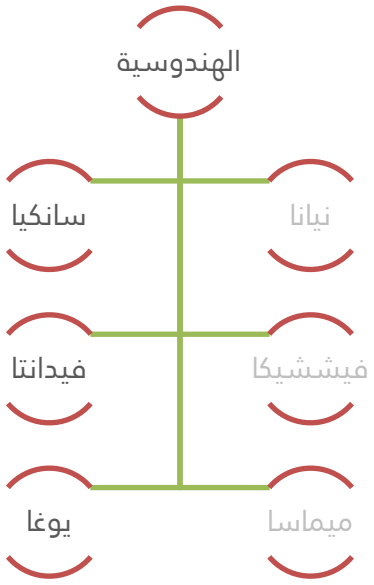
ممَّا اتفق عليه الباحثون في الأديان الشرقية أن اليوغا بصورتها المعروفة اليوم ترجع أصولها إلى الديانة الهندوسية - وإن وجدت لها بعض الجذور البدائية قبل ذلك.

فالهندوسية تتكون من ست مدارس فلسفية، يطلق عليها: (Darshan) ، اندثرت ثلاثٌ منها مع مرور الزمن وضعف انتشارها، وهي:

١- نيانا Nyaya
٢- فيشيشيكا Vaisheshika
٣- ميماسا Mimasa

وبقيت ثلاثٌ منها أصبحت تشكل الفلسفة الهندوسية في العصر الحديث، وهي:

١- سانكيا أو سامخيا Samkhia
٢- الفيدانتا Vedanta
٣- اليوغا Yoga



النتيجة (٢) : تعد فلسفة اليوغا من أصول الديانة الهندوسية، وهي واحدة من ست مدارس فلسفية يشكل مجموعها الفكر الهندوسي في العصر الحديث.

ما هي العقائد المتعلقة باليوغا عند الهندوس؟

تناسخ الأرواح

يعتقد الهندوس **بتناسخ الأرواح**، وهو انتقال الروح بعد موت الإنسان إلى إنسان – أو حيوان – آخر. واستمرار دوامة التناسخ يعد في نظرهم نوعا من "العذاب" أو "المعاناة".

↓

الكارما

الذي يحدد نوع الجسد الذي تنتقل إليه الروح هو "قانون كوني" في الفلسفة الهندوسية يطلق عليه: "كارما"، تحكمه أفكار وسلوكيات الإنسان في حياته السابقة. لكن هذا القانون لا يقوم على معيار قيمي للخير والشر، وإنما على نظام خاص بالفلسفة الهندوسية يسمونه: "دهارما".

↓

الموكشا

الهدف الأسمى والأعظم في الفكر الهندوسي - عموما - هو تحقيق "الموكشا"، وهي مرحلة التخلص من تناسخ الأرواح ودوامة العذاب، وتعني: التحرر من قيود المادة بالاتحاد بالوجود المطلق، الذي يعبرون عنه بالبراهمان أو "الإله".

↓

اليوغا

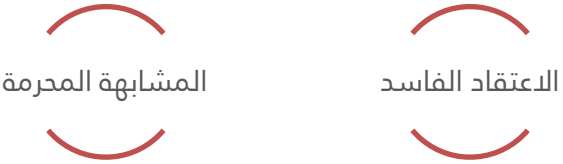
الوسيلة إلى تحقيق "الموكشا" والاتحاد بالإله في الفلسفة الهندوسية هي اليوغا بأنواعها المختلفة.

النتيجة (٣): اليوغا هي وسيلة تحقيق "الموكشا" (الاتحاد بالإله) والتخلص من التناسخ عند الهندوس.

ثانيا: الأصل الشرعي الذي يُبنى عليه الحكم على اليوغا.

ما مستند القول بتحريم ممارسة اليوغا؟

يمكن إرجاع العلة في تحريم اليوغا إلى أصلين شرعيين، هما:



ويمكن توضيح وجهي التحريم فيما يلي:

الوجه الأول: معتقدات اليوغا ووجه مخالفتها للتوحيد وأصول الإيمان :

تتضمن اليوغا ببعدها الفلسفي والديني عددا من المعتقدات التي تخالف العقيدة الإسلامية بوضوح، ومن أهمها:

١. **الاعتقاد في الإله:** فهو -عندهم- وجود مطلق و"وعي" ليس مباينا ولا مفارقا للمخلوقات (ما يُعرف بوحدة الوجود).

← وهذا مخالف لاعتقاد المسلم في الله ﷻ ، وأنه كامل الصفات بائن عن خلقه مستوٍ على عرشه [٢].

- قال تعالى: ﴿ الرَّحْمَنُ عَلَى الْعَرْشِ اسْتَوَى ﴾ [طه: ٥]
- وقال ﷻ : ﴿ يخَافُونَ رَبَّهُم مِّن فَوْقِهِمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ ﴾ [النحل: ٥٠]

٢. **الاعتقاد في الإنسان:** حيث تقوم اليوغا على الاعتقاد بأن الإنسان إله مبطن، أو أن في داخله شرارة إلهية.

← وهذا مخالف لاعتقاد المسلم بعبودية البشر، وإفراد الله ﷻ بالربوبية والألوهية.

- قال تعالى: ﴿ ذَلِكُمُ اللَّهُ رَبُّكُمْ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ خَالِقُ كُلِّ شَيْءٍ فَاعْبُدُوهُ ﴾ [الأنعام: ١٠٢]
- وقال ﷻ : ﴿ 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 ﴾ [الأعراف: ١٧٢]
- وقال عز من قائل: ﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ أَنْتُمُ الْفُقَرَاءُ إِلَى اللَّهِ وَاللَّهُ هُوَ الْغَنِيُّ الْحَمِيدُ ﴾ [فاطر: ١٥]
- وقال: ﴿ ومَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالإِنْسَ إِلا لِيَعْبُدُونِ ﴾ [الذاريات: ٥٦]

٣. **الاعتقاد بالتناسخ:** وأن الأرواح إذا خرجت من الجسد عادت إلى جسد آخر في دوامة متكررة.

← وهذا مخالف لاعتقاد المسلم بالبعث والنشور، وما ورد في النصوص من وصف أحوال البرزخ والآخرة.

---

[٢] للاستزادة راجع: مجموع الفتاوى لابن تيمية: ١ / ٤٦٢ وما بعدها.

- قال تعالى: ﴿ فَلَوْلا إِذَا بَلَغَتِ الْحُلْقُومَ وَأَنتُمْ حِينَئِذٍ تَنظُرُونَ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنكُمْ وَلَكِن لاَّ تُبْصِرُونَ فَلَوْلا إِن كُنتُمْ غَيْرَ مَدِينِينَ تَرْجِعُونَهَا إِن كُنتُمْ صَادِقِينَ فَأَمَّا إِن كَانَ مِنَ الْمُقَرَّبِينَ فَرَوْحٌ وَرَيْحَانٌ وَجَنَّةُ نَعِيمٍ وَأَمَّا إِن كَانَ مِنَ أَصْحَابِ الْيَمِينِ فَسَلامٌ لَّكَ مِنْ أَصْحَابِ الْيَمِينِ وَأَمَّا إِن كَانَ مِنَ الْمُكَذِّبِينَ الضَّالِّينَ فَنُزُلٌ مِّنْ حَمِيمٍ وَتَصْلِيَةُ جَحِيمٍ ﴾ [الواقعة: ٨٣ - ٩٤]
- وقال تعالى: ﴿ حَتَّى إِذَا جَاء أَحَدَهُمُ الْمَوْتُ قَالَ رَبِّ ارْجِعُونِ لَعَلِّي أَعْمَلُ صَالِحًا فِيمَا تَرَكْتُ كَلَّا إِنَّهَا كَلِمَةٌ هُوَ قَائِلُهَا وَمِن وَرَائِهِم بَرْزَخٌ إِلَى يَوْمِ يُبْعَثُونَ ﴾ [المؤمنون: ٩٩ - ١٠٠]

٤. **الاتحاد بالإله**: وهو الغاية من جميع أشكال اليوغا، وبها يتخلص الإنسان باعتقادهم من التناسخ.

← وهذا مخالف لعقيدة المسلم بأن العلاقة بين العبد وربه، علاقة خالق ومخلوق، وعابد ومعبود.

- قال الله تعالى: ﴿ أَمْ خُلِقُوا مِنْ غَيْرِ شَيْءٍ أَمْ هُمُ الْخَالِقُونَ . أَمْ خَلَقُوا السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ بَل لَّا يُوقِنُونَ ﴾ [الطور: ٣٥ - ٣٦]
- وقال ﷻ : ﴿ إِن كُلُّ مَن فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ إِلَّا آتِي الرَّحْمَٰنِ عَبْدًا . لَّقَدْ أَحْصَاهُمْ وَعَدَّهُمْ عَدًّا . وَكُلُّهُمْ آتِيهِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ فَرْدًا ﴾ [مريم: ٩٣ - ٩٥]

وجميع ما سبق مستقر في عقائد المسلمين لا يحتاج إلى تطويل في الاستدلال.

وَلَيسَ يَصِحُّ في الأَفهامِ شَيءٌ
إِذا اِحتــاجَ النَهــارُ إِلى دَليــلِ

- المتنبي



شواهد من"اليوغا سوترا".. [٣]

النص الفلسفي الذي تعتمد عليه اليوغا هو كتاب (يوغا سوترا) لمؤلفه باتانجلي (ق ٤ - ٣ ق.م)

" العقل يتلاشى عن الوجود تلقائيا، وكل ما يتبقى هو السلام والبهجة الأصلية، التي نطلق عليها **الإله** أو **النفس**"

(يوغا سوترا: ١ : ١٦١ سوامي ساتشيننداندا)

“The mind automatically ceases to exist, and all that remains is the original peace and joy that we call God or Self”

(Yoga Sutra ١:١٦ / Swami Satchinananda p.٢٩)

. . . . . .

"وفقا لليوغا: لا نقول بأن الإله خلق شيئا. في اليوغا الإله هو مجرد وعي خالص" (يوغا سوترا: ١ : ١٦ سوامي ساتشيننداندا)

“According to Yoga we don’t say God created anything. Yoga says God is pure consciousness”

(Yoga Sutra ١:١٦ Swami Satchinananda p.٣٣)

. . . . . .

"عندما تحقق التجاوز تدرك أنك لم تكن يوما مرتبطا بالطبيعة، قليلا أو كثيرا، إنما أنت نقي وحر تماما، عندها تصبح واحدا مع الإله المتجاوز... الاتحاد بالإله هي اليوغا الحقيقية" (يوغا سوترا: ١ : ٢٤ سوامي ساتشيننداندا)

“Once you transcend, you know that you were never involved in nature – big or small, you are completely pure and free, then you become one with the transcendent God … Union with God is the real yoga”

(Yoga Sutra ١:٢٤ Swami Satchinananda p.٤١-٤٢)

[٣] الشواهد التي توضح وتؤكد المعتقدات المنحرفة التي تقوم عليها اليوغا كثيرة جدا ومتنوعة المصادر، ليس هذا مقام بسطها، وما ذكر هنا ليس إلا طرفا منها للتمثيل فقط.

الوجه الثاني: التشبه المحرم في طقوس اليوغا:

لا بد أن يُعلم – ابتداء- أن اليوغا عند الهندوس (والبوذيين) لا تعتبر رياضة ترفيهيه أو "صحية" كما هو الحال عند بعض الغربيين، وإنما تُمارس ضمن طقوس روحانية واعتقادية دينية، وتعتبر من "الشعائر" المميزة للديانات الهندية.















وإذا تقرر ذلك، فإنه لا بد من ثلاث وقفات في موضوع "التشبه":

- الوقفة الأولى: تحريم التشبه حكم شرعي من الله ورسوله ﷺ لا يجوز رده، أو التشكيك فيه.

ومن أدلة ذلك قوله تعالى:

﴿ وَلا يَكُونُوا كَالَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ ﴾

- قال شيخ الإسلام رحمه الله في الآية: "نهيٌ مطلق عن مشابهتهم".
- وقال ابن كثير رحمه الله عند تفسير هذه الآية: "ولهذا نهى الله المؤمنين أن يتشبهوا بهم في شيء من الأمور الأصلية والفرعية".
- وقال رحمه الله: "نهى الله تعالى عباده المؤمنين أن يتشبهوا بالكافرين في مقالهم وفعالهم".

وفي الحديث الصحيح الذي رواه أبو داود، قال النبي ﷺ :

[من تشبه بقوم فهو منهم]

وفي الحديث الذي رواه مسلم قال ﷺ :

[خَالِفُوا الْمُشْرِكِينَ]

- الوقفة الثانية: التشبه أنواع.

- الأول: مشابهة الكفار فيما هو من خصائص دينهم من المعتقدات والطقوس والعبادات، وهذا أشد أنواع التشبه تحريما وأخطرها على العقيدة.
- الثاني: مشابهة الكفار فيما هو من عاداتهم التي يختصون بها، وإن لم تفعل على سبيل التعبد، فهذا أيضا محرم، حيث نهى النبي ﷺ عن مشابهة الكفار في اللباس والمقالات والهيئات في أكثر من موضع في السنة.
- الثالث: مشابهة الكفار فيما ليس من خصائص دينهم ولا من خصائص عادتهم، وإنما يشترك فيه الناس مؤمنهم وكافرهم، دون أن يكون له ارتباط بفئة دون فئة، فهذا فعله مباح، وإن كان تركه مستحب، لأن النبي ﷺ حث المسلمين على مخالفة الكفار مع نهية عن مشابهتهم.



- الوقفة الثالثة: نوع التشبه في ممارسة اليوغا

لا شك أن اليوغا تندرج تحت النوع الأول، وهو مشابهة الكفار فيما هو من خصائص دينهم ومعتقداتهم، والذي هو أقبح أنواع التشبه.

هل يلزم قصد التشبه بالكفار أو الاعتقاد بالتحريم؟

ما ورد في الشريعة من نصوص تدل على تحريم مشابهة الكفار في خصائص دينهم تشمل صورتين:

المشابهة في الباطن

المشابهة في الظاهر

والمقصود أن من تشبه بشيء من عبادات الكفار أو طقوسهم أو عباداتهم أو أعيادهم:

إما أن يشاركهم في الاعتقاد، كأن يعتقد بأن اليوغا وسيلة للاتحاد بالإله، أو للتخلص من التناسخ، فهذا - بلا شك – خارج عن الإسلام، مخالف لشهادة التوحيد، وهو الصنف الأول.

وإما أن يشابههم في الظاهر فقط دون مشاركتهم في الاعتقاد، وهذا هو المتوقع إذا كان المخاطب مسلما، وهو الصنف الثاني، وهذا الصنف هو الذي تنصرف إليه النصوص في الأغلب، أي: أن النهي عن مشابهة الكفار يراد به –في الأصل- النهي عن مشابهتهم في الظاهر، وإن لم يقصد المسلم مشابهتهم، ولم يشاركهم في الاعتقاد، أما من شابه المشرك في اعتقاده الشركي، فهو مشرك مثله، وهو أشد انحرافا بلا شك، لكنه أقل وجودا من الصنف الثاني.

ومن ثم يمكن اختصار المسألة كالتالي :

- **تحرُم** مشابهة الكفار فيما هو من خصائص دينهم وإن لم يقصد المسلم مشابهتهم أو يعتقد ما يعتقدونه.
- **يشتد التحريم** إذا شابه الكفار في معتقداتهم، ويختلف الحكم بحسب المعتقد، وقد يصل إلى **الكفر** .

النتيجة (٤): يرجع الحكم بتحريم "اليوغا" إلى سببين: العقائد الباطلة التي تقوم عليها، وما في ممارستها من تشبه بطقوس الكفار وشعائرهم.

لمزيد من التفصيل في أحكام التشبه والمشابهة ينصح بمراجعة كتاب (اقتضاء الصراط المستقيم) لشيخ الإسلام ابن تيمية.

ثالثا: حكم ممارسة اليوغا وما يتعلق بها من إقامة الدورات وفتح المراكز ونحوه

الحالة الأولى: الاعتقاد بأصول اليوغا العقدية وأهدافها.

المقصود هنا: أن يكون من يمارس اليوغا أو يعلمها للناس عالما بأصولها العقدية، وموافقا لها، فيعتقد أن اليوغا وسيلة للخلاص من تناسخ الأرواح، واستحثاث الطبيعة الإلهية المدفونة في الإنسان، وتحقيق الوحدة بينه وبين الإله، لتغيب الفوارق - بالكلية - بين الخالق والمخلوق.

وهذا لا شك أنه مخرج من الإسلام ، وهو كفر بإجماع المسلمين، بل هو كفرٌ عند غيرهم من الملل، وقد قال ابن تيمية عن القائلين بوحدة الوجود: "إن كفر هؤلاء أعظم من كفر اليهود والنصارى ومشركي العرب" .

الحالة الثانية: ممارسة اليوغا دون اعتقاد بالأصول والأهداف مع معرفتها.

سبق أن العلة في تحريم اليوغا لها وجهان:

- المعتقدات المتضمنة في ممارسات اليوغا.
- ومشابهة الهندوس في خصائص دينهم.

فمن علم بالمعتقدات المتعلقة باليوغا ولم يُقر بها، بل اعتقد أنها معتقدات منحرفة مخالفة للعقيدة الإسلامية الصحيحة، لم يسلم بذلك من مخالفة الشرع بمشابهته الكفار فيما هو من خصائص دينهم، فهو - وإن لم يعتقد في الباطن - مشابه لهم في الظاهر، وهذا التشبه - في ذاته - محرم.

هذا، مع أن جزم الممارس لليوغا بسلامته من التأثر بالمعتقدات المتضمنة في ممارسة اليوغا بإطلاق فيه نظر، فإن التطبيق المتكرر والاهتمام بالممارسة يجعل تسرّب بعض المعتقدات إليه محتملا، وقد نهى الشارع عن مقاربة الشبهات في غير موضع، من ذلك قول رسول الله ﷺ :

[ومَنْ وقَعَ فِي الشُّبُهَاتِ وقَعَ فِي الْحَرَامِ، كَالرَّاعِي يَرْعَى حَوْلَ الْحِمَى، يُوشِكُ أَنْ يَقَعَ فِيهِ، أَلَا وإِنَّ لِكُلِّ مَلِكٍ حِمًى، أَلَا وإِنَّ حِمَى اللَّهِ مَحَارِمُهُ] متفق عليه

قال شيخ الإسلام ابن تيمية رحمه الله:

"المشابهة في الظاهر تورث نوع مودة ومحبة وموالاة في الباطن، كما أن المحبة في الباطن تورث المشابهة في الظاهر، وهذا أمر يشهد به الحس والتجربة.. فإذا كانت المشابهة في أمور دنيوية تورث المحبة والموالاة فكيف بالمشابهة في أمور دينية؟ فإن إفضاءها إلى نوع من الموالاة أكثر وأشد، والمحبة والموالاة لهم تنافي الإيمان، قال الله تعالى: ﴿ يا أيها الذين آمنوا لا تتخذوا اليهود والنصارى أولياء بعضهم أولياء بعض ومن يتولهم منكم فإنه منهم إن الله لا يهدي القوم الظالمين ﴾ "

فإن قال الممارس لليوغا : "أنا لا أقصد المشابهة"

قيل: لا يُشترط "القصد" في حكم المشابهة، فإن الحكم متعلق بالفعل لا بالنية، فقد نهى النبي ﷺ عن الصلاة وقت طلوع الشمس وغروبها رغم أن المسلم لا يقصد الصلاة لغير الله، فقال كما في صحيح مسلم:

[صلِّ صلاة الصبح، ثم أقصر عن الصلاة حتى تطلع الشمس حتى ترتفع ؛ فإنها تطلع حين تطلع بين قرني شيطان، وحينئذ يسجد لها الكفار] إلى أن قال: [ثم أقصر عن الصلاة حتى تغرب الشمس؛ فإنها تغرب بين قرني شيطان، وحينئذ يسجد لها الكفار].

قال ابن تيمية في الاقتضاء: "ومعلوم أن المؤمن لا يقصد السجود إلا لله تعالى، وأكثر الناس قد لا يعلمون أن طلوعها وغروبها بين قرني شيطان، ولا أن الكفار يسجدون لها، ثم إنه ﷺ نهى عن الصلاة في هذا الوقت، حسماً لمادة المشابهة بكل طريق".

وقد غلّظ الشرع عقوبة سؤال الكهان وإثمه - مع عدم تصديق السائل لهم - حماية لجناب التوحيد، ولئلا يكون السؤال ذريعة ووسيلة تُفضي إلى التصديق، فقال عليه الصلاة والسلام:

[من أَتَى عَرَّافًا فسأله عن شيءٍ، لم تُقْبَلْ له صلاةٌ أربعينَ ليلةً] رواه مسلم.

وعليه تُقاس ممارسة اليوغا، فإنها قد تفضي إلى الاعتقاد بأصولها ومآلاتها الخطيرة مع مضي الزمن وكثرة المساس.

كما أن ممارسة اليوغا وتطبيقها - وإن خلا من الاعتقاد - يُسهم في انتشارها في المجتمعات المسلمة، لا سيما إذا كانت الممارسة مُنظّمة في نوادي ومراكز متخصصة، وهذا الانتشار لا يمكن معه التحقق من فصل اليوغا عن أصلها العقدي، فإن وسائل المعرفة متاحة لكل أحد، ولا يُستبعد أن من تعرف على اليوغا كرياضة في أحد هذه المراكز أن يواصل البحث في فلسفتها حتى يتقبلها كاعتقاد، وفي الواقع المشاهد - للأسف - ما يؤكد ذلك.

واختصارا لما سبق:

فإن ممارسة اليوغا - مع عدم الاعتقاد بما تتضمنه من معتقدات - محرمة كذلك:

- لكونها مشابهة للكفار في خصائص طقوسهم (وإن كان في الظاهر فقط، ودون قصد للتشبه).
- ولكون الممارسة ذريعة للاعتقاد الباطل، وسد الذرائع - خاصة في باب الشرك - معتبر في الشريعة الإسلامية.

الحالة الثالثة: الجهل بأصول اليوغا العقدية وأهدافها.

وهذا حال كثير من الناس، وهؤلاء ينبغي أن يبين لهم حقيقة فعلهم وحكمه، فإن انتهوا فهو خير، وإن أصروا انتقل حكمهم لأحد القسمين السابقتين بحسب الحال.

قال ابن تيمية رحمه الله: " غالب ما يبتلى به العامة - في مثل ما يصنعونه في الخميس الحقير والميلاد ونحوهما - فإنهم قد نشؤا على اعتياد ذلك، وتلقاه الأبناء عن الآباء، وأكثرهم لا يعلمون مبدأ ذلك ، فهذا يعرف صاحبه حكمه، فإن لم ينته وإلا صار من القسم الأول".

النتيجة (٥): ممارسة اليوغا لا تجوز سواء اعتقد الممارس بما تتضمنه من معتقدات، أو لم يعتقد، وسواء قصد بفعله مشابهة الهندوس أم لم يقصد، مع تفاوت درجة التحريم وحكم الفاعل بحسب الحال والقرائن.

رابعا: الشبهات الشرعية حول اليوغا ومناقشتها.

هل يمكن عزل اليوغا عن المعتقدات الدينية؟

إن قيل: هل يمكن أن تمارس اليوغا من دون أن يقترن ذلك بالاعتقاد بوحدة الوجود؟

يُقال:

لا يكفي أن يُقال إن الممارس لا يعتقد بوحدة الوجود، فهناك معتقدات أخرى في اليوغا تُعارض العقيدة الإسلامية، كالاعتقاد بأنها قربة، أو وسيلة لزيادة الإيمان، أو خلطها بالعبادات على طريقة المبتدعة، وغير ذلك كثير.

ثم إن كثيرا من الممارسين هم من عوام المسلمين، لا يدركون أبعاد مبادئ اليوغا، وليس لديهم من التأصيل العقدي ما يتبين معه مدى مخالفتها لصحيح الاعتقاد، وليست لديهم الأهلية الشرعية لتمييز ذلك حتى يقول أحدهم: "أنا لم أعتقد اعتقادا يخالف ديني".

ولو فُرض أن الممارس خلا تماما من التأثر بأي معتقد منحرف لبقي الحكم بالمنع لأجل:

- المشابهة

- ولكون الممارسة ذريعة إلى الاعتقاد (كما سبق)

أما إن أريد بعزلها عن أصولها العقدية قطع اتصالها بجذورها الهندوسية، فهذا متعذر قطعا، وهو مخالف للتاريخ والواقع.

وإن قيل: هل يمكن أن تُستبعد جميع الخصائص التي تميزها فلا يبقى فيها إلا الجانب الرياضي؟

يُقال:

لا بد أن يُميز بين ما هو من خصائص الطقوس الهندوسية، وما هو من الأوضاع الرياضية المشتركة التي لا تختص بدين أو فئة، وهذا لا يستطيعه إلا متخصص فاحص للأديان الشرقية، وليس هذا ممكن لأي مدرب أو ممارس لليوغا.

وينبغي التنبه إلى أن الأوضاع الجسدية المشتركة قد تأخذ حكم الخصائص إذا اجتمعت وتتابعت بصفة مخصوصة (كما في تحية الشمس)

كما لا يكفي استبعاد الأوضاع التي يختص بها الهندوس، بل يجب استبعاد اسم "اليوغا" كذلك، وجميع المصطلحات المرتبطة بها (كالكوندليني والتشاكرات وغيرها)، فإن لها مدلول عقدي وثقافي مرتبط بأصولها الهندوسية.

فإذا حصل جميع ما سبق - وهو جهد شاق، طويل المدة، دقيق النظر، غير مضمون النتيجة - فإن الحاصل لن يكون إلا مجموعة من الأوضاع الجسدية الاعتيادية الموجودة في تمارين التمدد، وعليه يكون ذلك كله هدر للجهد والوقت في تحصيل حاصل، يكاد يتعذر التأكد من نقائه.

النتيجة (٦): أنه لا يمكن قطع اتصال اليوغا بجذورها الهندوسية لارتباطهما الوثيق تاريخيا ودينيا وواقعيا، ومحاولة تنقية اليوغا من خصائصها الدينية جهد مهدور في تحصيل حاصل.

أليس الأصل في الأشياء الحل؟

هذه قاعدة شرعية صحيحة استنبطها العلماء من الأدلة الشرعية، ولكنها ليست عامة في كل "شيء"، وقد وردت قواعد فقهية وشرعية تقيد هذا الأصل، مثل قولهم:

- الأصل في لحوم الذبائح التحريم (إلا ما غلب على الظن ذبحها بالطريقة الشرعية).
- والأصل في العبادات المنع والتوقف (حتى يرد الدليل على مشروعيتها).

كما أن المقصود بالقاعدة هو: أن الأصل في الأشياء الحل حتى يورد الدليل على انتقالها عن هذا الأصل، كوجود ما يجعل الشيء محرمًا لذاته، أو لسبب يخرجه عن الإباحة الأصلية.

وعلى ذلك يكون معنى القاعدة :

الأصل في الأشياء الحل، حتى يرد ما يدل على تحريمها

وقد دلت الأدلة المستفيضة في كتاب الله وسنة نبيه ﷺ على أمرين:

١. تحريم المعتقدات الفاسدة التي بُنيت عليها اليوغا.
٢. وتحريم مشابهة الكفار فيما هو من خصائص دينهم مطلقا.

فخرجت اليوغا التي هي محل النقاش - بالدليل الشرعي - عن إطلاق القاعدة الفقهية المذكورة.

أليست الحكمة ضالة المؤمن ؟

إن هذه العبارة: (الحكمة ضالة المؤمن) لا تصح نسبتها إلى النبي ﷺ ، فهي ليست حجة مطلقة.

وإذا أردنا مناقشة مفهومها، لا بد أن نطرح السؤال:

ما المقصود بالحكمة ؟

إذا أردنا بالحكمة:
الحق وموافقة الصواب

فإن الحق لا يمكن أن يخالف ما جاءت به الشريعة في كتاب الله وسنة نبيه ﷺ.
وما تتضمنه اليوغا من معتقدات باطلة ومشابهة سافرة لطقوس الهندوس لا يمكن أن يقال: إنه "حكمة"، موافقة للشرع.

إذا أردنا بالحكمة:
المصلحة وتحقيق المنفعة

فإن المصلحة - إن سلمنا بوجودها - لا اعتبار لها مع التحريم، فقد نص القرآن على أن الخمر والميسر ﴿ فِيهِمَا إِثْمٌ كَبِيرٌ وَمَنَافِعُ لِلنَّاسِ ﴾ ، فتحقق المنفعة مع وجود سبب التحريم لا يخرج الشيء عن ذلك الحكم.

خامسا: الدراسات العلمية والفوائد الطبية ومناقشتها.

هل في اليوغا فوائد صحية؟

تُنسب لليوغا كثير من المنافع الجسدية والنفسية المتنوعة، منها: تخفيف أعراض الاكتئاب، وتخفيف آلام الظهر، وخفض ضغط الدم، وزيادة مرونة العضلات، .... وغير ذلك من الدعاوى العريضة.

ولكن ينبغي أن يُتنبه لعامل مهم في هذه الدعاوى، أوضحه فيما يلي:

اليوغا كتلة متكاملة تتكون من عناصر متنوعة



من هذه العناصر ما هو خاص مميز لليوغا:

- المعاني والمبادئ الروحانية.
- الأوضاع الجسدية الرمزية (أسانا و مودرا).
- الألفاظ والترانيم المقدسة (مانترا).
- بعض أنواع تمارين التنفس.

ومنها ما هو عام لا يختص باليوغا (يوجد في غيرها):

- بعض تمارين التمدد والاسترخاء (الخالية من الأوضاع الخاصة)
- بعض تمارين التنفس.
- الاسترخاء الذي قد يحصل في جلسات التأمل.

وعند تأمل الدعاوى الاستشفائية لليوغا، سنجد أن ما صح منها لا يخرج عن **القسم الثاني**، أي: ما ليس مختصا باليوغا.

النتيجة (٧): أن ما يُنسب لليوغا من منافع جسدية ونفسية - إن صحت - فهي ليست خاصة باليوغا، بل إنها تتحقق بفعل أسبابها من خلال أنواع أخرى من تمارين الاستطالة، وتمارين التنفس، والراحة والاسترخاء، وليس في اليوغا زيادة على هذه الأسباب المشتركة سوى الجوانب الاعتقادية والروحانية.

ماذا عن الدراسات العلمية والتوصيات الطبية؟

توجد العديد من "الدراسات العلمية" في المواقع الطبية المختلفة تتناول المنافع المنسوبة لليوغا، ومدى انتفاع بعض المرضى بها، ومنها ما يربط بين ممارسة اليوغا وتحصيل بعض الفوائد الصحية.

ولكن لا بد من التأكيد على ما يلي:

١. أن نتائج تلك الدراسات لا تخرج عن حالتين:

- الأولى: أن يُحدد السبب المؤثر من العناصر المكونة لليوغا، فيقال **مثلا**: أثرت تمارين الاستطالة في اليوغا على التخفيف من آلام الرقبة في مرضى الروماتيزم.
فيكون ذلك المؤثر ليس حصرا على اليوغا، ولو طبق المريض تمارين استطالة لا علاقة باليوغا لحصل على نفس النتيجة.

- الثانية: ألا يُحدد السبب المؤثر بدقة، فيقال **مثلا**: تحسنت أعراض القلق بنسبة ٢٠% عند ٦٠% من المرضى الذين قاموا بممارسة اليوغا.
ولا شك أن هذا النوع من الدراسات أقل دقة وتحريرا، فالتأثير لا يرتبط -عادة- إلا بتلك العناصر المشتركة في اليوغا، أو بالآثار المترتبة عليها كالراحة والاطمئنان ونحو ذلك، مما ليس مقصورا على ممارسة اليوغا، ويمكن تحقيقه بأسباب أخرى لا يمكن حصرها.

٢. أن أغلب الدراسات لا تعقد المقارنة بين المرضى الذين يمارسون اليوغا وبين المرضى الذين يمارسون ما يضاهي العنصر المؤثر فيها من الرياضات والتطبيقات "الـ لا دينية" أو التي لا ترتبط باعتقاد، كتمارين الاستطالة والتمدد مثلا، أو جالسات الراحة والاسترخاء، بل إنها تقارن بين من يمارس اليوغا وبين من لا يمارس شيئا على الإطلاق، فيظهر الأثر في المجموعة التي تمارس اليوغا ويُنسب التأثير إليها كممارسة من دون تفصيل.
ولو تم عقد دراسة مقارنة - جيدة الإحكام - بين تمارين الاستطالة في اليوغا وغيرها من الأنظمة الرياضة لاتضح عدم تميز اليوغا على غيرها في التأثير والمنفعة.

علما أنه **لو** ثبت (جدلا) تميز اليوغا عن غيرها في المنفعة لما كانت ممارستها جائزة للأسباب المذكورة في المباحث السابقة، ولأن المنفعة لا تدل على الجواز ولا الإباحة.

النتيجة (٨): الدراسات العلمية التي تقر بوجود منافع صحية في اليوغا لا تنص على أن تلك المنافع خاصة باليوغا، ولا على أنها لا تتحقق بما يوازيها من الأنظمة الرياضية أو وسائل الاسترخاء الخالية من الأبعاد الروحانية والاعتقادية.

سادسا: النتائج:

١. معنى اليوغا في اللغة والاصطلاح يعني الاتحاد بين الإنسان والإله.

٢. تعد فلسفة اليوغا من أصول الديانة الهندوسية، وهي واحدة من ست مدارس فلسفية يشكل مجموعها الفكر الهندوسي في العصر الحديث.

٣. اليوغا هي وسيلة تحقيق "الموكشا" (الاتحاد بالإله) والتخلص من التناسخ عند الهندوس.

٤. يرجع الحكم بتحريم "اليوغا" إلى سببين: العقائد الباطلة التي تقوم عليها، وما في ممارستها من تشبه بطقوس الكفار وشعائرهم.

٥. ممارسة اليوغا لا تجوز سواء اعتقد الممارس بما تتضمنه من معتقدات، أو لم يعتقد، وسواء قصد بفعله مشابهة الهندوس أم لم يقصد، مع تفاوت درجة التحريم وحكم الفاعل بحسب الحال والقرائن.

٦. أنه لا يمكن قطع اتصال اليوغا بجذورها الهندوسية لارتباطهما الوثيق تاريخيا ودينيا وواقعيا، ومحاولة تنقية اليوغا من خصائصها الدينية جهد مهدور في تحصيل حاصل.

٧. أن ما يُنسب لليوغا من منافع جسدية ونفسية - إن صحت - فهي ليست خاصة باليوغا، بل إنها تتحقق بفعل أسبابها من خلال أنواع أخرى من تمارين الاستطالة، وتمارين التنفس، والراحة والاسترخاء، وليس في اليوغا زيادة على هذه الأسباب المشتركة سوى الجوانب الاعتقادية والروحانية.

٨. الدراسات العلمية التي تقر بوجود منافع صحية في اليوغا لا تنص على أن تلك المنافع خاصة باليوغا، ولا على أنها لا تتحقق بما يوازيها من الأنظمة الرياضية أو وسائل الاسترخاء الخالية من الأبعاد الروحانية والاعتقادية.

هذا، والله أسأل أن يحفظ بلادنا وبلاد المسلمين من كل شر وسوء.

وصلى الله على نبينا محمد وعلى آله وصحبه وسلم تسليما كثيرا