101591 - Yoga, suas origens e as regras de sua prática

Pergunta

É admissível que nós, como mulheres muçulmanas, pratiquemos a yoga, já que ela é originalmente um tipo de adoração hindu?

Resposta detalhada

Todos os louvores são para Allah.

Em primeiro lugar:

Existem diferenças de opinião entre os estudiosos contemporâneos sobre a decisão da prática de yoga. Alguns deles são da opinião de que não é permitido a todos, outros são da opinião de que é admissível sem quaisquer reservas. Enquanto outros diferenciam em algumas das suas práticas; eles permitiram aquelas que estão em conformidade com shari'ah e proibiram outras que são contrárias à mesma.

Nenhum deles negou, até onde sabemos, que a origem desta prática decorre de crenças hindus idólatras, ou seja, o Budismo. Assim, aqueles que permitem isso em todos afastaram disso qualquer coisa que tenha a ver com crenças e questões espirituais, e passaram a pronunciar-se sobre isso com base no que é considerado como o exercício físico.Aqueles que proibiram-no fizeram por causa das origens religiosas e da semelhança com os idólatras, e por causa do dano que causa ao corpo, e por outras razões. Quanto àqueles que diferenciam entre um tipo e outro, a opinião não é aceitável porque não é possível eliminar o mal e porque as pessoas não são capazes de distinguir entre o que é permitido e o que é proibido nisso.

Então,isso é tanto exercício físico quanto espiritual e foi originalmente destinado a atingir o esquecimento e entrar em um estado de conexão com Deus!

No livro al-Yoga wa'l-Tanaffus (yoga e respiração) por Muhammad 'Abd al-Fattaah Fahim (p. 19), é dito:

"Yoga na língua sagrada indiana significa união e contato com Deus, ou seja, a união entre corpo, mente e Deus que ajuda o homem a atingir o conhecimento e sabedoria e desenvolve o seu pensamento através do desenvolvimento de seu conhecimento sobre a vida; protege-o do sectarismo, fanatismo religioso, estreiteza e miopia na busca; fá-lo viver uma vida de contentamento em ambos: físico e espiritual."

Em al-Mu'jam al-Falsafi por Jamil Sulayba (2/590) é dito:

"Yoga é uma palavra sânscrita que significa união; ela é usada para se referir a uma espécie de exercício espiritual que é praticado pelos sábios da Índia com o propósito de união com o espírito universal. Yoga não é uma escola de pensamento filosófico; pelo contrário, é uma forma artística de fazer alguns exercícios que liberam a alma da gravidade física e mental e a leva, passo-a-passo, para a realidade. O Yogi é o homem sábio que pratica desta forma. "Fim de citação.

Ambas as citações são de Mazaahirat al-Tashabbuh bi'l-kuffaar fi'l-'Asr al-Hadith wa Atharuha 'Ala al-Muslimin.

Na definição de Yoga vemos que ela significa união, ou seja, a união do homem com o espírito, que é o espírito universal, pelo qual eles querem dizer Deus. Por isso, o principal objetivo desta prática é ser um caminho de combinar todas as outras religiões - Dr Ahmad Shalabi - que é um especialista nas religiões da Índia - diz:

"A união de Buda com os deuses hindus nada mais é que um retorno à crença em 'Jñana Yoga", ou seja, o "caminho do conhecimento", que vê a verdade em todas as religiões e filosofias. Mas esta verdade é apenas uma partícula de uma maior, completa verdade. Essa escola de pensamento não se opõe a qualquer religião ou filosofia; ela acha que qualquer religião ou filosofia não é tudo e não é toda a verdade. Aquele que crê nessa maneira de pensar não pertence a nenhuma religião ou escola de pensamento, porque respeita os seguidores de todas as religiões diferentes como seus irmãos, não importa como eles diferem. Então Jñana Yoga é uma maneira que engloba todas

as crenças e se recusa a ser restringida por qualquer uma deles. Devemos destacar o fato de que a propagar e promover esta forma de pensar é destinado a lutar contra o Islam indiretamente. Eu vi essas tentativas em vários países. O Islam é a força que derrotou ambos, os missionários cristãos e budistas, por isso, se conseguem desviar as pessoas de uma forma ou de outra - mesmo em nome de Jñana Yoga que engloba todas as crenças e não se limita a qualquer uma delas - é uma grande vitória para eles. Depois de terem conseguido desviar o muçulmano do Islam, no final deste truque inteligente, então é possível fazê-lo duvidar e depois puxá-lo para outra esfera. Então, que o muçulmano tenha cuidado com a Yoga e sua malandragem e aqueles que a promovem." Adyaan al-Hind al-Kubra, p. 174

Pensamos que proibi-la por completo é a abordagem correta.Nós estudamos as palavras de muito relativas a esta prática, decidimos resumir os comentários sobre isto a partir de um livro que lida especificamente com a decisão sobre esta prática, de um escritor que nós confiamos no que diz respeito à sua metodologia e crenças; ele é um médico que sabe o que está dizendo quando critica até a partir de um ponto de vista da saúde. Este escritor é o Dr. Faaris 'Alwaan e seu livro é chamado al-Yoga fi Mizaan al-Naqd al-'Ilmi, que foi publicado pela Darussalam no Cairo. Tudo o que citamos abaixo é deste livro, mas deve-se notar que não podemos citar tudo o que é dito no livro. Daí vamos limitar a uma definição dessa prática e a discussão da sentença islâmica sobre ele; quem quiser saber mais pode pesquisar no livro.

Em segundo lugar:

O que é Yoga?

Yoga significa união; um dos seus proeminentes professores diz que é a união do homem com o espírito.

Yoga envolve vários exercícios e rituais, mas o mais importante e mais famoso deles é um exercício chamado Surya Namaskar [conhecido em Inglês como "Saudação ao Sol"], o que significa em sânscrito: "prostração ao sol em oito partes do corpo". E eles definiram estas partes como os dois pés, os dois joelhos, as duas mãos, o peito e a testa.

É preferível que a pessoa que pratica a yoga esteja desnuda, especialmente o peito, costas e coxas; para encarar o sol quando ele está nascendo e quando se está se pondo, caso a pessoa queira a yoga saudável e benéfica; e fixar seu olhar e focar sua atenção no globo solar, estar ligado a ele completamente, o que inclui seu corpo, suas faculdades, sua mente e seu coração. Caso esteja em uma área construída e não se possa ver o sol, está autorizado a desenhar o círculo do sol em sua frente, na parede. Um deles disse: Se a pessoa que está praticando yoga é um praticante em uma religião e está preocupado em cometer um ato de descrença, não há nada de errado se desenhar qualquer imagem em sua frente e focar nela completamente!

Yoga também inclui a ponderação profunda sobre o corpo e pensamento e exame de cada parte do corpo, começando com os dedos dos pés e subindo para a cabeça, ao acordar e antes de se levantar da cama, e o oposto, da cabeça para baixo até os dedos dos pés antes de dormir, e não é permitido esquecer ou se distrair nesta importante tarefa!

Quem quiser se beneficiar da yoga também deve ser vegetariano.

E a pessoa deve repetir palavras específicas em voz alta, enquanto faz estes exercícios. Estas palavras são chamadas mantras, dos quais os mais famosos são os mantras bija, que são hram, hrim, hraim, hraum, hara. Algumas sílabas também são repetidas na yoga, tais como Aum (ou om).

Além disso, é essencial repetir os doze nomes do sol, porque esta é a maior e mais importante parte da yoga.

Os nomes do sol incluem:

Rafanama, que significa, "Eu curvo minha cabeça a ti, ó aquele a quem todos louvam."

Suryanama, que significa, " Eu curvo minha cabeça a ti, ó guia de todos."

Bahaanafinama, que significa, " Eu curvo minha cabeça a ti, ó doador da beleza."

Safitarnama, que significa " Eu curvo minha cabeça a ti, ó doador da vida" etc.

E eles afirmam que essa repetição é muito benéfica.

Uma das pessoas que pratica a yoga diz que acorda às 3h30 e continua praticando yoga e oferece também suas orações especiais até 6:15h. E à noite faz a mesma coisa a partir de 18:00h até 18:30h.

Também, este praticante gasta três horas e quinze minutos, todos os dias, praticando yoga, e diz que alguns deles gastam mais tempo do que isso, afirmando que quanto mais tempo se gasta nisso, mais benéfico será.

Al-Yoga fi Mizaan al-Naqd al-'Ilmi, p. 13-18

Em terceiro lugar:

A norma islâmica em se praticar yoga

Para resumir, não é admissível que o muçulmano pratique yoga em absoluto, tanto faz se pratica com base na crença ou imitando os outros, ou porque está à procura de um determinado benefício. Isso é devido a uma série de razões que podemos concluir a partir do que é mencionado acima, e que resumiremos como se segue:

-1-

Porque a yoga é contrária ao Tawhid e envolve associação de outras divindades a Allah, que Ele seja exaltado, e porque envolve prostração ao sol e repetição de seus nomes.

Allah diz (interpretação do significado):

"Dize (Ó Muhammad): me foi ordenado apenas para adorar Allah (sozinho) e não se juntar a parceiros com Ele" [Al-Ra'd 13:36]

"Se você se juntar a outros na adoração a Deus, (então) certamente (todas) as suas ações serão em vão, e você certamente estará entre os perdedores" [Al-Zumar 39:65].

-2-

Porque envolve imitação de adoradores de ídolos e semelhança a eles, e o Profeta (que a paz e as bênçãos de Allah estejam sobre ele) disse: "Aquele que imita um povo é um deles." Narrado por Ahmad, Abu Dawud e al-Tabaraani de Ibn 'Umar (que Allah esteja satisfeito com ele).

-3-

Porque algumas das suas práticas são prejudiciais para a maioria das pessoas e leva a sérios problemas para a saúde delas. Algumas de suas práticas envolvem sentar-se de em um modo muito estranho e vergonhoso, e de uma forma preguiçosa, alheio ao que está acontecendo em torno de si. Isso também é prejudicial do ponto de vista da saúde e psicológico. O Profeta (que a paz e as bênçãos de Allah estejam sobre ele) disse: "Não deve ser prejudicial e nem haver danos alternativos." Narrado por Ahmad e Ibn Maajah de Ibn 'Abbaas (que Allah esteja satisfeito com ele).

-4-

Porque é um desperdício de tempo fazer algo que não traz nada além de danos e perdas neste mundo, e calamidade e desespero na outra vida. O confiável Mensageiro (que a paz e as bênçãos de Allah estejam sobre ele) disse: "Os pés de uma pessoa não seguirão em frente, no Dia da Ressurreição, até que ele tenha sido perguntado acerca de quatro coisas: sua vida e como ele a gastou; seu conhecimento e o que ele fez com isso; sua riqueza e de onde ele a adquiriu e em que ele a gastou; e seu corpo e como ele foi usado". Narrado por al-Tirmidhi de Abu Barzah.

-5-

Porque é um claro apelo a imitar os animais e diminuir a dignidade humana, tais como: adoção de nudez, posição de quatro na maioria dos exercícios (Surya Namaskar ou Saudação ao Sol) e a postura especial no terceiro e oitavo exercícios.

-6-

Porque muitos dos que tentaram praticar o que é chamado de yoga científica ou terapia comportamental caíram no poço das drogas e vícios, e esse remédio tem sido provado ser ineficaz e de nenhum benefício.

-7-

Como é baseado em mentiras e charlatanismo; seus promotores contam com a fraude e distorcem os fatos na sua divulgação. Assim, (a yoga) atraiu a atenção de um grande número de pessoas que têm índole simples e muitos daqueles que são fracos na fé.

-8-

Porque alguns dos que praticam yoga ou alguns outros com tendências esotéricas ou desviantes podem realizar feitos extraordinários, as pessoas são enganadas por isso. Mas na maioria dos casos essas pessoas estão usando apenas demônios entre os jinn (gênios), como no caso da magia e assim por diante, e isso é haram acordo com o Islam.

-9-

A maioria dos conselhos dados pelos promotores da yoga é prejudicial ao indivíduo, incluindo o seguinte:

(a) A nudez e o que ela causa de doenças culturais, sexuais, psicológicas e físicas.

(b) A exposição da pele ao sol. Nós vimos o mal que isso causa, especialmente quando existe exposição prolongada ao sol.

(c) Fixação do olhar no círculo do sol, que provoca graves danos aos olhos.

(d) Incentivar uma dieta vegetariana sobre a qual Allah não revelou qualquer autoridade.

Al-Yoga fi Mizan al-Naqd al-'Ilmi, p. 84-86

E Allah sabe melhor.