

۱۲۸۵۶۷۷
نمبر ثبت

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ
۹۰/۱۵/۲۷/۱۵ [۲۲۲] : در مقاله ت. ل. ح. ح.
۸-۰۵-۲۰۱۳-۰۰۳-۰۰۳ : شماره
لید : ر. س. م. ت. ب. ح. ح. ح. ح.



نوشته‌ی

پندس، امیدرضا امینی

ویراستار

استاد حسین ملک‌یان

آکادمی یوگا
Yoga Academy



نشر چیمین

سرشناسه : امینی، امیدرضا
 عنوان و نام پدیدآور : تعابیر الهی و حد یوگا/ نوشته‌ی امیدرضا امینی؛ ویراستار حسین ملکیان.
 مشخصات نشر : تهران: نشر چیم، ۱۳۹۴.
 مشخصات ظاهری : [۲۴۴]ص؛ ۱۴/۵×۲۱ س.م.
 شابک : 978-600-7312-30-8
 وضعیت فهرست نویسی : فیبا
 موضوع : یوگا (فلسفه)
 شناسه افزوده : ملکیان اصفهانی، حسین، ویراستار
 رده بندی کنگره : ۱۳۹۴ ی ۱۳۲/۷۷ B
 رده بندی دیویی : ۲۵/۱۸۱
 شماره کتابشناسی ملی : ۲۴۸۵۴۹۷

تعابیر الهی - یوگا

نویسنده: مهندس امیررضا امینی
 ویراستار: حسین ملکیان
 طرح جلد: فرامرز عرب‌نیا
 شابک: ۸-۳۰-۷۳۱۲-۶۰۰-۹۷۸
 چاپ اول بهار ۹۵، شمارگان ۱۵۰۰
 انتشارات چیم با همکاری آکادمی یوگا
 قیمت ۲۵۰۰۰ تومان

این اثر تحت حمایت قانون حمایت از حقوق مؤلفان، مصنفان و هنرمندان ایران، قرار دارد.
 تکثیر، انتشار و بهره‌برداری از این اثر یا قسمتی از آن به هر شیوه بدون مجوز قبلی و کتبی
 از آکادمی یوگا ممنوع می‌باشد.



نمونه پش

فهرست مطالب

پیش درآمد.....	۱۳
مقدمه نویسنده.....	۲۱
قسمت اول / نقد و بررسی معرفت انسان از دیدگاه یوگا.....	۲۵
تحلیل معرفت انسان از دیدگاه یوگا.....	۲۷
۱. بنایی با یوگا.....	۲۸
تحلیلا معرفت انسان از دیدگاه اسلام.....	۳۱
بطه انسان و خدا.....	۳۵
رابطه انسان و خدا در یوگا.....	۳۷
انسان و خدا در اسلام.....	۳۸
مقایسه سنت های حاکم بر انسان در یوگا و اسلام.....	۳۹
نقش انسان در عالم هستی.....	۴۱
نجات و رهایی.....	۴۲
هشت پیکره یوگا (منشور اخا قی یوگا).....	۴۵
۱. یاما.....	۴۵
آهیمسا.....	۴۶
ستیا.....	۴۶
آپری گراها.....	۴۷
آستیا.....	۴۷
براهماچاریا.....	۴۸
۲. نی یاما.....	۴۸
سوچا.....	۴۹
ستوشا.....	۴۹
تاپا.....	۴۹
سواد یایا.....	۵۰
ایشورا - پرانیدانا.....	۵۰
۳. آسانا.....	۵۰
فواید معنوی آسانا.....	۵۵

- ۵۷..... نقش آساناها در بهداشت روان
- ۵۸..... ۴. پرائایاما
- ۶۱..... ۵. پراتیهارا
- ۶۴..... ۶. دهارانا
- ۶۵..... ۷. ده یانا
- ۶۵..... یانترا
- ۶۶..... مانترا
- ۶۷..... ۸. سامادهی
- ۶۷..... ۱. سام پراجناتا سامادهی یا جذبه‌ی دارای پشتیبان
- ۶۷..... ۲. آسام پراجناتا سامادهی یا جذبه‌ی بسیط
- ۶۸..... نتیجه‌گیری
- ۷۳..... قسمت دوم / بیان دینی و علمی تعالی انسان
- ۷۵..... پیش‌گفتار
- ۷۷..... فصل اول - ۱ - بن‌رهای فردی اجتماعی یا تطهیر باطن
- بخش اول
- ۷۹..... ۱-۱. ایجاد همدلی و ربط انسانی متعالی
- ۸۱..... زبان و معنویت
- ۸۲..... أفات زبان
- ۸۲..... ۱. سخن مباح
- ۸۳..... ۲. غوطه‌ور شدن در باطل
- ۸۳..... ۳. مجادله و لجاجت در کلام
- ۸۳..... ۴. خصوصت
- ۸۳..... ۵. فحش و ناسزا و بدزبانی
- ۸۳..... ۶. لعنت کردن
- ۸۴..... ایجاد همدلی
- ۸۵..... چگونه حس همدلی را در خود تقویت نماییم؟
- ۸۶..... موانع ارتباطی
- ۸۷..... ۱. دوران طفولیت
- ۸۷..... ۲. آشفته‌گی ذهن

۳. تفکر قالبی.....	۸۷
۴. اجتناب ذهن.....	۸۷
بهبود ارتباطات.....	۹۱
چرخه ارتباطات.....	۹۲
ده فرمان ارتباطات.....	۹۲
موانع ارتباطات.....	۹۳
عاداتهای شنونده بد.....	۹۴
راهز ای گوش کردن.....	۹۴
نات مهم درباره هنر گوش کردن.....	۹۵
نظری دقت و چه خود را پرورش دهیم.....	۹۶
شیوه های متداول برقراری ارتباط.....	۹۶
تقسیم بندی جملات.....	۹۶
بار مثبت یا منفی جملات.....	۹۶
وجوه ششگانه یک گفتگو.....	۹۷
چگونه شنونده خوبی باشیم.....	۹۷
از گفتن اینگونه جملات پرهیزیم.....	۹۸
چگونه تشکر کنیم؟.....	۹۸
چگونه انتقاد کنیم؟.....	۹۸
چگونه بحث کنیم؟.....	۹۹

بخش دوم

۱-۲. راستگویی، صادق بودن و امانتداری.....	۱۰۰
بیان ارزش راستگویی، صدق و امانتداری.....	۱۰۱
مراتب صدق.....	۱۰۲

بخش سوم

۱-۳. حسد.....	۱۰۹
علل و اسباب حسد.....	۱۱۰
۱. عداوت و دشمنی.....	۱۱۰
۲. عزت نفس (خود عزیز داشتن).....	۱۱۰
۳. کبر.....	۱۱۰

۴. تمجیب ۱۱۱
۵. ترس از نرسیدن به مقصود ۱۱۱
۶. حب ریاست ۱۱۱
۷. خیانت درونی و بخل ذاتی نسبت به بندگان خدا ۱۱۱
- راه علاج حسد ۱۱۲
۱. راه علمی ۱۱۲
۲. معالجه عملی حسد ۱۱۴

بخش چهارم

- ۱-۴. رهایی از حرص ۱۱۵
- الف. عدم حضور قلب ۱۱۵
- ب. قساوت قلب ۱۱۶
- ج. قرب الهی ۱۱۷
- د. عدم اتفاقات رحمانی ۱۱۷
- ه. جبر غرض و دین انسان ۱۱۸
- اف. ۱. قوه شهوات ۱۲۳
- تفریط در شهوات ۱۲۲
- انواع ازدواج ۱۲۳

بخش پنجم

- ۱-۵. تقوا ۱۲۵
- ارکان تقوا ۱۲۶
- مراحل اهل تقوا ۱۲۶
- پرهیز کاران از نظر شعائر ۱۲۷
- فصل دوم - ایجاد صفات نیک و نظم فردی ۱۲۹

بخش اول

- ۱-۲. نظافت و بهداشت جسمی و روانی ۱۳۱
- نقش بهداشت جسم در تعالی انسان ۱۳۱
- مراتب نظافت ۱۳۳
- نقش بهداشت روان در تعالی انسان ۱۳۳
- عوامل مؤثر اختلالات روانی ۱۳۵
- نقش ایمان در بهداشت روان ۱۳۸

بخش دوم

۱۳۹	۲-۲. رضا
۱۴۱	مرتبه‌ی عالی رضا
۱۴۱	مرتبه‌ی پست رضا

بخش سوم

۱۴۳	۳-۲. قناعت
-----	------------

بخش چهارم

۱۴۸	۴-۱. صبور بودن
۱۴۸	انسام صبر
۱۴۹	صبر در بیم
۱۴۹	صبر از مصیبت
۱۴۹	صبر هنگام طاعت
۱۵۰	درجات صبر
۱۵۰	صبر عوام
۱۵۰	صبر سالکان
۱۵۱	صبر و اصلاع
۱۵۱	حالت ثبات صبر
۱۵۱	صبر بدنی
۱۵۱	صبر نفسی
۱۵۳	نوع اول صبر
۱۵۴	نوع دوم صبر
۱۵۴	حالات صبر بر عبادت
۱۶۰	خروج از زمره‌ی صابرین
۱۶۰	داروی تحصیل صبر
۱۶۳	روزه
۱۶۳	اقسام روزه

بخش پنجم

۱۶۴	۵-۲. شناخت خود
۱۶۷	شناخت خود از دیدگاه ابن عربی
۱۶۹	حقیقت اصلی انسان

۱۷۱	حجاب‌های نورانی و ظلمانی
۱۷۲	بیان حجاب‌ها در قرآن
۱۷۵	اقسام حجاب‌ها
۱۷۶	حجاب بدن و خروج از آن
۱۷۶	حجاب کفر و خروج از آن
۱۷۶	حجاب شرک و خروج از آن
۱۷۶	حجاب عناد و خروج از آن
۱۷۷	حجاب عادات و خروج از آن
۱۷۷	حجاب اوهام و تخیلات و خروج از آن
۱۷۷	حجاب تعلقات و خروج از آن
۱۷۹	بخش ششم
۱۷۹	۲-۶-۱. تسلیم به خدا
۱۸۳	صلوایم - تربیت تن
۱۸۹	فصل هفتم - تناس
۱۹۲	نقش تن در ملک و تعالی
۱۹۳	نقش تن در امر
۱۹۵	فصل پنجم - شناخت و مناسبات نفس
۲۰۳	فصل ششم - یکی شدن یا وحدت
۲۱۰	منشاء توهمات
۲۱۵	فصل هفتم - مراقبه
۲۱۷	۷-۱. مراقبه
۲۱۹	۷-۱. مراقبه‌ها
۲۲۲	۷-۲. ورد و ذکر
۲۲۴	ورد و انواع آن
۲۲۵	ذکر و انواع آن
۲۲۶	اذکار صغیره
۲۲۲	۷-۳. تمرین آرام کردن ذهن و آمادگی جهت مراقبه
۲۲۷	فصل هشتم - فنا
۲۲۹	۸-۱. فنا
۲۳۲	شهود و تحیر
۲۳۵	منابع

می‌خانه اگر ساقی صاحب‌نظری داشت
می‌خواری و مستی ره و رسم دگری داشت
پیمانه نمی‌داد به پیمان‌شکنان باز
ساقی اگر از حالت مجلس خبری داشت
(سید صادق سرمد)

نقش بر ۱۴ در توسعه عرفان‌های نوظهور جنبش‌های نوپدید دینی

پیش‌درآمد

به‌منظور روشن شدن بیشتر، لازم می‌دانم ابتدا تعریف و تشریح برخی از واژه‌های مطرح در متن پیش روی پرداخته و پس از آن به نقش یوگا یا به‌طور دقیق‌تر، نقش دست‌اندرکاران، یوگاپیشه‌گان، دوست‌داران و مربیان این رشته در ایران بپردازم.

جنبش‌های نوپدید دینی (New Religious Movements NRMs) عرفان‌های نوظهور، ادیان بدیل، مذاهب یا فرقه‌ها همگی اصطلاحات و تالیفات علمی در حوزه علوم اجتماعی هستند. اینها گروه‌هایی هستند که عموماً از زمان جنگ جهانی دوم به نحوی که امروزه مطرح هستند ظاهر شدند. ترکیب فوق از سه کلمه: [جنبش نوپدید و دین] تشکیل شده است. درباره جدید بودن باید گفت که انبوه نوشته‌های اخیر ورود واژه «جدید» به دایره‌المعارف ادیان را مربوط به مقاطع زمانی مختلف دانسته‌اند: برخی بعد از جنگ جهانی دوم (کلارک ۱۹۸۷)، گروهی بعد از دهه ۱۹۵۰ (بارکر ۱۹۸۹) و دیگر محققان پیدایش این گروه‌ها را مربوط به دهه‌های ۱۹۶۰ و ۱۹۷۰ (ملتون و مور ۱۹۸۲؛ بکفورد ۱۹۸۵؛ نلسون ۱۹۸۷) دانسته‌اند، البته لازم به ذکر است که این چارچوب‌های زمانی به دلایل متعدد خیلی دقیق نمی‌باشند.

اگر این مقاطع به زمان پیدایش این سازمان‌ها مربوط است باید دانست که تعداد نسبتاً اندکی از آنها بعد از جنگ جهانی دوم به وجود آمده‌اند. اگر نقطه بُرش را دهه ۱۹۵۰ بدانیم کلیسای اتحاد و کلیسای علم‌شناسی (که رون هوپارت آمریکایی در سال ۱۹۴۵ میلادی بنیانگذاری کرد)، مشمول این جنبش قرار خواهند گرفت، اما ویپاسانا (که در سال ۱۹۱۴ توسط گوینکا به غرب معرفی شد)، کریشنا مورتی (که هویت مستقل خود را به عنوان یک رهبر روحانی در سال ۱۹۳۹ تثبیت کرد)، سوکا گاکای (که در سال ۱۹۳۰ در ژاپن بنیاد نهاده شد)، برهما کوماریس (۱۹۳۸) و راه بین‌المللی (۱۹۴۲) به وضوح از این دسته‌بندی خارج می‌شوند. همچنین در نظر گرفتن تاریخ ورود دین به غرب به عنوان معیار تعریف، صحیح نیست. نه تنها این قضیه که چندین جنبش نوپدید دینی (مانند پیروان یوگانندا و ویویکانادا) پیش از جنگ به غرب آمده‌اند. ایجاد جنبش‌های نوپدید دینی و فرقه‌های عرفان‌های نوظهور یک نتیجه جهانی است که صرفاً غریبان را تحت تأثیر قرار نداده است، بلکه هم‌اکنون جهان را آغوش گرفته و خاور میانه را نیز گرفتار کرده است.

ایراد مهم و مشترک، که به تمام این فرقه‌ها و جنبش‌ها می‌توان گرفت این است که آنها از همه ادیان و مذاهب یا به تعبیر درست‌تر سازمان‌هایی تجاری یا سیاسی هستند که به وضوح با وائمود می‌کنند که عرفان و یا دین هستند.

آیین‌های هندی و توسعه NRMs

یکی از تأثیرگذارترین عوامل هندویی در پیدایش ادیان، اختگی و جنبش‌های نوپدید دینی در غرب، یوگا و مدیتیشن است. و حتی برخی از محققان معتقدند که هیچ جنبش و عرفان نوپدید دینی غربی، نسبت به این دو بی‌توجه نباشد. در دایره‌المعارف تصویری ادیان فعال جدید نوشته بنیامین بیت هلاهمی حدود ۱۸۰۰ دین جدید و عرفان نوظهور، معرفی شده است که از این تعداد حدود ۵۰ فرقه، جنبش‌های کاملاً هندویی هستند. البته لازم به ذکر است که بسیاری از جنبش‌های نوپدید دینی که در دایره‌المعارف‌های ادیان جدید معرفی شده‌اند از میان رفته یا پیروان اندکی دارند و تأثیر زیادی در کل فرهنگ غرب نداشته‌اند.

به گفته‌ی محققان، مجموعه جنبش‌های عصر جدید که بخش مهمی از جنبش‌های نوپدید دینی را تشکیل می‌دهند مواد خام فکری خود را از هند گرفته‌اند. آغاز آشنایی غرب با مکاتب و آیین‌های هندی به اواخر قرن ۱۸ باز می‌گردد. از یک طرف با رفت و آمدهای ملوانان انگلیسی به هندوستان و آشنایی ایشان و خانواده‌های آنان، موج آشنایی با مفاهیم و فلسفه‌های هندی در غرب آغاز می‌شود، از سوی دیگر برخی از جوانان و اساتید هندی، بخصوص بنگال، با سفر به غرب و شرکت در مجامع غربی در آشنایی غربیان با اندیشه‌های هندی نقش به‌سزایی را بازی کردند. بنگال، ناحیه‌ی در شمال شرق هند است که افراد بسیاری از جمله سوامی، ریخاناندا (۱۹۰۲-۱۸۶۳) و سوامی یوگاناندا (۱۹۵۲-۱۸۹۳) از آنجا به غرب سفر کردند. در آن زمان، پایگاه قدرت استعماری بریتانیا، در هند در کلکته قرار داشت که مهم‌ترین شهر ناحیه بنگال به‌شمار می‌رفت؛ چنان‌که این ناحیه، مرکز توجه و تهاجم فرهنگی غرب شد. در آن زمان، درس‌های متعددی به سبک و سیاق انگلیسی، مراکز مسیحی و مظاهر پیشرفت علمی، در این ناحیه، بیش از نواحی دیگر وجود داشت. تعدادی از جوانان بنگال از این فرصت خود جستند و از یک طرف در مدارس جدید غربی درس خواندند و از طرف دیگر، نزد اساتید هندی به یادگیری آموزه‌های هندویی، تمرین تمرکز و مدیتیشن پرداختند. این نسل جدید نقش هدایتی مهمی در رنسانس گسترده‌ی هند داشتند، که از آن به رنسانس نوودایی بنگالی تعبیر می‌کنند.

طولی نکشید که این نسل تحصیل‌کرده‌ی یوگاپیشه ثابت کردند که همان‌گرای پُر زرق و برق مدارس انگلیسی و ایمان‌گرایی جزم‌اندیش آموزشگاه‌های تبشیری مسیحی، در برابر انبوه آموزه‌ها و کارهای شگفت‌انگیز مرتاضان هند و توانایی‌های کنترل‌کننده‌ی آنان بر متابولیسم بدن، مانند گردش خون، تنفس، قلب و مانند آن، سخنی برای گفتن ندارند. بنابراین، حرکت تبلیغی، سمت و سویی برعکس پیدا کرد و این بار، مردم غرب بودند که از مبلغان هندی و مفاهیم دینی و عرفانی آنها استقبال کردند و مجموعه‌ی از این نوع گرایش‌ها، به جوانان غرب جسارت بخشید تا مرزهای نامرئی دین اجدادی‌شان، مسیحیت و یهودیت را درهم بشکنند و موجی از جنبش‌های نوپدید دینی و عرفانی را به وجود آورند.

برخی جنبش‌های تأثیر گرفته از هندویزم در غرب عبارت‌اند از: جامعه‌ی آهیمسا، سوامی ویویکاناندا، جنبش شری آناندامای، انجمن خودشناسی یوگاناندا، فرقه گرومایی، آناندا اشرام، مرکز بیداری معنوی، انجمن اتحاد فرهنگی، کانون نور الهی، انجمن مادام بلاوسکی، بنیاد پیشگویی، جامعه‌ی بین‌المللی آگاهی کریشنا، کریستاناندا یوگا اشرام، بنیاد تحقیقاتی کتدالینی، مادر مراه مرکز یوگای جهانی نارایاناندا، جامعه ودانته‌ی راماکریشنا، فرقه‌ی سای بابا، مرکز رامانا ماهاراشی، آکادمی هیمالایا، مؤسسه آمریکایی دین هندویی و... همچنین گفته می‌شود که دولت آمریکا توسعه‌ی مدیتیشن را به عنوان یک راهکار و چاره‌ی بنیادین برابر گسترش آن گونه از معنویت‌های جدید تشخیص داد که با استفاده از مواد توهم‌زا، محرک و مخدر همراه بود؛ از این‌رو، محققان غربی با بررسی علمی درباره‌ی مدیتیشن، با یژه TM ماهاریش ماهاراش یوگی، آن را به جای جنبش‌های معنوی مخدری توصیه کردند که حتی می‌تواند مشکلات فردی و اجتماعی کشور آمریکا را حل کند.

عرفان‌های نوین در ایران

جنبش‌های نوپدید دینی به سبب دیگر، جنبش‌های نوپدید معنوی گروهایی هستند که عمدتاً از دهه ۱۹۵۰ در غرب و ۱۹۶۰ به بعد در بطن مدرنیته و پست مدرنیته ظهور کرده‌اند. جامعه‌شناس‌های متعددی به خصوص ایلین بارکر، جیمز بکفورد و بریان ویلسون توجه خود را متوجه ظهور گروه‌های دینی جدید در قالب جوامع غربی متمرکز کردند. به ویژه گروه‌هایی که از دین‌ها و آیین‌های شرقی الهام گرفته شدند. آنان ترجیح می‌دادند که واژه (فرقه) بپرهیزند و آنها را «نهضت‌های جدید دینی» بنامند.

لازم به ذکر است که این جنبش‌ها که عمدتاً در دهه ۱۹۷۰ میلالت مشهود در کشور ایران پرداخته‌اند، روند رشد و توسعه‌شان، شتابی بسیار داشتند. این گروه‌ها به دلیل سازگاری با چارچوب ارزشی پسااستی، به دوام و بقای خود قوت بخشیده‌اند و به‌عنوان بدیل‌هایی برای ادیان سنتی، جلوه کرده‌اند. آنها مدعی ارائه تصویری روشن‌تر از حقیقت غایی جهان و برنامه‌ی کارآمدتر برای سعادت و خوشبختی انسان هستند البته با همان رشد سریع، به سرعت نیز در میان جوانان ارزش و اعتبار خود را از دست داده، به ابتذال و پوچی

گراییده و افول کردند. بعضی از گرایش‌های جدیدی که در ایران مورد توجه قرار گرفتند شامل چند گروه معنویت‌گرایی می‌باشند که از جمله می‌توان به اکنکار، ایلیا یا رام‌الله، اوشو، سای‌بابا، خوزه سیلوا، کاستاندا (دون‌خوان)، معنویت جادو و نوکافرکیشی یا شیطان‌پرستی، جمعیت هاری کریشنا، عرفان حلقه و ... یاد کرد.

البته همانگونه که اشاره کردیم، ایران امروز شاهد حضور پررنگ و گسترده جنبش‌های نوپدید معنوی نیست، آنچه در ایران، فعال شده‌اند بسیار متنوع و گوناگونند. آنها به لحاظ محتوای آموزشی و تعالیم متنوع هستند و هم به لحاظ شکل حضور اجتماعی. البته این تنوع زیاد امری غیر منتظره نیست؛ تنوع مقتضای ذاتی جنبش‌های نوپدید معنوی است. اولاً معنویت، ماهیتی سیال دارد، زیرا عبارت است از یک باطن‌گرایی و جستجوی حقیقی زندگی و جهان، که می‌تواند در قالب‌های بی‌شمار جلوه کند، از خویشتن‌گرایی گرفته تا ارزش‌های مسمریک و از محوریت بخشیدن به درمان‌گری و شفابخشی گرفته تا شیرازن‌پرستی و جادوگرایی.

یوگا در ایران

سابقه یوگا در ایران به روزگارهای کهن، به دوران ورود آریایی‌ها به ایران و روابط فرهنگی گسترده میان ایران و هند باز می‌گردد و دانشمندان حتی ابوریحان بیرونی، میرفندرسکی و... نیز به ترجمه آثاری از متون یوگا به زبان عربی و فارسی نیز مبادرت ورزیده‌اند و موجبات آشنایی بیشتر ایرانیان را فراهم نموده‌اند. اما یوگای مدرن حدود ۹۰ سال پیش با نشر آثاری از منوچهر ذوالخیر و مدرسی چهاردهی از غرب به ایران وارد شده شد و حدود ۶۰ سال پیش آقای مجید موقر (که خود شاگرد سوامی ساتیانندا بود)، نشر مقالاتی در مجله مهر و تأسیس باشگاه ورزشی، به توسعه این ورزش در ایران پرداخت. همچنین لازم به ذکر است که انجمن ورزش یوگا نیز در سال ۱۳۷۴ به ریاست مهرداد گوران به عنوان یکی از زیر مجموعه‌های فدراسیون ورزش‌های همگانی فعالیت خود را آغاز نمود و به توسعه این ورزش در ایران پرداخت. همچنین ترویج یوگا به عنوان یک ورزش و نهایتاً راهی برای پیشگیری از بیماری‌ها و به عنوان روش کمک درمانی همیشه مطرح بوده

است و تأکید ما بر علمی، کاربردی و مطابق با هنجارهای جامعه و موازین اسلامی بوده است. به همین منظور تعاریف انجمن از یوگا (که در بسیاری از سخنرانی‌ها، گردهمایی‌ها و آثار چاپ شده توسط اینجانب و رییس انجمن ارائه شده است) به شرح زیر بود:

(الف) نوعی ورزش جسمی و ذهنی است.

(ب) روشی برای ایجاد تعادل جسم و ذهن است.

(ج) ایجادکننده‌ی بهترین روحیه و آمادگی جسمانی و روانی نسبی برای انجام امور فردی و گروهی و در شرایط عادی و بحرانی است.

(د) در افزایش مهارت و آمادگی جسمانی و روانی ورزشکاران در سایر رشته‌های ورزش قهرمانی کاربرد دارد.

(ه) مدیریت بیماری‌ها و حفظ و ارتقاء سطح سلامتی در ابعاد جسمانی، ذهنی و روابط اجتماعی مؤثر و مفید است.

برخی از صاحب‌منظوران و محققان عرفان‌های نوظهور در ایران، با توجه به نقش آیین‌های هندی بر تمدن‌های این جنبش‌های دینی جدید در غرب، یوگا را نیز در زمره عوامل توسعه‌دهنده این ادیان سازگار می‌دانند. البته لازم به ذکر است که آثار منتشره و عملکرد برخی از صاحب‌منظوران، مبلغان و ریبیان یوگا در بوجود آمدن این تفکر بی اثر نبوده است. البته لازم به توضیح است که برخی از مبلغان فرقه‌های جدید در شهرهای بزرگ ایران، خصوصاً تهران، با سوء استفاده از مجرای‌های نگاه‌های ورزش یوگا مبادرت به تبلیغ، عضوگیری و فعالیت‌های نیمه مخفیانه در جذب افراد به این جنبش‌ها کرده‌اند. همچنین چاپ کتب متعددی که فاقد وجاهت علمی بوده و از جمله غیرمقالات چاپ شده بسیاری در مجلات تخصصی یوگا به زبان فارسی، سمت و سری انجامی داشته و به صورت زیرپوستی، نقشی در توسعه‌ی عرفان‌های نوظهور، آنهم با طعم و چاشنی آیین‌های هندی، ایفا کرده‌اند.

امروزه، یوگا را در حوزه‌های دانشگاهی و غیردانشگاهی جهان به‌عنوان یکی از رشته‌های ورزشی می‌شناسند و در بیشتر کشورها مراکز و باشگاه‌های فراوانی به آموزش تکنیک‌های آرام‌بخش و سلامت‌بخش آن در سطح عموم مشغول‌اند. ایران نیز از این حقیقت مستثنا

نبوده است. وجود صدها مرکز و باشگاه آموزش ورزش یوگا و میلیون‌ها فراگیر در ایران و انتشار کتب بسیار، نشانه‌هایی از این گستردگی است. ورزش یوگا را باید از جمله ورزش‌هایی برشمرد که به‌ویژه در سالهای ۸۰ تا ۹۰ با برگزاری مسابقات، نشر کتب و سمینارهای علمی، رشد چشم‌گیری در ایران کرده است. بدون شک انتقال یوگا به ایران، همانند سایر کشورهای همراه با نقاط ضعفی نیز همراه بوده است. همانگونه یوگای هندی در غرب امروز، رنگ و بوی هندی و آیینی خود را از دست داده است، در ایران نیز شاید بتوان گفت به نوعی بومی‌سازی شده است. بنابراین، می‌توان از این پدیده، با عنوان یوگای ایرانی نیز یاد کرد. اکنون یوگا در مراکز آموزشی، وزارت بهداشت و درمان و نیز وزارت آموزش و پرورش جایگاه رسمی پیدا کرده است. برای نمونه، در دانشگاه تهران، در شمار یکی از واحدهای اختیاری تربیت بدنی به دانشجویان پیشنهاد می‌شود.

البته همانطور که اشاره شد، ورزش غیرعالمانه و تلفیق‌گری‌هایی که در برخی از کتب و مجلات چاپ شده در ایران شاهده می‌شود، یوگا در سطح جامعه‌ی ایرانی، بعضاً به‌گونه‌ای غیرعلمی رواج پیدا کرده و از این روست که آسیب‌هایی را متوجه این جامعه کند. همچنین از جمله پرسش‌ها و مسائلی که توجه به آن ضرورت مطالعه کتاب پیش‌روی را بیشتر آشکار می‌کند این است که آیا یوگا، به‌شیوه‌ای که در ایران رواج دارد، می‌تواند تهدیدی برای فرهنگ اسلامی - ایرانی باشد یا خیر؟

نویسندگان برخی از کتب و مقالات چاپ شده در زمینه یوگا، تلاش کرده‌اند تا برخی از آموزه‌های آن را با عرفان اسلامی تلفیق کنند. در برخی از کلاس‌ها، آموزه‌های عرفانی و عرفانی سایر ملل نیز ارائه شده و به‌نحوی به فراگیران القا می‌شود. ایشان به دنبال نیافته‌اند که ورزش یوگا باعث گسترش معنویت نمی‌شود بلکه توسعه شخصیت را موجب می‌گردد. افزون بر موارد یادشده، آموزش یوگا در ایران دارای کاستی‌های فراوانی است، به مریبان به‌درستی آسیب‌شناسی یوگا و خطر عرفان‌های نوظهور آموزش داده نمی‌شود، به ایشان تأکید نمی‌شود تا از اشاعه‌ی آیینی یوگا برحذر باشند، بعضاً پیش‌کسوتان این رشته ورزشی خود شعائر منحوط و ارتجاعی آیین‌های هندی را در غالب ورزش یوگا در میان

کنشگران اشاعه می‌دهند. لازم است به‌طور جدی‌تری نهادهای ذربط به رفع آن اهتمام کنند، همه این موارد و موارد دیگری که در این مختصر نمی‌گنجد، جستاری عالمانه در این باره را اقتضا می‌کند.

برای پاسداشت فرهنگ اسلامی و هویت دینی و ملی، خصوصاً با توجه به گستردگی گروه‌های معنویت‌گرا، مشخص کردن حدّ و جایگاه ورزش یوگا (و اینکه بنابر آنچه که گفته شد توسعه معنویت به عهده ادیان توحیدیست و یوگا به توسعه شخصیت می‌پردازد) تحقیقی جامع و کامل ضرورت می‌نمود که آقای مهندس امینی، که خود از پیشکسوتان و بنیان‌گذاران بنای بومی، علمی و رسمی در ایران می‌باشد در کتاب پیش روی به درستی از عهده‌ی این مهم آمده‌اند، و امید می‌رود این تحقیق مدخلی باشد برای محققین که راه گشوده شده را پستر پیوند.

درون تیره‌یی دارم ز خاطرهای نفسانی
به سینه مطلق از روزن نور و ضیاء بگشا
ز بیچ و تاب راه عشق اندر وادی حیرت
مرا افتاد مشکل‌ها، تو ای مشکل گشا، بگشا
(دیوان اسرار، ملا هادی سبزواری، ص. ۲۲۴)

منوچهر شریفی

انجمن آکادمی ورزش یوگا

توضیح: در این نوشتار از مقالات، پایان‌نامه‌ها و کتب نوشته شده توسط اساتید و محققین ادیان ساختگی و عرفان‌های نوظهور (دکتر بهزاد حمیدیه، دکتر محمد تقی فعالی، دکتر علی موحدیان عطار، احمدحسین شریفی، حمیدرضا مظاهری‌سیف، دکتر علی‌محمد پورابراهیم، بهمن شریف زاده، دکتر گلین مگی، و دکتر جرج دکریسایدز) بهره بردم. فهرست منابع پیش‌درآمد به تفصیل در پایان کتاب آمده است.