



## 101591 - L'origine du yoga et le jugement de sa pratique

---

### question

Nous est-il permis en tant que musulmanes de pratiquer le Yoga qui est un culte d'origine hindoue?

### la réponse favorite

Louange à Allah.

Premièrement, une divergence de vues oppose les contemporains quant à la manière dont ils jugent le Yoga. Les uns s'y opposent farouchement tandis que les autres l'autorisent sans réserve. Un troisième groupe établit une distinction entre ses différentes pratiques, et admettent ce qui est conforme à la Charia et rejettent ce qui lui est contraire. Cependant, ils ont tous d'accord, à notre connaissance, que ce sport trouve ses origines dans la foi payenne hindoue puis bouddhiste. C'est pourquoi ceux qui l'autorisent sans réserve en excluent tout ce qui touche aux croyances et à l'esprituel pour ne l'envisager que sous l'angle de son apport physique. Ceux qui en interdisent la pratique tiennent compte de son origine religieuse, de sa ressemblance avec l'idolâtrie, de ses dégâts sur le corps, entre autres facteurs. L'avis de ceux qui établissent une distinction entre des pratiques du Yoga est inacceptable car ce qu'il exclut de l'interdiction n'est pas bien fondé et parce que les gens ne sont pas en mesure de distinguer entre ce qui est interdit et ce qui est permis. En fait, il s'agit d'un sport touchant le corps et l'esprit à travers lequel on commence par s'éteindre afin d'entrer en contact avec Allah le Très-haut.

On lit dans le livre Yoga et Respiration de Muhammad Abdoul Fattah Fouhaym, p.19. « En langue hindoue sacrée, Yoga signifie: union et contact avec Dieu, autrement dit: union entre le corps, l'intellect et Dieu. Il conduit l'homme à la connaissance et à la sagesse et développe sa pensée en augmentant sa connaissance de la vie, et l'écarte de l'esprit partisan, du fanatisme religieux, de l'étroitesse d'esprit et de la courte haleine dans le domaine de la recherche. Il rend sa vie agréable



à travers le corps et l'âme. »

On lit dans l'encyclopédie philosophique de Jamil Saliba (2/590): « Yoga est un terme sanskrit qui signifie union. On l'applique au sport mystique pratiqué par les sages de l'Inde dans le but de s'unir avec l'Esprit universel. Aussi le Yoga n'est-il pas une doctrine philosophique, mais une méthode artistique qui consiste à pratiquer des exercices aptes à libérer l'âme des pesanteurs sensibles et intellectuelles pour la rapprocher progressivement à la Vérité. Le Yogi est le sage qui applique cette méthode. »

Les deux citations proviennent de *Aspects de la ressemblance aux mécréants dans le monde moderne et leurs effets sur les musulmans*

On verra dans la définition du Yoga qu'il est l'unité c'est -à- dire l'union entre l'homme et l'esprit, celui universel par lequel ils désignent Dieu. Dès lors, la pratique de ce sport est ouvert aux adeptes de toutes les religions.

Un des spécialistes des religions indiennes, docteur Ahmad Chalabi, écrit: « l'infusion de Bouddha dans les divinités hindoues n'est qu'un retour à la pensée janana yoga. C'est-à-dire par la voie du Yoga qui reconnaît une parcelle de vérité dans toutes les religions et dans toutes les philosophies. Cette somme de vérité n'est qu'un atôme de la vérité parfaite. Cette doctrine ne s'oppose à aucune religion ou philosophie puisqu'elle pense qu'une religion ou une philosophie ne représente pas toute la vérité. Celui qui adopte cette manière de penser n'appartient à aucune religion ou doctrine. Il considère les adeptes de toutes les différentes religions comme des frères en dépit de leurs différences.

Janana Yoga est une doctrine ouverte à toutes les croyances mais elle se refuse à se lier à aucune d'entre elles.

Nous devons insister fortement sur le fait que la relance et la promotion de cette doctrine vise à combattre l'islam indirectement. J'ai constaté ces tentatives dans plusieurs pays. L'islam est la force qui a vaincu les prédicateurs chrétiens et bouddhistes. Quand ils arrivent à détourner les regards de lui, d'une manière ou d'une autre, ne serait-ce qu'au nom du janana Yoga ouvert à toutes les



coruances mais non lié à aucune d'entre elles, ils réalisent un énorme gain. Une fois qu'on arrive à détourner le musulman de l'islam par ce magnifique astuce, on le jette dans le doute pour l'entrainer dans un autre cercle. Que le musulman se méfie du Yoga, de ses voies d'accès et de ses agents de propagande. » Les grandes religions de l'Inde, p.174.

Nous pensons que son interdiction pure et simple est juste. Nous avons découvert beaucoup de discours autour de ce sport et avons jugé opportun de les résumer en partant d'un livre élaboré par un spécialiste de ce sport, un écrivain sûr quant à sa méthodologie et ses croyances. Il s'agit d'un médecin qui sait de quoi il parle quand il critique le Yoga sous l'angle sanitaire. L'écrivain en question n'est autre que le Docteur Faris Alwan, auteur du livre intitulé *le Yoga sur la balance de la critique scientifique*, imprimé par l'Imprimerie Darou Salam au Caire.

Tout ce que nous allons dire est extrait de ce livre. Nous attirons l'attention sur le fait que nous ne pouvons pas citer tout ce qu'il y a dans le livre. C'est pourquoi nous allons nous contenter de la définition du sport et de l'explication du jugement de l'islam. Que celui qui veut en savoir davantage, se réfère au livre.

Deuxièmement, qu'est-ce que le Yoga? Le Yoga signifie unité. Selon l'un de ses plus grands maîtres, il n'est que l'union entre l'homme et l'esprit. Le Yoga comprend divers exercices et rites dont le plus important est appelé saastanja soria namaskara plus connu sous l'abréviation soria namaskara qui, en langue sanskrite signifie 'se prosterner devant le soleil à travers huit organes' du corps. Ils précisent lesdits organes comme suit: les pieds, les genoux, les mains, la poitrine et le front. Il est préférable de pratiquer le Yoga nu, plus particulièrement la poitrine, le dos et les cuisses! il faut aussi s'orienter vers le soleil quand il se lève ou se couche, si on veut se livrer à une pratique du Yoga saine et utile. Il faut encore fixer son regard intensément sur le disque solaire tout en se concentrant entièrement par le corps, les organes et la pensée. Quand le pratiquant se trouve dans un bâtiment et ne voit pas le soleil, il lui est permis de dessiner le disque solaire sur le mur en face de lui. L'un d'entre eux (les maîtres) dit: si le pratiquant a une religion et craint de l'abjurer, on ne lui interdit pas de dessiner une image quelconque en face de lui et de s'y orienter entièrement.



Le Yoga implique une profonde réflexion sur le corps. La réflexion porte sur chaque organe, à commencer par les orteils en remontant vers la tête au moment de se réveiller et avant de quitter son lit. Avant de s'endormir, on fait l'inverse en partant de la tête pour descendre vers les orteils. Il ne faut pas oublier ou se laisser divertir de cet important exercice.

Pour bien tirer profit du Yoga, il faut être végétarien.

On doit répéter à haute voix des mots déterminés pendant ses exercices. On les appelle *almantara*. Le plus célèbre en est *mantarat bija* qui est *haram, harim, haroum, haraaim, haraoum, harah*. On doit en plus répéter des séquences essentielles comme *aoum*. A cela s'ajoute la répétition des douze noms du soleil car cela est une partie essentielle et importante du Yoga.

Voici quelques noms du soleil

-*rafa nama* qui signifie : j'incline ma tête devant toi, ô celui que tout le monde loue!

-*soriya nama* qui signifie : j'incline ma tête devant toi, ô celui qui guide tout le monde!

-*bahanafi nama* qui signifie : j'incline ma tête devant toi, ô toi qui offres la beauté.

-*safitar nama* qui signifie : j'incline ma tête devant toi, ô celui qui offres la vie, etc.

Ils prétendent que la répétition de ces mots est utile, mais de quelle utilité?

Un ancien pratiquant du Yoga dit qu'il se réveillait à 3 h 30 et exécutait les exercices et les prières spécifiques du Yoga jusqu'à 6h 15. Au soir, il faisait la même chose de 18 h à 18h 30. Aussi consacrait-il trois heures et quart au Yoga chaque jour. Il dit que d'autres lui consacrent plus de temps et prétendent que plus on lui consacre du temps, plus grand et important sera le profit obtenu. » Extrait de *Yoga sur la balance de la critique scientifique*, p.13-18.

Troisièmement, le jugement de l'islam sur la pratique du Yoga

En somme, il n'est pas permis au musulman de pratiquer le Yoga, qu'il le pratique par conviction ou par imitation ou pour chercher le prétendu profit. Cela découle de raisons que nous déduisons de



ce qui précède et que nous résumons comme suit:

1. Le Yoga écorche la foi en l'unicité d'Allah puisqu'il associe au Trascendant et Très-haut un autre adoré. C'est ce qui découle du fait de se prosterner pour le soleil et de la répétition de ces noms. Le Très-haut dit: « Et ceux à qui Nous avons déjà donné le Livre se réjouissent de ce qu'on a fait descendre vers toi. Tandis que certaines factions en rejettent une partie. Dis: « Il m'a seulement été commandé d'adorer Allah et de ne rien Lui associer. » (Coran,13:36) et dit encore « En effet, il t'a été révélé, ainsi qu'à ceux qui t'ont précédé: « Si tu donnes des associés à Allah, ton œuvre sera certes vaine; et tu seras très certainement du nombre des perdants. » (Coran,39:65)

2. Le Yoga implique une imitation des payens et la volonté de leur ressembler. Or le Prophète (bénédictin et salut soient sur lui ) dit : « Quiconque cherche à ressembler à des gens leur est assimilé. »(rapporté par Ahmad et Abou Dawoud et at-Tabarani d'après Ibn Omar)

3. Certains exercices nuisent à la majorité des concernés puisqu'ils entraînent des conséquences et des risques sur leur santé. Certaines de ses méthodes impliquent une mauvaise posture assise, la torpeur et la distraction. Ce qui porte atteinte à la santé psychologique. Or le Prophète (bénédictin et salut soient sur lui) dit: « pas de préjudice à infliger ni de dommage à supporter. » (rapporté par Ahmad et par Ibn Madjah d'après Ibn Abbas (P.A.a)

4. La pratique du Yoga entraîne une perte de temps et n'apporte au pratiquant que préjudice et malheur ici-bas et desastre et désespoir dans la vie dernière. Le Messager d'Allah (bénédictin et salut soient sur lui) dit: « le fidèle ne bougera pas au jour de Résurrection avant qu'on ne l'interroge sur quatre:- comment il l'a vécu sa vie?- comment il l'a appliqué son savoir?-comment il les a obtenus et dépensés ses biens?- comment il l'a géré son corps? » (rapporté par at-Tirmidhi d'après Abou Bardha)

5. Le Yoga invite honteusement à s'assimiler aux animaux et à se détourner de l'humanité en se mettant à nu et en s'appuyant sur ses quatre extrémités dans la plupart des exercices *soriyanamas kara* (la posture spéciale dans les exercices 3 et 8)

6. Parce que bon nombre de ceux qui ont tenté ce qu'on appelle le Yoga scientifique ou la



médecine comportementale ont fini par glisser dans le gouffre de la drogue et par patauger dans le maréchalage de l'accoutumance. La stérilité et l'inefficacité de cette thérapie se sont avérées.

7. Parce que le Yoga repose sur le mensonge et le charlatanisme. Ses promoteurs ont recours à la tricherie et à la manipulation des faits avérés pour lui faire une propagande visant à attirer le plus grand nombre de simples d'esprit et des gens à la foi faible.

8. Parce que peu de gens rompus à la pratique du Yoga ou des gens ayant adopté des tendances mystérieuses et déviées accomplissent des actes extraordinaires afin de tromper les gens. Or, dans la plupart de ces actes, il ne font qu'utiliser des démons issus des djinn. C'est ce qui se passe dans l'embricadement et l'ensorcellement et autres? Ce qui est interdit en islam.

9. La plupart de recommandations des promoteurs du Yoga sont nuisibles à l'homme, notamment

a) la nudité qui provoque des maladies organiques, psychologiques, sexuelles et civilisationnelles.

b) s'exposer la peau au soleil. Nous en avons vu les effets nocifs en particulier quand on s'expose longtemps au soleil.

c) fixer le regard sur le disque solaire. On en a déjà vu les dégâts sur l'oeil.

d) encourager le végétarisme déjà réfuté et à propos duquel Allah n'a révélé aucune preuve.

Voir le *Yoga sur la balance de la critique scientifique*, p.84-86)

Allah le sait mieux.