

یوگا اسلامی تناظر میں

از: مفتی محمد فیاض قاسمی

رہوا، رامپور، وارث نگر، سمستی پور

اسلام نے عقل و روح کو پروان چڑھانے کے ساتھ ساتھ جسمانی طاقت و قوت میں اضافہ کے لیے جسمانی ورزش اور کھیل کود کی اجازت دی ہے۔ اللہ پاک نے اہل حق کو ایک طاقت ور قوم و ملت بننے کا حکم دیا اور انفرادی طاقت و قوت کی طرف اشارہ بھی کیا۔ **الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ وَفِي كُلِّ خَيْرٍ إِحْرَاصٌ عَلَيَّ مَنْ يَنْفَعُكَ وَأَسْتَعِينُ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ۔** (صحیح مسلم) اللہ پاک کے نزدیک طاقت ور مومن بہتر اور زیادہ محبوب ہے کمزور مومن کے مقابلے میں۔ ہر ایک کے اندر خیر ہے۔ ایسے کاموں کے حریص بنو جو تمہیں فائدہ پہنچائے، اللہ سے مدد مانگو، عاجز اور مجبور نہ بنو۔

نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے جب مسجد میں اہل حبشہ کو نیزوں سے کھیلتے ہوئے دیکھا تو فرمایا: **دُونَكُمْ يَا بَنِي آرْقَدَةَ تَعَلَّمُ الْيَهُودُ أَنَّ فِي دِينِنَا فُسْحَةً۔** اے بنو ارقدہ! تم اسے مضبوطی سے تھام لو، تا کہ یہود کو معلوم ہو جائے کہ ہمارے مذہب میں کشادگی ہے۔ متعدد احادیث سے بھی پتا چلتا ہے کہ نبی کریم ﷺ کو گھوڑ سواری، تیراکی اور تیراندازی جیسے کھیل پسند تھے۔

کھیل کود کی اسلام میں جہاں اجازت ہے وہیں حدود شرع سے تجاوز کرنے کی ممانعت بھی ہے، لہذا وہ کھیل جو اسلامی احکامات سے ٹکراتے ہیں وہ ممنوع قرار پاتے ہیں: جیسے دوران کھیل ستر کھلی رکھنا، نماز کے اوقات کو ضائع کرنا، کھیل کے شوق میں پیسہ اور صلاحیتیں برباد کرنا، عورتوں کا ضروری پردہ کا خیال نہ رکھنا یا پھر مرد و عورتوں کا اختلاط وغیرہ۔

حضرت عثمان غنی رضی اللہ عنہ کے زمانہ خلافت میں مسلمانوں اور ایرانیوں کے بیچ اختلاط شروع ہو گیا۔ مسلمانوں میں عجمیت کے سماجی و روایتی جراثیم سرایت کرنے لگے۔ کبوتر بازی، شطرنج بازی، زربازی جیسے شوق لوگوں کے درمیان ابھرنے لگے۔ صحابہ کرام نے سختی سے ان

لہو ولعب سے منع کیا۔ اسی طرح حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا کے ایک گھر میں کرایہ دار رہتے تھے، ان کے متعلق معلوم ہوا کہ وہ نزدکھیلتے ہیں، حضرت عائشہ سخت ناراض ہوئیں اور کہلا بھیجا کہ اگر نزدکی گوٹیوں کو میرے گھر سے باہر نہ پھینکو گے تو میں اپنے گھر سے نکال دوں گی۔ وہ امت جونبی کی نیابت کے لیے مبعوث کی گئی، جسے خیر امت کا لقب ملا اس کو گوٹیوں اور نزد جیسے لغویات سے بچانا ضروری تھا۔ حضرات صحابہ کا لہو ولعب کے بارے میں داد گیر کرنا اور حضرت عائشہؓ کی وارنگ مسلمانوں کے لیے مشعل راہ ہے اور اس سے کھیلوں کے سلسلہ میں اسلام کے مزاج کو سمجھنے میں مدد ملتی ہے۔

زمانہ قدیم میں بدھسٹ اور راہب ورزش اور لڑائی کے داؤ پتچ میں مہارت رکھتے تھے۔ تھائی لینڈ، کوریا، چین اور جاپان جیسے ممالک میں کراٹے، کنفو اور جوڈ وغیرہ بہت مقبول ہیں۔ ہندوستان کے قدیم اکھاڑوں میں ورزش کے ساتھ ساتھ کشتی لڑنے کی ماہرانہ تربیت دے کر پہلوانوں کو تیار کیا جاتا ہے، اسی طرح یوگا کے ذریعہ صحت کو بحال رکھنے کی کوشش کی جاتی ہے۔ غرض انواع و اقسام کے کھیل اور ورزشیں الگ الگ ملکوں کے اعتبار سے رائج اور مقبول ہیں۔

جسمانی ورزش کی ہیئت پر مشتمل ”یوگا“ موجودہ صورت حال میں ایک اہم موضوع بن کر ابھر رہا ہے۔ حکومت ہند کی طرف سے پیش قدمی کی بنا پر اس سال یعنی ۲۰۱۵ء کے ۲۱ جون کو باضابطہ ”عالمی یوگا دیس“ منعقد کرنے کی مکمل تیاری ہے، اور اب سے دنیا کے ایک سو نوے ممالک میں ہر سال یوگا ڈے منایا جائے گا۔ ہندوستان کے صوبوں، ضلعوں، شہروں، قصبوں، پنچایتوں، بلاکوں اور گاؤں کا ہر فرد بلا افتراق مذہب و ملت ہر سال یوگا دیس منائے گا۔ یہ اس طور پر منایا جائے گا کہ یوگا ہندو، مسلم، سکھ، عیسائی، بدھسٹ، چین، پارسی اور یہود پر مشتمل ہندوستان کی ایک سو پچیس کڑور آبادی کا عمل ہے اور اس ملک کا کلچر ہے۔ صرف یہی نہیں بلکہ ملک کے اسکولوں میں یوگا بطور نصاب شامل ہوگا اور ہر طالب علم کو یوگا کرنا ہوگا۔ اسی بنا پر ملک کے کچھ خاص مذہبی حلقوں میں یوگا کے تئیں مختلف باتیں سامنے آرہی ہیں۔ کبھی یوگا کو مذہب سے جوڑ کر دیکھا جا رہا ہے تو کبھی صرف ایک جسمانی ورزش کی حد تک سمجھنے کی صلاح دی جاتی ہے۔

یوگا کی حقیقت:

یوگا سنسکرت لفظ ”یوج“ سے نکلا ہے، جس کے معنی شامل ہونے اور متحد ہونے کے ہیں۔ یوگا کے معنی ذہنی گہری سوچ کے ذریعہ وحدت کائنات کے پراسرار رازوں تک پہنچنا ہے۔ (اسری)

نعمانی یوگی تربیت یافتہ ہندوستانی نژاد مسلم صحافی (یوگا کی تقریباً 185 ورزش کی ترکیبیں ہیں۔ یوگا کرنے والے شخص کو یوگی کہا جاتا ہے۔

ہندوؤں کی مقدس کتابوں ویدوں اور بھگوت گیتا میں یوگا کی تعلیمات ملتی ہیں۔ یوگا کو ہندوؤں کے مذہبی پیشوا، رشی منی، سادھو سنت اپنے مٹھوں میں ہندو مذہبی عقیدہ کے مطابق اپنے چیلوں کے ساتھ بطور فرض کے روزانہ انجام دیتے ہیں۔ بھگوت گیتا کا چھٹا باب فلسفہ یوگا کے لیے خاص ہے، جس میں شری کرشنا نے ارجن کو یوگا کے سلسلہ میں تفصیل سے سمجھایا اور کہا کہ یوگا درد و تکلیف سے چھٹکارا دلاتا ہے اور یوگا کی مشق کرنے والا یوگی روحانیت الہی کی نعمت سے نفس کا اطمینان پالیتا ہے۔ ارجن نے شری کرشنا سے پوچھا ”تم نے یوگا کے متعلق بتایا، روح کے متعلق بتایا؛ لیکن انسان کی عقل ہمیشہ بے چین اور مضطرب رہتی ہے۔ عقل مضبوط، ضدی اور پُر مقصد ہوتی ہے، اس کو ہوا کی طرح خارج نہیں کیا سکتا ہے۔“ کرشنا نے جواب دیا یقیناً عقل مضطرب ہوتی ہے اور اس پر گرفت مشکل ہے، لیکن اس کی تربیت ابھیا سا (Abhyasa) کے ذریعہ کی جاسکتی ہے اور خواہشات اور ورگیا (Vargaya) سے چھٹکارا مل سکتا ہے۔ (لائٹ آف یوگا صفحہ ۲۰)

کچھ خاص ترکیبیں جن سے یوگا پہچانا جاتا ہے:

آسنا (جسم کی خاص ساخت اختیار کرنا) دھرنا (کسی خاص چیز پر توجہ مرکوز کرنا) دھیانا (آنکھیں بند کر کے مراقبہ کرنا) دھیانا کے لیے ضروری ہے کہ کسی ایک جگہ بیٹھ کر روزانہ متعین وقت پر کیا جائے۔ یوگا کے ماہرین بغیر دھیانا کے یوگا تسلیم نہیں کرتے)۔ پرانیاما (روح پر گرفت کرنے کی کوشش کرنا)۔ سور یہ نمسکار بہت اہم مانا جاتا ہے۔ یوگا کرنے والے کے لیے ضروری ہے کہ وہ مشرق کی جانب آنکھیں بند کر کے دونوں ہاتھوں کو جوڑ کر سورج کو پرنام و آداب بجالائے۔ بی کے ایس اینگر نے ویدوں کے حوالے سے لکھا ہے کہ پرانیاما سے جسم اور عقل کی تمام ناپاک چیزیں خارج ہو جاتی ہیں اور مقدس آگ کے شعلے انھیں توانائی اور رعنائی کے ساتھ پاک کر دیتے ہیں، تب ایک شخص دھرانا اور دھیانا کے قابل ہوتا ہے۔ اس مقام تک پہنچنے کے لیے طویل مدت درکار ہوتی ہے۔ (لائٹ آف یوگا صفحہ ۴۶۱)

یوگا میں کیے جانے والے ورد:

مشاق یوگی دوران یوگا اور اس کے ختم پر کئی اشلوک کا ورد کرتے اور گاتے ہیں۔ ان میں اہم ترین اشلوک جو سنسکرت میں ہیں ان کا ترجمہ پیش کیا جا رہا ہے:

”میں نہ عقل ہوں نہ سوچ، میں نہ سن سکتا ہوں نہ بول سکتا ہوں، نہ سونگھ سکتا ہوں نہ دیکھ سکتا ہوں، میں روشنی اور ہوا میں اپنے آپ کو نہیں پاتا ہوں، نہ زمین پر نہ آسمان پر، میں نعمتوں کی نعمت ہوں، میرا کوئی نام نہیں، میری کوئی زندگی نہیں، میں سانس نہیں لیتا ہوں، نہ کوئی مقدس کلمات ہیں نہ عبادات، نہ علم ہے نہ معلوم، کسی شئی نے مجھے ڈھالا نہیں، میرا کوئی جسمانی خروج نہیں، میں نہ غذا ہوں نہ کھانا اور نہ کبھی میں نے کھایا ہے، میں خیالات اور مسرت ہوں اور آخر میں کرم میں مل جاؤں گا۔ میں غیر مجسم ہوں، میں احساسات میں رہتا ہوں لیکن وہ میرا مسکن نہیں۔“

(لائٹ آف یوگا صفحہ ۳۲-۳۳)

ان اشلوکوں میں خودی اور خودی کا انکار، تمام عبادات اور مقدس کلمات کا انکار، علم اور تعلیم کا انکار شامل ہے۔ اس میں اپنے آپ کو نعمت و کرم گردانا جاتا ہے اور آفاقی روح میں مل جانے کا اقرار کیا جاتا ہے۔ یہ تمام باتیں ایمانیات اور اسلامی تعلیمات سے ٹکراتی ہیں اور خالق و مخلوق کے فرق کو ختم کرتی ہیں۔ اس میں حلول، تجسیم اور انکار رب جیسے کفریہ کلام شامل ہیں۔

یوگا کی تعریف، اس کے ارکان اور اس میں کیے جانے والے اعمال سے یہ بات واضح ہو جاتی ہے کہ یوگا ایک خالص ہندو مذہب کا حصہ ہے اور اس کی جڑیں ہندو تعلیمات سے جڑی ہوئی ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ ہندومت کی دھارمک شخصیتیں و مذہبی پیشوا اور ہندو احمیا پسند تحریکات دراصل یوگا کے توسط سے ورن آشرم کو دوبارہ قائم کرنا چاہتے ہیں۔ نسلی طبقاتی تفریق کو پروان چڑھانا چاہتے ہیں۔ وہ ہندومت کو قومی و عالمی سطح پر ایک عظیم کامیاب نظام زندگی کے طور پر غالب کرنے کی کوشش میں ہیں۔

مذہب اسلام عقائد، معاملات، مامورات، معمولات اور زندگی کے ہر شعبے میں کلی یا جزوی طور پر کفر و شرک کے عناصر کا باریک بینی سے خاتمہ کرتا ہے اور کسی بھی تہذیب و تمدن کے اجزاء کو کفر و شرک سے پاک صاف کر کے اپنے اندر ضم کرنے کی وسعت رکھتا ہے۔ اسلام دنیا کے مختلف گوشوں میں پھیلا اور جہاں بھی پہنچا وہاں کے مقامی معاشرہ، تمام باطل و لغو رسم و رواج، طور طریقوں اور عادات و اطوار کا خاتمہ کر کے مقامی سماج کو اپنے اندر شامل کیا۔ دور حاضر کی آنکھوں کو خیرہ کر دینے اور قلب و ذہن کو ظاہراً متاثر کر دینے والی کسی بھی قدیم وجدید تہذیب کو، جو اسلام سے متصادم ہو، اپنانے اور اس پر عمل کرنے سے منع کرتا ہے۔

قرآن کریم نے حرام کاموں کے تدارک کے لیے ابتدائی مراحل میں ہی بندش لگا دی اور

ڈانٹ کے ذریعہ پابندی عائد کر دی۔ اہل ایمان کو کفر و شرک اور لغو و باطل سے بچانے کے لیے اللہ پاک نے مختلف انداز میں تحذیر کے ساتھ مخاطب فرمایا ہے: وَلَا تَقْرَبُوا (قریب بھی مت ہو) وَاجْتَنِبُوا (اجتناب کرو) اَلَمْ يَأْنِ لِلَّذِينَ آمَنُوا (کیا ایمان والوں کے لیے اب بھی وقت نہیں آیا)۔ فَفَرُّوا إِلَى اللَّهِ (دوڑو اللہ کی طرف) وَسَارِعُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِنْ رَبِّكُمْ (دوڑو اپنے رب کی مغفرت کی طرف)۔ اِنَّ هَذَا صِرَاطِي مُسْتَقِيمًا فَاتَّبِعُوهُ (یہی میرا سیدھا راستہ ہے، لہذا اسی کی اتباع کرو)۔ اللہ تعالیٰ نے دعوت، ترغیب، ترہیب، تنبیہ اور نداء کا ولولہ انگیز مشفقانہ انداز اپنایا، بہو و لعب کی چھوٹی بڑی چیزوں اور بے فائدہ و حرام باتوں کے خاتمہ کا دو ٹوک فیصلہ سنایا اور رجوع الی اللہ، توبہ و اصلاح، تقویٰ و مغفرت کی طرف بلا کسی توقف کے لپکنے اور دوڑنے کی ترغیب دی۔ محسن امت حضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم نے تین باتوں سے منع فرمایا: تشبہ بالکفار، تشبہ بالنساء، تشبہ بالرجال۔ یعنی کوئی مومن کافر کی مشابہت اختیار نہ کرے، کوئی مرد کسی عورت کی مشابہت اختیار نہ کرے اور کوئی عورت کسی مرد کی مشابہت اختیار نہ کرے۔ ام المؤمنین حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا نے ایک دفعہ ایک عورت کو دیکھا جس کی چادر میں صلیب کے نقش و نگار بنے ہوئے تھے، دیکھتے ہی ڈانٹا کہ یہ چادر اتار دو، حضور ﷺ ایسے کپڑوں کو دیکھتے تو پھاڑ ڈالتے۔ (مسند احمد) قرآن کریم میں اللہ پاک کی ترغیب و ترہیب، نبی کریم ﷺ کے ارشادات اور صحابہ کرام کا عمل اس بات کی طرف مشیر ہے کہ کفار کے طور طریقے، رسم و رواج، مخصوص مذہبی اسٹائل و انداز کی تقلید کرنا اور کفر سے بھری اصل نوعیت کو بغیر زائل کیے کسی کی پیروی کرنا کفار کی مشابہت اختیار کرنا ہے، جس کی اسلام میں ممانعت ہے۔

مسلم معاشرہ کے باشعور تعلیم یافتہ، دین دار اور اسلام پسند لوگوں کے درمیان آج یوگا موضوع بحث بنا ہوا ہے۔ کچھ نام نہاد مسلم رہنما سے محض ایک ورزش کا نام دے رہے ہیں۔ بعض حضرات اسے مکمل طور پر شریعت کے خلاف گردان رہے ہیں اور کچھ لوگ یوگا میں استعمال ہونے والے لکھریہ و شرکیہ کلمات کو مستثنیٰ کر کے جواز کے قائل ہیں۔ بعض تعلیم یافتہ مسلمان یہ سوال کرتے ہیں کہ یوگا صحت کے لیے مفید ہے تو پھر اسلامی حلقوں سے اس کی ممانعت کے سلسلہ میں کیوں آوازیں آرہی ہیں؟ کیا اسلام اتنا تنگ نظر ہے کہ اپنے پیروکار کو جسمانی ورزش سے منع کر کے ان پر تحدیدات عائد کرتا ہے؟ اور بعض گوشوں سے تو یوگا کے متعلق فتووں پر تنقیدیں بھی جاری ہیں۔ واضح رہے کہ ملیشیا کے مفتیان کرام نے یوگا کے خلاف فتویٰ جاری کر کے وہاں مسلمانوں پر روک

لگادی ہے، اور فتویٰ نافذ العمل بھی ہے، تاہم چند سیاسی لوگوں نے مخالفت کی ہے۔

یوگا کی ہیئت کداسیہ یعنی ورزش کے معمولات ڈنڈ بیٹھک کی حد تک اس کی اصل سے علیحدہ کر کے شریعت کا حکم اگر معلوم کیا جائے، تو ظاہر سی بات ہے کوئی بھی مفتی و عالم یقیناً ورزش کے زمرہ کی حد تک اسے جائز قرار دے گا۔ لیکن صرف ورزش کی حد تک فنی بنیادوں پر حاصل شدہ اجازت نامہ کی وجہ سے یوگا میں بے شمار مخفی، مشتبہ، مشکوک باتوں اور کفریہ و شرکیہ واضح دلائل کی موجودگی میں یوگا کی ممانعت کا حکم بھی ناقص اور مہمل نہیں سمجھا جائے گا۔

یوگا کی وکالت کرنے والوں کا استدلال یہ ہے کہ ہندو عقائد کی نفی اور اشلوک کے ورد کو چھوڑ کر صرف جسمانی ورزش ممنوع نہیں ہے، کیونکہ اسلام علاقائی اور بیرونی مفید کارآمد باتوں کو اپنے اندر ضم کرنے کی صلاحیت رکھتا ہے۔ ہو سکتا ہے لوگوں کی نیک نیتی کے پیش نظر یوگا کو جائز قرار دینے والوں نے یہ فیصلہ کیا ہو؛ لیکن یہ خیال رہے کہ کسی پیچیدہ مسئلہ کو کاٹ چھانٹ کر اس کے ٹکڑے اور ذرے ذرے کر کے ایک ہلکے عنصر کو لے کر جواز کا حکم صادر کرنا دور بینی سے الگ نجی فیصلہ قرار پائے گا۔

ٹھیک ہے کہ یوگا ورزش کی حد تک جائز ہے؛ تاہم یہ مُفَضِّلٌ إِلَى الْكُفْرِ وَالشِّرْكِ بھی ہے۔ دھیرے دھیرے یہی عمل یوگا سے الفت پیدا کر دے گا، لوگ یوگا کے سارے ارکان سے دلچسپی لینا شروع کر دیں گے، یوگیوں کے مٹھوں اور کیندروں میں جا کر یوگا کے ذریعہ سارے کفریہ اعمال انجام دیں گے، یہاں تک کہ آنے والی نسل جب مسلمانوں میں رائج یوگا کو پائے گی تو انھیں اس وقت یوگا ایک اسلامی کلچر کی شکل میں نظر آئے گا اور اس کے فتیح و مذموم ہونے کی طرف اس کی توجہ بھی نہیں جائے گی۔ غرض مسلم معاشرہ کا ایمان کفر و شرک کی پیروی میں تبدیل ہو جائے گا لیکن انھیں اس کا احساس بھی نہ ہوگا۔ اس وقت نہ کوئی داعی، عالم اور مصلح کی بات اثر کرے گی اور نہ خود کا ضمیر ملامت کرے گا۔ قلب و ذہن پر کفر کے دیز پر دے پڑ جائیں گے۔ زہر چاہے تھوڑی مقدار میں ہی کیوں نہ لیا جاتا رہے وہ اپنا اثر ضرور دکھائے گا اور جسم میں خاموشی سے سرایت کرتے ہوئے موت کے منہ میں دکھیل دے گا۔ یہی معاملہ ایمان و کفر کا ہے۔ لاعلمی اور انجانے میں ایک مومن اگر کفر کی چند یا بعض باتوں کو قبول کرتے کرتے رُکفر کے جذبہ کو کھو بیٹھے اور ایمان و کفر کے فرق کو اپنی فکر و نظر سے اوجھل کر دے تو پھر ایمان پر کفر پوری طرح حاوی ہو جاتا ہے، جس کے نتیجہ میں مومن کو ہر کافرانہ دعوت و عمل جاذب نظر آنے لگتے ہیں۔

مغلیہ سلطنت کے زوال کے دور میں ملک میں افراتفری اور بد امنی پھیلنا شروع ہو گئی تھی۔ ہندو مسلم اہل علم و مذہبی پیشواؤں کا آپس میں رابطہ مضبوط ہو چکا تھا۔ اکبر بادشاہ نے ہندومت اور اسلام و دیگر مذاہب کو ملا کر ایک نیا مذہب ”دین الہی“ کے نام سے بنایا۔ درباری بیچھے، شاہی امام اور پنڈتوں نے مل کر اسلامی مذہبی تعلمات کی بنیادوں کو ڈھانے کی کوشش کی اور کئی کافرانہ رسم و رواج حکومت کی سرپرستی میں مسلمانوں کے درمیان پروان چڑھائے گئے۔ مولوی اور عامل حضرات سحر، جادو، بھوت پریت اور جنات کے اثرات کو زائل کرنے اور مصیبت زدہ کی آفتوں کو دور کرنے کے لیے ذکر و دعا اور شرعی تعویذوں سے کام لیا کرتے تھے؛ لیکن اس وقت کے بعض عاملوں کے ذہن میں یہ بات بٹھادی گئی کہ صرف پرانے طریقوں پر قرآنی آیات اور دعاؤں سے عوام کے باطنی امراض و مصائب کا حل فوراً نہیں ہو سکتا، بلکہ سنسکرت کے اشلوکوں، ہندوؤں کے مقدس طور طریقوں اور پوجا پاٹ کے ذریعہ اس کا حل ممکن ہے۔ اس وقت اسماعیل نامی ایک مسلم شخص اس کام کے لیے تھا۔ اس نے آچاریوں، رشیوں اور سادھوؤں سے جادو، ٹونا، بھانمتی اور ہندو عملیات کی تعلیم و تربیت حاصل کی۔ وہ اسے سیکھ کر باطل شیطانی کافرانہ سفلی عملیات کا ماہر ہو گیا اور اشلوکوں کو قرآنی آیات سے ملا کر خلط ملط کر کے ایک نیا سفلی علم تیار کیا۔ اس کے عملیات کی شہرت ہونے سے وہ اسماعیل یوگی کے نام سے مشہور ہو گیا۔ اس سے دوسرے مولویوں نے بھی سفلی عمل کو سیکھا اور اس طرح ملت اسلامیہ ہند میں سفلی عمل کا سلسلہ چل پڑا۔ نتیجہ یہ ہوا کہ آج دینی تعلیم سے دور مسلمانوں نے دین اور بے دینی میں فرق کو بھلا دیا، دیوالی، ناگ پچھی، اماؤں کے موقعوں پر بعض جاہل مسلم خواتین کی بڑی تعداد مندروں کے قریب نظر آتی ہے۔ ہندو تیبھاروں میں مانگ پر ٹیکہ لگانا، کلائی پر بدھی باندھنا، مزاروں کے سامنے سے گزرتے ہوئے ہاتھ کے اشارہ سے چومنا، گاڑیوں میں کعبۃ اللہ، مسجد نبوی یا کسی مزار کی تصویر لٹکا کر اس پر پھول کی مالا چڑھانا بھی اسی غفلت کا نتیجہ ہے۔ یہ سادہ لوح مسلمان اس حد تک کیسے پہنچے، اس کا محرک کیا تھا...؟ یوگا کا معاملہ بھی ٹھیک اسی طرح ہے۔ محض صحت و تندرستی کی خاطر ایک ایسا عمل اور طریقہ کار جس کی جڑیں کفر و شرک سے ملتی ہیں، صرف نیک نیتی کی بنیاد پر اسے مباح قرار نہیں دیا جاسکتا ہے۔

ایک مومن کفر کی باریکیوں کو سمجھنے میں غلطی کر کے چند فائدوں کی خاطر قلب و ذہن کو بند کر کے دھوکہ کھا جائے تو اللہ پاک نے ایسے موقع پر ایمان والوں کو وارننگ دی ہے۔ فرمایا:

لَوْ تَكْفُرُونَ كَمَا كَفَرْتُمْ فَتَكُونُونَ سَوَاءً (اگر تم کفر کرو گے جیسے انھوں نے کیا تو تم بھی ان جیسے

ہو جاؤ گے۔ (سورہ النساء)

فقہ اسلامی کے چند اہم اصولوں کو سامنے رکھ کر اگر استنباط کیا جائے تو یوگا کی ممانعت اور عدم ممانعت کی باتیں سمجھنے میں آسانی ہوگی۔

۱- مبادیات کی تحقیق:

یوگا کے مبادیات کی تحقیق کریں تو اس کی دو بنیادی باتیں راست کفر اور ہندو مذہب سے جا ملتی ہیں۔ ایک اس کا مقصد گیتا کی تعلیم ہے۔ دوسرے یوگا پر رشیوں اور آچاریوں کا مکمل کنٹرول ہے، بطور عبادت اس کی مشق کی جاتی ہے۔ اسی طرح یوگا کے اشلوکوں میں توحید، رسالت، کتاب اللہ اور یوم آخرت کا انکار ہے۔ مخلوق کا خالق میں حلول کر جانے کا عقیدہ ہے۔ کفار کے ساتھ مشابہت ہے۔ غرض اس تخریج مناط کے بعد یہ بات واضح ہو جاتی ہے کہ یوگا ہندو تہذیب کے عقائد کا اہم حصہ ہے۔

۲- سدباب:

شریعت ہر دوزاویوں سے مسئلہ کا تجزیہ کرتی ہے۔ (۱) اگر کسی امر کے سلسلہ میں اس کے سدباب سے کفر، شرک، برائی اور لادینیت کا خاتمہ ہو سکتا ہے تو سب سے پہلے ان ذرائع کے باب الداخلہ کو بند کیا جائے گا۔ تاکہ بندہ مومن کسی نافرمانی اور خلاف شرع امور میں مبتلا نہ ہو جائے۔ (۲) اور اگر کسی مسئلہ میں ایسے ذرائع کے دروازے کھول دیے جائیں، جن سے توحید، حق، خیر، ثواب، نیکی، و تقویٰ کو قوت ملے اور کفر، شرک و برائی کے پیدا ہونے کا کوئی خدشہ باقی نہ رہے اور لوگ انفرادی و اجتماعی طور پر مستفید ہو سکیں، تو ان ذرائع کے دروازے کھول دینے چاہیے۔

۳- اصل کے اعتبار سے جائز ہونا:

کھیل اور تندرستی کے لیے ورزش و کسرت اصل کے اعتبار سے جائز اور مباح ہے۔ جب تک کہ کوئی منکر، شر اور گناہ کی چیز اس میں شامل نہ ہو اور کوئی دلیل حرمت اس میں نہ پائی جائے، مباح رہے گا۔

۴- گناہ و جرم سے مبرا ہونا:

ایسے تمام افعال جس کے ظاہر و باطن میں کوئی ممنوع اور خلاف شرع بات نہ ہو اور اس کے کرنے سے کسی گناہ، شر اور منکر کے پیدا ہونے اور پھیلنے کا شبہ نہ ہو، فقہ میں ایسے اعمال کو گناہ سے مبرا قرار دیا جاتا ہے، جسے فقہ کی اصطلاح میں اِرْتِفَاعُ الْمَسْئُولِيَةِ الْجِنَائِيَّةِ کہتے ہیں۔ عام کھیل

کو، ورزشیں اور کرائے اسی زمرے میں آتے ہیں۔

مذکورہ بالا فقہ کے ان اصولوں کی روشنی میں یوگا کے مبادیات کفر و شرک سے ملتے ہیں۔ گناہ و شر سے مبرا بھی نہیں ہے۔ یوگا کے نصوص بھگوت گیتا سے ملتے ہیں۔ یوگا کے ذرائع کے دروازے کو کھول دینے سے اعتقادی کمزوریاں اور ایمانیات پر برے اثرات پیدا ہوں گے۔ تو صرف اصل کے اعتبار سے یوگا کی ورزش والی کیفیت پر نظر رکھتے ہوئے اسے مباح اور جائز قرار نہیں دیا جاسکتا ہے؛ بلکہ سد باب ذرائع کے پیش نظر یوگا کو بالکل ممنوع اور مسلمانوں کے لیے ناجائز قرار دیا جائے گا۔

جو لوگ یوگا کے عدم ممانعت کے قائل ہیں ان کے پیش نظر یہی بات ہے کہ یوگا اصلاً ورزش ہے، لہذا محرقات سے گریز کرتے ہوئے یوگا کو اپنانے میں کوئی حرج نہیں ہے۔ ان کے لیے ہم کہنا چاہیں گے کہ کسی حکم میں حلت، حریت اور توسیع کی توجیہات اس کے دائرے میں ہونی چاہیے، من مانی توجیہات قابل قبول نہیں ہوگی۔ اس کو دو مثالوں سے سمجھنا آسان ہوگا۔ اسلام میں نکاح کے لیے کوئی موقع اور محل کی قید نہیں ہے۔ اس اجازت سے فائدہ اٹھا کر اگر ایک شخص بت کدہ، مندر یا ہندو عیسائی دھارمک استھانوں میں اسلامی اصولوں کی سخت پابندی کے ساتھ نکاح کرتا ہے تو اس کے جائز ہونے میں کوئی شبہ نہیں۔ لیکن اس کی دیکھا دیکھی دوسرے مسلمان اس مکروہ طرز عمل کو اپنالیں اور معاشرہ کا حصہ بنالیں تو کیا اب بھی یہ مباح عمل گردانا جائے گا؟ اسی طرح اگر کوئی مسلمان اللہ کا ذکر، مناجات اور تسبیحات کے لیے ایسی جگہ منتخب کرے جو مرکز کفر و شرک ہو یا اس کا ایک حصہ ہو جیسے مندر، آشرم اور مٹھ وغیرہ۔ جیسا کہ آج کل کے آشرم اور مٹھ بڑے خوبصورت، کشادہ اور آرام دہ ہوا کرتے ہیں۔ روحانیت کے متلاشی مختلف لوگ یہاں تپسیا وغیرہ کرتے ہیں، تو کیا مسلمان کا روحانی ارتقاء کے لیے مسجدوں کو چھوڑ کر مٹھوں، آشرموں اور کیندروں میں بیٹھ کر مراقبہ کرنا، تسبیحات اور مناجات کرنا جائز ہوگا؟ ان دونوں مثالوں کے لیے جو جواب ہوگا وہی یوگا کے بارے میں بھی ہوگا۔

اسلام کی روح اور مزاج کی حفاظت دور حاضر کا اہم تقاضہ ہے۔ محض جسمانی ورزش اور بیماریوں کے علاج کے نام پر یوگا کی پریکٹس کو اپنا کر اسلامی روح کو برقرار نہیں رکھا جاسکتا۔ سائنس کے مطابق اسلام کی عبادتیں خود اس طرح کی ہیں کہ ہر مومن لازمی طور پر روزانہ مراقبہ، اطمینان قلب اور ورزش سے مستفید ہوتا ہے۔ پانچ وقت کی نماز، روزے، حج و عمرہ اور اعتکاف میں بندہ

اللہ سے لو لگاتا ہے۔ اللہ کا قرب حاصل کرنے کی کوشش کرتا ہے۔ ہر دن فرض، سنت اور نفل نمازوں میں قیام، رکوع، سجدے اور قعدہ سے باضابطہ ورزش اور مراقبہ کی ضرورت پوری ہو جاتی ہے۔ اس کے علاوہ تلاوت کلام پاک، ذکر و تسبیحات، محاسبہ نفس، توبہ و استغفار اور رجوع الی اللہ سے بندے کو جسمانی و روحانی قوت مل جاتی ہے۔

جس مسلمان کے دل میں ایمانی حرارت ہوتی ہے وہ کفر کرنا تو دور کی بات، کفر کے تصور سے بھی کانپ جاتے ہیں۔ وہ ایسے موحد ہوتے ہیں کہ توحید پرستی ان کی زندگی کا قیمتی سرمایہ ہوتا ہے۔ کفر و شرک اور نفاق جیسے گناہ انہیں چھو بھی نہیں سکتے۔ وہ شیطان کی چال بازیوں سے بچنے کی کوشش کرتے ہیں۔ وہ پختہ عقیدہ توحید اور اعلیٰ اسلامی کردار و خدیت الہی کے ذریعہ اپنے نفس کو مطمئن رکھتے ہیں۔ یہی وہ اسلامی اسپرٹ اور روح ہے جو ہمیں اللہ کا محبوب بندہ بنا کر دنیا و آخرت میں سر بلند کرتی ہے۔

