

Research Article

**A Linguistic Criticism of the Components of the New
Spiritualism of Yoga from the Viewpoint of Iranian Yoga
Veterans and Its Conflict with Divine Spirituality**

Ibrahim Tobeyani¹

Seyyed Abdolmajid Lotfi Tabatabaei²

Hossein Arab Markadeh³

Received: 25/01/2022

Accepted: 04/10/2023



Abstract

Yoga, from the perspective of religious studies, is considered one of the six philosophical systems of Hinduism and a practical method of mysticism in this tradition. However, today yoga is predominantly recognized as a form of exercise worldwide. Most studies on the evolution of yoga in the modern era and its relationship with its philosophical and mystical roots have focused on Western societies. This article aims to address the question of whether the pioneers of Iranian yoga embrace spiritual dimensions in yoga or not. The data for this research, consisting of published interviews with 26 Iranian yoga pioneers in the "Yoga

1. Associate Professor, Baqir al-Olum University, Qom, Iran (Corresponding Author).

Email: tobeyani@bouac.ir

ORCID: 0000-0001-9539-3211

2. Associate Professor, Islamic Azad University, Qom Branch, Qom, Iran.

Email: Majid.Tabatabaee@iau.ac.ir.

ORCID: 0000-0001-7992-5230

3. Graduate in Foreign Languages and Intercultural Studies, Baqir al-Olum University, Qom, Iran.

Email: harab@bou.ac.ir

ORCID: 0009-0004-6516-3414

* Tobeyani, I., Lotfi Tabatabaei, S. A., & Arab Markadeh, H. (1402). A Linguistic Criticism of the Components of the New Spiritualism of Yoga from the Viewpoint of Iranian Yoga Veterans and Its Conflict with Divine Spirituality. *Journal of Islam and Social Studies*, 11(42), pp. 197-233
<https://doi.org/10.22081/JISS.2023.61300.1890>

Knowledge" journal, were analyzed linguistically through descriptive analysis, both quantitatively and qualitatively. The analytical model consisted of five variables found in New Age spirituality. The results showed that 96% of these individuals described and explained yoga in terms of self-realization and self-development, 84% referred to introversion, and 42% mentioned living in the present moment. Additionally, 61% of them considered yoga as a means of connecting with the spiritual realm, and 77% described it as a life-enriching practice. The findings of this research can contribute to the understanding and critique of yoga's nature as one of the emerging forms of spirituality.

Keywords

Yoga, New Age spirituality, Iranian yoga pioneers, content analysis.

مقاله پژوهشی

نقد زبان‌شناختی مؤلفه‌های معنویت‌گرایی جدید یوگا در نگاه پیشکسوتان یوگای ایران و تعارض آن با معنویت الوهی

ابراهیم توبه‌یانی^۱ سیدعبدالمجید لطفی طباطبایی^۲ حسین عرب‌مارکده^۳

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۱۱/۰۵ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۷/۱۲

©Author(s).



چکیده

یوگا از منظر مطالعات ادیان، به‌عنوان یکی از شش دستگاه فلسفی هندوئیسم و طریقت عملی عرفان در این آئین محسوب می‌شود. این در حالی است که امروزه یوگا بیشتر به‌عنوان یک رشته ورزشی در دنیا شناخته می‌شود. بیشتر مطالعات انجام‌شده در خصوص تحولات یوگا در دوران مدرن و نسبت آن با ریشه‌های فلسفی و عرفانی آن، با تمرکز بر جوامع غربی انجام شده است. لیکن این مقاله درصدد پاسخ به این مسئله است که آیا پیشکسوتان یوگای ایران، برای یوگا ابعادی معنوی قایل هستند یا خیر. داده‌های این پژوهش که مشتمل بر مصاحبه‌های منتشرشده از ۲۶ نفر از پیشکسوتان یوگای ایران در نشریه دانش یوگا است، به روش تحلیل توصیفی و از لحاظ کمی و کیفی مورد تحلیل زبان‌شناختی قرار

۱. استادیار دانشگاه باقرالعلوم (ع)، قم، ایران (نویسنده مسئول).
tobeyani@bou.ac.ir

ORCID: 0000-0001-9539-3211

Majid.Tabatabaee@iau.ac.ir

ORCID:0000-0001-7992-5230

۲. استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد قم، قم، ایران.
harab@bou.ac.ir

ORCID:0009-0004-6516-3414

* **استناد به این مقاله:** توبه‌یانی، ابراهیم؛ لطفی طباطبایی، سیدعبدالمجید و عرب‌مارکده، حسین. (۱۴۰۲). نقد زبان‌شناختی مؤلفه‌های معنویت‌گرایی جدید یوگا در نگاه پیشکسوتان یوگای ایران و تعارض آن با معنویت الوهی. فصلنامه علمی - پژوهشی (رتبه ب) اسلام و مطالعات اجتماعی، ۱۱(۴۲)، صص ۱۹۷-۲۳۳.

<https://Doi.org/10.22081/JISS.2023.61300.1890>

گرفت. الگوی تحلیل مشتمل بر پنج متغیر موجود در معنویت‌گرایی جدید بود. نتایج نشان داد که ۹۶٪ این افراد در توصیف و تبیین یوگا از مفهوم خودشناسی و خودسازی، ۸۴٪ از مفهوم درون‌گرایی و ۴۲٪ به زندگی در لحظه حال اشاره کرده‌اند؛ همچنین ۶۱٪ از ایشان یوگا را عاملی برای ارتباط با امر معنوی و ۷۷٪ آن را معنابخش زندگی عنوان کرده‌اند. نتایج این تحقیق می‌تواند در تبیین و نقد ماهیت یوگا به‌عنوان یکی از معنویت‌های نوظهور نقش داشته باشد.

کلیدواژه‌ها

یوگا، معنویت‌گرایی جدید، پیشکسوتان یوگای ایران، تحلیل محتوا.

گسترش یوگا^۱ در دنیای غرب، به‌ویژه پس از دهه ۱۹۶۰، به حدی بوده است که برخی جامعه‌شناسان از اصطلاح «یوگازسیون»^۲ برای توصیف این روند استفاده کرده‌اند و آن را یکی از پیشران‌های اصلی روندی به نام «شرقی‌سازی غرب»^۳ معرفی می‌کنند (Campbell, 2007). نتایج یک تحقیق در سال ۱۹۹۸ نشان می‌دهد که ۱۵ میلیون آمریکایی حداقل یکبار در عمرشان یوگا را تجربه کرده‌اند (Saper, et al, 2004). اتحادیه بین‌المللی یوگا مدعی است، در سال ۲۰۱۶ بیش از ۳۶ میلیون نفر آمریکایی یوگا انجام می‌دهند (مجله یوگا^۴، ۲۰۱۶). در ایران نیز حدود ۳۰۰۰ باشگاه اختصاصی یوگا فعالیت دارند؛ که اگر آمار مراکزی که یوگا را در کنار سایر ورزش‌ها آموزش می‌دهند نیز بدان افزوده شود، این رقم به ۱۲۰۰۰ باشگاه می‌رسد (سومین سمینار علمی و تخصصی یوگا در کرج، ۱۳۹۶).

رشد ۳۰۰ درصدی انتشار کتاب‌های با موضوع یوگا در پنج سال اخیر در ایران (وضعیت‌سنجی یوگا در حوزه نشر، ۱۳۹۶)، نشانی دیگر بر گستره وسیع یوگا در فضای عمومی کشور ماست. رشد فزاینده یوگا در جامعه جهانی، ذهن بسیاری از پژوهشگران را به سمت خود جلب نموده است. تشکیل «مرکز مطالعات یوگا»^۵ در «دانشکده مطالعات شرقی و آفریقایی دانشگاه لندن»^۶ در سال ۲۰۱۸ و تألیف کتاب‌های متعدد با موضوع جریان‌شناسی یوگا در دوران مدرن (Singleton, 2010; Michelis, 2004; Jain, 2014) نمونه‌هایی از تلاش‌های علمی اخیر در این زمینه است. با این وجود در فضای عمومی آموزش

1. Yoga.

آوانگاری صحیح یوگا بر اساس زبان سانسکریت به صورت "یُگه" است؛ منتهی در این نوشتار از تلفظ مانوس‌تر این واژه در میان خوانندگان فارسی استفاده شده است.

2. Yogaization

3. Easternization of the West

4. Yoga Journal & Yoga Alliance, 2016

5. SOAS Centre of Yoga Studies

6. The School of Oriental and African Studies University of London

موسوم به SOAS یکی از شناخته‌شده‌ترین مراکز آموزش عالی دنیا برای آموزش و پژوهش در موضوعات مربوط به آفریقا و آسیا به‌ویژه خاورمیانه است.

یوگا در جامعه، همواره این چالش مطرح بوده که آیا یوگا را می‌توان بدون در نظر گرفتن ریشه‌های هندویی آن، تنها به‌عنوان یک ورزش پذیرفت؛ یا دنبال کردن یوگا، مداخلی برای ورود به فضای باورهای هندویی است. در دهه‌های اخیر تحقیقات مختلفی بر روی یوگا انجام شده است. بیشتر این پژوهش‌ها، با نگاهی کارکردگرایانه، در پی بررسی تأثیرات یوگا بر سلامت جسم و روان هستند. برخی از این پژوهش‌ها با فرض اینکه یوگا مجموعه‌ای از تکنیک‌های ذهنی - بدنی است، در صدد اثبات کارکردهای مثبت یوگا در عرصه سلامت جسم و روان هستند (Woolery, Myers, Sternlieb, & Zeltzer, 2004; Jensen & Kenny, 2004). برخی دیگر، با طرح اشکالات روش‌شناختی، نتایج مطالعات گروه اول را زیر سؤال برده‌اند (Uebelacker et al, 2010; Krisanaprakomkit, Ngamjarus, Witoonchart, & Piyavhatkul, 2010).

از آن جا که یکی از کارکردهای روش تحلیل محتوا، دستیابی به اندیشه و خط‌مشی پیام‌دهنده است (فانلی و گلشنی، ۱۳۹۵، ص ۶۳)؛ بنابراین در این مقاله تلاش شده با استفاده از تحلیل محتوای مصاحبه‌های منتشر شده از پیشکسوتان یوگای ایران، به بررسی این مسئله پردازیم که آیا این افراد یوگا را تنها یک رشته ورزشی می‌دانند و یا ابعاد معنوی و ماورایی نیز برای آن قایل هستند. پیکره زبانی این پژوهش عبارت است از مصاحبه‌های منتشر شده از پیشکسوتان یوگای ایران که در شماره‌های گوناگون نشریه دانش یوگا به چاپ رسیده است.

۱. ادبیات نظری و پیشینه موضوع

۱-۱. جایگاه یوگا در آئین هندوئیسم

یوگا، در حوزه مطالعات ادیان، به‌عنوان یکی از شش دستگاه فلسفی هند (چاترجی و داتا، ۱۳۸۴) و طریقت نجات در هندوئیسم محسوب می‌شود (موحدیان عطار، ۱۳۸۹). شایگان آن را «آئین عملی و سری و طریق سیر و سلوک در هندوئیسم» معرفی می‌کند (شایگان، ۱۳۶۲، ص ۶۳۰).

سلوک از روش یوگا در قالب ۸ مرحله توصیف شده است. این مراحل عبارت‌اند

از: یاما، نیاما، آسانا، پرانایاما، پراتیاهارا، دارانا، دایانا و سامادهی. در یاما، یوگی بایستی ۵ کار را در زندگی خود ترک نماید. در مقابل در بخش نیاما، ۵ اصل دیگر بیان می‌شود که یوگی ملزم به رعایت آنها است. بخش سوم شامل وضعیت‌های جسمانی یوگا است که با عنوان آسانا شناخته می‌شود. پرانایاما، شامل تمریناتی تنفسی است که باعث حفظ و تقویت پرانا در بدن می‌شود. از پرانا با عنوان نیروی حیات در هندوئیسم یاد می‌شود. پراتیاهارا، مربوط به کنترل حواس است و یوگی را آماده ورود به مراحل ذهنی یوگا می‌نماید. دارانا، تمریناتی است که برای تمرکز و کنترل ذهن استفاده می‌شود. دایانا، که با عنوان مدیتیشن نیز شناخته می‌شود، شامل مراقبه‌هایی است که ذهن یوگی را برای رسیدن به مرحله نهایی یوگا، یعنی سامادهی آماده می‌کند (چاترجی و داتا، ۱۳۸۴، ص ۱۵۴).

پَتَنجَلِی^۱ هدف از انجام حرکات یوگا را رسیدن به سامادهی عنوان می‌کند. سامادهی مقامی است که یوگی با تسلیم شدن کامل در مقابل خدایی به نام ایشوارا^۲، آگاهی برتر در وجودش طلوع کرده و به رستگاری می‌رسد. تمامی مراحل یوگا، معطوف به این هدف نهایی طراحی شده‌اند، چنان‌که «ایشوارا پرانیدھانا»^۳، به معنای تسلیم‌بودن در برابر ایشوارا، به عنوان یکی از پنج کاری که یوگی، در مرحله دوم (نیاما) بایستی به آنها ملزم باشد، تعریف شده است (چاترجی و داتا، ۱۳۸۴، ص ۵۷۱).

۲-۱. یوگا در دوران مدرن

یوگا از حدود ۱۵۰ سال پیش با بیانی مدرن به دنیا ارائه شد (Michelis, 2004, p. 2). مروجین یوگا با رویکردی سکولار و با استفاده از ادبیات شبه‌علمی، یوگا را به عنوان ارمغانی از شرق کهن با فواید مختلفی در زمینه سلامت جسم و روان معرفی کردند. «سوامی ویوکاناندا»^۴ نخستین چهره برجسته نئودانتیست بود که یوگا را در سطحی

1. Patanjali.
2. Isvara.
3. Ishvarapranidhana.
4. Swami Vivekananda (1863-1902)

گسترده به دنیا معرفی کرد. و سلامتی^۱ توسط «سوامی کایوالیاداما»^۲ در ۱۹۲۴ در هند پیگیری شد (Goldberg, 2016). سخنرانی وی در نخستین پارلمان ادیان جهان در آمریکا در سال ۱۸۹۳، موج وسیعی از ترویج هندوئیسم و به دنبال آن، یوگا را در دنیای غرب رقم زد. وی با ارائه تفسیر خود از یوگا سوتره، در قالب کتابی با عنوان راجا یوگا، در حقیقت بنیان‌های مفهومی یوگای مدرن را پی‌ریزی کرد (Michelis, p. 153). رویکرد سکولار و شبه‌علمی ویوکاناندا از یوگا در این کتاب (ویوکاناندا، ۱۳۷۵، صص ۲۱ و ۶۶)، به مزاق مخاطب مدرن غربی خوش‌تر می‌آمد و در عین حال باعث می‌شد که رویه ویوکاناندا در علمی‌جلوه‌دادن یوگا، در دهه‌های بعدی، با تأکید بیشتری بر تأثیرات یوگا بر سلامت جسم و روان ادامه یافت. نخستین تلاش‌های سازمان‌یافته در این موضوع نیز با تأسیس «مؤسسه یوگا»^۳ در بمبئی توسط «یوگندرا»^۴ در سال ۱۹۱۸م و «مرکز تحقیقات یوگا» انجام شد.

مراحل بعدی جهانی‌شدن یوگا با «ادغام»^۵ آن با فرهنگ جوامع غربی از اواسط دهه ۷۰ تا اواخر دهه ۸۰ میلادی و «فرهنگ‌پذیری»^۶ از آنها، از اواخر دهه ۸۰ میلادی تاکنون، پیگیری شد (Michelis, 2004, p. 15). میکلیس اگرچه بیان می‌کند که جریان غالب یوگا در زمان حاضر دارای ابعاد فیزیکی پررنگ‌تری شده است؛ ولی در جمع‌بندی نهایی کتاب خود، با تطبیق روند فراگیری یوگا در مراکز آموزشی، با نظریه «وان ژنِب»^۷ ژنِب^۷ در موضوع «مناسک گذار»^۸، آن را روندی کاملاً معنوی ارزیابی کرده و یوگا را یوگا را با عنوان «مناسک شفابخش یک دین سکولار» معرفی می‌کند (Michelis, 2004, pp.)

1. Kaivalyadhama Health and Yoga Research Center
2. Swami Kunalayananda (1883-1966)
3. The Yoga Institute
4. Shri Yogendra (1897-1989)
5. Consolidation
6. Acculturation
7. Arnold van Gennep (1873-1957)
8. rites of passage

248-260). گلدبرگ^۱ (۲۰۱۶) نیز معتقد است که روند «بازیابی تقدس» یوگا در دهه‌های اخیر شدت گرفته است.

۳-۱. معنویت‌گرایی در دوران مدرن

«دین سکولار» از جمله تعابیری است که در دهه‌های اخیر و برای توصیف جریان‌های نوظهور معنوی کاربرد پیدا کرده است (حمیدیه، ۱۳۹۱، ص ۲۸۹؛ شریعتی، باستانی، و خسروی، ۱۳۸۶). تعبیر سکولار در این عبارت، به معنای ساختن گزینه خود و داشتن حقیقت شخصی است^۲ (شاکرنژاد، ۱۳۹۷، ص ۱۳۹)؛ از این روست که برخی پژوهشگران از معنویت‌های نوپدید با تعابیری چون «ادیان خودساخته» یا «دین خود»^۳ نیز یاد می‌کنند (وودهد، ۱۳۹۶، ص ۴۱).

امر قدسی و متعال، که در برخی تعاریف، معنویت را معادل «جستجوی امر قدسی» (پارگامنت، ۱۳۹۵، ص ۶۱) و یا «ارتباط با نیروهایی که سیطره آنان بر انسان بالاست» (نلسون، ۱۳۹۵، ص ۲۵) توصیف کرده‌اند، در چارچوب معنویت‌گرایی جدید در دوران پسامدرن، «امری ذاتا مادی و تجربی است که از قسم فراعلم و در حوزه عجایب و ناشناخته‌های عالم (راز) دسته بندی می‌شود» (شاکرنژاد، ۱۳۹۷، ص ۱۵۶). شاکرنژاد به نقل از گوردون لینچ می‌نویسد: «در این نگرش، معنویتی مبتنی بر طبیعت و ماده شکل می‌گیرد که فرد نه با نفی ماده و جهان؛ بلکه با تمرکز بر طبیعت به دنبال معنا می‌گردد و در تقدس‌بخشی به طبیعت و دنیا تا حد الوهی‌سازی آن پیش می‌رود» (شاکرنژاد، ۱۳۹۷، ص ۲۶۹).

در معنویت‌های جدید اگر از خداوند نیز صحبتی به میان می‌آید، خدا همچون نگرش ادیان الهی موجودی متعالی، عینی، مطلق، نامتغیر، واجب‌الوجود، بی‌نهایت،

1. Goldberg

۲. این تعبیر از سکولار تحت تاثیر گفتمان ابرعرفی در دوران پسامدرن شکل گرفته و تا حدودی با تفسیر آن در دوران مدرن که به معنای قوت زدایی از دین به منظور سازگاری آن با عقلانیت ابزاری است، فاصله دارد (معنویت در سبده مصرف، ص ۳۳۷).

3. Self-religion

ازلی، خالق، واجد تمام کمالات و نامتأثر از هیچ چیز نیست (حمیدیه، ۱۳۹۱، ص ۲۲۸)؛ بلکه خدایی زمینی، ساکن در تمام عالم و تعالی زدوده است، که تحت تأثیر هستی‌شناسی مونیستی، به جای سکونت در عرش، در درون اشیاء سکونت دارد (شاکرنژاد، ۱۳۹۷، صص ۲۳۹-۲۴۰)؛ و «به مثابه انرژی حافظ و شعور کیهانی هدایتگر در پس فرایندهای تکاملی هستی درک می‌شود» (شاکرنژاد، ۱۳۹۷، ص ۲۴۳). مورد اخیر همان موضوعی است که پیش از این از زبان میکلیس در توصیفش نسبت به یوگا در دوران مدرن با عنوان «مناسک شفابخشی یک دین سکولار» از آن یاد شد (Michelis, 2004, p. 260).

در مجموع می‌توان گفت انگیزه بیش از ۵۰ درصد از افراد از مشارکت در معنویت‌های نوپدید، به طور مستقیم به مقوله سلامت جسمی و روانی اختصاص دارد. هیلاس و وودهد در پژوهش خود به این مسئله نیز اشاره دارند که بخش زیادی از معنویت‌گرایان جدید این انگیزه را در قالب تکنیک‌هایی چون یوگا جستجو می‌کنند (حمیدیه، ۱۳۹۱، ص ۲۹۲)؛ بنابراین نمی‌توان به صرف این که برخی یوگا را به انگیزه درمان‌گرانه دنبال می‌کنند، از قراردادن یوگا در طبقه معنویت‌های جدید چشم پوشید. چنانکه نتایج چند مطالعه نیز، از تغییر نگرش کارآموزان یوگا از سلامتی به معنویت حکایت دارد (Henrichsen-Schrems & Versteeg, 2011; Park et al, 2016).

۴-۱. یوگا در ایران

روند گسترش یوگا در ایران، مشابه روندی که در غرب طی شد، در سه دوره گسترش عمومی، ادغام فرهنگی و فرهنگ‌پذیری قابل تحلیل است. دوره اول فاصله اواسط دهه چهل شمسی تا میانه دهه ۵۰ شمسی را در بر می‌گیرد که یوگا در آن توسط اساتید هندی تبار و با قرائتی مدرن وارد ایران می‌شود (الماسیان، ۱۳۹۵، ص ۴۲).

۴-۱-۱. دوره نخست: گسترش عمومی

افتتاح باشگاه یوگای مهر در تهران، نقطه آغاز ورود یوگای مدرن به ایران است. این باشگاه در سال ۱۳۴۵ و توسط مجید موقر، از سیاستمداران دوران پهلوی، تاسیس

شد. موقر برای آموزشگاه خود یکی از یوگیان هندی، به نام «سوآمی بوآجی»^۱ را به ایران می‌آورد (موقر، ۱۳۴۶ الف). انتشار اخباری مبنی بر عضویت برخی شخصیت‌های تراز اول سیاسی همچون هویدا، نخست وزیر وقت، شریف امامی و رئیس مجلس سنا، در باشگاه یوگای مهر (موقر، ۱۳۴۶ ب)، و شایعاتی در خصوص آموزش یوگا توسط بوآجی به شاه و خانواده‌اش (Goldsmith, 2011)، تأثیر مستقیمی بر افزایش ضریب نفوذ یوگا در ایران داشت.

بوآجی از مریدان «شیواناندا»^۲ بود و یوگا را براساس تعالیم شیواناندا، که تأکید بیشتری بر مراحل ذهنی و پیشرفته یوگا (راجا یوگا)^۳ داشت، در ایران نهادینه کرد. به طوری که بسیاری از پیشکسوتان کنونی یوگای ایران، در مراکز یوگای شیواناندا در هند آموزش دیدند و تاکنون نیز شاگردان خود را به شرکت در دوره‌های این مرکز در هندوستان دعوت می‌کنند.

در همان سال ساتیاناندا، از شاگردان اصلی شیواناندا، به ایران سفر می‌کند و در برنامه‌ای دو ساعته در تلویزیون ایران ظاهری می‌شود. برزو قادری، ملقب به مادهاواناندا، و هاله نیک افشان، ملقب به ساداناپیندو، از پیشکسوتان یوگای ایران، در این مصاحبه تلویزیونی وی را همراهی می‌کردند (نیک افشان، ۱۳۸۱). دو سفر «پرابوپادا»^۴، بنیانگذار «انجمن بین‌المللی آگاهی کریشنا»^۵ در سال‌های ۱۳۵۳ و ۱۳۵۵ به تهران، تاسیس پایگاه رسمی این انجمن در ایران و عضویت برخی از پیشکسوتان یوگای ایران در این فرقه (البرزی، ۱۳۸۹)، از نقاط قابل توجه دیگر در این بخش از تاریخ یوگای ایران است.

۱-۴-۲. دوره دوم: ادغام فرهنگی

با پیروزی انقلاب اسلامی ایران و گریختن برخی از عناصر مروج یوگا از ایران

1. Swami Buaji (1889-2010)
2. Sivananda (1887-1963)
3. Raja Yoga
4. Prabhupada (1896-1977)
5. International Society for Krishna Consciousness

همچون ژاله نمازی، شاهد وقفه‌ای در فعالیت‌های رسمی ترویج یوگا در ایران هستیم. پس از مدتی تلاش‌ها برای رسمیت بخشیدن به یوگا در ایران از سوی افرادی مانند مسعود مهدوی‌پور و سید عبدالحمید موحدی نائینی، سردبیر نشریه دانش یوگا، آغاز می‌شود. فعالان یوگا در این دوره سعی کردند با ارائه دستاوردهای محدودی از یوگا در زمینه سلامت جسمی و روانی (مهدوی‌پور، ۱۳۸۷ الف؛ موحدی نائینی، ۱۳۹۰ ج)، ابعاد فلسفی و معنوی یوگا را کم‌رنگ جلوه دهند تا حساسیتی در مسیر رسمیت بخشیدن به یوگا ایجاد نشود.

در نهایت در سال ۱۳۷۴، یوگا به‌عنوان رشته‌ای از ورزش‌های همگانی شناخته و فعالیت آن زیر نظر انجمن یوگای ایران و با مسئولیت تیمسار مهرداد گوران، آغاز شد. برگزاری دوره‌های متعدد مربیگری یوگا، تأسیس باشگاه‌های مختلف و برگزاری چندین کنفرانس و نمایشگاه با موضوع یوگا در سراسر کشور از نخستین اقدامات انجمن یوگای ایران بود (موحدی نائینی، ۱۳۹۰ ج).

۱-۴-۳. دوره سوم: فرهنگ‌پذیری

پس از آغاز فعالیت رسمی یوگا در ایران، رسانه‌های نوشتاری، نقش ویژه‌ای در توسعه فرهنگ یوگا در ایران ایفا کردند. انتشار ده‌ها عنوان کتاب و دو نشریه اختصاصی در موضوع یوگا، نمونه‌ای از فعالیت این رسانه‌ها است. نکته مهمی که در محتوای این رسانه‌ها دیده می‌شود، استفاده از ادبیات بومی برای تشریح یوگا و التقاط مفاهیم آن با آموزه‌های اسلامی بود. این روند که در آثار برخی نویسندگان وابسته به طیف سنت‌گرایی از سال‌ها قبل به‌صورت ضعیفی آغاز شده بود (شایگان، ۱۳۶۲، صص ۶۴۳-۶۴۵، صص ۷۱۹-۷۲۴)، در این دوره در آثار افرادی مانند سید جلال‌الدین موسوی‌نسب، از پیشکسوتان و نویسندگان پرکار در موضوع یوگا به اوج خود رسید.

نشانه‌های دیگری بر فرهنگ‌پذیری یوگا در ایران و التقاط آن با فرهنگ ایرانی - اسلامی را در نمونه‌های زیر می‌توان برشمرد: ابداع سبک‌های جدیدی از یوگا همچون «خزیر یوگا»، که مبدع آن مدعی است با ادغام عناصری از فرهنگ ایرانی آن را ابداع

کرده است (اخوان، ۲۰۱۷م)، تلفیق سنت‌های صوفیانه همچون رقص سماع با حرکات یوگا (راهبریان، ۲۰۱۷م)، متناظر دانستن مراحل نهایی یوگا (سامادهی) با مراحل نهایی عرفان اسلامی (فناء فی الله) (الماسیان، ۱۳۹۵ب، ص ۴۸؛ ساتیاناندا سارسواتی، ۱۳۷۸، ص ۷)، استناد به اشعار مولانا و حافظ برای توصیف ماهیت یوگا (خردمند، ۱۳۸۸، صص ۱۳-۱۴) و از همه بارزتر ادعاهایی مبنی بر اینکه یوگا در اصل ریشه و ماهیتی ایرانی دارد.

۵-۱. تحقیقات مشابه

پژوهش‌های پیرامون یوگا را در یک دسته‌بندی می‌توان به سه گروه تقسیم کرد: ۱. آثاری که از منظر الهیاتی و فلسفی به بررسی یوگا، به‌عنوان یکی از مکاتب فلسفی و عرفانی آئین هندوئیسم پرداخته‌اند؛ ۲. پژوهش‌هایی که از منظر سلامت جسم و روان به بررسی کارکردهای یوگا در این زمینه پرداخته‌اند؛ ۳. آثاری که با نگاه جریان‌شناسی تاریخی به بررسی تغییر و تحولات یوگا و ماهیت آن در دوران مدرن، پرداخته‌اند. از آنجا که این مقاله، بیشتر در قلمرو تحقیقات نوع سوم می‌گنجد، در این بخش به مرور تحقیقات نوع سوم اکتفا شده است.

۱-۵-۱. تحقیقات مشابه در خارج از ایران

میکلیس از پیش‌تازان مطالعه جریان‌شناختی یوگا در دوران معاصر شناخته می‌شود. وی در کتاب تاریخچه یوگای مدرن با بررسی نقش نئودانتیست‌های هندی، همچون ویوکاناندا، در تفسیر سکولار از یوگا، به ریشه‌یابی تحولات بعدی یوگا و سیر فراگیر شدن آن در کشورهای غربی، به‌ویژه انگلستان، پرداخته است. وی در جمع‌بندی نهایی کتاب خود، روند آموزش یوگا و مفاهیمی که در آن بیان می‌شود را با نظریه وان ژنب در خصوص مناسک گذار، مطابقت داده و آن را روندی کاملاً معنوی ارزیابی می‌کند و از یوگا با عنوان «مناسک شفابخش یک دین سکولار» تعبیر می‌کند (Michelis, 2004, pp. 248-260).

علاوه بر موارد بیان شده، مطالعات میدانی مختلفی نیز در موضوع سنجش یوگا از

دیدگاه مریبان و فراگیران یوگا در غرب انجام شده است. از آن جمله می‌توان به مطالعه پارک و همکارانش (۲۰۱۶) اشاره کرد. در این پژوهش انگیزه ۵۱۶ نفر از فعالان یوگا، شامل ۳۶۰ کارآموز و ۱۵۶ مربی، برای ورود و ادامه فعالیت در یوگا ارزیابی شده است. نتایج این مطالعه نشان می‌دهد که تمامی این افراد با انگیزه ورزش و رهایی از استرس وارد یوگا شده‌اند؛ منتهی ۶۵ درصد از فراگیران و ۸۵ درصد از مریبان، پس از مدتی انگیزه‌شان به سمت اهداف معنوی تغییر یافته است. «هنریشن شرمیس»^۱ و «ورستیخ»^۲ (۲۰۱۱) نیز در سنخ‌شناسی فعالان یوگا در آلمان، به روند مشابهی از تغییر انگیزه کارآموزان یوگا از سلامت جسمی-روانی به انگیزه‌های معنوی اشاره کرده‌اند.

۱-۵-۲. تحقیقات مشابه در ایران

در میان پژوهش‌های به زبان فارسی، بیشتر تحقیقات متوجه بررسی کارکردهای یوگا در عرصه سلامت جسم و روان بوده و کمتر به جریان‌شناسی و تحلیل ابعاد گسترش این پدیده در کشور پرداخته شده است. با این وجود، پس از گسترش بیش‌ازپیش یوگا در دهه‌های گذشته در کشور، تحقیقاتی در این زمینه نیز آغاز شده است.

عرب (۱۳۹۷) با نگاهی تاریخی به ریشه‌شناسی پیدایش معنویت‌گرایی جدید هندویی و گسترش آن در دوران مدرن پرداخته است. مظاهری‌سیف (۱۳۹۴) به تبیین تعارضات موجود میان ابعاد اعتقادی و اخلاقی یوگا با آموزه‌های اسلامی پرداخته است. او با استناد به منابع فارسی موجود در موضوع یوگا، که به طور عمده ترجمه‌هایی از منابع خارجی هستند، به طور ضمنی به ترجمه جهت‌دار اصطلاحات و مفاهیم یوگا، در جهت سرپوش گذاشتن بر ابعاد عرفانی و آئینی یوگا، در این آثار انتقاد می‌کند.

1. Sabine Henrichsen-Schrembs

2. Peter Versteeg

موحدیان عطار و پور ابراهیم (۱۳۹۶) با بررسی منابع مکتوب یوگا به زبان فارسی و بررسی میدانی برخی مراکز آموزش یوگا در ایران، به این نتیجه رسیده‌اند که بسیاری از این منابع بدون دانش کافی از یوگای کلاسیک تألیف شده‌اند. در نتیجه جریان غالب یوگا در ایران، از یوگای موجود در منابع اصیل هندویی فاصله دارد و قرائت و تفسیری بومی از یوگا، که در مواردی با مفاهیم اسلامی نیز التقاط یافته است، در حال ترویج در ایران است. در همین راستا، حمیدیه (۱۳۹۲) با بررسی یک شماره از نشریه دانش یوگا، به‌عنوان یکی از رسانه‌های مطرح در جامعه یوگای ایران، روند قداست‌بخشی به یوگا در این مجله را بر اساس نظریه رودولف اوتو بررسی کرده است.

جمع‌بندی این تحقیقات نشان می‌دهد که هویت‌سنجی یوگا در جامعه، یکی از دغدغه‌های پژوهشگران در تحقیقات مذکور بوده است. از آنجا که پیشکسوتان هر رشته، نقشی روشن در هویت‌بخشی و شکل‌دهی به ابعاد آن موضوع در جامعه دارند، بررسی دیدگاه پیشکسوتان یوگای ایران در خصوص این رشته نیز، می‌تواند ما را در درک بهتری از هویت یوگا در جامعه امروزین ایران یاری نماید.

۶. جامعه آماری

جامعه آماری این پژوهش مصاحبه‌های منتشر شده از پیشکسوتان یوگای ایران در ماهنامه دانش یوگا است. نخستین شماره این مجله در فروردین ماه ۱۳۸۱ منتشر شده و تا زمان تألیف این مقاله ۱۳۵ شماره از آن به چاپ رسیده است. در این مقاله تنها به بررسی محتوای این نشریه تا شماره ۱۰۰، که در بهمن ماه ۱۳۹۵ انتشار یافته، اکتفا شده است. در این میان دسترسی به شماره ۴۳ مقدور نبود و شماره‌های ۷۸ و ۸۹ با تأخیر و به همراه شماره بعدی خود در یک مجلد انتشار یافته‌اند. حجم صفحات هر شماره، به‌استثناء برخی شماره‌های ویژه، ۶۴ صفحه بود. در مجموع، مطالب یک‌صد شماره نخست این نشریه در قالب ۶۳۱۲ صفحه منتشر شده‌اند.

دست‌اندرکاران این نشریه، از شماره سی‌ام (فروردین و اردیبهشت ۱۳۸۷) به بعد، اقدام به انتشار بخشی نسبتاً ثابت با عنوان «آشنایی با پیشکسوتان یوگای ایران» کرده‌اند؛

که در هر شماره به سراغ یکی از این افراد رفته و مصاحبه‌ای حضوری و یا مکتوب را با وی ترتیب داده‌اند. عنوان این بخش، از شماره هفتاد و سوم این نشریه به‌عنوان «چهره‌ها» تغییر کرده است.

نخستین مطلب ماهنامه دانش یوگا در خصوص معرفی پیشکسوتان یوگای ایران در شماره ۳۰، به معرفی اجمالی مجید موقر و ژاله نمازی، از نخستین فعالان یوگای ایران در دوران پیش از انقلاب، پرداخته است و دیدگاه‌های آنان درباره یوگا مطرح نمی‌شود؛ بنابراین در واقع شروع جدی طرح دیدگاه پیشکسوتان یوگای ایران از شماره ۳۱ این نشریه و با معرفی مسعود مهدوی‌پور شکل می‌گیرد. در ادامه این حرکت، ۲۸ نفر از پیشکسوتان یوگای ایران معرفی می‌شوند که در این میان تنها ۲۶ نفر در قالب مصاحبه، دیدگاه‌های خود در خصوص یوگا را بیان کرده‌اند و دوفنر دیگر، در شماره‌های ۳۳ و ۵۳، تنها به قلم هیئت تحریریه مجله دانش یوگا، معرفی شده‌اند و به طور مستقیم مطالبی از سوی این افراد بیان نشده است.

در مجموع، در ۴۷ شماره از یک‌صد شماره نشریه دانش یوگا، با ۲۶ نفر از پیشکسوتان یوگای ایران شامل ۱۴ زن و ۱۲ مرد مصاحبه شده است. این مصاحبه‌ها ۱۴۵ صفحه از حجم محتوای این نشریه را به خود اختصاص داده است.

محتوای مباحث طرح‌شده در مصاحبه‌های این افراد، با توجه به نوع پرسش‌ها، به دو بخش کلی قابل تقسیم است. الف؛ مباحثی شامل زندگی شخصی این افراد و خاطراتشان از نحوه شکل‌گیری و رسمیت‌یافتن یوگا در ایران. ب؛ دیدگاه این افراد در خصوص توصیف و تبیین یوگا و بیان کارکردهای آن. تمرکز این پژوهش بیشتر بر روی نوع دوم این مطالب بوده است.

جدول ۱-۲: محتوای مورد بررسی از نشریه دانش یوگا

تعداد شماره مجله	بازه زمانی انتشار	تعداد مصاحبه‌شوندگان	حجم صفحات
۴۷	۱۳۸۷ الی ۱۳۹۵	۲۶ نفر (۱۴ زن، ۱۲ مرد)	۱۴۵

۷. روش پژوهش

در این نوشتار با استفاده از روش تحلیل محتوای زبان‌شناختی و با تأکید بر مؤلفه‌های معنویت‌گرایی جدید به بررسی این مسئله پرداخته شده است که آیا پیشکسوتان یوگا در ایران، برای یوگا ابعاد معنوی قایل هستند؟ به‌منظور بررسی این مسئله، با توجه به این که این افراد در هنگام توصیف و بیان دیدگاهشان در خصوص یوگا به کدام یک از مؤلفه‌های معنویت‌گرایی جدید اشاره کرده‌اند. کل محتوای مصاحبه‌های مصاحبه‌شوندگان مربوط به موضوع یوگای ۴۷ نشریه در ۵ مقوله اصلی، «درون‌گرایی»، «ارتباط با امر معنوی غیرمتعالی»، «خودشناسی و خودسازی»، «معنای زندگی» و «زندگی در لحظه حائل» برای تحلیل محتوای کمی و کیفی کدگذاری شدند. این کدهای اصلی در جدول شماره ۳-۱ آمده است:

جدول ۳-۱: مؤلفه‌های معنویت‌گرایی جدید

درون‌گرایی	خودشناسی و خودسازی	زندگی در لحظه حال	ارتباط با امر معنوی غیرمتعالی	معنای زندگی
------------	--------------------	-------------------	-------------------------------	-------------

۸. فرآیند تحقیق

به‌منظور انجام این پژوهش، ابتدا ۱۰۰ شماره نخست از نشریه دانش یوگا (از ابتدای انتشار در فروردین ۱۳۸۱ تا بهمن ۱۳۹۵) گردآوری شد. سپس ۴۷ شماره از این مجموعه که شامل مصاحبه با پیشکسوتان یوگای ایران بود، به‌عنوان ماده اصلی تحقیق انتخاب شدند. کل متن مصاحبه‌ها مورد بررسی قرار گرفت و با توجه به موضوع مباحث مطرح‌شده از سوی مصاحبه‌شوندگان، محتوای موجود در دو بخش خاطرات شخصی و مباحث مربوط به بیان دیدگاه این افراد در خصوص یوگا دسته‌بندی شدند.

سپس با توجه به پرسش اصلی پژوهش، جملات و عباراتی از مصاحبه‌شوندگان که در آنها برای توصیف و تبیین یوگا از مقوله‌های معنویت‌گرایی جدید استفاده کرده

بودند در پنج دسته، مطابق الگوی ارائه شده در شکل یک، طبقه بندی شدند. سپس داده های مربوط به هر مقوله شمارش و یافته ها با یک نفر از محققین با سابقه در حوزه معنویت پژوهی به اشتراک گذاشته شد و نتایج تحلیل از نظر ایشان مورد تأیید قرار گرفت.

۹. یافته های پژوهش

بر اساس الگوی ارائه شده در شکل شماره یک، محتوای مصاحبه پیشکسوتان یوگای ایران، با توجه به شاخص های معنویت گرایی جدید، در پنج مقوله طبقه بندی شدند. در این قسمت فراوانی هر یک از این مقوله ها تشریح شده است.

۹-۱. درون گرایی

درون گرایی مهم ترین مؤلفه معنویت گرایی جدید محسوب می شود (شاکر نژاد، ۱۳۹۷، ص ۳۲) که به نوعی هویت دیگر مؤلفه های معنویت گرایی جدید بر اساس آن درک می شود. از ۲۶ نفر از پیشکسوتان یوگای ایران که در این مقاله محتوای مصاحبه های آنان مورد تحلیل قرار گرفته است، ۲۲ نفر (۸۴ درصد) در تبیین یوگا و کارکردهای آن به این مفهوم اشاره کرده اند.

این گروه از پیشکسوتان یوگای ایران، یوگا را «آشنایی با درون» (مهدوی پور، ۱۳۸۷ الف، صص ۱۸-۱۹)، «شناخت درون» (عرفانی، ۱۳۹۳، ص ۲۷) و «مشاهده درون» (سنایش نانکلی، ۱۳۸۹ الف، ص ۴۴) توصیف می کنند که از طریق آن می توان با عمیق ترین لایه های درونی خود ارتباط گرفت و از این مسیر به «وحدت درون» (موحدی، ۱۳۹۲، ص ۹)، «صلح درون» (خردمند، ۱۳۸۸، ص ۱۵) و «نشاط درونی» (اروندیان، ۱۳۹۱ الف، ص ۴۱) دست یافت. اصطلاح «آرامش درون» با تکرار در کلمات ۱۷ نفر از این افراد، پربسامدترین تعبیر در این خصوص بود.

«درون» در معنویت گرایی جدید، جایگزین سنجه های دینی بیرونی مانند وحی و شریعت شده است و ادراکات درونی را به صورت تام برای سلوک معنوی معتبر

می‌شمارد (شاکرنژاد، ۱۳۹۷، صص ۲۶۴-۲۶۵). از پیشکسوتان یوگا، بیان می‌کند که پس از سال‌ها به معنای کلام استاد یوگای خود در هند پی برده است که به او گوشزد کرده که «همه چیز در درون است» (مسعود مهدوی‌پور، ۱۳۸۷ الف، ص ۱۹). کلامی که، نیز آن را در یوگا یافته است (سوسن زند، ۱۳۹۳، ص ۴۰). حسین الماسیان نیز توجه به «مکاشفات درونی» که بر اثر تمرینات یوگا به دست می‌آید را رهنمودی برای عبور به مراحل بالاتر عنوان می‌کند (الماسیان، ۱۳۹۵ ج، ص ۵۷).

مرجعیت درون، در معنویت‌گرایی جدید به حدی است که حتی مفاهیم و شعائر دینی نیز، بر اساس ادراکات درونی افراد روح و معنای حقیقی خود را پیدا می‌کنند. مهدوی‌پور مدعی است که شاگردانش پس از آشنایی با درون خود از طریق یوگا، ارتباط بهتری با دین و مناسک دینی خود برقرار کرده‌اند: «صدها بار از زبان شاگردان شنیدم که می‌گفتند: نمازی که من امروز خواندم در طول عمرم نخوانده بودم؛ حضوری که مثلاً در سوره حمد داشتم و در کی که از این سوره می‌کردم، در عمرم بی‌سابقه بوده است» (مهدوی‌پور، ۱۳۸۷ الف، ص ۱۹).

۹-۲. خودشناسی و خودسازی

محوریت درون‌گرایی در معنویت‌گرایی جدید موجب شده تا خودشناسی به‌عنوان راهکار اصلی معرفت‌بخشی (شاکرنژاد، ۱۳۹۷، ص ۲۶۴)، و خودسازی به‌عنوان رسالت نهایی این سبک از معنویت‌گرایی مطرح شود (شاکرنژاد، ۱۳۹۷، ص ۲۶۶؛ مظاهری سیف، ۱۳۹۵، ص ۷۲). تحلیل محتوای انجام‌شده در این مقاله بر روی مصاحبه پیشکسوتان یوگای ایران نشان داد که مهم‌ترین دستاورد یوگا در منظر این افراد، «خودشناسی و خودسازی» است. چنان که در ۲۵ نفر از ۲۶ فرد مورد مطالعه در این پژوهش، یعنی ۹۶ درصد از آنان، در تبیین یوگا به این موضوع پرداخته‌اند.

پیشکسوتان یوگا به‌صورت صریح، یوگا را به‌عنوان ابزاری برای خودشناسی معرفی می‌کنند. سید جلال‌الدین موسوی‌نسب، یوگا را «سیستم علمی و عملی خودشناسی» (موسوی‌نسب، ۱۳۸۷، صص ۱۳-۱۴) عنوان می‌کند. در منظر این افراد، خودشناسی حاصل از

یوگا باعث می‌شود که افراد با «آگاهی از گوهر راستین خود» (نظری نوکانی، ۱۳۹۲، ص ۵۰) و «کشف خود واقعی» (مهدوی پور، ۱۳۸۷، ص ۱۳)، «ارزش معنوی بیشتری به خود ببخشند» (ستایش نانکلی، ۱۳۸۹، ص ۱۹) و «معنویت را در ذهن و جسم خود بیابند» (اروندیان، ۱۳۹۱ الف، ص ۴۱؛ اروندیان، ۱۳۹۱، ص ۲۳).

یوگا در مسیر خودسازی و خودشناسی به عنوان «مکتبی انسان‌ساز» (الماسیان، ۱۳۹۵ الف، ص ۴۰؛ الماسیان، ۱۳۹۵، ص ۴۹؛ الماسیان، ۱۳۹۵، ص ۵۲)، «راهی معنوی» (شاکری، ۱۳۹۲، ص ۱۱) و «زیباترین سلوک هستی و راهی مقدس» (البرزی، ۱۳۸۹، ص ۵۴) معرفی می‌شود که با «گشودن دریچه فرصت‌های معنوی به روی خود» (کسب‌خواه، ۱۳۹۳، ص ۲۱)، باعث «خودسازی» (الماسیان، ۱۳۹۵، ص ۴۵؛ خردمند، ۱۳۸۸، ص ۱۲؛ عرفانی، ۱۳۹۳، ص ۲۹)، «تکامل معنوی» (میرحسینی، ۱۳۹۲، ص ۱۰)، «پاکسازی» (اروندیان، ۱۳۹۱، ص ۲۴) و «تعالی روحی» (ستایش نانکلی، ۱۳۸۹ الف، ص ۴۶؛ نظری نوکانی، ۱۳۹۲، ص ۵۲) و در نتیجه رستگاری و «سعادت ابدی» (موحدی نائینی، ۱۳۹۰ الف، ص ۴۹؛ موحدی نائینی، ۱۳۹۰، ص ۷۱؛ موحدی نائینی، ۱۳۹۰، ص ۴۷) افراد می‌شود.

۹-۳. ارتباط با امر معنوی غیرمتعالی

ارتباط با امر قدسی و متعال از جمله مقومات تعریف معنویت است (پارگامنت، ۱۳۹۵، ص ۶۱). اما در معنویت گرایی جدید، تحت تأثیر هستی‌شناسی مونیستی، امر قدسی تعالی‌زدایی شده و به امر معنوی غیرمتعالی که در درون افراد و عالم سکونت دارد، کاهش یافته است. در این نگرش، خداوند به جای سکونت در عرش، در درون اشیاء سکونت دارد؛ و به مثابه انرژی حافظ و شعور کیهانی هدایتگر در پس فرایندهای تکاملی هستی درک می‌شود (شاکرنژاد، ۱۳۹۷، صص ۲۳۹-۲۴۳).

۶۱ درصد از پیشکسوتان یوگای ایران، یعنی ۱۶ نفر، در مصاحبه‌های خود، یوگا را ارتباط با امر معنوی غیرمتعالی معرفی کرده‌اند. الوهیت‌بخشی به کیهان و معرفی «اتحاد با روح کیهانی» (موسوی‌نسب، ۱۳۸۷، ص ۱۳) به عنوان هدف یوگا، به وضوح در کلمات این افراد به کار می‌رود. هما اروندیان به نقل از استاد خود، یوگا را عامل «ارتباط روح انسان

با الوهیت کیهانی» معرفی می‌کند (اروندیان، ۱۳۹۱، ص ۲۵).

از جمله تعبيرات مشابه ديگر در اين زمينه که در کلمات اين افراد زياد تکرار می‌شود، «آگاهی کیهانی» است. ارونديان در تبين جایگاه آگاهی کیهانی در یوگا می‌گوید: «یوگا با دیدی عرفانی، به خرد و آگاهی گسترده‌ای ایمان دارد که در تمام پهنای کائنات وجود دارد و به آن آگاهی کیهانی اطلاق می‌شود» (اروندیان، ۱۳۹۱، ص ۲۳).

بيان صریحی از هستی‌شناسی مونیستی حاکم بر اندیشه‌های اين افراد را در جمله‌ای از سيد جلال‌الدين موسوی‌نسب می‌توان یافت. وی در ضمن بیان خاطرات خود از فراگیری یوگا در هند می‌گوید: «کار خداست، عشق خداست، هر کسی خداست، همه چیز خداست، خدا همه چیز است» (موسوی‌نسب، ۱۳۸۷، ص ۱۴).

بر مبنای این نگرش مونیستی است که در کلام افراد مورد مطالعه در این تحقیق، وحدت با هستی و کیهان به‌عنوان مسیری برای اتصال به خداوند معرفی می‌شود که از روش یوگا به آن می‌توان دست یافت. حسین الماسیان می‌گوید: «یوگا، راه‌های عملی تفکر بر ذات متعال را به ما پیشنهاد می‌دهد تا در مرحله سامادهی [مرحله پایانی یوگا] وحدت و یکپارچگی با نفس کیهانی و اتصال با حوزه واحد میسر گردد و به تعبیر عرفان اسلامی، فناء فی الله» (الماسیان، ۱۳۹۵، ص ۴۸).

ایده مرکزی مونیسم، در میان معنویت‌گرایان جدید، به‌صورت اتحاد خدای متعالی با «خدای درون» تفسیر می‌شود (شاکرنژاد، ۱۳۹۷، ص ۲۲۸)؛ بنابراین انسان می‌تواند با شناخت خود، به خداشناسی نایل شده، و با حضور در درون خود با الوهیت ارتباط یابد (شاکرنژاد، ۱۳۹۷، ص ۲۵۱). شهناز عرفانی می‌گوید: «شما در یوگا با قلبتان حرف می‌زنید نه با ذهنتان که دائم باید خط زد و جابه‌جا کرد وقتی با قلبتان حرف می‌زنید، سخن خداست و تغییری در آن داده نمی‌شود؛ یعنی عمل شما در آگاهی مطلق است» (عرفانی، ۱۳۹۳، ص ۲۶). سهیلا موحدی، در کلام خود «طبیعت ذاتی انسان» و «ذات خداوندی» را هم‌تراز یکدیگر قرار می‌دهد و نتیجه مراحل والای یوگا را، در یگانگی با این مقوله معرفی می‌کند (موحدی، ۱۳۹۲، ص ۹). با درک این موضوع، رمز تأکید

مکرر پیشکسوتان یوگای ایران بر خداشناسی از روش خودشناسی حاصل از یوگا نیز روشن می‌شود.

۹-۴. معنای زندگی

برخی مقوله معنویت را از طریق کارکرد آن در معنا بخشی به زندگی خلاصه کرده‌اند (رستگار، ۱۳۸۹، ص ۵۸). ۲۰ نفر (۷۷ درصد) از پیشکسوتان یوگای ایران، یوگا را معنابخش زندگی خویش معرفی کرده‌اند. افسانه بدری کوهی یوگا را موجب تغییر نگرش به خود، زندگی و جهان پیرامون توصیف می‌کند که انسان را با عشق آشنا می‌کند و این عشق «سرمستی عظیم کیهانی» را به دنبال می‌آورد (بدری، ۱۳۹۱، ص ۴۹). حسین الماسیان می‌گوید: «اگر به آنها [دستورات یوگا] عمل شود، مفهوم حقیقی زندگی بر انسان فاش می‌گردد» (الماسیان، ۱۳۹۵، ص ۴۸) وی در جای دیگری یوگا را موجب دریافت «حقیقت زندگی» و موجب «شناخت علت غایی تولد و مرگ» معرفی می‌کند (الماسیان، ۱۳۹۵، ص ۳۶).

۹-۵. زندگی در لحظه حال

از جمله دستاوردهای مهمی که در کلمات ۱۱ نفر (۴۲ درصد) از پیشکسوتان یوگای ایران، برای یوگا معرفی می‌کنند، درک زندگی در لحظه حال است. مسعود مهدوی پور که دوره‌هایی نیز با عنوان «اینجا و اکنون» برگزار می‌کند (مهدوی پور، ۱۳۸۷، الف، ص ۱۹) در خصوص زندگی در لحظه حال می‌گوید: «او [فردی که یوگا کار می‌کند] در لحظه زندگی می‌کند و ریشه‌های روانی و ضمیرش با قدرت تمام در لحظه حال وجود داشته و حضور دارند» (مهدوی پور، ۱۳۸۷، ص ۱۰). احمد کسب‌خواه می‌گوید: «همه ما از یوگا آموخته‌ایم که ... از لحظه حال آگاه باشیم و بدانیم که جریان مقدس زندگی در وجودمان جاری است و زندگی را با شادی و شگفتی در آغوش بگیریم» (کسب‌خواه، ۱۳۹۳، ص ۲۲). زندگی در لحظه حال در عمل به معنای توجه به ذهنیات و ندهای درونی فرد است

که به عنوان راهنمایی معنوی، منبعی برای شناخت و تصمیم‌گیری‌های وی محسوب می‌شود (شاکر نژاد، ۱۳۹۷، ص ۲۶۶). شهناز عرفانی می‌گوید: «توصیه یوگا این است که نه در گذشته باشید که جز پشیمانی و ندامت چیزی نصیبتان نمی‌شود نه به آینده فکر کنید که جز نگرانی چیزی نمی‌بینید؛ پس در حال و در لحظه باشید تا با انرژی‌های الهی همسو شوید» (عرفانی، ۱۳۹۳، ص ۲۹) وی بیان می‌کند: «در یوگا با قلبتان حرف می‌زنید نه با ذهنتان که دائم باید خط زد و جابه‌جا کرد. وقتی با قلبتان حرف می‌زنید، سخن خداست و تغییری در آن داده نمی‌شود؛ یعنی عمل شما در آگاهی مطلق است» (عرفانی، ۱۳۹۳، ص ۲۶).

جدول ۴-۱: میزان درصد مولفه‌های معنویت‌گرایی جدید

عنوان	زندگی در لحظه حال	ارتباط با امر معنوی غیرمتعالی	معنای زندگی	درون‌گرایی	خودشناسی و خودسازی
درصد	۴۲٪	۶۱٪	۷۷٪	۸۴٪	۹۶٪

۹-۶. نسبت یوگا با مبانی اسلامی

وجود تعابیر مشترکی مانند دعوت به خودسازی، درون‌نگری، خودشناسی به منظور خداشناسی و ... در کلام مروجین یوگا و ادبیات معنویت اسلامی نایستی موجب تحلیل همراستایی یوگا با معنویت اصیل اسلامی شود؛ زیرا با نگرشی سیستمی به این آموزه‌ها، در ادبیات معنویت‌های نوظهوری همچون یوگا، تقابل جدی آنان با مبانی معنویت اسلامی روشن می‌شود.

در یوگا همچون سایر معنویت‌های نوظهور، پاسخ تمامی پرسش‌های معنوی انسان در درونش نهفته است و برای اعتبارسنجی این معرفت، نیازی به مراجعه به وحی نیست (شاکر نژاد، ۱۳۹۷، ص ۲۶۳). خداوند نیز مفهومی تعالی‌زدوده است، که تحت تأثیر هستی‌شناسی مونیستی، به جای سکونت در عرش، در درون اشیاء سکونت دارد

(شاکرنژاد، ۱۳۹۷، صص ۲۳۹-۲۴۰)، ذات وی همتراز ذات انسان تصویر می‌شود (موحدی، ۱۳۹۲، ص ۹) و با تعبیری چون روح کیهانی از آن یاد می‌شود (موسوی‌نسب، ۱۳۸۷، ص ۱۳)؛ بنابراین انسان می‌تواند با شناخت خود، به خداشناسی نایل شده، و با حضور در درون خود با الوهیت ارتباط یابد (شاکرنژاد، ۱۳۹۷، ص ۲۵۱).

این در حالی است که از منظر اسلامی پاسخ پرسش‌ها نزد خداوند است و خودشناسی (معرفت النفس) به عنوان مسیری برای معرفت به خدای «متعال» و درک عمیق‌تر از وحی الهی مطرح است (شاکرنژاد، ۱۳۹۷، ص ۲۶۳). مفهوم خودسازی و تعالی در ادبیات معنویت‌های نوظهوری چون یوگا نیز، نبایستی با نگرش معنویت اسلامی به این مفهوم اشتباه گرفته شود. چرا که خودسازی در معنویت‌های نوظهور، تهذیب و تکامل نفس، و در نتیجه فراروی از خود و فانی شدن در امر قدسی متعال نیست. معنویت‌گرایان جدید با تغییر نگاه سنتی به مفهوم «تعالی»، آن را در درون افراد می‌جویند (حمیدیه، ۱۳۹۱، ص ۲۸۷).

تأکید بر زندگی در لحظه حال در یوگا نیز برای بهره‌مندی از ندای درونی، به‌عنوان راهنمایی معنوی، کاربرد دارد (شاکرنژاد، ۱۳۹۷، ص ۲۶۶ و عرفانی، ۱۳۹۳، ص ۲۶). در این نگرش فلسفه وجودی نیاز به نبی و هدایت الهی رنگ می‌بازد؛ از این روست که نرگس شاکری، از پیشکسوتان یوگا، در کلامی صریح به نقل از یکی از معلمین قدیمی یوگا می‌گوید: «هیچ دینی کامل نیست، ولی یوگا کامل است» (شاکری، ۱۳۹۲، ص ۱۱).

نتیجه‌گیری

مسئله اصلی این پژوهش آن است که آیا پیشکسوتان یوگای ایران برای یوگا ابعادی معنوی قابل هستند یا خیر؟ محتوای مصاحبه ۲۶ نفر از پیشکسوتان یوگا بر اساس پنج متغیر معنویت‌گرایی جدید مورد تحلیل قرار گرفت. یافته‌ها نشان داد که ۹۶٪ این افراد در توصیف و تبیین یوگا از مفهوم «خودشناسی و خودسازی»، ۸۴٪ از مفهوم «درون‌گرایی» و ۴۲٪ به «زندگی در لحظه حال» اشاره کرده‌اند؛ همچنین ۶۱٪ از ایشان یوگا را عاملی برای «ارتباط با امر معنوی» و ۷۷٪ آن را «معنابخش زندگی» عنوان کرده‌اند.

نتایج این تحقیق نشان داد که پیشکسوتان یوگای ایران، یوگا را به‌عنوان امری معنوی در نظر دارند. این امر با نتایج تحقیقات پارک و همکارانش (۲۰۱۶) و همچنین پژوهش هنریشن شرمبس و ورستیخ (۲۰۱۱) مطابقت دارد. یافته‌های دو مطالعه اخیر نشان می‌دهند که انگیزه کارآموزان و مربیان یوگا در دو کشور آمریکا و آلمان، پس از مدتی از انگیزه ورزشی به انگیزه معنوی تغییر یافته است. میکلیس (۲۰۰۴) نیز هم جهت با نتایج این مقاله اعلام کرده است که روند آموزش یوگا در دوران مدرن و مفاهیمی که در آن بیان می‌شود، هویتی معنوی به یوگای مدرن بخشیده است.

نتایج تحقیقات مذکور اگر چه در اینکه یوگا در دوران معاصر هنوز ابعاد معنوی خود را حفظ کرده است، با یافته‌های پژوهش حاضر همخوانی دارد؛ ولی تمام این مطالعات بر روند گسترش یوگا و نگرش فعالان یوگا در کشورهای غربی متمرکز هستند. در این مقاله بیان شد که یوگا در منظر پیشکسوتان یوگای ایران دارای هویتی معنوی است و آنان در کلمات خود از مؤلفه‌های معنویت‌گرایی جدید در توصیف و تبیین یوگا استفاده می‌کنند.

در خصوص پژوهش‌های صورت گرفته بر روی یوگا در داخل کشور، حمیدیه (۱۳۹۲) در بررسی خود از محتوای منتشر شده در نشریه دانش یوگا، به روند قداست بخشی به یوگا در این مجله اشاره می‌کند که به نوعی همراستا با نتایج این مقاله است. اما از آنجا که مقاله حاضر نشان می‌دهد که یوگا در منظر پیشکسوتان این رشته در ایران مقوله‌ای معنوی تلقی می‌شود، می‌توان گفت: این روند قداست بخشی به یوگا تا حدود زیادی آگاهانه است. گفتنی است که سیدعبدالحمید موحدی نائینی، مدیر مسئول مجله دانش یوگا که نشریه‌اش ماده اصلی مطالعه حمیدیه را تشکیل داده است، خود یکی از پیشکسوتانی است که دیدگاه‌هایش در خصوص یوگا در این مقاله مورد بررسی قرار گرفته است.

مظاهری سیف (۱۳۹۴) در اثر خود با عنوان حقیقت یوگان نشان می‌دهد که اگرچه یوگا به‌عنوان ورزشی ذهنی-بدنی در افکار عمومی جای گرفته است، ولی با نگرشی سیستمی و با استناد به منابع فارسی موجود در خصوص یوگا، می‌توان پی به ابعاد عرفانی

و معنوی آن برد. از جمله افرادی که آثارش دستمایه مطالعه مظاهری سیف بوده است، می‌توان به سید جلال‌الدین موسوی‌نسب اشاره کرد که به‌عنوان یکی از پیشکسوتان یوگای ایران، در این پژوهش مورد بررسی قرار گرفته است.

در پژوهش پور ابراهیم و موحدیان عطار (۱۳۹۶) اگرچه در بخش‌هایی با تعدادی از پیشکسوتان فعال یوگا در ایران مصاحبه شده است، ولی از آنجا که هدف پژوهشگران این اثر مقایسه یوگای رایج در ایران با یوگای اصیل به‌عنوان مکتب عرفانی هندو بوده است، تلاشی نسبت به بررسی جامع دیدگاه این افراد در خصوص یوگا انجام نگرفته است. پژوهش حاضر علاوه بر این که به بررسی دیدگاه تعداد قابل توجهی از پیشکسوتان یوگای ایران پرداخته است؛ از آنجا که روش مورد استفاده در آن، یعنی تحلیل محتوا، در مقایسه با روش مصاحبه حضوری از مداخله و تاثیرگذاری کمتر پژوهشگر بر مصاحبه شونده برخوردار است، می‌توان گفت تبیین بی‌طرفانه‌تری از نگرش این افراد به یوگا را استنتاج کرده است.

یافته‌های تحقیق حاضر نشان داد که پیشکسوتان یوگای ایران، یوگا را با عناصر و مؤلفه‌های رایج در میان جریان‌های معنویت‌گرای جدید، توصیف و تبیین می‌کنند که در تعارض جدی با مبانی معنویت اصیل اسلامی است. از آنجا که پیشکسوتان هر رشته، نقش ویژه‌ای در هویت‌بخشی نسبت به رشته مورد نظر ایفا می‌کنند؛ می‌توان گفت که یوگا در جامعه کنونی ایران می‌تواند به‌عنوان یکی از جریان‌های معنویت‌گرای جدید، یا به تعبیر برخی محافل، یکی از عرفان‌های انحرافی نوظهور تلقی شود.

از آن جا که به گفته مسئولین مربوطه در انجمن یوگای ایران، یوگا در گستره‌ای وسیع و در قالب ۳۰۰۰ باشگاه اختصاصی و ۱۲۰۰۰ باشگاه عمومی در حال ترویج در کشور است (سومین سمینار علمی و تخصصی یوگا در کرج برگزار شد، ۱۳۹۶)، و سفیر هند در تهران در خلال مراسم روز جهانی یوگا و به نقل از متولیان این رشته در ایران ادعا می‌کند حدود سه میلیون ایرانی در این رشته مشغول فعالیت هستند (انجمن یوگای ایران، ۱۳۹۷)، ضروری است که پژوهشگران عرصه مطالعات معنویت، این پدیده را مورد بررسی و

مداقه جدی تری قرار دهند و زوایای گوناگون آن را برای مسئولین و افکار عمومی روشن نمایند.

نتایج این تحقیق همچنین می تواند، به عنوان هشدار برای مسئولین امر در نهادهای فرهنگی و اجتماعی کشور، به ویژه وزارت ورزش و جوانان، تلقی شود؛ و نظارت بر گسترش یوگا در کشور را با ضرورتی مضاعف پیگیری نمایند، زیرا با توجه به یافته های این پژوهش می توان یوگا را به نوعی در زمره معنویت های نوظهور ارزیابی کرد و غفلت از ترویج یوگا به این سبک می تواند منجر به بروز آسیب های جدی در عرصه ایمان و باور دینی مردم شود.

فهرست منابع

۱. اخوان، احمد. (۲۰۱۷م). خزیریوگا. بازیابی از:
<https://www.instagram.com/p/BWUg2VPhvzA>
۲. اروندیان، هما. (۱۳۹۱الف). با پیشکسوتان یوگای ایران آشنا شوید. دانش یوگا، (۵۵)، صص ۴۰-۴۱.
۳. اروندیان، هما. (۱۳۹۱ب). با پیشکسوتان یوگای ایران آشنا شوید. دانش یوگا، (۵۶)، صص ۲۲-۲۵.
۴. البرزی، منوچهر. (۱۳۸۹). با پیشکسوتان یوگای ایران آشنا شوید. دانش یوگا، (۴۴)، صص ۵۰-۵۴.
۵. الماسیان، حسین. (۱۳۹۵الف). از هینوتیز متایوگا و از یوگا تا اوج. دانش یوگا، (۹۱)، صص ۴۰-۴۱.
۶. الماسیان، حسین. (۱۳۹۵ب). از یوگا تا اوج. دانش یوگا، (۹۲)، صص ۴۸-۴۹.
۷. الماسیان، حسین. (۱۳۹۵ج). از یوگا تا اوج. دانش یوگا، (۹۶)، صص ۵۶-۵۷.
۸. الماسیان، حسین. (۱۳۹۵د). از یوگا تا اوج. دانش یوگا، (۹۴)، صص ۴۴-۴۵.
۹. الماسیان، حسین. (۱۳۹۵ه). از یوگا تا اوج. دانش یوگا، (۹۸)، صص ۳۶-۳۷.
۱۰. انجمن یوگای ایران (تهیه کننده). (۱۳۹۷). کلیپ روز جهانی یوگا بر بام تهران سی و یکم خرداد ۱۳۹۷. بازیابی از: <https://www.aparat.com/v/lgO7Z>
۱۱. بدری کوهی، افسانه. (۱۳۹۱). با پیشکسوتان یوگای ایران آشنا شوید. دانش یوگا، (۵۹)، صص ۴۸-۴۹.
۱۲. پارگامنت، کنت. (۱۳۹۵). روان درمانی آمیخته با معنویت: درک و شناسایی امر مقدس (مترجمان: سید محمد کلانتر کوشه، سیدمحمد حسینی، سجاد مطهری). تهران: آوای نور.

۱۳. چاترجی، ساتیش چاندرا؛ داتا، دهیرندرا موهان. (۱۳۸۴). معرفی مکتب‌های فلسفی هند (دانشگاه ادیان و مذاهب) (مترجم: فرناز ناظرزاده کرمانی). قم: دانشگاه ادیان و مذاهب.
۱۴. حمیدیه، بهزاد. (۱۳۹۱). معنویت در سبب مصرف. تهران: سازمان انتشارات پژوهشگاه فرهنگ و اندیشه اسلامی.
۱۵. حمیدیه، بهزاد. (۱۳۹۲). ساختار قداست‌بخشی نوپدید؛ مورد پژوهی یک شماره از نشریه دانش یوگا. راهبرد فرهنگ، ۲۲(۶)، صص ۳۵-۶۰.
۱۶. خردمند، لیلی. (۱۳۸۸). با پیشکسوتان یوگای ایران آشنا شوید. دانش یوگا، (۴۰)، صص ۱۵-۱۲.
۱۷. راهبریان، آزادمهر. (۲۰۱۷م). روز جهانی یوگا مدرسه سفارت هند ۳۱ خرداد ۱۳۹۶: Retrieved January 22, 2020, from <https://www.instagram.com/azadmehrrahbarian/>
۱۸. رستگار، عباسعلی. (۱۳۸۹). معنویت در سازمان با رویکرد روان‌شناختی. قم: دانشگاه ادیان و مذاهب.
۱۹. زند، سوسن. (۱۳۹۳). پیشکسوتان یوگا. دانش یوگا، (۷۷)، صص ۴۰-۴۱.
۲۰. ساتیاناندا ساراسواتی، سوامی. (۱۳۷۸). هاتا یوگا: تمرینات مقدماتی و پیشرفته (مترجم: جلال موسوی نسب مبارکه‌ای). تهران: فراروان.
۲۱. ستایش نانکلی، بدری. (۱۳۸۹الف). با پیشکسوتان یوگای ایران آشنا شوید. دانش یوگا، (۴۷)، صص ۱۸-۲۱.
۲۲. ستایش نانکلی، بدری. (۱۳۸۹ب). با پیشکسوتان یوگای ایران آشنا شوید. دانش یوگا، (۴۷)، صص ۱۸-۴۶.
۲۳. سومین سمینار علمی و تخصصی یوگا در کرج برگزار شد. (۱۳۹۶، ۲۴ آذر). [پایگاه خبری - تحلیلی قدس آنلاین]. بازیابی ۲۲ مرداد ۲۰۱۹، از <http://qudsonline.ir/news/578879/>
 سومین سمینار علمی - تخصصی یوگا در کرج برگزار شد.
۲۴. شاکر نژاد، احمد. (۱۳۹۷). معنویت‌گرایی جدید: مؤلفه‌های مفهومی، لوازم اعتقادی و نشانه‌های گفتگویی. قم: پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی.

۲۵. شاکری، نرگس. (۱۳۹۲ اسفند). با پیشکسوتان یوگای ایران آشنا شوید. دانش یوگا، (۶۵)، صص ۸-۱۱.
۲۶. شایگان، داریوش. (۱۳۶۲). ادیان و مکتب‌های فلسفی هند (ج ۲). تهران: امیرکبیر.
۲۷. شریعتی، سارا؛ باستانی، سوسن و خسروی، بهناز. (۱۳۸۶). جوامعی در نوستالژی اجتماع نگاهی به پدیده معنویت‌های جدید در ایران (از خلال مطالعه موردی دو نمونه از جمع‌های عرفانی - روان‌شناسی). مطالعات فرهنگی و ارتباطات، ۸(۳)، صص ۱۶۷-۱۹۵.
۲۸. عرب، حسین. (۱۳۹۷). جریان‌شناسی معنویت‌گرایی جدید در هند. در: مجموعه مقالات معنویت‌گرایی در جهان معاصر، صص ۳۲۵-۳۷۲. قم: مرکز بین‌المللی ترجمه و نشر المصطفی صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ
۲۹. عرفانی، شهناز. (۱۳۹۳). با پیشکسوتان یوگای ایران آشنا شوید. دانش یوگا، (۶۸).
۳۰. قائدی، محمدرضا؛ گلشنی علیرضا. (۱۳۹۵). روش تحلیل محتوا، از کمی‌گرایی تا کیفی‌گرایی. روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی، ۲۳(۷)، صص ۵۷-۸۲.
۳۱. کسب‌خواه، احمد. (۱۳۹۳). با پیشکسوتان یوگای ایران آشنا شوید. دانش یوگا، (۷۰)، صص ۲۱-۲۳.
۳۲. مظاهری سیف، حمیدرضا. (۱۳۹۴). حقیقت یوگا. قم: صهبای یقین.
۳۳. مظاهری سیف، حمیدرضا. (۱۳۹۵). آسیب‌شناسی شبه‌جنبش‌های معنوی. صهبای یقین.
۳۴. مهدوی‌پور، مسعود. (۱۳۸۷ الف). با بزرگان یوگای ایران آشنا شوید. دانش یوگا، (۳۱)، صص ۱۶-۲۰.
۳۵. مهدوی‌پور، مسعود. (۱۳۸۷ ب). آشنایی با پیشکسوتان یوگای ایران. دانش یوگا، (۳۲)، صص ۱۰-۱۵.
۳۶. موحدی نائینی، سید عبدالحمید. (۱۳۹۰ الف). با پیشکسوتان یوگای ایران آشنا شوید. دانش یوگا، (۴۸)، صص ۴۶-۴۹.
۳۷. موحدی نائینی، سید عبدالحمید. (۱۳۹۰ ب). با پیشکسوتان یوگای ایران آشنا شوید. دانش یوگا، (۵۰)، صص ۶۸-۷۱.

۳۸. موحدی نائینی، سید عبدالحمید. (۱۳۹۰ج). با پیشکسوتان یوگا آشنا شوید. دانش یوگا، (۵۱)، صص ۵۰-۵۳.
۳۹. موحدی نائینی، سید عبدالحمید. (۱۳۹۰د). با پیشکسوتان یوگای ایران آشنا شوید. دانش یوگا، (۵۲)، صص ۴۶-۴۷.
۴۰. موحدی، سهیلا. (۱۳۹۲). با پیشکسوتان یوگای ایران آشنا شوید. دانش یوگا، (۶۳)، صص ۸-۱۱.
۴۱. موحدیان عطار، علی. (۱۳۸۹). جستاری در نجات‌شناسی یگه. معرفت ادیان، ۴(۱)، صص ۱۳۳-۱۶۴.
۴۲. موحدیان عطار، علی؛ پورابراهیم، محمد. (۱۳۹۶). یوگا در ایران: بررسی و نقد یوگای رایج در ایران با نظر به منابع اصلی یوگایی. (دانشگاه ادیان و مذاهب). قم: دانشگاه ادیان و مذاهب.
۴۳. موسوی‌نسب، سیدجلال الدین. (۱۳۸۷). با پیشکسوتان یوگای ایران آشنا شوید. دانش یوگا، (۳۴)، صص ۱۲-۱۷.
۴۴. موقر، مجید. (۱۳۴۶الف). آموزشگاه یوگا (یوگا چیست؟ و یوگی کیست؟). دانش یوگا، ۱۴۳(۱۳)، صص ۲۰۵-۲۱۳.
۴۵. موقر، مجید. (۱۳۴۶ب). یوگا را بهتر بشناسید. دانش یوگا، ۱۴۶(۱۳)، صص ۴۴۵-۴۴۶.
۴۶. میرحسینی، سیما. (۱۳۹۲). با پیشکسوتان یوگای ایران آشنا شوید. دانش یوگا، (۶۴)، صص ۸-۱۱.
۴۷. نظری نوکانی، مهرانگیز. (۱۳۹۲). با پیشکسوتان یوگای ایران آشنا شوید. دانش یوگا، (۶۱)، صص ۵۰-۵۳.
۴۸. نلسون، جیمز. (۱۳۹۵). روان‌شناسی، دین و معنویت (مترجمان: مسعود آذربایجانی و امیر قربانی). قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
۴۹. نیک‌افشان، هاله. (۱۳۸۱). آشنایی با سبک‌های یوگا: بهار. دانش یوگا، (۳)، صص ۳۲-۳۵.
۵۰. وضعیت‌سنجی یوگا در حوزه نشر. (۱۳۹۶). قم: موسسه علمی فرهنگی بهداشت معنوی.

۵۱. ووده‌د، لیندا. (۱۳۹۶). ادیان در دنیای مدرن (مترجمان: حمید رضانیا و عبدالله غلامرضا کاشی). قم: دانشگاه ادیان و مذاهب.
۵۲. ویوکاناندا، سوامی. (۱۳۷۵). تسخیر طبیعت درون (مترجم: حسین آرومندی). تهران: بهجت.
53. Campbell, Colin. (2007). *The Easternization of the West: A Thematic Account of Cultural Change in the Modern Era*. Paradigm Publishers.
54. Goldberg, Elliott. (2016). *The Path of Modern Yoga: The History of an Embodied Spiritual Practice*. Simon and Schuster.
55. Goldsmith, Margie. (2011, April 22). Swami Buaji, Yogi, Said to Be 116 Years Old. Retrieved May 12, 2019, from https://www.huffpost.com/entry/swami-buaji-116-yogi_b_851710
56. Henrichsen-Schrembs, Sabine; & Versteeg, Peter. (2011). A Typology of Yoga Practitioners: Towards a Model of Involvement in Alternative Spirituality. *Practical Matters*, (4), pp. 1-19. Retrieved from <http://practicalmattersjournal.org/2011/03/01/a-typology-of-yoga-practitioners-towards-a-model-of-involvement-in-alternative-spirituality/>
57. Jain, Andrea R. (2014). *Selling Yoga: From Counterculture to Pop Culture*. Oxford University Press.
58. Jensen, Pauline S.; & Kenny, Dianna T. (2004). The effects of yoga on the attention and behavior of boys with Attention-Deficit/ hyperactivity Disorder (ADHD). *Journal of Attention Disorders*, 7(4), pp. 205-216. <https://doi.org/10.1177/108705470400700403>
59. Krisanaprakornkit, Thawatchai; Ngamjarus, Chetta; Witoonchart, Chartree; & Piyavhatkul, Nawanant. (2010). Meditation therapies for attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD). *The Cochrane Database of Systematic Reviews*, (6), CD006507. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD006507.pub2>
60. Michelis, Elizabeth De. (2004). *A History of Modern Yoga: Patan~jali and Western Esotericism*. Continuum.

61. Park, Crystal L.; Riley, Kristen E.; Bedesin, Elena; & Stewart, V. Michelle. (2016). Why practice yoga? Practitioners' motivations for adopting and maintaining yoga practice. *Journal of Health Psychology*, 21(6), pp. 887-896. <https://doi.org/10.1177/1359105314541314>
62. Saper, Robert B.; Eisenberg, David M.; Davis, Roger B.; Culpepper, Larry; & Phillips, Russell S. (2004). Prevalence and patterns of adult yoga use in the United States: results of a national survey. *Alternative Therapies in Health and Medicine*, 10(2), pp. 44-49.
63. Singleton, Mark. (2010). *Yoga Body: The Origins of Modern Posture Practice*. OUP USA.
64. Uebelacker, Lisa A.; Epstein-Lubow, Gary; Gaudiano, Brandon A.; Tremont, Geoffrey; Battle, Cynthia L.; & Miller, Ivan W. (2010). Hatha yoga for depression: critical review of the evidence for efficacy, plausible mechanisms of action, and directions for future research. *Journal of Psychiatric Practice*, 16(1), pp. 22-33. <https://doi.org/10.1097/01.pra.0000367775.88388.96>
65. Woolery, Alison; Myers, Hector; Sternlieb, Beth; & Zeltzer, Lonnie. (2004). A yoga intervention for young adults with elevated symptoms of depression. *Alternative Therapies in Health and Medicine*, 10(2), pp. 60-63.
66. Yoga Journal; & Yoga Alliance. (2016). The 2016 Yoga in America Study. Retrieved November 01, 2019, from <https://www.yogajournal.com/page/yogainamericastudy>.

References

1. Mahdavi-pour, M. (1387 a AP). Get to Know the Greats of Yoga in Iran. *Danesh-e Yoga*, (31), pp. 16-20. [In Persian]
2. Akhavan, A. (2017). *Khaziryoga*. Retrieved from <https://www.instagram.com/p/BWUg2VPhvzA/> [In Persian]
3. Alborzi, M. (1389 AP). Get acquainted with the pioneers of yoga in Iran. *Danesh-e Yoga*, (44), pp. 50-54. [In Persian]
4. Almasian, H. (1395 a AP). From hypnotic metayoga to yoga to the summit. *Danesh-e Yoga*, (91), pp. 40-41. [In Persian]
5. Almasian, H. (1395 b AP). From yoga to the summit. *Danesh-e Yoga*, (92), pp. 48-49. [In Persian]
6. Almasian, H. (1395 c AP). From yoga to the summit. *Danesh-e Yoga*, (96), pp. 56-57. [In Persian]
7. Almasian, H. (1395 d AP). From yoga to the summit. *Danesh-e Yoga*, (94), pp. 44-45. [In Persian]
8. Almasian, H. (1395 e AP). From yoga to the summit. *Danesh-e Yoga*, (98), pp. 36-37. [In Persian]
9. Arab, H. (1397 AP). Flow Analysis of New Spirituality in India. *Collection of Articles on Spirituality in the Contemporary World*, pp. 325-372. Qom: International Center for Translation and Publication of Al-Mustafa. [In Persian]
10. Arvandian, H. (1391 a AP). Get acquainted with the pioneers of yoga in Iran. *Danesh-e Yoga*, (55), pp. 40-41.
11. Arvandian, H. (1391 b AP). Get acquainted with the pioneers of yoga in Iran. *Danesh-e Yoga*, (56), pp. 22-25. [In Persian]
12. Badri Kouhi, A. (1391 AP). Get acquainted with the pioneers of yoga in Iran. *Danesh-e Yoga*, (59), pp. 48-49. [In Persian]
13. Campbell, C. (2007). *The Easternization of the West: A Thematic Account of Cultural Change in the Modern Era*. Paradigm Publishers.

14. Chatterjee, S. C., & Data, D. M. (1384 AP). *Introduction to Indian philosophical schools (University of Religions and Denominations)* (F. Nazerzadeh Kermani, Trans.). Qom: University of Religions and Denominations. [In Persian]
15. Erfani, S. (1393 AP). Get to Know the Pioneers of Yoga in Iran. *Danesh-e Yoga*, (68). [In Persian]
16. Ghaedi, M. R., & Golshani, A. (1395 AP). Content Analysis Method: From Quantitative to Qualitative. *Psychological Methods and Models*, 23(7), pp. 57-82. [In Persian]
17. Goldberg, E. (2016). *The Path of Modern Yoga: The History of an Embodied Spiritual Practice*. Simon and Schuster.
18. Goldsmith, M. (2011). Swami Buaji, Yogi, Said to Be 116 Years Old. Retrieved May 12, 2019, from https://www.huffpost.com/entry/swami-buaji-116-yogi_b_851710.
19. Hamidieh, B. (1391 AP). *Spirituality in Consumption Basket*. Tehran: Publishing Organization of the Institute for Cultural and Islamic Studies. [In Persian]
20. Hamidieh, B. (1392 AP). Emergence of New Sanctification Structure: A Case Study of an Issue of Danesh-e Yoga Journal. *Rahbord-e Farhang*, 22(6), pp. 35-60. [In Persian]
21. Henrichsen-Schrembs, S., & Versteeg, P. (2011). A Typology of Yoga Practitioners: Towards a Model of Involvement in Alternative Spirituality. *Practical Matters*, (4), pp. 1-19. Retrieved from <http://practicalmattersjournal.com>. https://www.huffpost.com/entry/swami-buaji-116-yogi_b_851710
22. Iran Yoga Association. (1397 AP). *World Yoga Day clip on the roof of Tehran, 31st of Khordad 1397*. Retrieved from <https://www.aparat.com/v/lgO7Z> . [In Persian]

23. Jain, A. (2014). *Selling Yoga: From Counterculture to Pop Culture*. Oxford University Press.
24. Jensen, P., & Kenny, D. (2004). The effects of yoga on the attention and behavior of boys with Attention-Deficit/ hyperactivity Disorder (ADHD). *Journal of Attention Disorders*, 7(4), pp. 205-216. <https://doi.org/10.1177/108705470400700403>
25. Kasbkhah, A. (1393 AP). Get to Know the Pioneers of Yoga in Iran. *Danesh-e Yoga*, (70), pp. 21-23. [In Persian]
26. Kheradmand, L. (1388 AP). Get to Know the Pioneers of Yoga in Iran. *Danesh-e Yoga*, (40), pp. 12-15. [In Persian]
27. Krisanaprakornkit, Th., Ngamjarus, Ch., Witoonchart, Ch., & Piyavhatkul, N. (2010). Meditation therapies for attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD). *The Cochrane Database of Systematic Reviews*, (6), CD006507. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD006507.pub2>
28. Mahdavi pour, M. (1387 b AP). Introduction to the Pioneers of Yoga in Iran. *Danesh-e Yoga*, (32), pp. 10-15. [In Persian]
29. Michelis, E. (2004). *A History of Modern Yoga: Patan-jali and Western Esotericism*. Continuum.
30. Mirhosseini, S. (1392 AP). Get to Know the Pioneers of Yoga in Iran. *Danesh-e Yoga*, (64), 8-11. [In Persian]
31. Mohaddi Nayini, S. A. (1390 c AP). Get to Know the Pioneers of Yoga. *Danesh-e Yoga*, (51), pp. 50-53. [In Persian]
32. Mousavi Nasab, S. J. (1387 AP). Get to Know the Pioneers of Yoga in Iran. *Danesh-e Yoga*, (34), pp. 12-17. [In Persian]
33. Movagharr, M. (1346 a AP). Yoga Institute (What is Yoga? Who is a Yogi?). *Danesh-e Yoga*, 143(13), pp. 205-213. [In Persian]
34. Movagharr, M. (1346 b AP). Get to Know Yoga Better. *Danesh-e Yoga*, 146(13), 445-446. [In Persian]

35. Movahedi Nayini, S. A. (1390 a AP). Get to Know the Pioneers of Yoga in Iran. *Danesh-e Yoga*, (48), pp. 46-49. [In Persian]
36. Movahedi Nayini, S. A. (1390 b AP). Get to Know the Pioneers of Yoga in Iran. *Danesh-e Yoga*, (50), pp. 68-71. [In Persian]
37. Movahedi Nayini, S. A. (1390 d AP). Get to Know the Pioneers of Yoga in Iran. *Danesh-e Yoga*, (52), pp. 46-47. [In Persian]
38. Movahedi, S. (1392 AP). Get to Know the Pioneers of Yoga in Iran. *Danesh-e Yoga*, (63), pp. 8-11. [In Persian]
39. Movahedian Atar, A. (1389 AP). A Study on Salvation in Yaga. *Marefat-e Adyan*, 4(1), 133-164. [In Persian]
40. Movahedian Atar, A., & Pour Ebrahim, M. (1396 AP). *Yoga in Iran: An Investigation and Critique of Common Yoga in Iran with Reference to Primary Yoga Sources*. Qom: University of Religions and Denominations. [In Persian]
41. Mozaheri Seif, H. (1394 AP). *The Truth of Yoga*. Qom: Sahba-ye Yaqin. [In Persian]
42. Mozaheri Seif, H. (1395 AP). *Pathology of Spiritual Pseudo-Movements*. Sahba-ye Yaqin. [In Persian]
43. Nanakali, B. S. (1389 a AP). Get to Know the Pioneers of Yoga in Iran. *Danesh-e Yoga*, (47), pp. 18-21. [In Persian]
44. Nanakali, B. S. (1389 b AP). Get to Know the Pioneers of Yoga in Iran. *Danesh-e Yoga*, (47), pp. 18-46. [In Persian]
45. Nazari Nokani, M. (1392 AP). Get to Know the Pioneers of Yoga in Iran. *Danesh-e Yoga*, (61), pp. 50-53. [In Persian]
46. Nelson, J. (1395 AP). *Psychology, Religion, and Spirituality* (M. Azarbayjani., & A. Ghorbani, Trans.). Qom: Institute for Hawza Studies and University. [In Persian]
47. Nikafshan, H. (1381 AP). Introduction to Yoga Styles: Bihar. *Danesh-e Yoga*, (3), pp. 32-35. [In Persian]

48. Pargament, K. (1395 AP). *Spiritually integrated psychotherapy: Understanding and identifying the sacred* (M. Kalantarkoosheh., M. Hosseini., & S. Motahari, Trans.). Tehran: Avaye Noor. [In Persian]
49. Park, C., Riley, K., Bedesin, E., & Stewart, V. (2016). Why practice yoga? Practitioners' motivations for adopting and maintaining yoga practice. *Journal of Health Psychology, 21*(6), pp. 887-896. <https://doi.org/10.1177/1359105314541314>
50. Rahbarian, A. (2017). International Day of Yoga at the Indian Embassy School, Khordad 31, 1396 AP. Retrieved January 22, 2020, from <https://www.instagram.com/azadmehrrahbarian/>
51. Rastegar, A. (1389 AP). *Spirituality in Organizations from a Psychological Perspective*. Qom: University of Religions and Denominations. [In Persian]
52. Saper, R., Eisenberg, David, M., Davis, R., Culpepper, L., & Phillips, R. (2004). Prevalence and patterns of adult yoga use in the United States: results of a national survey. *Alternative Therapies in Health and Medicine, 10*(2), pp. 44-49.
53. Saraswati, S. S. (1378 AP). *Hatha Yoga: Basic and Advanced Practices* (J. Mousavi Nasab Mobarakeh, Trans.). Tehran: Fararavan. [In Persian]
54. Shaigan, D. (1362 AP). *Religions and Philosophical Schools of India* (Vol. 2). Tehran: Amir Kabir. [In Persian]
55. Shakernezhad, A. (1397 AP). *New Spirituality: Conceptual Components, Belief Objects, and Discursive Symbols*. Qom: Institute for Islamic Sciences and Culture. [In Persian]
56. Shakery, N. (1392 AP). Get to Know the Pioneers of Yoga in Iran. *Danesh-e Yoga, (65)*, pp. 8-11. [In Persian]
57. Shariati, S., Bastani, S., & Khasravi, B. (1386 AP). Communities in Social Nostalgia: A Look at the Phenomenon of New Spirituality in Iran (Through the Case Study of Two Examples of Mystical-Psychological Groups). *Cultural Studies and Communications, 8*(3), pp. 167-195. [In Persian]

58. Singleton, M. (2010). *Yoga Body: The Origins of Modern Posture Practice*. OUP USA.
59. *Survey of Yoga Publications*. (1396 AP). Qom: Scientific and Cultural Institute of Spiritual Health. [In Persian]
60. The Third Scientific and Specialized Yoga Seminar was held in Karaj (1396 AP, 24 Azar). [Quds Online News - Analytical]. Retrieved August 22, 2019, from <http://qudsonline.ir/news/578879/> [In Persian]
61. Uebelacker, L., Epstein-Lubow, G., Gaudiano, B., Tremont, G., Battle, C., & Miller, I. (2010). Hatha yoga for depression: critical review of the evidence for efficacy, plausible mechanisms of action, and directions for future research. *Journal of Psychiatric Practice*, 16(1), pp. 22-33. <https://doi.org/10.1097/01.pra.0000367775.88388.96>
62. Vivekananda, S. (1375 AP). *Conquest of Inner Nature* (H. Arezoumandi, Trans.). Tehran: Bahjat. [In Persian]
63. Woodhead, L. (1396 AP). *Religions in the Modern World* (H. Rezanian., & A. Gholamreza Kashi, Trans.). Qom: University of Religions and Denominations. [In Persian]
64. Woolery, A., Myers, H., Sternlieb, B., & Zeltzer, L. (2004). A yoga intervention for young adults with elevated symptoms of depression. *Alternative Therapies in Health and Medicine*, 10(2), pp. 60-63.
65. Yoga Journal., & Yoga Alliance. (2016). The 2016 Yoga in America Study. Retrieved November 01, 2019, from <https://www.yogajournal.com/page/yogainamericastudy>.
66. Zand, S. (1393 AP). *Yoga Pioneers*. Danesh-e Yoga, (77), pp. 40-41. [In Persian]