

## 551232 - ما حكم عمل تمارين يوجا لشد الوجه؟

### السؤال

ظهرت مؤخراً تقنية الـ face yoga، وهي تمارين للحفاظ على شدّ الوجه أو تصغيره، أو زيادة تناسق الوجه بحيث يكون الجانب الأيمن مطابقاً للأيسر، فهل يجوز القيام بها؟

### الإجابة المفصلة

الحمد لله.

أولاً:

لا حرج في عمل تمارين الوجه لشد عضلات الوجه، أو رفع الحاجبين، أو المساعدة على تنحيف الوجه أو الشفاه أو تقليل التجاعيد، ولا يعد ذلك من تغيير خلق الله، بل هو محافظة على الخلقة أو رد إليها، كما بينا في جواب السؤال رقم: (509132)

ثانياً:

اليوجا رياضة أصلها من العقيدة الوثنية الهندوسية، ثم البوذية، وهي ليست مجرد تمارين، بل لها تعلق وثيق بالشرك، وعبادة غير الله، فالممارسون لها يتوجهون بعبادتهم إلى الشمس، ويرددون كلمات معينة، منها أسماء الشمس، وقد بينا في جواب السؤال رقم: (101591)، ورقم: (402727) تحريم هذه الرياضة.

ولهذا من اقتصر على مجرد تمارين شد الوجه، على طريقة المدربين العارفين، أو أطباء العلاج الطبيعي، دون ربط الأمر بالشمس، أو التوجه إليها، أو ترديد كلمات، فلا حرج، وينبغي ألا تسمى حينئذ يوجا الوجه، بل يقال: تمارين الوجه.

وأما إن أضيف إلى ذلك شيء من الوثنية التي في اليوجا، فإنه يحرم أداء هذه التمارين.

والله أعلم.