

Trochę inaczej o jodze wywiad z Maciejem Wielobobem

Rozmawia: Urszula Szczepaniak

wywiad ukazał się w ORGANIC 5 (8) 2012

Urszula Szczepaniak: Witaj, Maćku. Chciałabym porozmawiać z tobą o historii jogi. Zaczę jednak nietypowo, bo od współczesności. Jaka jest joga dzisiaj?

Odnoszę wrażenie, że bardzo wielu nauczycieli i instruktorów spłyca jej przekaz do praktyki fizycznej. Być może jest tak, że my - Europejczycy, wstydzimy się duchowości, nie chcemy o niej pamiętać, a osoby prowadzące zajęcia z jogi celowo obniżają poprzeczkę, żeby nie zniechęcić klientów. Z drugiej strony są ludzie, którzy na serio traktują starożytne teksty o oświeceniu i dążeniu do wewnętrznej wolności. Jak więc jest obecnie? Czy jest jakiś możliwy do zauważenia kierunek w stronę którego rozwija się nauczanie jogi?

Maciej Wielobób: Rzeczywiście, wyraźnie zauważalne są dwa nurty, zarówno wśród uczniów, jak i nauczycieli czy instruktorów. Z jednej strony mamy osoby poszukujące głębokiej transformacji przez rozmaite narzędzia jogi - a więc nie tylko pozycje jogi, ale i praktyki oddechowo-koncentracyjne oraz medytację, czy praktyki zmiany postaw i zachowań. Z drugiej strony są osoby, które pojawią się na zajęciach jogi, ponieważ akurat joga jest modna albo po prostu poszukują ciekawej formy fitnessu. Są szkoły i nauczyciele reprezentujący pierwszy nurt, są centra i instruktorzy reprezentujący drugi nurt. Niewątpliwie więcej jest miejsc sprzedających komercyjny produkt z etykietką „joga”, który oczywiście średnio jest spójny z tym, co tradycyjnie określiliby się tym mianem. Czy to dobrze czy źle? Trudno jednoznacznie odpowiedzieć. Z jednej strony pluralizm jest korzystny, osoby zainteresowane podejściem „fitnessowym” pójdą do miejsc, które oferują takie podejście, a „poszukiwacze” trafią do nauczycieli, którzy odpowiedzą na ich trudne pytania. Z drugiej strony, gdy zaciera się znaczenie terminu joga to może powstawać niepotrzebne zamieszanie i nierealne oczekiwania. Trudno mi powiedzieć czy to problem naszych czasów. Wydaje się, że nawet w stosunkowo dawnej historii jogi byli tacy, którzy postępowali w zgodzie z tradycją lub lekceważyli tę tradycję. Oczywiście tysiąc czy dwa tysiące lat temu wyglądało to na pewno inaczej niż obecnie.

US: Jak mogła wyglądać joga dwa tysiące lat temu? Bardzo różniła się od współczesnej?

MW: *Dwa tysiące lat temu prawdopodobnie najsilniejszą ścieżką w Indiach, choć nie jedyłą, była szkoła jogi klasycznej Patañdzalego. W związku z tym możemy podejrzewać, że praktyka była ukierunkowana przede wszystkim na studiowanie tekstów i mantr oraz medytację. Raczej nie praktykowano asan (pozycji jogi), a nawet jeśli - to w bardzo okrojonym zakresie. System asan zaczął się formalizować później, od około IX wieku wżwyz.*

US: Z tego co mówisz dawni jogini przypominali bardziej mnichów. Czyli można wyobrazić sobie, że młodzi chłopcy, bo przypuszczam, że nie dziewczęta porzucali dom rodzinny, udawali się do aśramów, w których przez lata oddając się postom i medytacjom, dążyli do oświecenia? Tak to mogło wyglądać?

MW: *To nie do końca tak. W Indiach w rodzinach bramińskich funkcjonowała koncepcja 4 stadiów życia. Pierwszy okres, który trwa do około 25. roku życia, to stadium bramacarina, czyli studenta żyjącego w celibacie. Potem brahmacarin stawał się grihastą (głową rodziny), realizując się rodzinie - biorąc ślub, płodząc dzieci, pracując zawodowo. Ten okres teoretycznie trwał do około 50. roku życia, potem grihasta stawał się wanaprasthą (dosłownie: mieszkającym w lesie). Odsuwał się na margines społeczeństwa, nie porzucając jednak całkowicie obowiązków społecznych. W ostatnim okresie, gdy wanaprastha poczuł się gotowy, zostawał sanjasinem (porzucającym). W tym okresie bramin odsuwał się całkowicie od społeczeństwa, by zrealizować jak najpełniej cele duchowe.*

Odnosząc się do tej koncepcji, chłopiec był wysyłany do nauczyciela w okresie brahmacaryi, wówczas uczył się sanskryckich tekstów na pamięć i nabywał wprawy w rytuałach, które odprawiają bramini. Praktyka medytacyjna była przeznaczona raczej na dwa ostatnie okresy, po spełnieniu zobowiązań społecznych. Natomiast warto powiedzieć, że jogini często byli poza tym systemem, odrzucali rytuały zewnętrzne na rzecz ofiary wewnętrznej w postaci medytacji, więc byli w opozycji do braminizmu, a później hinduizmu. Dlatego też oddawali się praktyce, odchodząc od społeczeństwa często dużo wcześniej. To była też droga praktyki dla kobiet, zostać joginią, porzucając wszelkie społeczne oczekiwania wobec kobiet. Ot, starożytny feminizm.

Tak czy inaczej 2000 lat temu studia raczej odbywały się u indywidualnych nauczycieli. Zazwyczaj uczeń mieszkał z nauczycielem i w ramach zapłaty za nauczanie wykonywał

pomocnicze prace w domu: sprzątanie, prace ogrodnicze, rąbanie drzewa. System aśramów, indyjskich klasztorów, rozwinął się na większą skalę dopiero za sprawą działalności Adi Śankary, prawdopodobnie na przełomie VII i VIII wieku naszej ery.

US: Jeśli rozmawiamy o historii jogi, musimy wspomnieć o postaci Krishnamacharayi, który żył w latach 1888-1989. W jakim stopniu stworzył on współczesną jogę? Czy jest prawdą, że większość nauczanych obecnie pozycji została przez niego wymyślona i że inspirował się angielską gimnastyką?

MW: *Krishnamacharya rzeczywiście był niezwykle postacią. Był niezwykle wykształcony, posiadał sześć tradycyjnych tytułów równoznacznych doktoratom z różnych dziedzin filozofii, a oprócz tego był wybitnym znawcą sanskrytu i ajurwedy - medycyny indyjskiej. Jego nauczanie było czymś zupełnie wyjątkowym i nowatorskim w tradycji jogi. Oczywiście, jak większość nauczycieli indyjskich powoływał się na starożytny rodowód swojego sposobu nauczania, jednakże historycznie nie ma na to żadnych dowodów, wręcz odwrotnie.*

Jego nauczanie było innowacyjne z trzech powodów. Po pierwsze, jako jedna z dwóch osób w tamtym czasie (drugą był Swami Sivananda) zaczął masowo nauczać jogi, także kobiet z Zachodu. Po drugie, odwrócił dotychczasowe podejście do nauczania jogi i jako początkowy element tego nauczania wprowadził praktykę asan, pozycji jogi. Po trzecie, wprowadził nowe podejście do praktyki asan, oparte o synchronizację ruchu z oddechem i przewagę praktyki w ruchu od statycznego trwania w danej pozycji jogi. Zreformował też formalny system asan, nauczał około tysiąca pozycji jogi, więcej niż jakikolwiek inny nauczyciel. Faktycznie, pewne inspiracje prawdopodobnie odnalazł też w brytyjskiej gimnastyce, oczywiście nie bezpośrednio.

US: Można powiedzieć, że Krishnamacharaya nadał jodze nowego charakteru. Jaka więc była ona wcześniej? Czy również były w niej podobne przełomy?

MW: *Cóż, joga charakteryzuje się tym, że jest żywym systemem i na dodatek niejednorodnym. Nie jest tak, że od czasów upaniszadowych rozwija się jedna linia jogi. Zawsze było kilka, że tak powiem, linii konkurencyjnych filozoficznie, które używały nieco innych narzędzi pracy i wychodziły od innych koncepcji. Termin joga jest bardzo szeroki, z jednej strony używają go osoby, którym zależy tylko na doskonałości gimnastycznej w pozycjach jogi, a z drugiej sankhja-jogini, sufi, jogini z tradycji Nathów,*

buddyści.

Ale skoro już pytamy o takie wydarzenia przełomowe w jodze to pozwolę sobie wymienić kilka. Po pierwsze, czas powstawania Upaniszad to ważny moment dla tradycji jogi. Następnie działalność Kapili i powstanie filozofii sankhji, z której potem narodzi się joga klasyczna. Nieco później Budda, którego ścieżka nosiła w sobie znamiona metod jogi oraz nauczanie Patańdzalego, twórcy Jogasutr i jogi klasycznej. Prawie dziesięć wieków później, około IX wieku naszej ery, zrodził się kolejny istotny nurt - tradycja Nathów i hatha joga (hatha vidya). Ten nurt - oparty o ezoteryczną koncepcję ciała - był najbardziej żywy między IX a XVII wiekiem naszej ery. Z kolei w XIII wieku Moinuddin Chishti zaczyna nauczać sufizmu w Indiach. Kolejny przełom to już XX wiek i działalność Krishnamacharyi, Swamiego Sivanandy i ich uczniów. To oczywiście duże uproszczenie. Było w tradycji jogi wiele postaci tak samo albo i bardziej wybitnych niż wymienieni przeze mnie, ale starałem się tutaj wskazać na główny nurt jogi, pewien mainstream.

US: Czy zachował się najstarszy, oryginalny tekst poświęcony jodze?

***MW:** Najstarszym tekstem poruszającym tematy związane z jogą są Wedy, głównie najmłodsza ich część - Upaniszady. Następnie była jeszcze Bhagavatgita. Jogasutry, przypisywane Patańdzalemu, powstały w III wiekup.n.e. i koncentrują się tylko i wyłącznie na jodze, jak również robią to w bardzo precyzyjny sposób. Żadne teksty tradycyjne w Indiach nie były zapisywane, przekazywano je w sposób ustny, przynajmniej do XIX/XX wieku. Oczywiście nie mamy nigdy stuprocentowej gwarancji wiarygodności, ale warto powiedzieć, że wiele rodzin braminów w Indiach stosuje do dziś proste mnemotechniki, które pozwalają im zapamiętać bardzo długie teksty w sanskrycie. Co ciekawe, te osoby są często chodzącymi dyktafonami, ponieważ potrafią odtworzyć tekst danego traktatu, nie rozumiejąc zupełnie zawartości.*

US: Czy w historii jogi są niewyjaśnione tajemnice, zagadki, czy zwyczajnie rzeczy, które zostały zapomniane?

***MW:** Niemożliwe jest ujęcie dwóch elementów bardzo ważnych, o ile nie najważniejszych, w rozwoju jogi. Po pierwsze, systemu przekazu opartego o nieprzerwaną sukcesję w relacji nauczyciel-uczeń. To bardzo intymna relacja, oparta o rytuał inicjacyjny. Po drugie, niemożliwe jest również pokazanie historii pewnych praktyk, które są udostępniane dopiero uczniom na pewnym poziomie zaawansowania*

medytacyjnego, a więc dostępne są w tylko i wyłącznie w szkole wewnętrznej, po inicjacji i zrealizowaniu określonych praktyk wstępnych. Nie przeczyta się o tych praktykach w żadnej książce, nawet w klasycznym traktacie.

US: Chciałabym cię jeszcze spytać o same asany, bo to z nimi kojarzona jest współcześnie joga. Jaka jest najstarsza asana? Czy nadal wymyśla się nowe i czy istnieje jakaś standaryzacja - ta pozycja ma wyglądać tak, a nie inaczej?

***MW:** Nigdy nie badałem tekstów źródłowych pod tym kątem jakoś bardzo dokładnie, ale niewątpliwie najstarszą asaną była jakaś pozycja siedząca do medytacji. Takie też jest pierwotne znaczenie tego terminu - pozycja do siedzenia w medytacji. Prawdopodobnie powstają wciąż nowe asany, choćby przez dostosowanie asan do osób z różnymi schorzeniami. Co do prób standaryzacji – owszem, są takie próby. Z jednej strony niektóre organizacje, jak np. organizacja Iyengara czy Sivanandy, nauczają pewnego standaryzowanego dla siebie sposobu wykonania danej pozycji. Z drugiej strony rząd indyjski tworzy w tej chwili bazę asan i ich wariantów, nie tyle nawet w celu standaryzacji, co w celu pokazania bogactwa starożytnej wiedzy i zapobiegania próbom patentowania tej wiedzy, które miały miejsce ostatnimi laty w Stanach Zjednoczonych.*

US: Na koniec jeszcze pytanie, może prowokacyjne: czy warto znać historię jogi? Czy warto sięgać do jej źródeł?

***MW:** Na pewno, gdy zajmujemy się czymś, bardzo ważna jest znajomość kontekstu tego, co robimy. Szczególnie w wypadku jogi, która powstała w trochę innej jednak kulturze. Ale trzeba też pamiętać, że w jogie zawsze najważniejsza była praktyka, nie teoria. Reasumując - warto znać rodowód pewnych praktyk i ich szerszy kontekst, ale niepotrzebne jest, by każdy wykonujący asany czy medytujący był historykiem myśli indyjskiej.*

www.maciejwielobob.pl