



JOGA

w kontekstach kulturowych

4



UNIWERSYTET ŚLĄSKI
WYDAWNICTWO

JOGA

w kontekstach kulturowych

4

JOGA

w kontekstach kulturowych

4

pod redakcją

Kamili Gęsikowskiej, Anny Gomóły i Dagmary Wasilewskiej

Seria
Historia i Teoria Kultury (3)

Redaktor serii
Anna Gomóła

Recenzent
Izabela Trzcińska

Spis treści

Anna Gomółka, Kamila Gęsikowska	
Joga: osvajanie	7
Zasady transkrypcji (opracowanie <i>Dagmara Wasilewska</i>)	11
Dagmara Wasilewska	
Obraz jogi i mocy jogicznych w <i>Bhagawatapuranie</i>	13
Beata Abdallah-Krzepkowska	
Praktyki cielesne w sufizmie.	35
Anna Gomółka	
Najstarsze obrazy: jogowie w kinie niemym.	57
Kamila Gęsikowska	
<i>Trzeba czerpać z przeszłości</i> . O jodze w Polsce lat 60.	79
Małgorzata Rygielska	
Joga i jogini w <i>Klanie</i>	91
Lesław Kulmatycki	
Jerzy Grotowski i jego inspiracje jogą.	107
Anna Mazur	
Pięć twarzy Śiwy. <i>Sādhana</i> jako rytualna konstrukcja ciała.	139
Dagmara Tarasiuk	
Doświadczenie jogi w Internecie. Analiza danych zastanych na Instagramie . . .	183
Noty o Autorach.	205

ANNA GOMÓŁA, KAMILA GĘSIKOWSKA

Uniwersytet Śląski

<https://orcid.org/0000-0002-4773-9246>, <https://orcid.org/0000-0003-3807-6564>

Joga: oswajanie

Oddajemy w ręce Czytelników czwarty tom serii *Joga w kontekstach kulturowych*, wydawanej równolegle przez Akademię Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach (tomy 1 i 3) i Uniwersytet Śląski w Katowicach (tomy 2 i 4). W niniejszej książce chcemy pokazać to, co nazywane jest (lub było) jogą, w rozmaitych – odrębnych, a czasem na siebie nachodzących kontekstach kulturowych. Interesujemy się zatem jogą jako zjawiskiem historycznokulturowym, a także sposobami jego konceptualizowania albo lepiej – wyobrażania sobie pod wpływem dostępnych przekazów, również przez tych, których wiedza na temat jogi (jej źródeł, historii, form i wariantów *etc.*) była bardzo ograniczona. Nie od dziś wiadomo, że brak rozeznania w temacie nie zawsze skutecznie powstrzymuje przed wyrażaniem opinii. Jeśli jednak taką opinię potraktujemy nie jako dowód braku wiedzy, lecz jako formę rozumienia, stanimy przed niezmiernie ważnym – z antropologicznokulturowego punktu widzenia – problemem.

Badania nad jogą można wpisać w refleksję nad zmianą kulturową – nad przenikaniem, przesączeniem się zjawisk powstałych w określonym czasie i przestrzeni na nowe obszary. Globalizowanie się świata, następujące z coraz większym natężeniem, jest wynikiem takiego przenikania. Bardzo trudno odtworzyć tę złożoną całość (właściwie jest to niemożliwe), nieco łatwiej wybrać fragment i spróbować go opisać, zachowując jednak świadomość, że jest to – unieruchomiony dla celów badawczych – wycinek.

O jodze w świecie Zachodu pisało się (i zapewne mówiło) coraz intensywniej od połowy XIX wieku. To różnie rozumiane zjawisko fascynowało spragnionych egzotycznych sensacji czytelników dzienników i pism ilustrowanych, masowych odbiorców groszowych wydawnictw ezoterycznych poszukujących wschodnich „cudowności”, ale przyciągało także uwagę specjalistów różnych dziedzin (na przykład orientalistów czy lekarzy), którzy myśleli o nim w kontekście aspektowej refleksji nad zajmującą ich problematyką. Niemniej to właśnie zainteresowaniom pierwszej ze wspomnianych grup zawdzięczamy nieźle ugruntowane, choć bardzo uproszczone wyobrażenie jogi.

Na temat jogi pisało się przede wszystkim, charakteryzując wyjątkowe umiejętności jogów. W XIX wieku dla ludzi Zachodu kontakt z kulturą Indii był źródłem ambiwalencji. Z jednej strony Europejczycy postrzegali siebie jako nosicieli cywilizacji wyjątkowej, bo niemającej (ze względu na rozwój techniki) precedensu w historii świata, ale z drugiej strony często stawali przed zjawiskami, których nie mogli sobie wytłumaczyć ani też ich zignorować. Wypracowywane przez naukowy ewolucjonizm sposoby badania i interpretowania zjawisk kulturowych – w odniesieniu do zadziwiających w szczegółach relacji podróżników – nie umacniały, jak w przypadkach innych kultur, przekonania o absolutnej wyższości Zachodu. Ponadto źródłem owej ambiwalencji było nowo kształtowane poczucie filiacji – w XIX wieku z jednej strony Europa (a przynajmniej część wykształconych elit) myślała o historycznych związkach z Ariami, z drugiej strony dzięki badaniom nad sanskrytem Europejczycy docierali na nieznane im wcześniej terytoria literatury staroindyjskiej. Coraz intensywniejsze studia nad kulturą Indii wyznaczały jedną drogę wkraczania jogi na Zachód, podróżnicy spragnieni egzotycznych sensacji poszukiwali własnych szlaków (czasem o swych przeżyciach informowali czytelników kolorowych magazynów), zachodni świat zapraszał do siebie sławnych, tak jak Swami Vivekananda, jogów, inne – wąskie i zarośnięte zielskiem – ścieżki wydeptywali wędrowni „jogowie” (niekiedy zwani fakirami), którzy od początku XX wieku coraz liczniej odwiedzali podwórka miejskich kamienic, występowali w cyrkach i na jarmarkach. Nie chcielibyśmy żadnego z tych traktów pomijać – ich zarysy odnajdujemy w bardzo różnych tekstach kultury.

Zaproszeni do tomu Autorzy śledzą – odwołując się do różnego typu źródeł zastanych (piśmiennictwo: teksty religijne, publicystyka, beletrystyka, dokumenty biograficzne i autobiograficzne – w tym między innymi ilustrowane wpisy z portali internetowych, a także przedstawienia teatralne i filmy), źródeł wywołanych, ale i do, co niezwykle ważne, osobistych doświadczeń praktyki – i rekonstruuja rozrzucone refleksy wyobrażeń ze świadomością, że są one uwarunkowane sytuacyjnie, zmienne, przemijające, że są tylko wycinkiem większej całości. Są one jednak ważne zarówno jako dowód spotkania z innym, jak i świadectwo autorefleksji Zachodu. Artykuł Dagmary Wasilewskiej jako jedyny w tym tomie osadza opisywane zjawiska w tradycyjnej kulturze Indii. To obszerne, pogłębione studium ma wartość autoteliczną, ale stanowi również istotny punkt odniesienia dla kolejnych rozpraw, zwłaszcza tych, w których jako problem badawczy pojawia się kwestia różnorako rozumianych „mocy jogicznych”. Były one od XIX wieku, ale i wciąż w pewnym zakresie są, przedmiotem fascynacji Europejczyków. Wcześniej – o czym świadczy obszerna praca Beaty Abdallah-Krzepkowskiej – wpływy jogi zaznaczyły się także w kulturze islamu. Trzy kolejne artykuły, mimo że stanowią odrębne, autorskie teksty Anny Gomóły, Kamili Gęsikowskiej i Małgorzaty Rygielskiej, zostały pomyślane jako całość. Badany materiał filmowy w określonych odstępach czasowych (co około pół wieku) pokazuje, jak jog – dyspozytariusz wspomnianych „mocy” – przekształca się w jogina, któremu bliżej do „kultury fizycznej” niż do ascezy, a joga staje się nieusuwalnym składnikiem codzienności – nie tylko praktyką cielesną, ale przedmiotem działalności gospodarczej i sposobem zarabiania na życie. Lesław Kulmatycki w swoim

artykule stawia pytanie: „w jakim stopniu filozofia i praktyki jogi istniały w życiu i pracy Jerzego Grotowskiego?” – i odpowiada na nie z unikatowej perspektywy, która łączy spojrzenia badacza, świadka i praktyka. I wreszcie teksty Anny Mazur i Dagmary Tarasiuk – całkowicie odmienne, ale połączone „doświadczeniem”: keralskich praktyk tantrycznych oraz tradycyjnych, ale i nietradycyjnych form ich przekazywania (Anna Mazur), a także wirtualnego subświata jogi (Dagmara Tarasiuk).

Doświadczenia roku 2020 – przymusowa izolacja i realizowanie w trybie zdalnym wielu działań – pokazały, że joga (czyli aktywności, które nazywamy w ten sposób) znakomicie „odnalazła się” w nowej sytuacji ze względu na różnorodność praktyk i związane z nimi napięcie między indywidualnym (skupienie się na pracy nad sobą) i kolektywnym (potrzeba nauczyciela, ale także i wspierająca, motywująca grupa). Zmiany, które zachodzą, tworzą najnowszą historię jogi, coraz odleglejszą od starożytnych korzeni, ale nie mniej interesującą, a jej badanie może dostarczyć wiedzy o dynamice zmiany kulturowej, równie cennej, jak studia nad innymi zjawiskami, a może i – przez spleć odległego z bliskim, starego z nowym, tradycyjnego z nowoczesnym, obcego ze swoim, kontekstualnego z globalnym – cenniejszej.

Zasady transkrypcji

Zasady transkrypcji spolszczonej wyrazów sanskryckich przyjęte w publikacji stosują się do reguł zaproponowanych przez Joannę Jurewicz w artykule *Projekt polskiej transkrypcji wyrazów sanskryckich i omówienie związanych z tym problemów* („Studia Indologiczne” 1998, T. 5, s. 5–12), z wyjątkiem zasad dotyczących spolszczania głosek zwartych palatalnych (*c, ch, j, jh, ñ*) oraz szczelinowej palatalnej głoski *ś*, dla których przyjęto system zaproponowany przez Krzysztofa Byrskiego w *Manusmryti, czyli Traktacie o Zaczności, Kamasutrze czyli Traktacie o Miłowaniu* (Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 1985). W cytatach natomiast pozostawiono pisownię oryginalną, nawet jeśli jest zniekształcona.

Samogłoski:

a, ā → a
i, ī → i
u, ū → u
r → ry
l → ly

Dyftongi:

e → e
ai → aj
o → o
au → au

Spółgłoski zwarto-wybuchowe:

– welarne:

k, kh, g, gh → k, kh, g, gh
ñ → n

– retrofleksyjne:

ṭ, ṭh → t, th
ḍ, ḍh → d, dh
ṇ → n

– zębowe:

t, th, d, dh, n → t, th, d, dh, n

– wargowe:

p, ph, b, bh, m → p, ph, b, bh, m

Półsamogłoski:

 $y \rightarrow j$ $r \rightarrow r$ $l \rightarrow l$ $v \rightarrow w$

Szczelinowe:

 $\text{ṣ} \rightarrow sz$ $s \rightarrow s$ $h \rightarrow h$ $\text{ḥ (visarga)} \rightarrow h$ Nosówka (*anusvāra*): $\text{ṁ} \rightarrow m$ (przed wargowymi i półsamogłoskami) $\text{ṁ} \rightarrow n$ (przed gardłowymi, zębowymi i szczelinowymi) $\text{ṁ} \rightarrow \acute{n}$ (przed palatalnymi)Spółgłoski zwarte palatalne: c , ch , j , jh , $\tilde{n}$, oraz szczelinowa palatalna $\acute{s}$: $c \rightarrow \acute{c}$ (także przed samogłoską – *ćitta*) $ch \rightarrow \acute{c}h$ $j \rightarrow d\acute{z}$ (także przed samogłoską – *dźiwa*) $jh \rightarrow d\acute{z}h$ $\tilde{n} \rightarrow \acute{n}$ (także przed samogłoską – *jadźña*) $\acute{s} \rightarrow \acute{s}$ (także przed samogłoską – *śiwa, śakti*)

Opracowanie Dagmara Wasilewska

DAGMARA WASILEWSKA
Uniwersytet Śląski
<https://orcid.org/0000-0001-6850-8976>

Obraz jogi i mocy jogicznych w *Bhagawatapuranie*

Joga – jeśli w ogóle wiązana przez człowieka Zachodu z jakimś bóstwem indyjskim, bo termin nasuwa raczej skojarzenie z jogą klasyczną, niepoświęcającą zbyt wiele uwagi tematowi boga¹ – w przemożnej mierze kojarzona bywa z postacią Śiwy. Jest to oczywiście zasadne, ponieważ Śiwa funkcjonuje w kulturze indyjskiej jako pierwowzór ascety i wzór jogina. Niemal wszystkie tradycyjne teksty hathajogiczne mają postać rozmowy pomiędzy Śiwą i jego małżonką Parwati, w której to bóg, mistrz jogi, udziela nauk o tej wyzwalającej dyscyplinie. Najbardziej rozwinięte teologicznie szkoły jogi tantrycznej, takie jak system *trika* Abhinawagupty (Abhinavagupta, XI wiek), dążą do uzyskania tzw. stanu Śiwy² jako celu ostatecznego wszelkiej praktyki. Znacznie rzadziej omawia się jogę w odniesieniu do wiśnuizmu i wiąże z nim, chociaż w opisy i pouczenia na jej temat obfitują już najdawniejsze teksty koncentrujące się wokół postaci Wisznu, jak *Mahabharata* (*Mahābhārata*) czy dołączona do eposu *Bhagawadgita* (*Bhagavadgītā*). W *Pieśni Pana* Krysna określony został nie tylko jako ‘bóg jogi’ (*yogeśvara*), ale jako *mahāyogeśvara* (*mahā* – ‘wielki’). *Bhagawadgita* omawia trzy rodzaje jogi³: kar-

¹ Joga klasyczna jako jedna z praktyk uciszania umysłu (jedna z *nijam*) zaleca technikę *īśvara-praṇidhāna* – ‘skupienie uwagi na iśwarze, bogu’, ‘oddanie bogu’. Nie należy jednak z obecności tego elementu wnioskować, że asztangajoga jest teistyczna. Technika skupienia na iśwarze ma raczej charakter instrumentalny, wiodący ostatecznie do uzyskania ujednoliconego stanu *kajwalji* (*kaivalya*) – jedności, niedualności istnienia, a zatem ostatecznego wyzwolenia. Iśwarę należy tu rozumieć jako koncepcję metafizyczną, czystą świadomość, „ja” wolne od przeszkód wewnętrznych (*kleśa*), karmy, zamanifestowanych już owoców działania (*vipāka*) – jak definiuje ten termin Patańdźali w sutrze I.24.

² Nie należy rozumieć tego sformułowania dosłownie. ‘Stan Śiwy’ to w ezoterycznym śiwaizmie kaszmirskim metafora odnosząca się do niedualnej, niedyskursywnej hiperświadomości, zjednania się duszy z boskością.

³ Kwestia typów i rodzajów jogi, o których traktuje *Bhagawadgita*, omówiona została w artykule: M. Jakubczak: *Joga w Bhagawadgicie – jedna czy wiele metod wiodących do wyzwolenia?* „*Studia Philosophica*” 2008, T. 53, s. 158–174.

majogę (*karma-yoga*) – jogę (wyrzeczenia się) czynu, dźniana jogę (*jñāna-yoga*) – jogę poznania, oraz bhaktijogę (*bhakti-yoga*) – jogę oddania, ale w rozdziale szóstym znajdujemy elementy (na przykład *dhyāna*), które można zinterpretować jako przynależące do asztangajogi (*aṣṭāṅga-yoga*). Co prawda w tradycjach wisznuickich chętniej podejmowano dyscyplinę określaną w *Bhagawadgicie* jako bhaktijoga, miały one jednak – zwłaszcza poprzez literaturę – duży wpływ na rozwój także innych gałęzi jogi. Wiemy, że zarówno tradycyjne formy radżajogi, jak i hathajogi praktykowane są dziś na subkontynencie indyjskim przede wszystkim przez sannjasiinów Daśanami (Daśanāmī) oraz wisznuitów sekty Ramanandi (Rāmānandī)⁴, ale od niedawna badacze dopatrują się również silnych wpływów wisznuickich już w procesie krystalizowania się hathajogi w XI wieku⁵. Ponadto to właśnie wisznuicka bhaktijoga była przez ostatnie stulecia najpopularniejszą formą jogi praktykowaną w Indiach. Chociaż *Jogasutry* Patańdzalego są dla jogi tekstem kanonicznym, to niewielu Indusów faktycznie znało i praktykowało formę jogi w nich wyłożoną. Większość poznała tę filozofię nie przez studiowanie klasycznych traktatów, ale dzięki historiom wielkich joginów zawartym w indyjskiej literaturze bhakti. Najbardziej wpływowym tekstem tego teistycznego, pobożnościowego nurtu była *Bhagawatapurana* (*Bhāgavatapurāṇa*, dalej: BhP).

Utwór ten, liczący 18 tys. słok zgrupowanych w 12 księgach (*skandha*), przynależy do kategorii puran (*purāṇa* – dosł. ‘stary, dawny’, tutaj: ‘dawna opowieść’), czyli dzieł epickich o charakterze dydaktycznym, będących pod wieloma względami kontynuacją *Mahabharaty*. Ich autorstwo przypisywane jest temu samemu mitycznemu Wjasie. Teksty puraniczne zazwyczaj (aczkolwiek w gruncie rzeczy sztucznie) dzieli się na: śiwaickie, śaktyjskie i wisznuickie⁶, ponieważ noszą wyraźne znamiona przynależności do konkretnej sekty, jednak czci się w nich wiele bóstw. Dzięki temu, że utrwalają znaczenie konkretnych bogów i miejsc, są bardzo ważne jako źródło wiedzy dla historii religii. Tradycja wylicza 18 głównych puran⁷, tzw. mahapurany (*mahāpurāṇa*), ale utworów tego typu jest znacznie więcej – pozostałe określane są mianem *upapurāṇa* – mniejsza purana, lub *sthālapurana* (*sthālapurāṇa*) – purana lokalna. *Bhagawatapurana* jest jedną z ważniejszych mahapurany i kanonicznym tekstem dla wielu tradycji wisznuickich północnych i południo-

⁴ J. Mallinson: *Rāmānandī Tyāgīs and Haṭhayoga*. “Journal of Vaishnava Studies” 2005, Vol. 14, no 1, s. 107–121.

⁵ Kilka z najstarszych tekstów hathajogi, m.in. *Śāṇḍilyopaniṣad* czy *Dattātreya yogaśāstra*, to teksty wisznuickie. Zob. prace współczesnych badaczy hathajogi, Jamesa Mallinsona, Jassona Bircha i in.

⁶ Purany dzieli się bardzo różnie. Najważniejszy jest podział na purany główne – mahapurany (*mahāpurāṇa*), oraz pomniejsze – upapurany (*upapurāṇa*), ale spotyka się w źródłach (samych puranach, m.in. w *Paṇḍapuranie*) także podział ze względu na dominującą w nich *guṇa* (*guṇa* – ‘lina’, ‘sznur’) – jedną z trzech cech materii, oraz bóstwo przewodnie: Wisznu, Siwę, Brahme, Surję i Agniego, choć purany zasadniczo czczą wiele różnych bóstw.

⁷ Liczba 18 w odniesieniu do puran pojawia się już w *Mahabharacie* – tekst wymienia ich 18, jednak nie są to te same purany, które znamy dzisiaj, mimo że często noszą te same nazwy. Badacze, w tym Moriz Winternitz, uważają, że znane nam purany są stanowczo zbyt młode, aby mogła o nich wspominać *Mahabharata*.

wych Indii, między innymi dla południowoindyjskiej sekty bhagawatów, szkoły dwajtawedanty (*dvaitavedānta*) Madhwy (Madhva, in. Ānanda Tirtha, XIII–XIV wiek), bhaktimargi (*bhakti-mārga*) Wallabhaćarji (Vallabhaćārya, XV–XVI wiek) czy wisznuiizmu bengalskiego (*gauḍīya*) Ćajtani (Caitanya, XV–XVI wiek). Tekst doczekał się bardzo wielu sanskryckich komentarzy filozofów z wymienionych szkół, ale także nauczycieli skrajnie przeciwnych nurtów wedanty⁸. Kwestia datowania *Bhagawatapurany* nie została jednoznacznie rozstrzygnięta. Większość uczonych zgadza się z poglądem Surendranathy Dasgupty⁹ i wciąż datuje BhP na około X wiek n.e.¹⁰. Niektórzy jednak – w tym Edwin F. Bryant¹¹ – w świetle nowych dowodów tekstowych i ikonograficznych skłaniają się ku temu, by sytuować BhP w jej finalnej wersji około VI wieku n.e. (VI–VIII wiek), a nawet jeszcze wcześniej, za panowania dynastii Guptów (321–550 rok n.e.). Jedną z przyczyn problemów z datowaniem jest charakter literatury puranicznej – tworzonej dla celów publicznej recytacji, a przez to podatnej na transformacje związane z przekazem i adaptacją do specyficznych wymogów publiczności. Można by rzec, że purana powstała poprzez stopniowe narastanie historii, dodawanie wątków, rozrost ograniczonej początkowo fabuły, stąd, mimo dość młodej daty ostatniej redakcji, zawiera materiał bardzo stary. Trudno więc w przypadku BhP mówić o jednoznacznym (absolutnym) datowaniu czy autorstwie. Natomiast za miejsce jej powstania uważa się, raczej jednomyślnie, południowe Indie, a dokładniej tereny dzisiejszego stanu Tamilnadu.

Utwór ma charakter syntetyczny – jego głównym przesłaniem jest wprowadzenie afirmacji jogi typu bhakti, ale łączy on w sobie filozoficzne poglądy różnych szkół, stąd odnajdujemy w nim idee sankhji, jogi klasycznej czy wedanty, nawet w jej monistycznej odsłonie. Edwin Bryant pisze, że „filozofia *Bhagawaty* jest mieszaniną terminologii wedanty, sankhijskiej metafizyki oraz zdewocjonalizowanej praktyki jogicznej”¹². Odgrywa także znaczącą rolę w łagodzeniu napięcia po-

⁸ W pracy *Śrīmadbhāgavata ke tikākāra* Vasudeva Krishna Caturvedi wymienia 30 głównych i 98 pomniejszych komentarzy do *Bhagawatapurany*. Spośród nich jedenastce najważniejszych (z uwzględnieniem gałęzi wedanty) to: 1) *Bhāvārtha-dīpikā* Sridhary Swamiego (szkoła teistycznego nie-dualizmu, *advaita*); 2) *Bhāvārtha-dīpikā-prakāśa* Wamśidhary (szkoła *dvaitādvaita*); 3) *Dīpinī* Radharamany Goswamiego (szkoła *gauḍīya*); 4) *Bhāgavata-candrikā* Wiraraghawaćarji (szkoła *śrīvaiṣṇava*, in. *viśiṣṭādvaita*); 5) *Pada-ratnāvalī* Widżajadhwaḍży Tirthy (szkoła Madhwy, *dvaita*); 6) *Krama-sandarbha* Dżiwy Goswamiego (filozofa szkoły *gauḍīya*); 7) *Sarārtha-darśinī* Wiśwanathy Ćakrawartiego Thakury (szkoła *gauḍīya*); 8) *Siddhānta-pradīpā* Śukadewy Aćarji (szkoła Nimbarki); 9) *Subodhinī* Wallabhaćarji (szkoła *śuddhādvaita*); 10) *Subodhinī-prakāśa* Puruszottamaćarany Goswamiego (szkoła Wallabhy); 11) *Bālaprabodhinī* Giridharlala Goswamiego (szkoła Wallabhy).

⁹ S. Dasgupta: *A History of Indian Philosophy*. Vol. 4: *Indian Pluralism*. Cambridge University Press, [Cambridge] 1961, s. 1.

¹⁰ Precyzując – nie później niż X w., z racji licznych wzmianek o tekście pochodzących z tego okresu, i nie wcześniej niż VIII w.

¹¹ E.F. Bryant: *The Date and Provenance of Bhāgavata Purāṇa and the Vaiṣṇava Perumāl Temple*. „Journal of Vaishnava Studies” 2002, Vol. 11, no 1, s. 51–80.

¹² E.F. Bryant: *Krishna in the Tenth Book of the Bhagavata Purana*. In: *Krishna. The Sourcebook*. Ed. E.F. Bryant. Oxford University Press, Oxford 2007, s. 114. Jeśli nie zaznaczono inaczej, tłumaczenia cytatów obcojęzycznych są mojego autorstwa – D.W.

między północnoindyjskim systemem bramińskim, zorientowanym na kwestie społeczne i ideologię, oraz kulturą południa, którą charakteryzowały emocjonalna religijność i wrażliwość estetyczna¹³. Mimo licznych nawiązań do wed i kultury bramińskiej w swej wymowie tekst z całą pewnością postuluje wyższość radykalnej dyscypliny ascetycznej, a właściwie ascetycznej pobożności, nad ortodoksyjnym rytualizmem bramińskim (*smārta*)¹⁴. Spośród innych puran *Bhagawatę* wyróżnia piękny język z wieloma wedyjskimi archaizmami, jak również zakres tematyczny, który jest znacznie szerszy.

Teoretycznie każda purana traktować powinna o pięciu tematach¹⁵, *Bhagawata* natomiast dość niestandardowo omawia dziesięć głównych zagadnień, które wyszczególnia oraz pobieżnie przedstawia w księdze drugiej (II.10) i podsumowuje w księdze dwunastej (XII.12). Są to: pierwotne stworzenie (*sarga*), stworzenie wtórne (*visarga*), układ planet (*sthāna*), utrzymanie wiary (*poṣaṇa*), pęd do tworzenia (*ūtaya*), okresy administracyjne (*manvantara*), historie o awatarach Boga (*īśa-anukathā*), wyrzeczenie (*nirōdha*), wyzwolenie (*mukti*) oraz uciekanie się do Boga (*āśraya*). Pierwsze dziewięć tematów służyć ma jako tło interpretacyjne dla tematu dziesiątego, który jest najważniejszy.

Obok kosmogonii, legend oraz opowieści o postaciach historycznych i bóstwach BhP zawiera liczne historie o joginach i joginkach, którzy posiadają ponadnaturalne moce uzyskane dzięki ascezie i różnorodnym praktykom jogicznym. Można powiedzieć, że w *Bhagawatapuranie*, która jest dla hinduizmu tym, czym wedy dla braminizmu – swoistym *opus universale* – znajdujemy właściwie cały przekrój typów jogi i różne stadia rozwoju metod wiodących do wyzwolenia¹⁶. Szczególną przychylnością autorów cieszą się oczywiście te formy jogi, które nie stoją w sprzeczności z wedyjską ortodoksją, pojawiają się więc opisy wszelkiego typu praktyk ascetycznych, począwszy od iście wedyjskiego tapasu/tapasji (*tapas/tapasya*), dyscypliny muni (*muni*), riszich (*rṣi*) oraz wratjów (*vrātya*), przez wyrzeczenia upaniszadowych wajragich (*vairāgi*), aż po klasyczną asztangajogę. Znajdujemy ponadto wzmianki o technikach przywodzących na myśl wczesną hathajogę oraz jogę kundalini (*kuṇḍalinī*), a w temacie nurtów wyraźnie nieortodoksyjnych – opisy tantryków śiwaickich oraz dżinijskich i buddyjskich śramanów (*śramaṇa*). Dla zilustrowania określonych ścieżek BhP posługuje się często postaciami znanych już z tradycji joginów. Narracja *Bhagawatapurany* w zasadzie rozpoczyna

¹³ F. Hardy: *Vihāha Bhakti. The Early History of Kṛṣṇa Devotion in South India*. OUP India, Delhi 1983, s. 489.

¹⁴ *The Bhāgavata Purāṇa: Sacred Text and Living Tradition*. Eds. R.M. Gupta, K. Valpey. Columbia University Press, New York 2013, s. 149.

¹⁵ Tzw. *pañcalakṣaṇa*, o których wspominają same purany, np. *Matsjapurana* 53.65, 68–69: „Historia zwana jest puranā, jeśli posiada pięć charakteryzujących ją cech, w przeciwnym razie jest akhjanā (*ākhyāna*). Purany sattwiczne oddają cześć Hariemu, radżasowe – Brahmie, tamasowe czczą Śiwę i Agniego. Purany o mieszanej naturze gloryfikują Saraswati i przodków”. Cyt. za: Jīva Gosvāmī: *Tattvasandarbhah*. Ed., transl., commentary H. Śāstrī. Gadadhar-gaurahari Press, Vrindavan 1981, anu. 17.3.

¹⁶ W księdze siódmej (VII.9.46) autorzy wymieniają dziesięć dyscyplin, których praktyka wiedzie do wyzwolenia: „mauna, vrata, śruta, tapas, adhyayana, sva-dharma [...], vyākhyā, rahas, japa, samādhaya, āpavargya”.

się od jogicznego wątku, kiedy to Parikszit, król dynastii Kuru, znieważa pustelnika pogrążonego w medytacyjnym transie, w wyniku czego zostaje przez niego przeklęty. W obliczu nadchodzącej śmierci porzuca królestwo i udaje się do lasu w celu podjęcia takiej formy jogi, która pozwoli mu w ciągu siedmiu dni dostąpić wyzwolenia.

Joga jako forma wyzwalającej ascezy

Przed zaprezentowaniem obrazu jogi i jogina chciałabym zwrócić uwagę na konotacje słowa „joga” w *Bhagawatapuranie*. Oprócz typowo słownikowych znaczeń, takich jak: „akt łączenia”, „ujarzmianie”, „zaprzeganie” czy „związek”, „kombinacja”, „koniunkcja” itd.¹⁷, joga oznacza tu najczęściej „połączenie duszy jednostkowej z duszą uniwersalną”, brahmanem rozumianym tutaj zwykle jako osobowy bóg, Wisznu¹⁸ (*ātma-yoga*), „oddanie” (*mad-yoga*, *bhakti-yoga*), wraz ze składającymi się nań dziewięcioma praktykami (BhP VII.5.23–24), lub „pobożne poszukiwanie kontaktu z Absolutem” poprzez medytację połączoną z różnorodnymi, często surowymi praktykami psychofizycznymi. W niektórych kontekstach termin ten może odnosić się do ośmiostopniowej jogi Patańdzalego, której elementy – często zmodyfikowane i przystosowane do teistycznej osnowy – znajdujemy w całym tekście. Występując w złożeniu razem z *sankhją* (*sāṃkhya-yoga*), rozumiana jest joga jako filozoficzna wiedza (analiza) dotycząca ścieżki wyzwolenia, w odniesieniu zaś do *sankhijskiej* idei stworzenia określa wejście duszy w kontakt ze światem zewnętrznym.

W okresie puranicznym nie czyni się wyraźnego rozróżnienia pomiędzy jogą jako procedurą soteriologiczną a znaną już z *wed* *tapasją* – obie praktykowane są przeważnie przez ascetów mieszkających w lasach, w odosobnieniu. Znajdujemy tylko nieliczne opisy praktyk wśród przedstawicieli innych *aśramów*¹⁹ ortodoksyjnego hinduizmu. Wymienionych już anachoretów, *tapaswich*, *munich* i *wratjów* cechuje to, że posiadać oni mieli tzw. moce jogiczne (*siddhi*). To w dużej

¹⁷ Ponadto: ‘kontakt z’, ‘remedium’, ‘lekarstwo’, ‘środek (do celu)’, ‘metoda’, ‘narzędzie’, ‘droga’, ‘sposób’, ‘użycie’ lub ‘wykonanie’. Por. M. Monier-Williams: *Yoga*. In: Idem: *A Sanskrit-English Dictionary. Etymologically and Philologically Arranged with Special Reference to Cognate Indo-European Languages*. Oxford University Press, Oxford 1899, s. 856.

¹⁸ Mimo bezwzględnego teizmu BhP kwestia orientacji filozoficznej tekstu nie jest jasna, ponieważ zdradza on zarówno monistyczne, jak i dualistyczne tendencje. Niejednolity charakter dzieła potwierdza m.in. liczba i autorstwo (dokładniej przynależność autorów do konkretnych szkół) napisanych do niej komentarzy.

¹⁹ *Aśrama* to jeden z wymiarów tzw. *varṇāśrama-dharma* – modelowego stylu życia w ortodoksyjnym społeczeństwie bramińskim. Warny odpowiadał czterem stanom społecznym: warstwie kapłańskiej, rycerskiej, kupieckiej oraz służbie; *aśramy* to cztery kolejne stadia życia trzech wyższych warstw społecznych, tzw. *podwójnie urodzonych (dvija)*: okres pobierania nauki u mistrza, okres życia w małżeństwie, okres medytacji i ascezy w odosobnieniu, okres wyrzeczenia się związków ze światem (ascetycznej tułaczki).

mierze dla ich osiągnięcia praktykowali rozmaite cielesne pokuty. Najbardziej chyba tajemniczym rodzajem jogina-ascety, o jakim wspomina BhP, jest wratja, rozumiany tutaj jako „upadły bramin”. W pierwszym rozdziale księgi XII, poświęconej przepowiedniom dotyczącym degradacji wartości i obyczajów w nadchodzącej kalijudze, znajdujemy taki oto fragment:

Wówczas bramini z prowincji Śaurasztra, Abhira, Śura, Arbuda oraz Mala-wa staną się wratjami, królowie zaś niczym nie będą się różnić od śudrów. Krajem nad rzeką Sindhu, Kaunti i Ćandrabhagą, jak również Kaszmirem rządzić będą śudrowie, upadli bramini i mlećcha zupełnie pozbawieni duchowej mocy²⁰.

Etymologia terminu *wratja* do dziś nie jest jasna, chociaż pojawia się on w wielu sanskryckich tekstach²¹, począwszy od *Rygwedy*²². Wspomina się o dwóch prawdopodobnych rdzeniach, od których może się on wywodzić. Jest to albo słowo *vratā* – ‘zasada, prawo, ślub’, albo *vrāta* – ‘wielość, grupa’²³. *Atharwaweda*, której księga XV traktuje o ezoterycznym ruchu (zakonie?) wratjów, opisuje wratję jako wędrującego ascetę, wrogo nastawionego do wedyjskiego kultu Ariów, i wiąże go z ideą nadnaturalnego poznania oraz samodyscypliny. Najprawdopodobniej była to heterogeniczna społeczność obejmująca zarówno medyków, szamanów oraz wędrownych anachoretów, jak i magików, poszukiwaczy przyziemnych uciech, materialistów czy ekscentryków. Z porozrzucanych w literaturze wzmianek wyłania się barwny portret wratji. Wyróżniać miał go czarny turban i biały pled przerzucony przez ramię. Włosy miał długie i splecione, jego uszy ozdabiały kolczyki, a szyję klejnoty i długie sznury koralu. Na biodrach nosił przepaskę z dwóch (białej i czarnej) połączonych z sobą skór jelenia, na stopach czarne skórzane sandały. Wratja zawsze miał z sobą bat (*pratoda*) oraz łuk (*jyāhroḍa*), podróżował rydwaniem, na dwóch płozach, zaprzęgniętym w konia lub muła²⁴. Według *Pañcaviṃśabrahmany* nie dbał ani o rytuały, ani inicjacje, nie składał też ślubu czystości²⁵. Dzięki kontroli oddechu przodował w sztuce śpiewania, starał się żyć w zgodzie z naturą, próbował nawet odnosić strukturę swego ciała do struktury wszechświata. Ruch wratjów wiązał się więc z poszukiwaniem sensu życia i wyzwolenia z ograniczających więzów oraz norm społecznych. Przedstawiony opis przywodzi na myśl charakterystykę późniejszych joginów i tantryków, i rzeczywiście – wielu uczonych jest dziś zdania, że nieortodoksyjne praktyki wratjów mogły być w isto-

²⁰ BhP XII.1.36–37: „saurāṣṭrāvanty-ābhīrās ca śūrā arbuda-mālavāḥ / vrātyā dvijā bhaviṣyanti śūdra-prāyā janādhipāḥ // sindhos taṭam candrabhāgām kauntīm kāśmīra-maṇḍalam / bhokṣyanti śūdrā vrātyādyā mleccḥāś cābrahma-varcasah //”.

²¹ M.in. *Atharwaweda* (AV), *Lāṭyāyana-śrautasūtra* (LSS), *Baudhāyana-śrautasūtra* (BSS), *Pañcaviṃśati-brahmana* (PB).

²² W *Rygwedzie* (RV) termin *vrātyā* pojawia się kilkukrotnie, np. RV III.26.6; V.53.11; V.75.9; IX.14.2. „Keśinsukta” (X.13.6) również wydaje się opisywać wratję.

²³ J. Jurewicz: *Fire, Death and Philosophy. A History of Ancient Indian Thinking*. Elipsa, Warszawa 2016, s. 232.

²⁴ LSS 8.6.7; 8.6.10–11; BSS 26.32; AV XV.2.1; PB XVII.1.9–15.

²⁵ PB 17.1.2.

cie praźródłem tantry²⁶. Afiliację tę zdaje się również potwierdzać negatywny stosunek BhP zarówno do wratjów, jak i do adeptów tantry. W starszym okresie wedyjskim opinia o wratjach nie była jednoznacznie negatywna – byli oni uważani za uczonych i wiernych swym ślubom, AV zaleca nawet, by bramin przyjmował ich w swym domu, traktując jak od siebie wyższych, bo posiadających „tajemną” wiedzę. W okresie dharmasutr ten wizerunek uległ jednak zmianie i wratjowie zaczęli być postrzegani jako ci, którzy przez zaniechanie swoich świętych obowiązków utracili status podwójnie urodzonych²⁷. Jak widzieliśmy, tę właśnie opinię przejęła BhP. Według źródeł dżinijskich znanym mahawratją (*mahāvratya*, „przywódcą wratjów”) był król Ryszabhadeva, przodek legendarnego Bharaty, którego dzieje opisuje między innymi księga V BhP. Wisnuickie spojrzenie na Ryszabhadewę jest jednak nieco inne (jest on także wisnuickim świętym, awatarą Wisnu), dlatego omówię je w dalszej części artykułu.

Znacznie częściej od wratji pojawia się w BhP postać muniego²⁸ – w zasadzie nie będzie przesadą, jeśli stwierdzimy, że to najczęstsze określenie purany dla wisnuickiego jogina-ascety. Munich rejestruje już *Rygweda* – są tam długowłosymi bezdomnymi anachoretami o niezwykłych mocach, w związku z czym nazywa się ich również *keśin* (*keśa* – ‘włosy’). Są albo nadzy, albo odziani w żółte szaty, które stały się później znakiem rozpoznawczym indyjskiego ascety. Muniemu poświęcony jest jeden z hymnów dziesiątej mandali *Rygwedy*, tzw. *Munisūkta* (Hymn o munim, RV X.136), gdzie określony został jako pokryty pyłem, długowłosy mędrzec żyjący w odosobnieniu, przyjaciel wichru, uniesiony mocą ślubów milczenia (*mauna-vrata*). Owa wstrzeźliwość w kwestii mowy (*vāc*) jest cechą definiującą muniego – to z niej, a nie z wedyjskiego rytuału, bierze się jego ekstaza. Milczenie generować miało podobną siłę jak celibat (*brahmacarya*), ponieważ transformowało moc języka (dokładniej mowy, r.ż.), uważanego przez Indusów za święty (i jedną z postaci absolutu), w energię „psychiczną” albo wręcz duchową (tzw. *ojas*). Milczenie odnosiło się również do przeświadczenia, że o rzeczywistości brahmana, którego doświadczają muni, nie można w sposób adekwatny orzekać, stąd też opisywano muniach jako wypowiadających jakiegokolwiek słowa tylko podczas recytacji²⁹. Oprócz milczenia praktykowali oni także jogę, medytację i skrajne wyrzeczenie. Byciem munim w zasadzie wiązało się z prowadzeniem życia *parivrajaka* – tułacza, jednej z form ascezy później utożsamionej z aśramem *sannyasy*³⁰. *Bhagawatapurana*

²⁶ Dyskusje na temat tego, czy postać wędrownego ascety ma swoje źródło wyłącznie w nurtach nieortodoksyjnych, czy też występowała jednocześnie w obrębie tradycji wedyjskiej, nadal trwają. Zob. prace: J. Bronkhorsta, J.C. Hestermana, R. Garbe’a, P. Olivelle’a.

²⁷ *Manusmṛti* X.20, II.36–39.

²⁸ Por. M. Kudelska: *Muni – milczący mędrzec wśród gadatliwych braminów*. „The Polish Journal of the Arts and Culture” 2012, nr 1, s. 11–26.

²⁹ *Āpastamba-dharmasūtra* 2.9.22.1–5. Za: J. Bronkhorst: *The Two Sources of Indian Ascetism*. Motilal Banarsidass, Delhi 1998, s. 14: „munih svādhyāya utsrjed vācan”.

³⁰ Początkowo bowiem cztery aśramy nie były postrzegane jako cztery kolejne stadia życia, ale jako cztery alternatywne ścieżki dla człowieka, który zakończył naukę u mistrza. Wskazuje na to wiele przesłanek, m.in. niewłaściwa w perspektywie późniejszej idei kolejność występowania poszczególnych aśramów w tekstach (m.in. *Āpastamba-dharmasūtra*). Zob. J. Bronkhorst: *The Two Sources...*, s. 5.

opisuje wielu muni, z których najśłynniejszymi są: Kardama, Kapila, Śukadewa czy Wjasa, znani już z wielu wcześniejszych tekstów.

Muni stanowią pewną opozycję w stosunku do ryszich – wedyjskich mędrców, których styl życia, tak jak opisany został w literaturze, przypomina stadium życia określane mianem *vānaprastha*. Żyją oni co prawda z dala od skupisk ludzkich, na obrzeżach wsi, w lasach, ale podtrzymują tradycję hymnów i ofiary (już uwewnętrznionej), posługują się słowem. Przynależą wciąż do bramińskiej ortodoksji. Swoisty antagonizm pomiędzy tymi dwoma typami ascezy uwidacznia obecne w myśli indyjskiej od najdawniejszych czasów napięcie pomiędzy bardziej wedyjskim modelem życia, zwanym prawryttimargą (*pravṛtti-mārga*) lub drogą przodków (*pitṛ-yāna*), a wiązaniem zwykle ze społecznościami heterodoksów stylem zwanym niwryttimargą (*nivṛtti-mārga*), drogą bogów (*deva-yāna*). BhP wspomina o tych dwóch odrębnych nurtach między innymi w księdze IV³¹.

Przykładem typu jogi, która nie stoi w sprzeczności z religijnością wed, jest między innymi *tapas*/tapasja, praktykowana przez *tapasvī* (*tapasvī*). Termin *tapas* to dosłownie 'żar', 'ogień', ale także 'ból' i 'cierpienie'³². W RV oznaczał przede wszystkim „transformujący żar somy”, żar jako „moc destrukcyjną” oraz jako „moc stwórczą”³³. Odnosił się również do specyficznego typu pragnienia – woli, a ta już bezpośrednio wiązała się z religijną ascezą i umartwieniem (*tapasjā*); w takim znaczeniu funkcjonuje do dziś w kulturze indyjskiej. W BhP *tapas* jest kluczowym elementem historii wtórnego stworzenia świata (*visarga*) przez Brahme, który pogrążony w rozmyślaniach nad źródłem oraz celem swoich narodzin słyszy dwie sylaby (szesnastą i dwudziestą pierwszą sylabę z części alfabetu zwanej *sparsā*) złączone w potężny dźwięk „tapa”³⁴. Interpretując go jako wskazówkę, podejmuje surową ascezę – „bogactwo biednych/wyrzeczonych” (*niṣkiñcānām dhanam*) – uzyskując ostatecznie wizję (*darśana*) Wisznu oraz potencjał stwarzania. W kontekście pochwały długotrwałej *tapasji* Brahmy, który zna wedy (*veda-garbha*), BhP okazuje pewną dezaprobatę wobec niektórych form jogi. W wersecie II.9.20 czytamy, że Wisznu nie zadowala asceza podejmowana przez fałszywych joginów (*kūṭa-yogī*)³⁵. Ciekawym przykładem *tapaswiego* – chociaż tekst określa go także mianem muni, rysziego i jogina – jest pustelnik Saubhari³⁶, który opisany został jako praktykujący surową ascezę na dnie rzeki Jamuny. Miejsce praktyki w oczywisty sposób nawiązuje do jogicznej *pratjahary* (*pratjāhāra*) – odciągnięcia zmysłów od ich obiektów, ale wiązane być może z elementem „przemocy”, znanym później jako *haṭha*. Historia tej postaci ukazać ma raczej trudność ścieżki jogi, ale też stanowi pochwałę doskonałości (*siddhi*) dzięki niej uzyskiwanych. Saubhari porzuca bowiem praktykę i styl życia wyrzeczeńca, ulegając żądzy rozbudzonej widokiem kopulujących w wodzie ryb. Za sprawą wypracowanych dzięki jodze mistycznych mocy odmładza jednak swoje ciało i przez lata

³¹ BhP IV.29.13.

³² M. Monier-Williams: *Tapas*. In: Idem: *A Sanskrit-English Dictionary...*, s. 437.

³³ M. Falk: *Mit psychologiczny w starożytnych Indiach*. Universitas, Kraków 2011, s. 20.

³⁴ BhP II.9.6–8.

³⁵ BhP II.9.20: „tvayāhaṁ toṣitaḥ samyag veda-garbha sisṛkṣayā / ciraṁ bhṛtena tapasā dustoṣaḥ kūṭa-yoginām //”.

³⁶ BhP IX.6.39–55.

może oddawać się zmysłowemu rozkoszom. W obliczu śmierci porzuca obowiązki pana domu (*grhastha*) i ponownie udaje się do lasu, gdzie wraz z żonami praktykuje surowe wyrzeczenia (*taptvā tapaḥ tikṣṇam*). Ostatecznie osiąga wyzwolenie (*mukti*), łącząc swoją duszę z najwyższą jaźnią (*ātmanam yuyoja paramātmāni*)³⁷. W tym fragmencie mowa jest konkretnie o przyjęciu modelu życia wanaprasthy (*vānaprastha*), a wzmianka o dostąpieniu przez żony tego samego stanu duchowego na mocy ofiar spełnionych przez męża³⁸, tak jak ma to miejsce w religijności wedyjskiej, podkreśla jeszcze bramiński charakter praktyki.

Innym przykładem siddhy (*siddha*) – adepta, który osiągnął specyficzną moc jogiczną lub doskonałość (słowo *siddhi* jest dwuznaczne) – jest w BhP król Daj-tjów, Hiranjakaśipu. Warto zaznaczyć, że to postać zdecydowanie negatywna, antagonistą i przeciwnik Wisznu. Jego nieetyczna postawa nie wydaje się jednak stanowić przeszkody ani dla podjęcia jogi, ani dla uzyskania jej efektów. Jak czytamy w księdze VII BhP, Hiranjakaśipu, w ramach ofiary dla Brahmy i naśladowując jego dyscyplinę, podejmuje się bardzo wyniszczających ćwiczeń, można rzec: „hathajogicznych”, ponieważ polegających na długotrwałym pozostawianiu w jednej asanie³⁹. Jak ma wyglądać rzeczona asana? Otóż jogin ów stał wyprostowany z rękami w górze i wzrokiem skierowanym w niebo, opierając cały ciężar ciała wyłącznie na czubkach dużych palców u stóp (*ūrdhva-bahur nabho-dṛṣṭiḥ pādāṅguṣṭhāśritāvaniḥ*)⁴⁰. Czytamy, że z czasem jego ciało zjedzone zostało przez mrówki, a kości porosły trawą. Życiowe tchnienie (*prāṇa*) utrzymywał w nim jedynie siłą woli. Wyłącznym celem tego adepta jogi było uzyskanie *siddhi*, które sprawiłyby, że jego ciało stanie się niezniszczalne. Pragnął więc dokładnie tego, do czego dążyli średniowieczni hathajogini – uzyskania dosłownie rozumianej, fizycznej nieśmiertelności. Znamienne jest, jak wielkie znaczenie przypisuje się w tekście ascezie, co odczytać możemy z przedstawienia wpływu, jaki skrajne wyrzeczenie wywierać ma na makrokosmos i żyjące w nim stworzenia. Wedle *Bhagawatapurany* tapas Hiranjakaśipu „palić” miał wszystkie trzy światy⁴¹, powo-

³⁷ BhP IX.6.54.

³⁸ BhP IX.6.55: „tāḥ sva-patyur mahārāja nirīkṣyādhyātmikīm gatim / anvīyus tat-prabhāveṇa agniṁ śāntam ivārīṣaḥ //”.

³⁹ Chodzi dokładnie o okres stu lat „boskich”, co odpowiada 360 000 lat „ludzkich”. Liczby w kulturze indyjskiej, a w literaturze puranicznej w szczególności, traktowane są niemal wyłącznie symbolicznie.

⁴⁰ BhP VII.3.2.

⁴¹ Hinduistyczny obraz świata jest potrójny, składa się nań ziemia, atmosfera/przestrzeń oraz Niebo (*bhūr, bhuvar, svar*), gdzie mieszkają bogowie oraz po śmierci ludzie, którzy wiodli pobożne życie na ziemi. W okresie upaniszad (VIII–III w. p.n.e.), kiedy uformowała się idea reinkarnacji, Niebo to stało się miejscem odbierania zapłaty za pobożne uczynki po każdym kolejnym wcieleniu. W międzyczasie zaczęto wspominać o „najwyższej siedzibie” (*paramaṁ padam*) zupełnie innego rodzaju – była nią siedziba Wisznu. Jej wymiar był czysto soteriologiczny – oznaczała koniec kołowrotu wcieleń. Kosmologia puran zasadniczo utrzymała istniejący podział na trzy światy (określane mianem *ṛtika* – „stworzonych”), ale rozszerzyła go o kolejne cztery światy ku górze (*akṛtika* – „niestworzone”) oraz siedem kolejnych poniżej ziemi. Rozbudowała także sferę światów duchowych (*vaikuṇṭa*).

dować zawirowania rzek, trzęsienia ziemi, a nawet sprawiać, że „z firmamentu pospadały gwiazdy wraz z ich planetami”⁴². Siła praktyki, nawet powodowanej samolubną i materialistyczną motywacją, jest w przekonaniu autorów BhP olbrzymia, aczkolwiek przewyższa ją oczywiście moc jogi oddania. Co ciekawe, we wzmiankowanym wątku można wyraźnie zaobserwować tendencję tekstu do utożsamiania tapasji z jogą – zanim bohater podejmuje tapasję, wygłasza mowę na temat filozofii sankhji (*sāṃkhya*) i klasycznej jogi, przy czym interpretuje je w duchu teistycznym⁴³.

Kolejną opisywaną w tekście formą jogi ascetycznej jest wajragja (*vairāgya*), czyli „odwiązanie” (*vi-rāga*), od którego to słowa derywowane jest określenie *vairāgi* – „wyrzeczeniec”. Termin ten stosowany jest w BhP albo jako zwykły epitet, albo też jako nazwa adepta specyficznego typu sannjasy (*sannyāsa*)⁴⁴, głównie wisznuity, który pozbył się pragnień dzięki jodze poznania (*jñāna-yoga*). Podstawą jego praktyki jest proste, wędrowne życie, postawa niekrzywdzenia (*ahimsā*) oraz przestrzeganie celibatu. Ideał tego rodzaju wajragji odnajdujemy między innymi w postaci braminy z Awanti (XI.23) czy króla Ryszabhadewy (V.3–6), o którym jeszcze wspomnę. Bohaterowie ci przed podjęciem jogi zaznali zwyczajnego życia, posiadali rodziny i cieszyli się wysoką pozycją w społeczeństwie, lecz w wyniku uświadomienia sobie ulotnej natury szczęścia przyjęli ślub sannjasy, dosł. ‘złożenia’. Bramin z Awanti, będąc „podwójnie urodzonym”, przyjął ortodoksyjną jej formę – *tridāṇḍa-sannyāsa*, czyli „wyrzeczenie trzech kijów”, które symbolizują praktykę powściągnięcia myśli, mowy i czynów.

Jak można zauważyć, nie sposób wyraźnie odróżnić od siebie poszczególnych typów dyscyplin omawianych w BhP, ponieważ wzajemnie się one przenikają i uzupełniają, a ich nazwy zdają się często traktowane synonimicznie. Ich obraz spaja dodatkowo interpretacja w duchu bhakti, miłosnego uczestnictwa, które przenika całe dzieło.

Sankhja-joga i praktyka medytacji

Purana przywołuje wreszcie sylwetki dwóch niezaprzeczalnych autorytetów jogicznych. Pierwszym z nich jest Dattatreja – znany z *Mahabharaty* i kilku upaniszadów wędrujący asceta, sannjasin, czczony między innymi przez Nathów i Adwajtinów; drugi to Kapila, syn Kardamy, mityczny wieszcz i autorytet protosankhji, którego nie należy jednak mylić z historycznym twórcą filozoficznego systemu sankhji i autorem zaginionej *Sankhjasutry*. Kapila *Bhagawatapurany* jest nauczycielem i patronem gałęzi jogi, znanej później jako joga

⁴² BhP VII.3.4–5: „cuṣubhur nady-udanvantaḥ sadvīpādrīś cacāla bhūḥ / nipetaḥ sagrahās tārā jajvalūs ca diśo daśa //”.

⁴³ Zob. BhP VII.2.

⁴⁴ Ostatnie z czterech stadiów życia w ortodoksyjnym hinduistycznym społeczeństwie, tj. stadium wyrzeczenia się wszelkich dóbr i związków społecznych.

wysiłku, *haṭha*⁴⁵. Rola, jaką purana przypisuje tym postaciom, wskazuje, że autorom chodzi z pewnością o osobistości bardzo ważne dla tradycji jogi. Obaj przedstawieni zostają jako inkarnacje Wisznu, Dattatreja nawet jako zjednoczona inkarnacja Brahmy, Wisznu i Śiwy. Wydaje się, że zabiegi te miały wzmocnić autorytatywność tekstu. Jakiej dyscypliny uczą w *Bhagawatapuranie*?

Dattatreja w XI księdze BhP naucza charakterystycznej drogi do wyzwolenia, zasadzającej się na obserwacji zjawisk przyrody, które w rezultacie stają się „mistrzami” uważnego adepta. W tekście wyliczono dwadzieścia cztery takie zjawiska, po czym omówiono wynikające z nich nauki⁴⁶. Trudno nie dopatrzeć się w tej praktyce analogii do systemu i dyscypliny soteriologicznej sankhji – poprzez dostrzeżenie prawdziwej natury materii poznaje się tu prawdziwą naturę ducha⁴⁷. Liczba 24 i powiązanie poszczególnych „mistrzów” z żywiołami i sferami świata również wydają się symbolicznym odniesieniem do tej najstarszej indyjskiej filozofii. Celem wcielenia się Wisznu w postać Kapili miało być, według tekstu, ponowne wyjaśnienie filozofii sankhji, która z czasem zaginęła, a której poznanie jest nieodzowne dla osób dążących do wyzwolenia z sansarycznych więzów. Faktycznie zaś nauki Kapili – jeden z dłuższych filozoficznych fragmentów tekstu⁴⁸ – są raczej połączeniem założeń jogi z filozofią teistycznego dualizmu. Przez sankhję BhP rozumie przede wszystkim mądrość spekulatywną, co może być związane z tendencją puran do zachowywania bardzo starego materiału zarówno filozoficznego, jak i mitologicznego. Czerpie z sankhji między innymi koncepcję puruszy (ducha) i prakryti (natury) jako dwóch przeciwstawnych zasad (sankhja jest dualistyczna), a także koncepcję trzech sił/modalności natury, klasyfikację elementów składowych świata oraz zmysłów. W BhP znajdujemy również opisy typowego dla sankhji procesu wyzwolenia poprzez podwójne odbicie, które prowadzi ducha na powrót do własnej wewnętrzności. Natura służy za narzędzie, które umożliwia tego rodzaju odzwierciedlenie. Poprzez ego, które zawiera w sobie odbicie Ducha, widziany jest Bóg, który jest od ego zupełnie wolny i zawsze przebudzony, chociażby elementy subtelne materii pogrążone były we śnie w stanie niezamanifestowanym.

W odniesieniu do jogi klasycznej termin *aṣṭāṅga-yoga* pojawia się w tekście rzadko, częściej purana posługuje się określeniami: *samādhi-yoga*, *ātma-yoga* lub po prostu *yoga*. Imię Patańdzalego nie pojawia się wcale, nie ma też żadnych wzmianek o *Jogasutrach* (*Yogasūtra*, JS). Z pewnością jednak system ośmiostopniowej jogi jest akceptowany przez autorów BhP jako jedna z dróg dojścia do

⁴⁵ Zob. J. Mallinson: *Dattatreya's Discourse on Yoga*, s. 2–8. Dostępne w Internecie: https://www.academia.edu/3773137/Translation_of_the_Datt%C4%81treya-yoga-%C5%9B%C4%81stra_the_earliest_text_to_teach_ha%E1%B9%ADhayoga [data dostępu: 10.09.2018]. Artykuł prezentuje podział typów jogi ze względu na szkołę – Kapila jest mitycznym nauczycielem jogi wysiłku, a Jadźniawalkja to nauczyciel ośmiostopniowej jogi.

⁴⁶ BhP XI.7 – kolejnymi guru sannjasina są: ziemia, wiatr, niebo, woda, ogień, Księżyc, Słońce, gołąb, pyton, pszczoła, złodziej miodu, ocean, jastrząb, ćma, słoń, jelen, ryba, pajak, larwa osy, dziecko, dziewczyna, człowiek produkujący strzały, kurtyzana, własne ciało.

⁴⁷ Zob. K. Klostermaier: *A Survey of Hinduism*. State University of New York Press, New York 2007, s. 477–479.

⁴⁸ BhP III.25–32.

ontologicznej prawdy, dlatego nie dziwią niezwykle liczne fragmenty traktujące o niej. Ciekawy jest opis praktyki, którą podejmuje król Dhrytarasza w oczekiwaniu na śmierć:

Spełnia jej pierwszy stopień przez kąpiel i rozpalenie świętych ognia dokładnie według rytualnych wskazań. Drugi – poprzez spożywanie jedynie wody. Do teraz z pewnością osiągnął już wewnętrzny spokój i porzucił pragnienia. Następnie opanuje stopień trzeci i czwarty – okiełzna pozycję ciała oraz technię. W piątym stopniu odciągnie zmysły od zewnętrznego świata i skieruje je ku Hariemu. W ten sposób dotrze do szóstego stopnia – uwolnienia umysłu od rozproszeń harmonii, pasji i ciemności. Jako krok siódmy osiągnie jedność w doskonałej samowiedzy. Unicestwi znawcę ciała poprzez połączenie go z duchową istotą, tak jak powietrze w glinianych garnkach stapia się z całością nieba. Aż w końcu, kiedy zdoła już pokonać zanieczyszczenie naturą i następstwa jego ustąpią, przyczyny pragnień przestaną istnieć. Zastygnie w ciszy i bezruchu, nie będzie więc już żadnych przeszkód, aby mógł zaprzestać wszelkiej aktywności. Spodziewam się, że za pięć dni opuści to ciało, pozwalając mu obrócić się w proch⁴⁹.

Chociaż nie jest to regułą, to jednak bardzo często opisy i zalecenia na temat asztangajogi pojawiają się w BhP w kontekście nadchodzącej śmierci. Znaczenie ośmiestopniowej ścieżki uwydatnione zostaje już w opowieści ramowej na początku księgi II, kiedy przekłety Parikszit pyta Śukadewę o powinności osoby, która niebawem umrze⁵⁰. Po przedstawieniu wstępnych szczebli drabiny jogi – odosobnienia, postów i asany (*yama*, *niyama*, *āsana*), Śukadewa przechodzi do omówienia różnych typów medytacji nad subtelными i materialnymi postaciami boga. To właśnie tego rodzaju duchowe ćwiczenie koncentrujące wszystkie funkcje umysłu na postrzeganiu stanu wyzwolenia, którym jest Wisznu, stanowią kwintesencję jogi w rozumieniu *Bhagavatapurany*. W pierwszej kolejności zaleca się mentalne wyciszenie poprzez kontemplowanie świętej sylaby *om*, reprezentującej brahmana, z jednoczesnym powściągnięciem oddechu. Szczegóły odnośnie do tej medytacji, która przez komentatorów BhP utożsamiana była ze stopniem pranajamy⁵¹, odnajdujemy w 14 rozdziale księgi XI. Potem adept medytować ma o formie Wisznu, skupiając się kolejno na poszczególnych częściach jego ciała, poczynawszy od stóp. Joginom, którzy kuszeni są jeszcze powabami świata, zaleca się medytację o tzw. formie kosmicznej Wisznu (*virāṭrūpa*), Puruszy, który od-

⁴⁹ BhP I.13.53–57: „snātāvānusavanam tasmin hutvā cāgnīn yathā-vidhi / ab-bhakṣa upaśāntātmā sa āste vigataiṣaṇaḥ // jītāsano jita-śvāsaḥ pratyāhṛta-śaḍ-indriyaḥ / hari-bhāvanayā dhvasta-rajāḥ-sattva-tamo-malaḥ // vijñānātmani saṁyojya kṣetrājñe pravilāpya tam / brahmaṇy ātmānam ādhāre ghaṭāmbaram ivāmbare // dhvasta-māyā-guṇodarko niruddha-karaṇāśayaḥ nivartitākhilāhāra / āste sthānur ivācalaḥ tasyāntarāyo maivābhūḥ sanniyastākhila-karmaṇaḥ // sa vā adyatanād rājan parataḥ pañcame 'hani / kalevaram hāsyati svam tac ca bhasmī-bhaviṣyati //”.

⁵⁰ BhP II.1.16–21.

⁵¹ Bezpośrednie odwołanie do asztangajogi poczynił w swoim komentarzu do BhP (*Bhāvārthadīpikā*) Śrīdhara Swami (Śrīdhara Svāmī, 1378–1414).

wzorowuje w sobie makrokosmos⁵². Tym z kolei, którzy chcą osiągnąć sukces metodą natychmiastową, polecane jest wizualizowanie Wisznu we własnym sercu. Z medytacjami tego rodzaju związana jest oczywiście skomplikowana ikonografia – przykładowo Wisznu w lotosie serca musi być wyobrażony jako posiadający cztery ramiona, a forma jego liczyć powinna dokładnie 8 cali.

W niektórych z opisów praktyk pojawiają się elementy hathajogi – między innymi w zarysie jogicznego samobójstwa w rozdziale drugim (II.2, także XI.15.24) szczegółowo wspomina się o wznoszeniu prany poprzez sześć kolejnych *ćakr*⁵³ (prócz ostatniej, *brahmarandhra*, nie padają ich nazwy), po wcześniejszym zamknięciu piętą dolnej bramy ciała. Kiedy adeptowi uda się przenieść pranę na wysokość trzeciego oka, wówczas zamknąć ma siedem otworów (tj. oczy, uszy, nozdrza i usta) i zatrzymać tam tchnienie przez pół godziny (nawiązanie do mudry *bhramari* i *mudr* w ogólności), a następnie połączyć się z wiecznością. Jeśli jogin przed wyzwoleniem pragnie jeszcze doświadczyć przyjemności bogów, może w swoim ciele subtelnym udać się w wyższe rejony wszechświata za sprawą swoich mistycznych mocy. *Bhagawata* nazywa to „niebezpośrednią metodą wyzwolenia”, której z reguły nie podejmują wisznuici.

Śiwa i asceci-heretycy

Dla pełnego zobrazowania jogi w *Bhagawatapuranie* trzeba nadmienić kilka słów na temat puranicznej sylwetki Śiwy, który jest – jak już wspomniałam – bóstwem z indyjskiego panteonu najbardziej kojarzonym z jogą. W BhP to zarówno pierwszy adept (*ādi-yogi*), jak i patron jogi, którego praktykę, ale też i wygląd, naśladowali następni. Śiwa jako postać mitologiczna przeszedł znaczne przeobrażenia na przestrzeni dziejów, poczynawszy od wizerunku tzw. Protośiwy z Mohendżo Daro, przez ideę groźnego wedyjskiego Rudry i Śatarudrii (stu aspektów Rudry) w *Jadźurwedzie*, a dalej przez puranicznego Śiwę o ośmiu formach (*aṣṭamūrti*)⁵⁴ czy pięciu twa-

⁵² BhP II.1.23: „jitāsano jita-śvāso jita-saṅgo jitendriyaḥ / sthūle bhagavato rūpe manāḥ sandhārayed dhiyā //”.

⁵³ *Ćakra* (*cakra*) – ‘koło’, ‘centrum’, ‘cykl’, w tradycjach tantrycznych i hathajodze tzw. ośrodek energetyczny, element subtelnej fizjologii człowieka, na którą składały się także kanały energetyczne (*nāḍī*), tchnienie życiowe (*prāṇa*) oraz moc kundalini.

⁵⁴ *Aṣṭamūrti* to puraniczne imię Śiwy, znaczące „mający osiem postaci”. Według słownika Moniera Moniera-Williamsa owe osiem form odnosi się do: pięciu grubych elementów materialnych, umysłu, ego oraz *prakṛti*. Por. M. Monier-Williams: *Aṣṭamūrti*. In: Idem: *A Sanskrit-English Dictionary...*, s. 116. W *Mahabharacie* (we wstępie historii Śakuntali) zamiast umysłu, ego oraz materii pojawiają się: ofiarnik, Księżyc oraz Słońce. Czasem z poszczególnymi formami związane są konkretne imiona Śiwy: z ziemią (*prthivī*) – Sarva, z wodą (*jala*) – Bhava, z ogniem (*agni*) – Rudra, z powietrzem (*vāyu*) – Ugra, z eterem (*ākāśa*) – Bhīma, z ofiarnikiem (*yajamāna*) – Paśupati, z Księżycem (*candra*) – Mahādeva, ze Słońcem (*surya*) – Īśāna.

rzach (*pañcavaktra*)⁵⁵, aż po jego skomplikowaną, bardzo rozbudowaną teologicznie koncepcję w tekstach tantrycznych z XI wieku. Śiwa z *Bhagawatapurany* będzie postacią pośrednią w tej ewolucji, zarówno w odniesieniu do jego związków z jogą (hathajogą i jogą tantryczną), jak i w kwestii symboliki. W tekście tym jest on przedstawiony w sposób dość interesujący. Z jednej strony nie traktuje się go jako bóstwo najwyższe, ale raczej jako istotę półboską, ale z drugiej strony funkcjonuje jako jedno z wcieleń Wisznu, co oczywiście szczególnie nie dziwi, zważywszy na fakt, że orientacja purany jest bezwzględnie wisznuicka. Nie obserwujemy w tym jednak ekskluzywizmu, ponieważ oba te nurty – i śiwaicki, i wisznuicki – są na tym etapie pluralistyczne, nie stanowiło zatem problemu ani dla autorów, ani dla słuchaczy *Bhagawatapurany*, żeby okazjonalnie Śiwa także odgrywał rolę Najwyższego Boga. Stąd też w niektórych miejscach Śiwa uchodzi za szczytową manifestację Wisznu, w innych zaś jest opisywany jako najlepszy z jego czcicieli (BhP XII.13.16). W BhP usposobienie Śiwy jest już raczej przyjazne, odznacza go życzliwość dla wiernych, ale trzeba mieć w pamięci, że od czasów wedyjskich było to bóstwo obce aryjskiemu panteonowi, uważane za heretyka wśród bogów. Pogląd ten pozwolił mu stać się patronem praktyk tantrycznych, z definicji nieortodoksyjnych. Śiwa *Bhagawatapurany*, będąc jednocześnie mężem i ascetą, łączy w sobie dwa sprzeczne dla ortodoksów dążenia – pragnienie przyjemności (*bhoga*) oraz wyzwolenia (*mokṣa*). Pomiędzy ascetami jest libertynem, a pomiędzy libertynami – ascetą. Możliwość pogodzenia tych wykluczających się tendencji w postaci Śiwy, czyli w wymiarze boskim, stała się podstawą rozwoju tradycji tantrycznych.

Niemniej jednak jogini nurtów nieortodoksyjnych, w tym tantry śiwaickiej, nie cieszyli się szczególnym uznaniem twórców *Bhagawatapurany*. Uważano ich co prawda za przedstawicieli stanu sannjasy, ale określano nieprzychylnym mianem *pākhaṇḍa/pāṣaṇḍa* (IV.19.20–23; IV.20) – heretyków⁵⁶, oszustów stwarzających jedynie pozory religii, a w rzeczywistości propagujących adharmę. W mniemaniu autorów są to negatywne postaci odwołujące od nauk wed, które według modelu stworzenia z księgi III BhP powstały z pośladowców Mahawisznu (III.20.23–27), w związku z czym przesycone są mocą seksualną i skłonne do grzechu (*pāpa*). W księdze IV Majtreja, przy okazji opisu próby zakłócenia przez Indrę setnej ofiary króla Prythu, nieco inaczej tłumaczy Widurze ich pochodzenie. Werset 22 wywodzi etymologię samego terminu *pākhaṇḍa* od słowa *khaṇḍa*, które oznacza albo coś ‘zepsutego/wadliwego’, albo też ‘część’. *Pākhaṇḍa* zinterpretowano tu jako *pāpa-khaṇḍa* (dosł. *pāpasya khaṇḍāni*) – „części grzechu”

⁵⁵ *Pañcavaktra* – to znów imię Śiwy, które znaczy „ten, o pięciu twarzach”. Liczba pięć ma znaczenie symboliczne w kulturze indyjskiej, a w szczególności w tradycjach tantrycznych, z którymi wiązany jest Śiwa. Pięć twarzy / ust odnosić się może do pięciu grubych elementów, pięciu *kośa* – powłok okrywających duszę, czy pięciu *cakr* w systemach tantry. Pięć twarzy Śiwy nosi następujące nazwy: Sadyojāta, Vāmadeva, Aghora, Tatpuruṣa, Īśāna.

⁵⁶ Słownik Moniera-Williamsa podaje znaczenia słowa *pāṣaṇḍa*: przym. ‘heretycki, bezbożny’, rzecz. ‘heretyk, hipokryta, uzurpator’, ‘każdy, kto fałszywie przyjmuje zewnętrzne cechy ortodoksyjnego hinduisty’, ‘fałszywa doktryna’, ‘herezja’. Co ciekawe, formę *pākhaṇḍa* uważa za błędną. Zob. M. Monier-Williams: *Pāṣaṇḍa*. In: Idem: *A Sanskrit-English Dictionary...*, s. 624.

(w domyśle: Indry)⁵⁷. Ilustrując tę etymologię historia wywodzi powstanie różnych szkół nieortodoksyjnych wprost z „grzesznych tendencji”⁵⁸.

Głupcy przyciągani są zwykle do fałszywej religii (adharmy) ustrojonej w nagość lub czerwone szaty ascezy za sprawą przebiegłości i krasomówstwa oszustów, którzy uzurpują sobie miano religijnych. Właśnie przez tę skłonność Indra, chcący zatrzymać ofiarę Prythu, zdołał ukraść ofiarnego konia, przyjmując postaci różnych anachoretów⁵⁹.

Mowa tu o micie, w którym Indra, chcąc udaremnić wedyjską ofiarę Aśwamedha, dwukrotnie pojawił się na arenie jako nieortodoksyjny asceta – raz jako wysmarowany popiołem jogin o splątanych włosach, a następnie jako kapalika (*kapālīka*). Przebrania te w oczywisty sposób nawiązują do wyglądu śiwaitów. Za każdym razem udało się Indrze zwieść obecnych i pozostać nierozpoznanym. Odtąd więc terminem *pākhaṇḍa* określać ma się osoby, które – podobnie jak on – dążą do zniszczenia dharmy podstępem, stwarzając fałszywe pozory, a ich atrybuty symbolizować mają grzech. Żeby nie prowokować Indry, który stał się tu prekursorem herezji, do stworzenia kolejnych form niewedyjskiej filozofii i praktyk religijnych, Prythu pozostawił setną ofiarę jako niedopełnioną.

Czerwone szaty, o których mowa w cytowanym fragmencie, mogłyby nasuwać skojarzenie ze strojem tradycyjnej sanjasy (*saṁnyāsa*), ostatniego stadium życia w ortodoksyjnym społeczeństwie indyjskim. Chodzi jednak raczej o strój innego rodzaju ascety – buddysty, co potwierdza również najśłynniejszy komentator BhP Śrīdhara Swamī⁶⁰. W innych miejscach w *Bhagawacie* wyszczególnia się bowiem trzy grupy pakhandów: ascetów śiwaickich (*kapālīka*), dzierżących kij z zawieszonym naczyniem z ludzkiej czaszki (*khaṭvāṅga*), dżainijskich nagich lub ubranych w biel śramanów i buddyjskich mnichów noszących czerwone szaty. Co ciekawe, tekst zdaje się nie czynić większego rozróżnienia pomiędzy poszczególnymi grupami śiwaickich protojoginów: kapalikami (*kapālīka*), paśupatami (*pāśupata*) i kalamukhami (*kālāmukha*), którzy musieli istnieć w czasie formowania się BhP.

Opis śiwaickiego jogina znajdujemy w wątku o ofierze Dakszy (IV.2) – znów jest to próba naszkicowania genezy tantrycznego śiwaizmu. Historia obrazuje istotny w BhP konflikt pomiędzy bramińskim rytualizmem, reprezentowanym przez Dakszę i jemu podobnych, a nieortodoksyjnym mistycyzmem Śiwy i jego zwolenników. W którymś momencie Bhrygu, kapłan Dakszy, rzuca w gniewie kłatwę na czcicieli Śiwy:

⁵⁷ BhP IV.19.23: „yāni rūpāṇi jagṛhe indro haya-jihīṣayā tāni pāpasya khaṇḍāni liṅgam khaṇḍam ihocyate”.

⁵⁸ BhP IV.19.22.

⁵⁹ BhP IV.19.24–25: „evam indre haraty aśvaṁ vainya-yajña-jighāṁsayā / tad-grhīta-visṣṭeṣu pākhaṇḍeṣu matir nṛṇām // dharma ity upadharṁeṣu nagna-rakta-patādiṣu / prāyena sajjate bhrāntyā peśaleṣu ca vāgmiṣu //”.

⁶⁰ Śrīdhara Svāmī: *Bhāvārtha-dīpikā* do BhP IV.19.25: „nāgna jaināḥ, rakta-patā bauddhāḥ, ādi-śabdena kapālīkādayaḥ”. Za: M. Broo: *Boundaries: Heresy and Heretics in the Bhāgavata Purāṇa*. In: *The Bhāgavata Purāṇa...*, s. 148, 161.

Niech każdy, kto ślubuje zadowolić Śiwę, i w tym celu podaży jego przykładem, stanie się heretykiem, który odwrócił się od nauk prawdziwych wed. Niech taki głupiec o zmierzwionych włosach, który porzucił czystość, smarując się popiołem i przywdziewając kości, przyjmie śiwaicką inicjację, po której raczył się będzie ambrozją i winem⁶¹.

W innym miejscu jednak napotykamy zgoła inne wytłumaczenie pojawienia się różnych ascetyczno-jogicznych szkół i praktyk:

Te wielorakie filozofie życia rozprzestrzeniły się wśród ludzi odpowiednio do różnorodności ich natur. Niektóre z nich kontynuują tradycję wedyjską, inne zaś mają charakter heretycki (*pāṣaṇḍa*)⁶².

Jak możemy wnioskować z przedstawionych przykładów, stosunek *Bhagawatapurany* do „niewedyjskich” joginów jest zatem raczej negatywny. Jednocześnie Wisznu wciela się w każdy z tych typów *pākhaṇḍa* – w Buddhę, tirthankarę Ryszabhę i Śiwę – celem zwiedzenia osób o złych skłonnościach, angażując je w praktyki pozornie religijne. Szczególnie interesujący jest tu obraz Ryszabhadevy (I.3.13; II.7.10) – postaci zaczerpniętej z dżinijskiego panteonu, a przedstawianej w puranie jako wisznuicki jogin specyficznego typu, tzw. awadhuta (*avadhūta*). Inaczej niż w źródłach dżinijskich opisywany jest także jego syn Bharata – inny tirthankara, od którego imienia Indie (hindi: *bhārat*) miały wziąć swoją nazwę. W puranie Bharata jest wzorem cnót i prawym królem, który pod koniec życia podejmuje proces jogi⁶³; w religii dżinijskiej uchodzi natomiast za postać o miernym charakterze i wątpliwych zdolnościach przywódczych, która jedynie podstępem uzyskała władzę. Dżinijskie elementy w odniesieniu do przedstawionych tu postaci zaobserwować możemy w BhP dopiero w samym opisie praktyk bohaterów oraz w lakonicznej wzmiance, jakoby imitować miał je pewien król, arhant (tj. dżinista), władca KoŃki, VeŃki i Kuthaki, i stworzyć na ich bazie swoją własną, heretycką religię. Oczywiście nie chodzi tu o imię Arhant, jak często błędnie się to słowo tłumaczy, ale o przydomek „zacny”/„godny”, którym określają swoich świętych mężów zarówno dżiniści, jak i buddyści. O jakie praktyki może chodzić?

Otóż BhP opisuje Ryszabhę jako wewnętrznie stale pogrążonego w medytacji o Wisznu, zewnętrznie natomiast przejawiającego zachowanie osoby niezrównoważonej. Chodzić miał nago (jak digambarowie), mówić bez sensu i zupełnie nie przywiązywać wagi do społecznych konwenansów⁶⁴. *Bhagawata* wzmiankuje również o wrywaniu sobie włosów z głowy, co znamy dziś z dżi-

⁶¹ BhP IV.2.28–29: „bhava-vrata-dharā ye ca ye ca tām samanuvratāḥ / pāṣaṇḍinas te bhavantu sac-chāstra-paripanthinaḥ // naṣṭa-śaucā mūḍha-dhiyo jaṭā-bhāsmāsthidhāriṇaḥ / viśantu śiva-dīkṣāyām yatra daivaṁ surāsavam //”.

⁶² BhP XI.14.8: „evaṁ prakṛti-vaicitryād bhidyante matayo nṛṇām / pāramparyeṇa keṣāñcit pāṣaṇḍa-matayo ‘pare //”.

⁶³ BhP V.4.9.

⁶⁴ BhP V.5.29: „jaḍāṇḍha-mūka-badhira-piśāconmāḍakavad-avadhūtaveṣo ‘bhībhaṣyamāṇo ‘pi janānām grhīta-mauna-vratas tūṣṇīm babhūva //”.

nijskiej ascezy, oraz o noszeniu w ustach kamieni. Na określenie tych wszystkich zachowań stosuje nazwę *avadhūta*, dosł. 'zrzucony', 'usunięty', 'ten, kto porzucił wszystkie powinności wobec świata'⁶⁵. Wcielając się w postać Ryszabhy – jak czytamy w jednym z wersetów – Wisznu daje przykład postawy odwiązania⁶⁶. Podobną ascezę praktykował w swoim kolejnym życiu wspomniany Bharata – jako Džadabharata, „głupi Bharata”, był joginem awadhutą i digambarą, który w ramach jogi naśladował sposób życia węża (*ājagara-vrata*). Jak w przypadku wielu innych joginów *Bhagawatapurany* słowami Džadabharaty wyłożona zostaje filozofia sankhji oraz klasycznej jogi. Ciekawy, a co ważniejsze – wyjątkowo tantryczny, jest epizod na temat złożenia Džadabharaty w ofierze dla bogini Kali, którego jednak nie będę omawiać tutaj z powodu ograniczonej objętości niniejszego artykułu⁶⁷.

Uddhawagita – bhakti jako joga

Główną jednak postacią jogi propagowaną w BhP jest wspomniana już bhaktijoga, której ideę tekst najpewniej wywodzi z *Bhagawadgity*, ale znacznie modyfikuje. Choć w całym utworze znajdujemy ilustracje różnych stopni i rodzajów bhaktijogi, to jej najpełniejszą filozoficzną ekspozycję autorzy zawarli w księdze jedenastej, a dokładniej we fragmencie, który nosi nazwę *Uddhawagita*. Jak można się domyślać, *Pieśń Uddhaw*y naśladuje *Pieśń Pana* nie tylko z nazwy. Podobnie jak *Bhagawadgitę* wygłasza ją Krysna-Wasudewa do swego przyjaciela – tym razem jest nim Uddhawa. Różni się jedynie stopień zażyłości między bohaterami – jest tutaj znacznie bliższy; inny jest także kontekst rozmowy. *Uddhawagita* wypowiedziana jest długo po wielkiej wojnie Bharatów, kiedy królestwem rządzi Juddhisz-thira, a członkowie dynastii Jadu zaczynają kolejno umierać. Rozpoczyna się era kalijugi⁶⁸. Okoliczności te, włącznie ze zbliżającym się odejściem Krysny do jego duchowej siedziby (*vaikunṭha*), mają sprzyjać wyłożeniu nauki znacznie bardziej ezoterycznej i w sposób szczegółowy. Rzeczywiście, nie jest to już dzieło tak uniwersalne, jak *Bhagawadgita*. Nawet w bardziej filozoficznych partiach utwór ma charakter bardzo emocjonalny.

Jak wiemy, w *Bhagawadgicie* i późnych partiach *Mahabharaty* joga po raz pierwszy przedstawiona zostaje jako dyscyplina nieascetyczna, w tym znaczeniu, że nie jest już zarezerwowana wyłącznie dla sannjasinów. Takie stanowisko odnośnie do jogi kontynuuje *Uddhawagita*. Tekst naucza tych samych trzech typów jogi, co *Bhagawadgita* – karmajogi, dźnjanajogi i bhaktijogi – które zbiorczo nazywa *trikānda-yoga*, „trojaka/trójelementową jogą”. Definiuje je następująco:

⁶⁵ M. Monier-Williams: *Avadhūta*. In: Idem: *A Sanskrit-English Dictionary...*, s. 100.

⁶⁶ BhP V.6.12.

⁶⁷ BhP V.9.17.

⁶⁸ Kalijuga (*kaliyuga*) to w kosmologii hinduistycznej czwarta część tzw. mahajugi („wielkiej jugi”), na którą oprócz niej składają się poprzedzające ją jugi: satja, treta i dwapara. Kalijuga jest określana jako wiek żelazny.

Ponieważ pragnę, aby ludzie osiągnęli doskonałość, opisałem dla nich trzy rodzaje jogi: jogę poznania, jogę czynu oraz jogę oddania. Prócz nich nie ma innej drogi do ostatecznego spełnienia. Dla osób wyrzeczonych, rozczarowanych światem najlepsza jest joga wiedzy, dla niezniechęconych, którzy wciąż dążą do spełnienia pragnień, odpowiednia jest droga czynu. Jeśli zaś w kimś spontanicznie rodzi się wiara w opowieści o mnie, a umysł jego nie jest ani zawiedziony światem, ani zanadto ku niemu lgnący, temu doskonałość przyniesie joga oddania⁶⁹.

Trzeba nadmienić, że zamiennie z terminem *bhaktijoga* stosowany jest często termin *buddhi-yoga* („joga wglądu”), a czasem także *kriyā-yoga* (dosł. „joga czynu”), rozumiana jako aktywne oddanie, a nie jak w *Jogasutrach* (II.1) – jako połączenie *tapas*, *svādhyāya*, *īśvarapraṇidhāna*. Dalej w *Uddhawagicie* Kryszna przedstawia najbardziej odpowiednią dla poszukującego człowieka procedurę jogiczną⁷⁰. Najpierw jogin powinien powściągnąć swoje zmysły, ujarzmić tchnienie, a następnie wyćwiczyć umysł w samodyscyplinie. Kiedykolwiek umysł wymknie mu się spod kontroli, powinien odpowiednim wysiłkiem rozumu (*buddhi*) – obserwując uważnie jego ruchy i pragnienia – przywrócić go we władanie jaźni. Stając się coraz bardziej „odwiazanym” od świata dzięki ciągłej analizie jego natury, jogin stopniowo pozbędzie się błędnego utożsamienia. Wówczas, dzięki takim procedurom, jak jamy i nijamy asztangajogi, logiczna analiza i wiedza lub też adoracja bóstwa (*trikānda*), powinien skupić swój umysł na osobowym aspekcie boga⁷¹. Jeśli jednak osoba mająca wiarę w Wisznu nie zdoła w ten sposób utrzymać postawy odwiązania i ulegnie pragnieniu, powinna z przekonaniem kontynuować proces czczenia, ponieważ jej żądza zniknie samoistnie za sprawą bhaktijogi. Samo pragnienie osiągnięcia Wisznu może, według pouczenia Kryszny, zapewnić bhaktijoginowi to samo, co uzyskują inni poprzez dźnianę, karmę czy jogę mistyczną (asztangę). Jednakże najwyższą aspiracją powinno być dla niego samo oddanie, które *Uddhawagita* uznaje zarówno za drogę, jak i ostateczny cel jogi.

Rozdziałów poświęconych bhaktijodze jest w *Bhagawatapuranie* co najmniej kilka, podobnie rzecz ma się z jej definicją. Najbardziej esencjonalne z nich znajdziemy w księdze I oraz III, między innymi:

Najważniejszą powinnością człowieka jest rozwinięcie bezinteresownego i nieprzerwanego oddania dla Nienarodzonego. Tylko ono bowiem może całkowicie zadowolić jaźń⁷².

⁶⁹ BhP XI.20.6–8: „yogās trayo mayā proktā nṛṇāṃ śreyo-vidhitasayā / jñānaṃ karma ca bhaktiś ca nopāyo 'nyo 'sti kutracit // nirvinṇānāṃ jñāna-yogo nyāsināṃ iha karma-su / teṣv anirvinṇa-cittānāmkarma-yogas tu kāmīnāṃ // yadṛcchayā mat-kathādaṁ jāta-śraddhas tu yaḥ pumān / na nirvinṇo nāti-sakto bhakti-yogo 'sya siddhi-daḥ //”.

⁷⁰ Niniejszy akapit jest parafrazą dwudziestego rozdziału księgi XI *Bhagawatapurany* (a trzynastego rozdziału *Uddhawagity*), zatytułowanego *Trikāndayoga*.

⁷¹ Pomijam tu schematy medytacji o wizerunku Wisznu, które omówiłam pokrótce wcześniej.

⁷² BhP I.2.6: „sa vai puṁsāṃ paro dharmo yato bhaktir adhokṣaje / ahaituky apratihātā yayātmā suprasīdati //”.

O przejawieniu cech czystej bhaktijogi można mówić wówczas, gdy nieprzerwany strumień myśli spontanicznie kierowany jest ku Mnie, przebywającemu w każdym sercu, tak jak wody Gangesu stale płyną w stronę oceanu, oraz wtedy, gdy pragnienia skupiają się bez reszty na słuchaniu o mnie⁷³.

Uddhawagita (XI.29.19, XI.14) ostatecznie opisuje bhaktijogę jako wynikające z praktyki postrzeganie Wisznu w każdym przejawie życia. Wedle jednego z fragmentów księgi VII na praktykę tę składa się dziewięć głównych procedur, mianowicie: słuchanie opowieści o Wisznu, powtarzanie jego imienia, medytacja (w postaci rozpamiętywania), szacunek, oddawanie czci wizerunkowi Wisznu, modlitwa, służenie mu, ale także przyjaźń i poddanie się jego woli⁷⁴. Jest to jednak raczej intelektualny obraz jogi oddania. Najbardziej emocjonalną jej postać, a tym samym reprezentatywną dla BhP, uosabiają pasterki (*gopī*), bohaterki księgi X. Na różnicę pomiędzy intelektualnym bhakti, typowym dla literatury wisznuickiej sprzed BhP, a bhakti impulsywnym i ekstatycznym zwrócił uwagę między innymi Friedhelm Hardy⁷⁵. Bhaktijoga *Bhagawadgity* przypomina bardziej cichą kontemplację, podczas gdy w *Bhagawatapuranie* towarzyszą jej liczne fizyczne symptomy ekstazy. Emocjonalność i zarazem sensualność tej jogi pozwala adeptowi wejść w kontakt z absolutem tu i teraz, angażując w to wszystkie funkcje umysłowe. Nie znaczy to jednak, że w BhP brak intelektualnego bhakti – mamy wzmianki o pasterkach, które, siedząc w pozycji jogina, pogrążone były w stanie błogości, wolne od świadomości ciała i swojej własnej indywidualności. Podobne opisy w oczywisty sposób nasuwają skojarzenie z jogicznym samadhi i najpewniej miały służyć legitymizowaniu bhaktijogi jako alternatywnej metody uzyskiwania stanu jedyności. BhP wprost stwierdza – nieco w duchu idealizmu adwajty – że gopi, dzięki stałej spontanicznej medytacji o Krysni jako kochanku, osiągają połączenie z najwyższym brahmanem⁷⁶. Tekst, przedstawiając obie perspektywy, zdaje się rozpatrywać, czy wyłącznie jogiczne samadhi, czy też pełnia doświadczeń człowieka stanowi końcową wartość religijną. Ostatecznie to nie połączenie, a tym bardziej w brahmanie, staje się ideałem wyzwolenia, ale tzw. *virāha-bhakti*, czyli oddanie w rozłące, a właściwie rzeczywistość dialektyczna, zbudowana z chwilowych spotkań i rozstań, niekulminująca w żadnej ostatecznej unii.

⁷³ BhP III.29.11–12: „mad-guṇa-śruti-mātreṇa mayi sarva-guhāśaye / mano-gatir avicchinnā yathā gaṅgāmbhaso 'mbudhau // lakṣaṇaṁ bhakti-yogasya nirguṇasya hy udāhṛtaṁ / ahaituky avyavahitā yā bhaktiḥ puruṣottame //”.

⁷⁴ BhP VII.5.23: „śravaṇaṁ kīrtanaṁ viṣṇoḥ smaraṇaṁ pāda-sevanam / arcaṇaṁ vandanam dāsyam sakhyam ātma-nivedanam // iti puṁsārpitā viṣṇau bhaktiś cen navalakṣaṇā / kriyeta bhagavatya addhā tan manye 'dhītam uttamam //”.

⁷⁵ Zob. F. Hardy: *Vihāha Bhakti...*, s. 47.

⁷⁶ BhP XI.12.12.

Moce mistyczne w *Bhagawatapuranie*

Na zakończenie choćby pokrótce wspomnieć należy o stosunku BhP do mocy jogicznych (*siddhi*), które są efektem radykalnych procedur jogicznych. Rozdział w całości poświęcony temu zagadnieniu znajduje się w księdze XI (XI.15). Autorzy BhP wymieniają tam osiemnaście *siddhi* będących rezultatem jogicznej dharany. Osiem z nich określonych zostało jako „główne”, jako że są one przede wszystkim udziałem boga (bhagawana), choć dostępne mogą być również dla wprawnych joginów, którzy osiągnęli mistrzostwo w swej dyscyplinie. Kolejnych dziesięć nazwano „drugorzędnymi”, ponieważ mają być efektem kultuwowania przez jogina siły harmonii (*sattva-guṇa*). Do najważniejszych *siddhi* należą: 1) zmniejszanie swojego ciała do minimalnych rozmiarów (*anīmā*), 2) powiększanie go do rozmiarów olbrzymich (*mahimā*), 3) stawanie się niezwykle ciężkim (*garimā*), 4) lekkim (*laghimā*), 5) uzyskanie wstępu we wszystkie możliwe miejsca (*prāpti*), 6) spełnianie pragnień (*prākāmya*), 7) władza (*iśitva*) i 8) kontrola nad innymi (*vaśitva*)⁷⁷. Na dodatkowe *siddhi* składają się: 1) wolność od poczucia głodu (*anūrmimattva*), pragnienia i innych niewygód, 2) możliwość słyszenia dźwięków bardzo oddalonych (*dūraśravaṇa*), 3) widzenie zjawisk i obiektów bardzo oddalonych (*dūradarśanam*), 4) teleportacja (*manojavaḥ*), 5) możliwość przyjęcia dowolnej formy (*kāmarūpa*), 6) możliwość wejścia w ciało innej osoby (*parakāya-praveśanam*), 7) śmierć na życzenie (*svachanda-mṛtyuḥ*), 8) oglądanie bogów i możliwość towarzyszenia im (*devānāṃ saha-kṛdānudarśanam*), 9) sukces w osiągnięciu swoich celów (*yathā-saṅkalpa-samsiddhiḥ*), 10) całkowity brak przeszkód na drodze do wypełnienia rozkazów jogina (*ājñāpratihatā gatiḥ*).

Z każdą z tych mocy związana jest konkretna medytacja o danym aspekcie Wisznu. Osiągnięcie samadhi podczas kontemplacji konkretnej postaci boga skutkuje zmanifestowaniem się w adeptce określonej mocy. Dodatkowo w tym samym rozdziale omawia się pięć *siddhi*, które uzyskują jogini dzięki praktyce asztangajogi, mianowicie: 1) znajomość przeszłości, teraźniejszości i przyszłości, 2) tolerowanie zimna, gorąca i innych par przeciwności, 3) znajomość myśli innych osób, 4) odporność na destruktywny wpływ ognia, słońca, wody, trucizn itd. oraz 5) bycie niezwyciężonym. Choć jogini trdzą się wielce, żeby je zdobyć, osiągane są z łatwością przez czcicieli Wisznu, który jest władcą jogi (*yogeśvara*), a tym samym źródłem wszelkich jogicznych mocy.

Bibliografia

- Āpastamba Dharma Sūtra. Āpastambīyadharmasūtram. Ed. G. Bühler. Third edition. Bhandarkar O.R. Institute, Poona 1932 (Bombay Sanskrit Series, 44 and 50).
Atharvaveda-saṃhitā. Dostępne w Internecie: <https://titus.fkidg1.uni-frankfurt.de/texte/etcs/ind/aind/ved/av/avs/avs.htm> [data dostępu: 14.03.2019].

⁷⁷ BhP XI.15.3–9.

- Bronkhorst J.: *The Two Sources of Indian Ascetism*. Motilal Banarsidass, Delhi 1998.
- Bryant E.F.: *Krishna in the Tenth Book of the Bhagavata Purana*. In: *Krishna: The Sourcebook*. Ed. E.F. Bryant. Oxford University Press, Oxford 2007, s. 111–138.
- Bryant E.F.: *The Date and Provenance of Bhāgavata Purāṇa and the Vaiṣṇava Perumāl Temple*. "Journal of Vaishnava Studies" 2002, Vol. 11, no 1, s. 51–80.
- Dasgupta S.: *A History of Indian Philosophy*. Vol. 4: *Indian Pluralism*. Cambridge University Press, [Cambridge] 1961.
- Falk M.: *Mit psychologiczny w starożytnych Indiach*. Universitas, Kraków 2011.
- Hardy F.: *Vihāṇa Bhakti. The Early History of Kṛṣṇa Devotion in South India*. OUP India, Delhi 1983.
- Jakubczak M.: *Joga w Bhagawadgicie – jedna czy wiele metod wiodących do wyzwolenia?* „Studia Philosophica” 2008, T. 53, s. 158–174.
- Jha G.: *Manusmṛiti with the Manubhāṣya of Medhātithi*. Motilal Banarsidass Publishers, [Calcutta] 1920.
- Jiva Gosvāmī: *Tattvasandarbhah*. Ed., transl., commentary H. Śāstrī. Gadadhar-gaurahari Press, Vrindavan 1981.
- Jurewicz J.: *Fire, Death and Philosophy. A History of Ancient Indian Thinking*. Elipsa, Warszawa 2016.
- Klostermaier K.: *A Survey of Hinduism*. State University of New York Press, New York 2007.
- Kudelska M.: *Muni – milczący mędrzec wśród gadatliwych braminów*. „The Polish Journal of the Arts and Culture” 2012, nr 1, s. 11–26.
- Mallinson J.: *Dattātreyā's Discourse on Yoga*. Dostępne w Internecie: https://www.academia.edu/3773137/Translation_of_the_Datt%C4%81treayoga-%C5%9B%C4%81stra_the_earliest_text_to_teach_ha%E1%B9%ADhayoga [data dostępu: 10.09.2018].
- Mallinson J.: *Rāmānandī Tyāgīs and Haṭhayoga*. "Journal of Vaishnava Studies" 2005, Vol. 14, no 1, s. 107–121.
- Monier-Williams M.: *A Sanskrit-English Dictionary. Etymologically and Philologically Arranged with Special Reference to Cognate Indo-European Languages*. Oxford University Press, Oxford 1899.
- Rgveda-saṃhitā*. Dostępne w Internecie: <http://titus.uni-frankfurt.de/texte/etcs/ind/aind/ved/rv/mt/rv.htm> [data dostępu: 14.03.2019].
- Śrīmad-bhāgavata-mahāpurāṇam*. Gita Press, Gorakhpur 1998.
- The Baudhāyana Śrautasūtra*. Crit. ed., transl. C.G. Kashikar. Vol. 1–4. Indira Gandhi National Centre for the Arts–Motilal Banarsidass, New Delhi–Delhi 2003.
- The Bhāgavata Purāṇa: Sacred Text and Living Tradition*. Eds. R.M. Gupta, K. Valpey. Columbia University Press, New York 2013.
- The Śrautasūtras of Lātyāyana and Drāhyāyana and Their Commentaries. An English Translation and Study*. By A. Parpola. Vol. I, 1: General introduction and appendices to Vol. I. [B.w.], Helsinki 1968 (Commentariones Humanarum Litterarum Societas Scientiarum Fennica, Vol. 42, no. 2).

Dagmara Wasilewska

The image of yoga and yogic powers in the *Bhāgavata-purāṇa*

Summary

The *Bhāgavata-purāṇa*, one of the most important *Vaiṣṇava* texts, dates from around 6th–8th centuries A.D., a period when the system of classical yoga was already well known, while *haṭha-yoga* had not yet been formed, although its particular practices were already in use. The article presents yoga as a phenomenon perceived to some extent from the outside — from the distance created by the perspective of Puranic *Vaiṣṇavism*, which on the one hand constituted part of the widely understood Vedic orthodoxy, and on the other was shaped under the strong influence of the pan-Indian devotional current of *bhakti*. The article deals primarily with what the authors of the *Bhāgavata-purāṇa* understand by yoga, how they describe it and make value judgments, as well as which of its elements they adapt to their own practice. In the *Purāṇa* we find extensive descriptions of yogic discipline in its very concrete forms, including detailed meditation procedures, as well as intriguing portraits of yogis and illustrations of the yogic powers they acquire, the so-called *śakti*. The author devotes special attention to “Book XI” of the text, especially its passage called *Uddhava-gītā*, in which the god Krishna in conversation with Uddhava in twenty-three chapters discusses in detail the text’s preferred way of yoga.

Keywords: yoga, *bhakti*, *Bhāgavata-purāṇa* (6th–8th centuries A.D.), Bengali *Vaiṣṇavism*

Дагмара Василевска

Образ йоги и йогических сил в *Бхагавата-пуране*

Резюме

Бхагавата-пурана, являющаяся одним из наиболее важных текстов вишнуизма, восходит к VI–VIII векам н.э., т.е. к периоду, когда была уже хорошо известна система классической йоги, однако ещё не сформировалась хатха-йога, хотя отдельные её практики уже применялись. В статье йога представлена как феномен, в некоторой степени воспринимаемый извне – с расстояния, которое образует перспектива пуранического вишнуизма, который, с одной стороны, вписывается в широко понимаемую ведийскую ортодоксию, с другой – он сформирован под сильным влиянием пан-индийского религиозного движения бхакти. В тексте говорится прежде всего о том, что авторы *Бхагавата-пураны* понимают под йогой, как её описывают и оценивают, а также какие её элементы приспособляют к собственной практике. В пуране находим обширные описания йогической дисциплины в очень конкретных её проявлениях, в том числе подробные медитативные процедуры, а также интригующие портреты йогов и иллюстрации пробуждённых ими йогических сил, т.наз. *шахти*. Особое внимание автор статьи уделяет XI книге текста, в частности её фрагменту под названием *Уддхава-гита*, в котором бог Кришна во время беседы с Уддхавой в двадцати трёх главах подробно описывает предпочтительный путь йоги.

Ключевые слова: йога, бхакти, *Бхагавата-пурана* (VI–VIII вв. н.э.), гаудия-вайшнавизм

BEATA ABDALLAH-KRZEPKOWSKA

Uniwersytet Śląski

<https://orcid.org/0000-0003-4370-8095>

Praktyki cielesne w sufizmie

Sufizm (*taṣawwuf*), mistyczny nurt islamu, tradycyjnie nazywany „wewnętrzną ścianą islamu” (mianem „muru zewnętrznego” określa się prawo muzułmańskie), był zarazem przez wieki ruchem powszechnym i egalitarnym, przekraczającym granice geograficzne, kulturowe, społeczne oraz etniczne. Za początki tego nurtu uważa się indywidualne doświadczenia mistyczne i pobożne praktyki muzułmanów, dla których ścieżka ortodoksji, ograniczona do obowiązkowych praktyk, przestrzegania zasad etyki muzułmańskiej i prawa („mur zewnętrzny”), była niewystarczająca. Pragnęli oni zbliżyć się na drodze miłości do Boga („Bóg niebawem przyprowadzi ludzi, których pokocha i oni Jego pokochają”¹), który jest „bliżej [...] aniżeli arteria [...] szyi” (Koran 50,16). Jedną ze wskazówek takiej drogi poznania stanowił dla nich hadis (z grupy hadisów *qudsī*)²: „Ani ziemia, ani niebo nie mogą Mnie pomieścić, ale pomieści Mnie serce [*qalb*] wierzącego”³.

Z czasem, gdy wokół wielkich mistrzów zaczęli się gromadzić uczniowie, sufizm rozwinął się w ruch masowy i zorganizowany. Według sufich każdy wierzący mógł wstąpić na ścieżkę mistycznego poznania i próbować osiągnąć najwyższy stopień wtajemniczenia⁴. Na przełomie XII i XIII wieku zaczęły powstawać bractwa sufickie (*ṭarīqa*), a każde z nich posiadało własne praktyki duchowe

¹ *Koran*. Przeł. J. Bielawski. Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 1986, 5,54. Wszystkie cytaty z Koranu podaję za tym wydaniem.

² Hadis *qudsī* – „święty hadis”. Istnieje grupa czterdziestu „świętych hadisów”, które tym się różnią od pozostałych hadisów, że według tradycji uważane są za objawienie Boga wypowiedziane słowami proroka Muhammada.

³ Hadis ten przytaczam ze względu na jego wyjątkową popularność i znaczenie w muzułmańskim mistycyzmie. Jego pochodzenie jest jednak dość kontrowersyjne, nie wywodzi się bowiem z żadnego uznanego zbioru hadisów.

⁴ E. Geoffroy: *The Nature and Development of the Term in Sufism* [część wieloautorskiego hasła: *Ṭarīqa*]. In: *Encyclopaedia of Islam*. Vol. 10. Ed. P. Bearman et al. Brill, Leiden 2000, s. 243; L. Massignon [B. Radtke]: *Early Development in the Arabic and Persian Lands* [część wieloautorskiego hasła: *Taṣawwuf*]. In: *Encyclopaedia of Islam...*, Vol. 10, s. 316.

i rytuały. W przeciwieństwie jednak do zakonów chrześcijańskich były one luźno usystematyzowane. Dzieła uporządkowania doktryny sufizmu i określenia jego stosunku do ortodoksyjnego islamu dokonał żyjący w XII wieku wybitny uczony Al- Ġazālī, ogromne zasługi połączenia doktryny islamu i jego mistycznego nurtu należą również do Ibn al-ʿArabiego⁵.

Mistrz (*šayḥ*, *pir*, *muršid*) swoją pozycję zawdzięczał nie tylko osiągnięciu najwyższego etapu duchowego, ale także temu, że był jednym z ogniw łańcuchów (*silisila*) szejchów, których początek zazwyczaj sięgał czasów Proroka. Mistrzowie, którzy osiągnęli najwyższe etapy rozwoju duchowego, nazywani byli *walī* ('przyjaciółmi Boga', a właściwie dosłownie 'bliskimi Bogu') i dzięki świętości, którą osiągnęli, mogli pośredniczyć (*wašīla*) w drodze wiernego do Boga, być jego przewodnikiem. Sufizm nazywany jest „pedagogiką serca”, wewnętrznej pracy nad sobą, a jeden z najczęściej cytowanych hadisów, wyznaczających ścieżkę przybliżenia do Boga⁶, głosi: „poznasz siebie, poznasz swojego Pana” (*man ʿarafa nafsahu faqad ʿarafa Rabbahu*). Jeden z hadisów *qudsī*, którego słowa brzmiały: „Byłem ukrytym skarbem, który pragnął zostać poznany, dlatego stworzyłem świat”⁷, stał się teoretyczną podstawą rozważań i rozwiniętych koncepcji na temat istoty Boga, Jego atrybutów, a przede wszystkim relacji łączącej Stwórcę z Jego stworzeniem. Hadis ten stał się również fundamentem koncepcji istoty ludzkiej jako lustra, w którym przegląda się Bóg. Życie wierzącego winno polegać na polerowaniu lustra, aby mógł się w nim przejrzeć Bóg⁸. Wierzący w procesie przemian udoskonala swoje atrybuty tak, aby były zgodne z boską formą, według której został stworzony⁹. Podstawą edukacji etycznej była relacja (*rābiṭa*) mistrz – uczeń (*murīd*)¹⁰, przebiegająca na drodze

⁵ L. Massignon [B. Radtke]: *Early Development...*, s. 314.

⁶ Choć wielu uczonych i mistyków cytuje to zdanie jako hadis, brak go jednak w zbiorach hadisów. Wypowiedzenie tych słów przypisuje się Prorokowi lub Alemu.

⁷ Przytoczony cytat znany jest jako hadis *qudsī*, choć brak dowodów na jego autentyczność jako przekazu Proroka. Nieobecny w zbiorach hadisów, występuje m.in. u Ibn ʿArabiego. Przytaczam go ze względu na jego rozpowszechnienie i ogromne znaczenie dla rozwoju muzułmańskiego mistycyzmu.

⁸ Zob. S. Murata: *The Tao of Islam. A Sourcebook on Gender Relationships in Islamic Thought*. State University of New York Press, New York 1992, s. 24–26.

⁹ T. Burckhardt: *An Introduction to Sufi Doctrine*. World Wisdom Books, Bloomington 2008, s. 64–65.

¹⁰ W popularnej literaturze europejskiej, czerpiącej często słownictwo z dziewiętnastowiecznego piśmiennictwa podróżniczego, na oznaczenie mistyków najczęściej używa się terminów *derwisz* i *fakir*. W samym świecie muzułmańskim oba te pojęcia są wymienne i oznaczają członka bractwa sufickiego, a ich użycie było i jest zdeterminowane lokalnie. Powszechnie uznaje się, że termin *derwisz* pochodzi z języka perskiego i oznacza 'poszukującego drzwi'. Prawdopodobnie jest to jednak ludowa etymologia, a prawdziwy źródłosłów pozostaje nieznanym. W świecie islamu pojęcie to było szeroko używane jako nazwa członka bractwa religijnego, w języku perskim i tureckim stosowano je w węższym sensie na określenie zebrzących sufich, których nazywano w języku arabskim fakirami. Zob. D.B. MacDonald: *Darwish*. In: *Encyclopaedia of Islam*. Vol. 2. Ed. B. Lewis et al. Brill, Leiden 1991, s. 164.

Fakir (*faqir*, lm. *fuqarā*) – termin użyty w Koranie 12 razy, kilkakrotnie występuje tam w opozycji do przymiotnika *ḡanī* ('samowystarczalny, niezależny'). Występowanie w parze z pojęciem *miskīn* może wskazywać na to, że te dwa słowa mają nieco różne odcienie znacze-

serca (*qalb*)¹¹. Mistrz prowadził ucznia poprzez etapy (*maqāmāt*) drogi mistycznej wiodącej ku Bogu. Na drodze tej uczeń doświadczał pod okiem duchowego mistrza stanów mistycznych (*hāl*, lm. *aḥwāl*). Ostatecznymi stanami, znajdującymi się u końca mistycznej ścieżki, są *fanā* ('unicestwienie' (jaźni w Bogu)) i *baqā* ('współistnienie, trwanie w Bogu, pozostanie, trwanie w Absolutie, nowe życia w Bogu'). W stanie *fanā* zatracą się „ja”, ale jednocześnie zyskuje atrybuty Boga, które otrzymują aktualizację w ludzkim „lustrze”¹².

Rzeczywistość ludzkiego bytu zostaje poddana alchemicznej przemianie, miejsce *nafs* zajmuje prawdziwa i jedyna Rzeczywistość, a Bóg przegląda się w doskonałym odbiciu. Wszystko wraca do pierwotnego stanu, w którym jest tylko Ten, który jest – „To nie ty rzuciłeś, kiedy rzuciłeś, lecz to Bóg rzucił” (Koran 8,35). Często cytowany przez muzułmańskich mistyków hadis *qudsi* mówi: „Wtedy, kiedy ja go kocham, jestem jego słuchem, za pomocą którego słyszy, jego wzrokiem, kiedy patrzy, jego dłoń, kiedy chwyta, jego stopą, która chodzi”¹³. Jak pisze Elżbieta Wnuk-Lisowska, w stanie *fanā* mistyk „widzi swoją absolutną zależność od Boga, a siebie »rzeczywistego«, cielesnego postrzega jako niebyt. Stan *al-baqā* uzmysławia mu jednak, że także cień nie jest różny od Absolutu, został stworzony po to, aby Bóg poznał samego siebie”¹⁴. Autorka dodaje:

niowe (Koran, 9,60). Teolog i uczony Al-Šāfi'ī (767–820) uważał, że termin *faqīr* może określać człowieka, który nic nie posiada i nie ma też zatrudnienia, podczas gdy przymiotnik *miskīn* oznacza człowieka o bardzo niewielkich dochodach, któremu nie starcza środków na zaspokojenie podstawowych potrzeb. Według innego uczonego, Abū Ḥanīfī (699–767), jest odwrotnie. Ibn 'Arabī zaś uważa oba te terminy za synonimiczne. Niektórzy z komentatorów Koranu twierdzą, że pojęcie *fugarā* (Koran, 2,273) odnosi się do *ahl aṣ – ṣuffa*, którzy zamieszkiwali w meczecie Proroka w Medynie i poświęcali cały swój czas modlitwie oraz medytacji. Zob. K.A. Nizami: *Fakir*. In: *Encyclopaedia of Islam...*, Vol. 2, s. 757. Interesujące byłoby zbadanie użycia obu terminów w literaturze polskiej XIX i początku XX wieku.

¹¹ Serce (*qalb*) uważane jest nie tylko za siedlisko uczuć, ale i funkcji moralnych. Serce w świetle Koranu wydaje się tą częścią ludzkiego wnętrza, która jest bardziej dostępna i podatna na zmiany. Bóg może wpływać na stan ludzkiego serca, może je otwierać i zamykać, może w nie wkładać uczucia, a człowiek może i powinien kultywować odpowiedni stan swego serca i dbać o nie. Możemy pokusić się o określenie go jako części psychiki, która podlega oglądowi i świadomemu procesowi samorozwoju. Jest to ta część, na którą może „oddziaływać” Bóg. Dodatkowo funkcje emocjonalne i mentalne Koran przypisuje rozumowi (*aql*), pozwalającemu człowiekowi na logiczne, racjonalne wnioskowanie. Szczególnie jednak koncepcja duszy rozwinęła się w sufickiej psychologii, bazującej na ideach koranicznych. W tej koncepcji *nafs* jest najniższą warstwą ludzkiej psychiki, gdzie rodzą się emocje i pragnienia niezależne od woli człowieka. Wyższą warstwą psychiki jest serce (*qalb*), a najwyższą duch (*rūḥ*). Ten model psychiki był podstawą dalszych rozważań na temat bardziej szczegółowych podziałów. Zob. B. Abdallah-Krzepkowska: *RŪH i NAFS. O koranicznej koncepcji DUSZY*. W: *Antropologiczno-językowe wizerunki duszy w perspektywie międzykulturowej*. T. 3: *Aksjosphera duszy – dusza w aksjospherze*. Red. J. Jurewicz, E. Maślowska, D. Pazio-Wlazłowska. Instytut Sławistyki Polskiej Akademii Nauk: Fundacja Sławistyczna, Warszawa 2018, s. 845.

¹² W.C. Chittick: *Die Seele als Spiegelbild Gottes*. „Neue Zürcher Zeitung”, 3 März 2002, s. 90.

¹³ T. Izutsu: *Sufism and Taoism. A Comparative Study of Key Philosophical Concepts*. Iwanami Shoten, Tokyo 1983, s. 50–52. Tu i w innych miejscach tłumaczenie cytatów obcojęzycznych własne, o ile nie zaznaczono inaczej.

¹⁴ E. Wnuk-Lisowska: *Jedność wielości*. „Studia Religio-logica” 2012, nr 2, s. 163.

Człowiek Doskonały rodzi się po mistycznej śmierci. Kiedy po zanurzeniu się w nieodróżnianej Jedności powraca do świata form i zmysłów, widzi ją na nowo. Wie, że to, co ludzie postrzegają jako rzeczywistość, nie jest bytem samoistnym, powstało dzięki samoograniczeniu Absolutu i bez niego nie istnieje. Ludzie widzą w rzeczach ich zewnętrzną formę, on dostrzega wewnętrzny aspekt rzeczy, ich prawdziwą rzeczywistość (*ḥaqīqa*), która pochodzi od Absolutu. I choć nie jest tożsamy z Absolutem w sensie ontologicznym, to jego świadomość odbija świadomość Absolutu¹⁵.

Celem i znaczeniem życia mistyka nie jest nagroda na tamtym świecie, ale powrót do Jedynej Rzeczywistości: „Ten świat jest zabroniony dla tych, do których ma należeć życie na tamtym świecie, tamten świat jest zabroniony dla tych, do których należy życie na tym świecie. Oba te światy są zabronione dla prawdziwego Bożego sługi”¹⁶.

Zakony sufickie stały się miejscami masowej edukacji duchowej i moralnej wszystkich warstw społeczeństwa, wywierającymi ogromny wpływ na praktyki życia religijnego wśród muzułmanów. W pozbawionym formalnej hierarchii i klas społeczeństwie muzułmańskim pozostawały całkowicie „ludowe” i otwarte dla wszystkich, niezależnie od ich pochodzenia. Obok zakonów osiadłych funkcjonowały zakony wędrownie – część *murīdów* spędzała pewien czas w siedzibie zakonu (*darga*, *ribāt*, *ḥānqā*, *zāwiya*, *tekiya*, *tekke* i inne), jednak większość prowadziła życie poza zakonem. Do bractw sufickich należały często całe rodziny, również kobiety i dzieci. Zakony tradycyjnie były związane z regionem, miastem, dzielnicą czy cechem rzemiosł, co tworzyło kolejny, bardzo silny rodzaj więzów łączących mieszkańców dzielnicy i rzemieślników skupionych w jednej gildii. Bractwa sufickie w islamizacji podbitych terenów odgrywały rolę nie do przecenienia. Były niezwykle popularne, między innymi dzięki inkluzywności, uniwersalnej duchowości (formuła „Wszystko jest Nim” zachęcała do przyłączania się niemuzułmanów do religijnych bractw) i łatwości, z jaką wchłaniały miejscowe tradycje duchowe¹⁷. Niewielu muzułmanów pozostawało poza nurtem sufickim, powszechnie postrzegano go jako kolejny stopień w życiu wierzącego, po przestrzeganiu zaleceń prawa muzułmańskiego i muzułmańskich reguł dobrego wychowania (*adab*) na drodze do Boga. Działo się tak aż do początków XX wieku, gdy pod wpływem przemian społeczno-politycznych, pojawienia się nowych nurtów w islamie, upadku kalifatu i represji, jakim poddawane były zakony sufickie na terenie Turcji, a także azjatyckich i kaukaskich republik ZSRR, świat muzułmańskiego mistycyzmu zaczął się kurczyć i tracić swoje znaczenie. Obecnie nurt mistyczny odzyskuje straconą pozycję w świecie islamu, a od drugiej połowy XX wieku jest obecny również w społeczeństwach zachodnich. Część praktyk sufickich jest wykorzystywana w ruchach New Age.

¹⁵ Ibidem, s. 147.

¹⁶ J.P. Brown: *The Dervishes: Or, Oriental Spiritualism*. Cambridge University Press, Cambridge 2013, s. 190.

¹⁷ Zob. W.C. Chittick: *Ibn al-ʿArabi and After in the Arabic and Persian Lands and Beyond* [część wieloautorskiego hasła: *Taṣawwuf*]. In: *Encyclopaedia of Islam...*, Vol. 10, s. 321.

Islam dotarł do Indii na początku VIII wieku, kiedy to w roku 711 zachodnia część Półwyspu Indyjskiego została podbita przez Arabów. Kwestia wzajemnych wpływów między islamem a hinduizmem na subkontynencie indyjskim jest od dawna tematem dyskusji orientalistów. Istnienie ożywionych kontaktów między muzułmanami a buddyjską i hinduistyczną społecznością w Indiach stanowiło, zdaniem części badaczy, dowód na to, że praktyki sufickie są zislamizowaną formą wedanty czy jogi, jednak najnowsze badania nie potwierdziły tych przypuszczeń¹⁸.

Zakony sufickie zaczęły działać w Indiach na dużą skalę w XII i XIII wieku, po ich ukonstytuowaniu się na centralnych ziemiach islamu. Podobnie jak w wielu innych miejscach opanowanych przez islam bractwa mistyczne okazały się dla tamtejszej ludności niezwykle atrakcyjną formą duchowości. Wielu Hindusów, zwłaszcza należących do niższych kast, przystępowało do bractw, ponieważ przyciągała ich między innymi muzułmańska idea społeczeństwa bezklasowego¹⁹. Wielu wybitnych uczonych muzułmańskich, jak choćby Al-Bīrūnī (973–1048), czy mistyków, jak Al-Ḥusayn ibn Maṣṣūr al-Ḥallāg (około 858–922), interesowało się hinduizmem, wielu z nich podróżowało po Indiach, aby rozmawiać z tamtejszymi mędrkami i zapoznawać się z systemami oraz praktykami lokalnych wierzeń. Można mówić o silnym wzajemnym zainteresowaniu uczonych i mistyków zarówno na poziomie praktyk, jak i refleksji religijnej. Muzułmanie indyjscy tłumaczyli i opracowywali prace z dziedziny jogi i hinduizmu; na perski i arabski zostały również przetłumaczone dzieła napisane w sanskrycie. Książę Dārā Shikōh (1615–1659), prawnuk Akbara, poeta, mistyk i erudyta, był autorem tłumaczenia upaniśadów z sanskrytu na perski. Według Shikōha upaniśady były pierwszą z „boskich ksiąg”, źródłem Prawdy i oceanem monoteizmu, doskonale zgodnym z Koranem. Shikōh uważał, że wspomniana w Koranie (56,78) „księga ukryta” (*kitāb maḥnūn*) odnosi się właśnie do upaniśadów, które, jego zdaniem, powinien poznać każdy muzułmanin, podobnie jak Torę, Psalmy czy Ewangelię (o których wspomina Koran). Przekład ten, opatrzony przez tłumacza tytułem *Sirr-i Akbar* („Największa Tajemnica”), został w 1801 roku przetłumaczony na łacinę przez Abrahama Anquetila-Duperrona i w ten sposób indyjski mistycyzm został przedstawiony Europie (gdzie w krótkim czasie wzbudził ogromne zainteresowanie) za pośrednictwem muzułmańskiej wersji tekstu²⁰.

Indyjski książę był również autorem dzieła o znamienitym tytule *Mağma' al-baḥrayn* („Zlewisko dwóch mórz”), w którym rozważał pokrewieństwo sufizmu i wedanty, a szerzej islamu i hinduizmu. Mistrz suficki Muhammad Ghawth (zm. 1563), oprócz autorstwa licznych dzieł, był także tłumaczem (na perski, z wcześniejszego tłumaczenia na arabski) jogicznego tekstu *Amrytakunda*, który mocno zmodyfikował²¹. Nie można też nie wspomnieć o ruchach synkretycznych,

¹⁸ Zob. A.M. Schimmel: *Mystical Dimensions of Islam*. The University of North Carolina Press, Chapel Hill 2011, s. 345; W.C. Chittick: *Ibn al-'Arabi...*, s. 321.

¹⁹ Zob. K.A. Nizami: *Tarika in Muslim India* [część wieloautorskiego hasła: *Ṭarīqa*]. In: *Encyclopaedia of Islam...*, Vol. 10, s. 255.

²⁰ A.M. Schimmel: *Mystical Dimensions of Islam...*, s. 360–362.

²¹ Zob. W.C. Chittick: *Ibn al-'Arabi...*, s. 322; C.W. Ernst: *Sufism and Yoga According to Muhammad Ghawth*. „Sufi” 1996, Issue 29, s. 9–13.

aktywnych od XV wieku na subkontynencie indyjskim, i mogolskim władcy Akbarze (1542–1605), będącym twórcą synkretycznej religii *Dīn-i Ilāhī* („boskiej wiary”), stanowiącej połączenie elementów religii wyznawanych na terenie imperium Wielkich Mogołów²².

Suficka literatura hagiograficzna z terenu Indii opisuje zawody w czynieniu „cudów”, jakie odbywały się między świętymi sufickimi a joginami, często zakończone konwersją joginów na islam. Tematyka „cudów” była częstym przedmiotem dyskusji zarówno muzułmańskich teologów i myślicieli, jak i mistyków. Zastanawiano się, czy są one prawdziwe (a więc pochodzą od Boga), czy też związane są z użyciem czarnej magii (miałyby zatem demoniczne pochodzenie). Wielu uczonych muzułmańskich nie negowało realności „cudów” joginów, ale podkreślało konieczność podążania drogą islamu.

Trudno odpowiedzieć na pytanie, jakie techniki jogiczne sufizm przejął do swoich praktyk. Zapewne kontakty bractw sufickich z różnymi formami duchowości na terenach, na których mistycy muzułmańscy stykali się z hinduistami i buddystami, nie pozostały bez wpływu na ich praktyki, choć z dostępnych źródeł wynika, że wszystkie praktyki sufickie były znane w świecie arabsko-muzułmańskim wcześniej, jednak kontakty z mistykami indyjskimi dodały im pewnego kolorytu²³.

Przypuszczano, że radykalny wegetarianizm niektórych sufickich mistyków żyjących w Indiach mógł być rezultatem kontaktów z hinduistycznymi ascetami, jednak wegetarianami bywali też mistycy żyjący tam, gdzie nie mogli się wówczas zetknąć z indyjskim mistycyzmem i gdzie wpływy te nie były obecne. Jedną z postaci znanych ze skrajnego weganizmu była słynna mistyczka Rābīʿa al-ʿAdawīyya z Iraku. Według licznych opowieści nie bały się jej zwierzęta i nie uciekały przed nią ptaki, instynktownie czując w niej człowieka, który nie krzywdzi żywych stworzeń²⁴. Podobne historie kojarzone są z terenów Afryki Północnej. Na terenie Maghrebu znani byli sufi, którzy nie zabijali żadnych istot żywych, nawet owadów²⁵.

Nie wiadomo również, czy można mówić o wpływach praktyk hinduistycznych na techniki oddychania w sufizmie, ponieważ te znane były już na terenie dzisiejszego wschodniego Iraku przed podbojem Indii. Prawdopodobnie kontakt z wyznającymi hinduizm sąsiadami pobudził zainteresowania sufich praktykami ascetycznymi. W Koranie, a co za tym idzie – w islamie, nie rozróżnia się formy duchowej i cielesnej jednostki. Istota ludzka stanowi nierozzerwalną całość, cielesną i duchową, choć w późniejszym czasie pod wpływem filozofii greckiej rozwinęła się koncepcja duszy (jako greckiej psyche i pneumy). Ortodoksja mu-

²² A.M. Schimmel: *Mystical Dimensions of Islam...*, s. 359.

²³ Ibidem, s. 358. Według Titusa Burckhardta niektóre zakony sufickie, jak na przykład Nakszbandija, zaadaptowały pewne techniki hathajogi do swoich praktyk, takich jak tańce. Por. T. Burckhardt: *An Introduction to Sufi Doctrine...*, s. 94.

²⁴ Zob. C. Helminski: *Women of Sufism: A Hidden Treasure*. Shambhala, Boston–London 2003, s. 27; A.M. Schimmel: *Mystical Dimensions of Islam...*, s. 267.

²⁵ O wzajemnych wpływach sufickich i hinduistycznych (na przykładzie mistycznego ruchu bhakti) pisze Piotr Kłodkowski w swojej pracy *Homo mysticus hinduizmu i islamu. Mistyczny ruch bhakti i sufizmu* (Wydawnictwo Akademickie Dialog, Warszawa 1998).

zułmańska, bazująca na tekście Koranu, postrzega ludzką cielesność jako błogosławieństwo i dar od Boga. Zaspokajanie potrzeb cielesnych jest ważne i należy to robić „w granicach Boga” (*fī ḥudūd Allah*). Islam ma być dla człowieka „drogą środka” i „ułatwieniem” (*taysīr*), wielką rolę odgrywa w etyce muzułmańskiej koncepcja „równowagi” (*mizān*), toteż wszelkie skrajności, przekraczanie granic uważa się za zaburzenie równowagi, w jakiej powinien żyć i człowiek, i społeczeństwo. Nie ma więc w ortodoksyjnym islamie miejsca na zarówno nadmierne folgowanie potrzebom ciała, jak i udurczanie go oraz niezaspokajanie jego potrzeb.

W nurcie sufickim ciało staje się przedmiotem praktyk deprywacyjnych i transgresyjnych. Celem ich jest (na początkowych etapach mistycznego wtajemniczenia) zapanowanie nad własnym ciałem i niższymi warstwami psychiki odpowiedzialnymi za popędy. To niezbędne etapy poznania siebie i kontroli nad sobą (*muḥāsaba*) oraz jedno z metod oczyszczania (*tahāra*) psychiki na drodze wiodącej do poznania Boga. Na późniejszych etapach drogi duchowej nietypowe doświadczenia cielesne były rezultatem wygaszenia funkcji zmysłów i towarzyszyły stanom ekstatycznym. Ciało uważa się za wroga, ale traktuje się je jako jeden z instrumentów przydatnych adeptowi na jego mistycznej ścieżce, ważny element, za pomocą którego przejawia się doświadczenie religijne²⁶. Według mistyków ciało jest pośrednikiem między tym, co widoczne i zewnętrzne (*ẓāhir*), a tym, co wewnętrzne i ukryte (*bāṭin*)²⁷.

W zorganizowanym sufizmie podróż poszukującego (*sālik*) zaczynała się od pracy nad najniższymi warstwami psychiki (*nafs*), będącymi, według sufickiej psychologii, siedliskiem pragnień: „Twój najgorszy wróg jest między twoimi bokami”²⁸. Ta praca, czyli duży dżihad (*ḡihād kabīr*), to najważniejsza z tych, jakie winien wykonywać muzułmanin. Ta część ludzkiej psychiki, a właściwie ślepe uleganie jej podszeptom, jest przyczyną popełniania grzechów. Według Koranu „dusza pobudza do złego” (*an-nafs la-’ammāra bi-’ās-su’* – 12,53), a po oczyszczeniu staje się „duszą uspokojoną” (*an-nafs al-muṭma’inna* – 89,27). *Nafs* jest jedną z zasłon (*ḥāḡib*) oddzielających ludzi od Boga. Pierwszym obowiązkiem adepta jest postępowanie wbrew pragnieniom *nafs*, a cel to zastąpienie złych skłonności ich szlachetnymi przeciwieństwami. *Nafs* w swoim pierwotnym sensie oznacza ‘życie, siłę vitalną’, gdyż poprzez rdzenie słowo to jest powiązane z czynnością oddychania, najbardziej charakterystyczną funkcją życiową, synonimiczną w kulturach pierwotnych z życiem. W rozszerzonym znaczeniu *nafs* to ‘żywa istota/człowiek’ jako psychofizyczna całość, a także jako ludzka psychika (dusza). Obejmuje zarówno żądze i pragnienia, a więc „niskie” stany ludzkiej psychiki,

²⁶ Idea samodestrukcji była jednak silnie zakorzeniona w tradycji mistycznej islamu. Mistyk miał zniszczyć swoje ciało, duszę i serce, aby Bóg mógł budować na zgliszczach dawnego „ja”. Jeden z hadisów *qudsī* głosił: „Jestem z tymi, których serca złamane są dla mnie”. Zob. A.M. Schimmel: *Mystical Dimensions of Islam...*, s. 190.

²⁷ Zob. S. Bashir: *Sufi Bodies: Religion and Society in Medieval Islam*. Columbia University Press, New York 2011, s. 20.

²⁸ H.J. Sindima: *Major Issues in Islam: The Challenges Within and Without*. Hamilton Books, Lanham, MD 2017, s. 88.

rodzące się niezależnie od ludzkiej woli i zinternalizowanych wartości etycznych, jak i tę część ludzkiej psychiki, która odpowiada za osądy moralne. Wszystkie te znaczenia odnaleźć można w tekście Koranu. Koncepcja duszy ludzkiej i jej funkcji rozwinęła się w muzułmańskiej filozofii i teologii bazującej na neoplatonizmie i arystotelizmie, toteż koncepcja ta więcej ma wspólnego z greckim systemem pojęciowym niż ideami koranicznymi. Dzisiejszym czytelnikom Koranu – czy to arabskiego oryginału, czy tłumaczeń na inne języki – trudno jest zrozumieć koraniczną koncepcję duszy bez postrzegania jej przez pryzmat koncepcji platońskiej. Suficka psychologia szczególnie rozwinęła ideę duszy ludzkiej, bazując na treści Koranu. Jak już wspominałam, *nafs* jest najniższą warstwą psychiki, którą można nazwać duszą animalną, *qalb* (serce) jest warstwą wyższą, poddającą się woli, a najwyższą jest *rūh*, czyli duch. Ten trójpodział stał się podstawą dalszych rozważań na temat natury części składowych i bardziej szczegółowych podziałów. Niektórzy myśliciele wprowadzili pojęcie granicy między *nafs* a *qalb*, „zaporę” zapobiegającą przedostaniu się „niskich” treści z *nafs* do czystej dziedziny serca. Współcześnie *nafs* w popularnym dyskursie muzułmańskim jest używane, by oddać znaczenie terminów *ja*, *jaźń*, *ego*²⁹.

Literatura suficka przekazała nam opisy metod, jakimi wielcy mistrzowie suficy powstrzymywali swoje pragnienia i popędy, a także kar, jakie na siebie nakładali za nieumiejętność powstrzymywania pragnień *nafs*. W piśmiennictwie mistycznym pojawiały się czasem porównania do ludzi – *nafs* przedstawiano jako kobietę kuszącą wędrowca lub odwoływano się do postaci historycznych, takich jak Abrahama czy koraniczny Faraon, którzy prowadzili swoje narody ku zagładzie. Częściej *nafs* przyrównywano do myszy, lisa, węża, świni, najczęściej jednak do zwierząt jucznych: upartego i nieposłusznego konia, wielbłąda lub muła, który, zdaniem mistyków, winien być trzymany o głodzie i poddawany surowym ćwiczeniom, żeby ostatecznie mógł zanieść jeźdźcę do jego celu³⁰. Obraz ujeżdżanego konia oznacza, że skłonności *nafs* nie trzeba zabijać, wszak są tym, czym obdarzył ludzi Bóg, ale wyćwiczyć je tak, aby służyły wierzącemu, który podąża drogą do Boga.

Nafs nazywano też szatanem. Sufi chętnie cytują hadis: „mój szatan stał się muzułmaninem i robi to, czego od niego zażądam”³¹. Poprzez praktyki duchowe skłonności duszy stają się użytecznymi „sługami” na drodze poznania Boga – gdy człowiek poddaje się Bogu, wówczas *nafs* poddaje się woli wierzącego. Walka z *nafs* stanowi ulubiony temat literatury sufickiej. Podkreśla się tam konieczność nieustannej pracy nad *nafs* i ciągłej obserwacji swojego wnętrza, ponieważ każda rzecz może stać się dla *nafs* przyjemnością i w konsekwencji zamiast przybliżać oddziela adepta od Stwórcy kolejną zasłoną. Jeden z mistyków, Abū ‘Utmān al-Ĥirī (844–910), mówił: „Wszystko co sprawia przyjemność *nafs*, czy to posłuszeństwo, czy jego brak, może stać się namiętnością (*ṣaḥwa*)”³². Każde ćwiczenie duszy: posłuszeństwo, pobożne czyny czy modlitwa, może być poten-

²⁹ B. Abdallah-Krzepkowska: *RŪH i NAFS. O koranicznej koncepcji DUSZY...*, s. 847.

³⁰ A.M. Schimmel: *Mystical Dimensions of Islam...*, s. 113.

³¹ Ibidem.

³² Ibidem, s. 171.

cialnie niebezpieczne, *nafs* może bowiem zatracić się w przyjemności czerpanej z nich, dlatego też sufi powinien umieć porzucić wszelkie przyzwyczajenia i szukać niewygody³³.

Najczęściej stosowanymi praktykami mającymi na celu okiełznanie *nafs* były: post, nocne czuwanie i odosobnienie. Pierwszych ascetów często nazywano „czuwającymi w nocy i poszczącymi w dzień” (*qā'im al-layl wa ṣā'im ad-dahr*). Te trzy elementy podsumowuje tradycyjna maksyma określająca sufizm jako: „małą ilość jedzenia, snu i rozmowy” (*qilla aṭ-ṭa'ām, qilla al-manām, qilla al-kalām*). W dalszej części artykułu przedstawiam najczęściej występujące w nurcie sufickim praktyki związane z cielesnością.

Ubóstwo (*faqr*) i ascetyzm (*zuhd*)

Mimo przenikającej islam idei harmonii i równowagi asceza (*zuhd*) była obecna od samego początku w jego mistycznym nurcie. I choć *zuhd* nie był nurtem dominującym i obowiązkowym, jednak stanowił ważny element życia mistycznego, zwłaszcza w praktykach pierwszych mistyków. Prawdziwy *faqīr* to człowiek, który nie pragnie niczego dla siebie na tym ani na tamtym świecie. Odrzucenie własności prywatnej (*adam tamalluk*), poddanie się woli Boga i stan całkowitego zaufania do Niego (*tawakkul*) miały stać się cnotami poszukującego. Późniejsi mistycy rozwinęli praktykowanie ubóstwa do skrajnych form, zrównywano je z sufizmem i uważano za esencję życia mistycznego. Suhrawardī dokonał rozróżnienia między sufim, człowiekiem ubogim, a ascetą. Według niego ubóstwo jest jedynie środkiem na drodze do Boga, inni znów, jak Rumi, widzieli w nim najważniejszą cechę mistyka, a nawet zrównywali stan ubóstwa z osiągnięciem najwyższego stanu mistycznego *fanā*³⁴. Dla Abū 'Abd al-Raḥmāna al-Sulamīego (937–1021) *faqr* jest jedną z trzech zasad – obok etycznego zachowaniu (*adab*) i wewnętrznej refleksji nad swoim postępowaniem moralnym (*aḥlāq*) – którymi winien się kierować wierzący³⁵. Jeden z mistyków, Abū 'Alī al-Ġūzyānī, tak charakteryzował ascetów:

Posłuszeństwo Bogu jest ich słodyczą. Miłość Boga jest ich towarzyszem. Bóg jest ich potrzebą i ich obrońcą. Prawość jest ich naturą. Od Niego są zależni. Z Nim są w bliskości i w Nim pokładają ufność. Głód jest ich pożywieniem, nagość ich odzieniem, wyrzeczenie jego wygraną, moralne zachowanie jego cechą, uniżenie się jego właściwością, a otwarte i uśmiechnięte twarze ich

³³ Abū 'Abd al-Raḥmān al-Sulamī: *The Stumblings of Those Aspiring and the Conduct Required of Them* (*Kitāb bayān zalal al-fuqarā' wa-ādābihim*). Transl. K.L. Honerkamp. In: *Stations of the Righteous & The Stumblings of Those Aspiring*. Two texts from the Path of Blame by Abū 'Abd al-Raḥmān al-Sulamī al-Naysabūri (D. 412/1021). Introduced and transl. by K.L. Honerkamp. In: *Three Early Sufi Texts: A Treatise on the Heart*. Fons Vitae, Louisville, KY 2010, s. 132.

³⁴ Ibidem, s. 122.

³⁵ Ibidem, s. 132.

ozdobą. Wspaniałomyślność jest ich rzemiosłem, przyjaźń ich towarzyszem, rozum ich przewodnikiem, cierpliwość siłą nimi kierującą, asceza ich zaopatrzeniem. Koran jest ich mową, wdzięczność ich ozdobą, wołanie do Boga ich tęsknotą, zadowolenie [w Bogu – B.A.K.] ich wytchnieniem, uczucie dostateczności ich skarbem. Czczenie Boga jest ich profesją, szatan ich wrogiem, świat kupą śmieci, skromność jest ich szatą, a strach naturalnym usposobieniem. Noc jest ich medytacją, dzień ich rozmyślaniem, mądrość jest ich mieczem, Prawda ich stróżem. Życie jest ich drogą, śmierć jest ich domem, grób jest ich twierdzą, a Dzień Sądu ich świętem. [Stanąć] przed Bogiem jest ich najgorętszym pragnieniem. W cieniu Tronu jest ich miejsce zebrania. Raj jest ich siedzibą, a oglądanie Boga obiektem ich tęsknoty³⁶.

Abū Baqr Šiblī mówił, że „*faqīr* nie znajduje zadowolenia (*la yastağni*) w niczym oprócz swojego Pana”³⁷. A Abū ‘Abd Allah al-Ġalā’ (zm. 918) dodawał: „Gdy sługa uzmysłowi sobie stan prawdziwego ubóstwa, wówczas przyodzieje szaty zadowolenia [w Bogu – B.A.K.] i zwiększy się jego współczucie wobec innych, tak, że nie będzie zważał na ich błędy, będzie modlił się za nich i okazywał im miłosierdzie”³⁸.

Prawdziwe ubóstwo (*faqr*) miało być jednak ubóstwem duchowym, gdy adept wyzbywał się pragnień i upodobań rodzących się w *nafs*, pustką przygotowaną na zastąpienie „ja” Bogiem. „*Faqr* czy też duchowe ubóstwo nie jest niczym innym niż *vacare Deo*, pustką dla Boga, odrzuceniem namiętności, a jego zwieńczeniem jest zastąpienie jaźni Boskością”³⁹. Całkowite ubóstwo (*faqr*) polega na uświadomieniu sobie, że wszystko, co nawet najbardziej osobiste i co mistyk uważał za swoje, nigdy do niego nie należało i było jedynie narzędziem Boga, a on sam jest miejscem manifestacji atrybutów; rzeczywistość zaś to zasłona, za którą kryje się absolutna Rzeczywistość⁴⁰. Sam mistyk też nie istnieje, a jedynie działa przez niego Bóg, poza którym nie ma niczego.

Czuwanie

Czuwanie stanowi jedną z głównych metod na drodze *murīda*. Praktyka ta bierze swój początek z samego Koranu, który zachęca do nocnych modlitw: „A nocą czuwal na modlitwie, to będzie dla ciebie zasługa dobrowolna” (17,79). Asceci spędzali całe noce, modląc się, niektórzy nawet wzbraniali się przed położeniem się choćby na chwilę dla rozprostowania nóg. Według przekazów mistycy potra-

³⁶ Ibidem, s. 147.

³⁷ K. Avery: *Shibli: His Life and Thought in the Sufi Tradition*. SUNY Press, New York 2014, s. 71.

³⁸ Abū ‘Abd al-Raḥmān al-Sulamī: *The Stumblings of Those Aspiring...*, s. 135.

³⁹ T. Burckhardt: *An Introduction to Sufi Doctrine...*, s. 110.

⁴⁰ Konceptji tej wiele miejsca poświęcił Ibn ‘Arabī (T. Izutsu: *Sufism and Taoism...*, s. 247–261; również o tej koncepcji u innych myślicieli, jak np. S. Murata: *The Tao of Islam...*, s. 39–45; T. Burckhardt: *An Introduction to Sufi Doctrine...*, s. 64–65).

fili nie spać przez wiele lat. Żeby nie folgować przyjemności spania – łóżem dla ascetów bywały cegły lub kamienie, niektórzy spali w pozycji siedzącej, stojącej lub w kucki⁴¹.

Odosobnienie (*ḥalwa*)

Większość adeptów sufizmu prowadzi normalne życie, starając się, jak mawiają sufi, „żyć w świecie, ale nie dla świata”, jednak okresy odosobnienia, gdy dochodzi do deprywacji zmysłów, są ważnym etapem w drodze mistycznej. Wierzący przebywa w niewielkim pomieszczeniu, nie kontaktując się z ludźmi, czas spędza na modlitwie, medytacji i rozmyślaniach. Często również pości. Czas i warunki odosobnienia określone są dokładnie przez mistrza⁴².

Post (*ṣawm*)

W powszechnej opinii mistyków post był jednym z najważniejszych i najefektywniejszych ćwiczeń cielesno-duchowych, mówiono nawet o „alchemii głodu”. Według Śaḳīqā al-Balḥiego czterdziestodniowy post sprawi, że najczarniejsze serce zamieni się w światło⁴³. Pościć można na różne sposoby – w regularnych odstępach czasu lub w sposób ciągły. Specyficznie sufickim rodzajem postu był *ṣawm dāw'udī*, polegający na powstrzymywaniu się od jedzenia co drugi dzień. Taki rodzaj postu ma zapobiec przywyknięciu mistyka do jednego stanu – postu lub sytości⁴⁴. Pragnieniem wielu mistyków była śmierć w stanie postu – sufickie opowieści mówią o sufich, którzy będąc w agonii, nie godzili się nawet na zwilżanie ust wodą. Co ciekawe, większość mistyków sufickich dożywała późnego wieku. Znane są jednak przypadki sufich, którzy zagłodzili się na śmierć. Czasem, dla zupełnego oczyszczenia organizmu, stosowano środki przeczyszczające. Dostrzegając jednak niebezpieczeństwo popadnięcia w bałwochwalstwo i kult postu, mistrzowie przypominali, że jest on tylko środkiem, a nie celem. Niektórzy jednak uważali, że *naḥs* z jego zwierzęcą naturą należy traktować dobrze i pofolgować czasem jego instynktom – „pies lepiej się zachowuje, gdy rzucisz mu w pysk kawałek mięsa”⁴⁵. Mistycy należący do zorganizowanych bractw sufickich odchodzili od radykalnych praktyk wczesnych sufich i starali się zachować w swoich ćwiczeniach drogę środka⁴⁶.

⁴¹ L. Massignon [B. Radtke]: *Early Development...*, s. 314.

⁴² A.M. Schimmel: *Mystical Dimensions of Islam...*, s. 176.

⁴³ Ibidem, s. 40.

⁴⁴ Zob. ibidem, s. 115.

⁴⁵ Ibidem, s. 237.

⁴⁶ Zob. ibidem, s. 116.

Modlitwa (*ṣalā*) i ablucja (*wuḍūʿ*)

Najważniejszymi i obowiązkowymi dla każdego wierzącego praktykami cielesnymi są modlitwa (*ṣalā*) i poprzedzająca ją ablucja (*wuḍūʿ*), będąca symbolem oczyszczenia duszy⁴⁷, której rolą jest wprowadzenie wiernego w stan uświęcenia. Ablucja rytualna dzieli się na małą i dużą. „Mała ablucja” przed modlitwą to: trzykrotne obmycie dłoni, rąk do łokcia, stóp, zawsze zaczynając od prawej strony ciała; jednokrotne twarzy, głowy, uszu, przepłukanie uszu i gardła – każda ablucja musi być poprzedzona dokładną higieną okolic intymnych. Stosowana jest po tzw. małym zanieczyszczeniu, to jest wydalaniu, wymiotach, ale również po obudzeniu się ze snu. *Ġusl*, czyli „duża ablucja”, przed modlitwą to: trzykrotne obmycie całego ciała od stóp do głów, poczynając od prawej strony. Konieczna jest po stosunku seksualnym, menstruacji, po okresie połogu. Ważne jest także znaczenie stron ciała – prawa ręka służy do jedzenia, od prawej strony muzułmanin zaczyna ablucje *wuḍūʿ* i *ġusl*, wkładanie butów, ubieranie się; natomiast lewa strona ciała wiąże się z czynnościami „nieczystymi”. Dla zwiększenia korzyści duchowych niektórzy mistycy stosowali *ġusl* przed każdą modlitwą i przed rozmową z przewodnikiem duchowym, inni dokonywali ablucji w najbardziej niekorzystnych okolicznościach, na przykład zimą w zamrzniętych rzekach Środkowej Azji. Niektórzy sufi potrafili zachować czystość rytualną przez całą dobę, bywali tacy, którym udawało się to przez kilka dni⁴⁸.

Obie formy oddawania czci, zarówno ablucja, jak i modlitwa, to sekwencja szczegółowo opisanych ruchów ciała, następujących po sobie w określonej kolejności. Każda modlitwa składa się z kilku rakatów (*rakʿa*), czyli powtarzających się ruchów, a każdy rakat z sekwencji trzech ruchów, za pośrednictwem których wierny wchodzi w stan uświęcenia i adoracji Boga. Ezoteryczna interpretacja sekwencji ruchów podczas modlitwy widzi w każdym jej ruchu reprezentację stanu natury podczas stwarzania świata: pełny skłon (*sağda*) reprezentuje etap roślinny, wegetatywny, pochylenie ciała (*rukūʿ*) – etap zwierzęcy, a wyprostowanie się – etap ludzkości. Anioły miałyby znajdować się w stanie wiecznej modlitwy, ale w jednej tylko postawie, która zależała od ich rangi. Jedynie człowiek miałby się modlić, wykorzystując trzy przepisane formy modlitwy, żeby móc czcić Boga w sposób pełny. Niektórzy widzieli w formach modlitwy nawiązanie do imion dwóch proroków islamu, Adama i Muhammada, poprzez porównanie kształtu ciała człowieka podczas wykonywania modlitwy do kształtu liter arabskich tworzących te imiona⁴⁹.

Suficki mistyk i poeta ʿAbd al-Qādir Bīdil (1642–1720) porównywał pozycje modlitewne do etapów życia ludzkiego – postawa stojąca to młodość, skłon symbolizuje starość, a pokłon unicestwienie. Zarówno stan istnienia, jak i nieistnienia to stan adoracji Boga. Według niektórych mistyków modlitwa jest aktem wzajemnym: w chwili, gdy modli się wierzący, modli się jednocześnie Bóg. Wiele opowieści sufickich dotyczy zarówno nadzwyczajnej wytrwałości mistyków w modlitwie, na

⁴⁷ Zob. ibidem, s. 148.

⁴⁸ Zob. ibidem, s. 150.

⁴⁹ Ibidem, s. 148.

której spędzali ogromną część swojego życia, zapominając się w niej całkowicie, jak i niezwykłych sił niepełnosprawnych, zniedołężniających czy nawet sparaliżowanych sufich, którzy odzyskiwali pełną sprawność fizyczną na czas modlitwy⁵⁰.

W miarę wzrostu światowej popularności jogi w środowisku muzułmańskim popularna staje się idea podobieństwa modlitwy i ćwiczeń jogi ze względu na pozycję ciała, ale także ich medytacyjny charakter, efekty zdrowotne i duchowe, a w tym wpływ, jaki mają na system energetyczny organizmu. Nie tylko ruchy, jakie wykonuje wierzący podczas modlitwy, mają mieć działanie lecznicze, ale również właściwe oddychanie i wibracje dźwiękowe wypowiedianych głosek modlitwy⁵¹.

Wspominanie Boga (zikr)

Zikr, czyli 'wspominanie' imienia Boga, jest najważniejszym i najbardziej charakterystycznym elementem oddawania czci Bogu w sufizmie, środkiem oczyszczania i „polerowania” serca⁵². Bractwa mistyczne różnią się między sobą sposobem praktykowania *zikru*. Zazwyczaj wykonywany zbiorowo, najlepiej w obecności szejcha, *zikr* dzieli się zasadniczo na *zikr* cichy („*zikr* serca” – *zikr al-qalb*, *zikr sāmit*) i *zikr* głośny („*zikr* języka” – *zikr al-lisān*). „*Zikr* serca” uważa się zasadniczo za lepszy, choć można też znaleźć opinie podkreślające zalety *zikru* głośnego: ciało może podążać za sercem; w przypadku gdy brak jest w sercu wierzącego w danym momencie odpowiedniego nastroju do wykonywania *zikru* – „*zikr* języka” może być użyteczny. Należy jednak uważać, aby nie był to „*zikr* brzucha”, czyli taki, w którym bierze udział tylko ciało człowieka⁵³.

Wykonywanie *zikru* łączyło się nieraz z pojawieniem się niezwykłych zjawisk fizjologicznych – podczas energetycznie bardzo wyczerpującego *zikru* sufi dosłownie tonęli we własnym pocie, przekazy mówią o śniegu topiącym się pod wpływem energii wydzielającej się wówczas z ciała mistyków. Zalecano więc sufić picie dużej ilości wody po *zikrze* dla ochłodzenia ciała, choć na Półwyspie Indyjskim zdarzało się, że *zikr* wykonywano w upalny dzień obok rozpalonego ogniska, by zwiększyć doznania mistyczne. Z czasem coraz więcej uwagi poświęcano postawie ciała podczas *zikru*. Każde bractwo zalecało swoim adeptom

⁵⁰ Ibidem.

⁵¹ Temu zagadnieniu poświęcone są takie prace naukowe, jak np. M. Hasan, U.K. Halder: *Yoga and Salaah: Some Theoretical Comparisons*. „International Journal of Yogic, Human Movement and Sports Sciences” 2018, Vol. 3, Issue 1, Part 1, s. 477–480; S.A. Sayyed, A. Prakash: *The Islamic Prayer (Salah/Namaaz) and Yoga Togetherness in Mental Health*. „Indian Journal of Psychiatry” 2013, Vol. 55, Suppl. 2, s. 224–230, a także teksty popularne, np.: A. Fatir: *Islamic Yoga: Islam Yoga (Islam Fitrah)*. Fatir Publishing Text, [b.m.w.] 2014.

⁵² Mówi o tym jeden z hadisów (za: T. Burckhardt: *An Introduction to Sufi Doctrine...*, s. 92). Burckhardt przytacza też hadis, gdzie Prorok mówi: „najlepszym czynem [i najbardziej nagradzanym przez Boga – B.A.K.] jest, gdy odsuniesz się od świata i gdy umrzesz, nie ustając w wymawianiu imienia Boga”.

⁵³ A.M. Schimmel: *Mystical Dimensions of Islam...*, s. 162.

przyjmowanie wówczas określonej pozycji i sufickie podręczniki drobiazgowo ją opisywały. Perski mistyk 'Alā' ad-Dawla Simnānī (1261–1336) jako właściwą pozycję wskazywał siedzenie po turecku ze skrzyżowanymi nogami, z prawą ręką ułożoną na wierzchu lewej⁵⁴.

Zikr należy wykonywać całym sobą. Wielu mistyków czyni to do tego stopnia, że zatracają się całkowicie w bliskości Boga, a ich zmysły przestają normalnie funkcjonować. Będąc w takim stanie, wierny nie odpoczywa, nie śpi, nie je, całe jego ciało uczestniczy w *zikrze*, kończyny poruszają się własnym rytmem, ruchy stają się coraz bardziej energiczne, aż jego ciało zaczyna poruszać się w sposób niezależny od jego woli. Według przekazów zdarzało się, że kończyny człowieka pogrążonego w stanie ekstazy oddzielały się od ciała i poruszały się własnym rytmem. Podobne doświadczenia, głównie obserwowane w środowiskach sufickich na Półwyspie Indyjskim, znane są też z opisów praktyk szamańskich⁵⁵.

Oddech

Perski uczony i mistyk Sahl al-Tustarī (około 818–około 896) mówił: „wszystkie oddechy są policzone, każdy oddech, który przechodzi bez wspominania imienia Boga, jest martwy, a każdy oddech, który wydychamy wraz ze wspomnieniem Boga, jest żywy”⁵⁶. Podczas *zikru* niezwykle ważna jest kontrola oddechu, a ponieważ koncentracja na medytacji bez kontroli oddechu jest prawie niemożliwa, to od początku praktyki oddechowe musiały towarzyszyć medytacji. Nie wiadomo, kiedy różne metody oddychania zostały zaadaptowane do praktyk sufickich. W późnym średniowieczu, zwłaszcza w Afganistanie i Indiach, praktykowane było wstrzymywanie oddechu na bardzo długi czas (*habsi dam*)⁵⁷. Prawdopodobnie technika ta pozostawała pod wpływem tradycji indyjskich.

W toku rozwoju praktyk sufickich wypracowano koncepcję punktów energetycznych (*laṭā'if*) w ciele, na których mistyk koncentruje swoją medytację. Bractwo Nakszbandiija praktykuje medytację opartą na pięciu punktach energetycznych. Rozpoczyna się ją od lewej strony piersi, na kolejnych etapach medytujący koncentruje się na prawej stronie piersi, lewej stronie klatki piersiowej, później prawej, następnie na centralnej części klatki piersiowej, później medytacja skupia się na środku czoła. Na koniec *zikr* obejmuje całą istotę człowieka⁵⁸.

Głośny *zikr* polega zazwyczaj na rytmicznym wypowiadaniu imienia Boga czy powtarzaniu formuły szahady albo sylaby *hu* („On”) symbolizującej oddech życia i Absolut. Często rytmicznej recytacji towarzyszy stosowanie charakterystycznych dla danego bractwa technik oddychania i wykonywanie rytmicznych

⁵⁴ Ibidem, s. 170.

⁵⁵ Ibidem, s. 173.

⁵⁶ Ibidem.

⁵⁷ Ibidem, s. 174.

⁵⁸ M.H. Kabbani: *Classical Islam and the Naqshbandi Sufi Tradition*. Islamic Supreme Council of America, Washington, DC 2004, s. 572.

ruchów ciała. Pod koniec rytm recytacji oraz oddechu nabiera tempa i mistyk może osiągnąć stan ekstazy. Często głośnemu *zikrowi* towarzyszą proste i bardzo rytmiczne ruchy taneczne. Sufi mogą też tańczyć w kołach (*ḥalqa*) skupionych wokół pozostającego w środku mistyka – „bieguna” (*quṭb*), kładąc własną prawą dłoń na lewej dłoni towarzysza. Do szczególnych odmian głośnego *zikru* zalicza się *zīkr* wirujących derwiszy, który nazywany jest także „wyjącem” *zikrem* – od odgłosu, jaki powstaje podczas wirowania. Podobnie interesujący jest rozpowszechniony na terenie Azji Centralnej *zīkr* bractwa Jasawijja, polegający na wydawaniu dźwięków przypominających odgłos pracującej piły, co może być wpływem tradycji szamańskich⁵⁹.

Słuchanie muzyki/taniec (*samāʿ*)

Inną formą, dość dyskusyjną, jest *samāʿ*, ‘słuchanie’. Termin ten oznacza spotkanie mistyków połączone ze słuchaniem muzyki i z tańcem. Przez wiele bractw *samāʿ* jest uznawana za niedozwoloną, a co najmniej „podejrzaną” duchowo formę *zikru*, ponieważ, zdaniem niektórych mistrzów, stany mistyczne nie powinny być osiągane za pomocą bodźców zewnętrznych. Również niektórzy uczeni muzułmańscy uważali muzykę za zabronioną⁶⁰. Zwolennicy tej formy przybliżenia do Boga powoływali się na hadis: „Ten, kto nie drży, wspominając Przyjaciela, nie ma przyjaciela”⁶¹.

Jeśli jednak muzyka i taniec mają stanowić element rytuału, wówczas, jak twierdził Suhrawardī, muszą być spełnione pewne warunki, takie jak na przykład (jest to warunek konieczny) odpowiednie „nastrojenie” duszy mistyka. Za al-Gazālīm za warunek włączenia *samāʿ* do praktyk mistycznych uważano odpowiedni czas, miejsce i towarzyszy (*zamān*, *makān*, *ahwān*)⁶². *Samāʿ* stała się jedną z najbardziej rozpowszechnionych (i również najbardziej znanych poza środowiskiem sufickim) form muzułmańskiego życia mistycznego. Wystarczy wspomnieć choćby najbardziej znany zakon Mewlewitów, tzw. wirujących derwiszy. Formy taneczne zapożyczano z różnych tradycji lokalnych⁶³.

Znaczenie zmysłu słuchu jest nierozzerwalnie związane z religijną i estetyczną wrażliwością muzułmanów, ukształtowaną przez recytację Koranu i poezji. Słowem Bożym w islamie jest bowiem Koran – nazwa ta oznacza tekst przeznaczony

⁵⁹ Zob. A.M. Schimmel: *Mystical Dimensions of Islam...*, s. 251; P. Jessa: „Przyjaciele Al-laha”. *Kult muzułmańskich świętych w Azji Środkowej*. Wydawnictwo Poznańskie, Poznań 2009, s. 181.

⁶⁰ L. Lewisohn: *The Sacred Music of Islam: Samaʿ in the Persian Sufi Tradition*. „British Journal of Ethnomusicology” 1997, Vol. 6, s. 3.

⁶¹ Za: T. Buckhardt: *An Introduction to Sufi Doctrine...*, s. 93.

⁶² L. Lewisohn: *The Sacred Music...*, s. 4.

⁶³ Według Burckhardta pierwsi muzułmańscy mistycy wzorowali swoje tańce na arabskich tańcach wojennych, bractwo Mewlewitów inspirowało się tańcami Azji Środkowej, a mistycy z tariki Nakszbandijja zaadaptowali techniki hathajogi (T. Burckhardt: *An Introduction to Sufi Doctrine...*, s. 94).

do recytacji. Jednym z codziennych aktów czci i zbliżania się do Boga jest słuchanie recytacji Koranu, które towarzyszy zwykłym chwilom codziennego życia. Istnieją przekazy o niezwykle silnych reakcjach wiernych na słowa Koranu, kiedy słuchacze mdleli, a nawet zdarzały się przypadki śmierci w ekstazie. W średniowiecznym kalifacie stosowano muzykoterapię przy leczeniu chorób psychicznych⁶⁴. Bohaterem jednej z historii jest kowal Abū Ḥafṣa al-Ḥaddād (zm. około 879), późniejszy wielki mistyk, który tak się zasluchał w recytację Koranu, że wyciągnął gołą ręką roztopione żelazo z ognia, nie odczuwając przy tym żadnego bólu. Jest to jedna z licznych opowieści o „cudach” zdarzających się mistykom będącym w stanie ekstazy podczas recytacji Koranu, modlitwy czy *zikru*. Pozostający w takim stanie mistycy są pozbawieni doznań zmysłowych, przestają odczuwać ból i można na nich wykonywać wszelkie operacje. Często też towarzyszy temu utrata świadomości, a opowieści donoszą nawet o utrzymywaniu się takiego stanu przez lata. Stan *fanā* jest doświadczeniem traumatycznym, bardzo silnie transformującym osobowość, po którym powrót do normalnego życia często jest niemożliwy. Niektórzy mistycy w stanie ekstazy umierali, sufickie opowieści mówią o ludziach, którzy rozptylali się w powietrzu podczas mistycznego tańca, o takich, którzy nabierali cech nadludzkich, a nawet o czarnoskórym sufim, którego skóra podczas ekstazy zbielelała. W specjalnych stanach (*ḥāl*, lm. *aḥwāl*), szczegółowo opisanych w piśmiennictwie sufickim, mistyk przechodzi w inny rodzaj świadomości. Dusza zrzuca kajdany ciała i jest wolna. Wielki mistyk i męczennik al-Ḥallāğ tańczył radosny w kajdanach w drodze na śmierć – ostatni krok na drodze do duchowego wyzwolenia jest nazywany tańcem w kajdanach. *Fanā* i *baqā*, ostatnie stadia mistycznej drogi – zniknięcie i bycie w Bogu, są reprezentowane przez mistyczny taniec. Śmierć dla tego świata i narodziny w nowym świecie symbolizuje mistyczny taniec wokół słońca, które nigdy nie wschodzi i nie zachodzi⁶⁵.

Transmisja (*tawağğuh*)

Tawağğuh (dosłownie: ‘skierowanie uwagi’, co może być rozumiane jako ‘transmisja, przekaz’) jest sposobem komunikacji między mistrzem a *murīdem*. Adept kieruje swą uwagę w stronę serca i źródła przewodnictwa, a szejch przekazuje wskazówki do serca ucznia. Ta bardzo intensywna koncentracja dwóch osób na sobie prowadzi do wytworzenia niezwykle mocnej więzi pomiędzy mistrzem i uczniem, która ujawnia się nie tylko na poziomie serca (*qalb*), ale również na poziomie ciała. Mistrz odczuwał cierpienia ucznia i grożące mu niebezpieczeństwo, gdy uczeń zostawał zraniony, na ciele mistrza pojawiały się ślady zranienia. Jednego z wielkich sufickich mistrzów, Bāyazīda Bisṭāmiego (zm. 874–875 lub 848–849), próbowali zabić jego uczniowie – na ich ciałach ukazały się rany, jakie zadali swojemu szejchowi⁶⁶.

⁶⁴ A.M. Schimmel: *Mystical Dimensions of Islam...*, s. 180.

⁶⁵ Ibidem, s. 165.

⁶⁶ Ibidem, s. 371.

Szczególne miejsce w literaturze sufickiej poświęcano „cudom” (*karāmāt*) świętych (żyjących lub zmarłych)⁶⁷. Dyskutowano nad ich naturą i okolicznościami, w jakich zaszły, a także stanem, w jakim znajdował się mystyk. Wyodrębniono dwadzieścia pięć typów *karāmāt*. Zjawisko cudu określano nazwą *ḥarq al-‘āda*, czyli dosłownie ‘rozerwanie zwyczaju’, gdy Bóg przerywa znany nam ciąg przyczynowo-skutkowy. Cuda mogą być udziałem żyjącego lub zmarłego świętego. *Walī* obdarzony jest Bożym błogosławieństwem (*baraka*), którym może obdzielać innych i które, według powszechnego przekonania, jest związane z ciałem mistyka nawet po jego śmierci. Stąd tak popularne pielgrzymki i odwiedzanie (*ziyāra*) grobów świętych, wstawionych licznymi cudami już po ich śmierci. Najczęściej opisywane *karāmāt* związane są z pożywieniem. Zazwyczaj występuje pomnażanie lub cudowne pojawienie się pokarmu. Równie częstym tematem jest cudowne ocalenie (najczęściej ucznia przez mistrza) i zgodne (nienaturalne jednak dla tzw. człowieka cywilizowanego) życie ze światem natury. Sufi mawiają, że gdy wierzący poddaje się Bogu całkowicie, to wszystko, co stworzone, poddaje się wierzącemu. Stąd wiele opowieści o mistykach żyjących wśród dzikich zwierząt, które nie czynią im krzywdy. Wiele miniatur indyjskich i perskich przedstawia przyjacielskie relacje mistyków ze zwierzętami – asceci i zwierzęta wspólnie rozmawiają (temat porozumiewania się ze zwierzętami znany jest z Koranu; ta umiejętność jest szczególną cechą ludzi bliskich Bogu). Zwierzęta usługują sufim, nawet skały i rośliny są posłuszne tym, którzy są posłuszni Stwórcy. Częstym motywem opowieści o *karāmāt* są też uzdrowienia chorych i przywracanie płodności, zwłaszcza starym ludziom. Mimo ogromnej popularności historii o cudach świętych mistyków nie we wszystkich sufich budziły one entuzjazm. Wielu mistrzów sufickich uważało cuda za kolejną zasłonę (*ḥāḡib*) oddzielającą poszukującego adepta od Boga, cytując hadis: „cuda są męską menstruacją”⁶⁸.

Niezwykłe doświadczenia cielesne często były udziałem wielkich mistrzów sufickich, dla których znikały fizyczne ograniczenia. Potrafili oni stawać się niewidzialni czy dokonywać eksterioryzacji (*burūz*), bywali obecni w kilku miejscach jednocześnie. Według jednej z opowieści wielki mistyk Ǧalāl ad-Dīn Muḥammad ar-Rūmī (1207–1273) jednego wieczoru był widziany równocześnie w siedemnastu miejscach. Mistrzowie potrafili przemieszczać się i pokonywać ogromne dystanse, nie ruszając się, za pomocą zdolności zwanej *tayy al-makān* lub *tayy al-arḍ*, po to, aby przybyć z pomocą uczniowi. Gdy *murīd* znalazł się w niebezpieczeństwie, otoczony przez dzikie zwierzęta lub bandę zbójców, szejch zjawiał się nagle z odsieczą, często przybierając inną postać. Niejednokrotnie mistrz zjawiał się u łóżka chorego ucznia, pokonując w cudowny sposób dzielącą ich przestrzeń, aby uśmierzyć ból *murīda* i uleczyć go⁶⁹.

Nie brak w historii sufizmu skrajnych, transgresyjnych ćwiczeń cielesnych. Niektóre bractwa znane były z takich praktyk, jak: połykanie ognia i szkła, jedze-

⁶⁷ Zob. ibidem, s. 206.

⁶⁸ S. Lankeshewar: *Karamat of the Sufi Saints: An Islamic Overview*, s. 5. Dostępne w Internecie: https://www.academia.edu/36514636/Karamat_of_the_Sufi_Saints_An_Islamic_Overview [data dostępu: 15.02.2019].

⁶⁹ A.M. Schimmel: *Mystical Dimensions of Islam...*, s. 182.

nie żywych węży i skorpionów, przebijanie części ciała igłami na wylot, wbijanie igieł w gałki oczne, przebijanie się mieczami; niektórzy sufi pozwalali się wbijać na pal czy rozwłóczyć końmi. Możliwe to było najczęściej w stanach ekstazy. Inne zjawiska, o których wspomina piśmiennictwo sufickie, to jasnowidzenie i jasno-słyszenie, a także lewitacja.

Praktyki przedstawione w artykule nie są ograniczone tylko do sufizmu, ale można je spotkać w nurtach mistycznych innych religii. Brak dowodów na to, że techniki sufickie narodziły się pod wpływem kontaktów z ascetami na terenie Półwyspu Indyjskiego, ale bardzo bliskie i ożywione kontakty między bractwami sufickimi a ludnością terenów, na których sufi krzewili islam, ogromna otwartość na duchowość rdzennej ludności prowadziły do wzajemnego wzbogacania praktyk mistycznych.

Bibliografia

- Abdallah-Krzepkowska B.: *RŪH i NAFS. O koranicznej koncepcji DUSZY*. W: *Antropologiczno-jezykowe wizerunki duszy w perspektywie międzykulturowej*. T. 3: *Aksjosfera duszy – dusza w aksjosferze*. Red. J. Jurewicz, E. Masłowska, D. Pazio-Wlazłowska. Instytut Slawistyki Polskiej Akademii Nauk: Fundacja Slawistyczna, Warszawa 2018, s. 845–857.
- Al-‘Aḡlūnī Ismā‘īl ibn Muḥammad: *Kaṣf al-ḥafā’*. Dār Iḥyā’ al-Turāt al-‘Arabī, Bayrūt 1932.
- Al-Ġazālī Abū Ḥāmid Muḥammad ibn Muḥammad: *Iḥyā’ ‘ulūm al-dīn*. Dār al-Kutub al-‘Ilmiyya, Bayrūt 1996.
- Al – *Qur’ān al – Karīm*. [B.w.], Medyna 1405.
- al-Sulamī Abū ‘Abd al-Raḥmān: *The Stumblings of Those Aspiring and the Conduct Required of Them (Kitāb bayān zalal al-fuqarā’ wa-ādābihim)*. Transl. K.L. Honerkamp. In: *Stations of the Righteous & The Stumblings of Those Aspiring*. Two texts from the Path of Blame by Abū ‘Abd al-Raḥmān al-Sulamī al-Naysabūrī (D. 412/1021). Introduced and transl. by K.L. Honerkamp. In: *Three Early Sufi Texts: A Treatise on the Heart*. Fons Vitae, Louisville, KY 2010, s. 129–153.
- Avery K.: *Shibli: His Life and Thought in the Sufi Tradition*. SUNY Press, New York 2014.
- Bashir S.: *Sufi Bodies: Religion and Society in Medieval Islam*. Columbia University Press, New York 2011.
- Brown J.P.: *The Dervishes: Or, Oriental Spiritualism*. Cambridge University Press, Cambridge 2013.
- Burckhardt T.: *An Introduction to Sufi Doctrine*. World Wisdom Books, Bloomington 2008.
- Chittick W.C.: *Die Seele als Spiegelbild Gottes*. „Neue Zürcher Zeitung”, 3 März 2002, s. 90.
- Chittick W.C.: *Ibn al-‘Arabī and After in the Arabic and Persian Lands and Beyond* [część wieloautorskiego hasła: *Taṣawwuf*]. In: *Encyclopaedia of Islam*. Vol. 10. Ed. P. Bearman et al. Brill, Leiden 2000, s. 317–323.
- Ernst C.W.: *Sufism and Yoga According to Muhammad Ghawth*. „Sufi” 1996, Issue 29, s. 9–29.

- Fatir A.: *Islamic Yoga: Islam Yoga (Islam Fitrah)*. Fatir Publishing Text, [b.m.w.] 2014.
- Geoffroy E.: *The Nature and Development of the Term in Sufism* [część wieloautorskiego hasła: *Tarīqa*]. In: *Encyclopaedia of Islam*. Vol. 10. Ed. P. Bearman et al. Brill, Leiden 2000, s. 243–246.
- Hasan M., Halder U.K.: *Yoga and Salaah: Some Theoretical Comparisons*. "International Journal of Yogic, Human Movement and Sports Sciences" 2018, Vol. 3, Issue 1, Part 1, s. 477–480.
- Helminski C.: *Women of Sufism: A Hidden Treasure*. Shambhala, Boston–London 2003.
- Ibn al- 'Arabī Abū 'Abd Allāh Muḥammad ibn 'Alī: *al-Futūḥāt al-makkiyya*. Al-Hay'a al-Miṣriyya al-'Āmma li-l-Kitāb, Al-Qāhira 1985.
- Izutsu T.: *Sufism and Taoism. A Comparative Study of Key Philosophical Concepts*. Iwanami Shoten, Tokyo 1983.
- Jessa P.: „Przyjaciele Allaha”. *Kult muzulmańskich świętych w Azji Środkowej*. Wydawnictwo Poznańskie, Poznań 2009.
- Kabbani M.H.: *Classical Islam and the Naqshbandi Sufi Tradition*. Islamic Supreme Council of America, Washington, DC 2004.
- Kłódkowski P.: *Homo mysticus hinduizmu i islamu. Mistyczny ruch bhakti i sufizmu*. Wydawnictwo Akademickie Dialog, Warszawa 1998.
- Koran. Przeł. J. Bielawski. Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 1986.
- Lankeshewar S.: *Karamat of the Sufi Saints: An Islamic Overview*. Dostępne w Internecie: https://www.academia.edu/36514636/Karamat_of_the_Sufi_Saints_An_Islamic_Overview [data dostępu: 15.02.2019].
- Lewisohn L.: *The Sacred Music of Islam: Sama' in the Persian Sufi Tradition*. „British Journal of Ethnomusicology” 1997, Vol. 6, s. 1–33.
- MacDonald D.B.: *Darwish*. In: *Encyclopaedia of Islam*. Vol. 2. Ed. B. Lewis et al. Brill, Leiden 1991, s. 164–165.
- Massignon L. [Radtko B.]: *Early Development in the Arabic and Persian Lands* [część wieloautorskiego hasła: *Ṭaṣawwuf*]. In: *Encyclopaedia of Islam*. Vol. 10. Ed. P. Bearman et al. Brill, Leiden 2000, s. 313–317.
- Murata S.: *The Tao of Islam. A Sourcebook on Gender Relationships in Islamic Thought*. State University of New York Press, New York 1992.
- Nizami K.A.: *Fakir*. In: *Encyclopaedia of Islam*. Vol. 2. Ed. B. Lewis et al. Brill, Leiden 1991, s. 757–758.
- Nizami K.A.: *Tarika in Muslim India* [część wieloautorskiego hasła: *Tarīqa*]. In: *Encyclopaedia of Islam*. Vol. 10. Ed. P. Bearman et al. Brill, Leiden 2000, s. 255–257.
- Sayyed S.A., Prakash A.: *The Islamic Prayer (Salah/Namaaz) and Yoga Togetherness in Mental Health*. „Indian Journal of Psychiatry” 2013, Vol. 55, Suppl. 2, s. 224–230.
- Schimmel A.M.: *Mystical Dimensions of Islam*. The University of North Carolina Press, Chapel Hill 2011.
- Sedgwick M.: *Western Sufism. From the Abbasids to the New Age*. Oxford University Press, New York 2017.
- Sindima H.J.: *Major Issues in Islam: The Challenges Within and Without*. Hamilton Books, Lanham, MD 2017.
- Wnuk-Lisowska E.: *Jedność wielości*. „Studia Religiológica” 2012, nr 2, s. 147–163.

Beata Abdallah-Krzepkowska

Bodily practices in Sufism

Summary

The body occupies a crucial and special place in the Sufi tradition. It is seen as a gateway leading from the outer dimension of reality (*ẓāhir*) to the inner dimension (*bāṭin*), bearing within itself a microcosm that is a mirror image of the macrocosm. Mystics recognize the dual nature of the body — on the one hand, it is a source of obstacles to the individual's rise above trivial needs and desires, while on the other hand, it provides a means of transgression into the world of immaterial reality.

As a boundary point between two worlds, the body can become a means of achieving closeness. The various bodily practices employed by Sufis bear traces of similarity to other mystical practices. This is not surprising, given the inclusive nature of Sufism, readily adapting the practices of local spiritual traditions. It was no different in India, where Islam appeared in the 8th century and entered into dialogue with Hindu traditions, both at the level of intellectual exchange between representatives of Islam and Hinduism, and at the level of mutual interpenetration between the practices of adepts of Sufism and Hinduism. This closeness bore fruit both in the joint practice of spirituality and in the attempts made by Akbar and his great-grandson Dārā Shikōh to combine the teachings of the two religious traditions.

Today it is difficult to determine the paths of mutual influence or to say with certainty whether a particular practice is the result of influence or arose independently. The article constitutes an overview of the bodily practices of Sufism and a reflection on their possible origins and similarities to Indian traditions.

Keywords: Sufism, Sufi tradition, mysticism, bodily practices

Беата Абдаллах-Кшепковска

Телесные практики в суфизме

Резюме

Тело занимает ключевое и особое место в суфийской традиции. Оно воспринимается как ворота, ведущие из внешнего измерения действительности (*захир*) во внутреннее измерение (*батин*), которые носят в себе микрокосмос, являющийся зеркальным отражением макрокосмоса. Мистики замечают двойную природу тела — с одной стороны, оно является источником препятствий, осложняющих человеческой личности подняться выше обыкновенных потребностей и желаний, с другой — это средство трансгрессии в мир нематериальной действительности.

Как граница между двумя мирами тело может стать средством достижения близости. Различные телесные практики, применяемые суфиями, несут следы сходства с другими мистическими практиками. Это неудивительно, учитывая инклюзивный характер суфизма, который охотно адаптирует практики местных духовных традиций. То же самое происходило в Индии, где ислам появился в VIII в. и вступил в ди-

алог с индуистскими традициями как на уровне интеллектуального обмена между представителями ислама и индуизма, так и на уровне взаимопроникновения практик последователей суфизма и индуизма. Эта близость принесла плоды в форме совместной духовной практики и попыток объединить учения обеих религиозных традиций, предпринятых Акбаром и его правнуком Дара Шикохом.

Сегодня трудно установить пути взаимного влияния либо с уверенностью сказать, является ли та или иная практика результатом влияния или возникла независимо. Текст представляет собой обзор телесных практик суфизма и размышления на тему их возможного происхождения и сходств с традицией Индии.

Ключевые слова: суфизм, суфийская традиция, мистицизм, телесные практики

ANNA GOMÓŁA
Uniwersytet Śląski
<https://orcid.org/0000-0002-4773-9246>

Najstarsze obrazy: jogowie w kinie niemy

Jog¹, jogi, joga lub – jak przeważnie mówimy dzisiaj – jogin stosunkowo rzadko pojawia się wśród bohaterów filmowych, mimo że jego postać – wyrazistą, przerażającą, a czasem i odrażającą – zobaczyć można było na ekranach ponad sto lat temu – w epoce kina niemego. Najdawniejsze filmy o jogach² nie są jednak, co z perspektywy współczesnego odbiorcy może wydawać się dziwne, obrazami o jodze w żadnym z bliskich nam znaczeń: ani o praktyce, ani też o etyce – czy szerzej: filozofii jogi. Koncentrują się przede wszystkim na egzotycznych postaciach oraz formach, ale i skutkach ich działań. Najstarszym obrazem, którego tytuł sugeruje obecność interesującego nas bohatera, jest (powstały w 1916 roku i zachowany tylko w niewielkim fragmencie) film *Der Yoghi* (alternatywnie: *Das Haus des Yoghi*)³. Reżyserem⁴, twórcą scenariusza i aktorem wcielającym się w dwie role: tytułowego jogi (który za sprawą magicznego napoju posiadał moc bycia niewidzialnym) i jego przeciwnika, a ostatecznie pogromcy – Rasmusa, był Paul Wegener (1874–1948). Na ekranie zadebiutował rolą w *Der Student von Prag*

¹ Tę formę, wraz z wyjaśnieniem ‘pustelnik indyjski’, odnajdziemy w słowniku warszawskim, który – jako pierwsza publikacja leksykograficzna – zawiera takie hasło, por. *Słownik języka polskiego*. Red. J. Karłowicz, A. Kryński, W. Niedźwiedzki. T. 2: H–M. [Nakł. prenumeratorów], Warszawa 1902, s. 182.

Artykuł poświęcony jest obrazom filmowym, a nie zmianom języka, niemniej medium dla masowego odbiorcy mocno odciska się na języku przez mówienie i pisanie wewnątrz-, ale i zewnątrzfilmowe: scenariusz, dialogi, materiały promocyjne, teksty krytyczne, a wreszcie obieg wiedzy potocznej i konieczność nazywania widzianych obrazów.

² W tym szkicu celowo wybieram archaizującą formę, by prezentowany wizerunek odróżnić od konterfektu współczesnego „zachodniego” jogina.

³ Nieco szerzej o filmie pisze Heide Schönemann: *Paul Wegener: Frühe Moderne*. Edition Axel Menges, Stuttgart–London 2003, s. 64–68.

⁴ Asystentem reżysera był Rochus Gliese.

(1913) – obraz ten uznaje się za pierwsze niemieckie artystyczne dzieło filmowe⁵; widać w nim zapowiedź ekspresjonizmu. Jak pisze Tomasz Kłys:

Film, formalnie wyreżyserowany przez Duńczyka Stellana Rye, uchodzi za autorskie dzieło Paula Wegenera, znanego reżysera i aktora teatralnego, który w przyszłości, jako producent, reżyser i aktor, będzie jedną z czołowych postaci kina niemieckiego⁶.

Wspominam o tym filmie nie bez kozery, *Student z Pragi* jest bowiem ważnym punktem odniesienia dla trzy lata późniejszego filmu *Der Yoghi*. Mamy tu niesamowitość i demoniczność postaci (charakterystyczną dla filmów ekspresjonistycznych). Autor scenariusza (w którym są nawiązania do utworów Edgara Allana Poea i Alfreda de Musseta) to Hanns Heinz Ewers. Jest również główny bohater (gra go także Paul Wegener) rozpisany na dwie postaci: Balduina – tytułowego studenta, i jego lustrzanego sobowtóra; pojedynek obu zamyka akcję filmu.

W tym artykule nie chcę się skupiać nadmiernie na zagadnieniach z zakresu historii kina, niemniej muszę je przynajmniej zasygnalizować. Z perspektywy badań nad jogą, jako stosunkowo nowym w kulturze Zachodu⁷ zjawiskiem i wciąż nieoczywistym wyobrażeniem kulturowym, najważniejsze wydaje się pytanie: jaki kształt przyjmowały te wyobrażenia w określonych kontekstach historycznych? Można także pytać o to, co je tworzyło i w czym znajdowały swój wyraz. W pewnym zakresie podobnie jest z wyobrażeniem na temat tego, czym (a nie kim – chodzi bowiem o obraz kulturowy) jest jog. W niniejszym tekście jedynie wskażę (ważną z perspektywy dziejów filmu niemego) kwestię autorskich celów takich przedstawień – zwłaszcza w odniesieniu do zamierzeń czy programów artystycznych, ale pogłębione badania tego zagadnienia wymagają szczegółowych analiz filmoznawczych.

Trzeba pamiętać, że wyjątkowość *Studenta z Pragi* ma swe źródło w niesamowitych (ten przymiotnik wydaje się najwłaściwszy) zdjęciach Guida Seebera, zwłaszcza tych, które pozwalały jednocześnie ukazywać na ekranie obie postacie grane przez Wegenera. Blisko czterdziestoletni Wegener miał solidne doświadczenie sceniczne – od dwudziestego roku życia zajmował się aktorstwem. Praca

⁵ Por. H. Schlüpmann: *The First German Art Film: Rye's The Student of Prague (1913)*. In: *German Film & Literature*. Ed. E. Rentschler. Routledge Tylor & Francis Group, New York 1986, s. 9.

⁶ T. Kłys: *Film niemiecki w epoce wilhelmińskiej i weimarskiej*. W: *Kino nieme*. Red. T. Lubelski, I. Sowińska, R. Syska. Universitas, Kraków 2010, s. 398.

⁷ Typologiczny, potoczny i uproszczony, choć osadzony w tradycji refleksji tożsamościowej Europejczyków podział na Zachód (kulturę Zachodu) i Wschód (kulturę/kultury Wschodu) jest bardzo nieprecyzyjny, co więcej – może być mylący w odniesieniu do artykułu o niemieckich filmach pisanego po polsku (por. K. Kozakowski: *Jak bardzo daleki Wschód? Kulturowy obraz „wschodu” w polskiej kulturze*. „Pracownia Kultury” 2016, nr 10. Dostępne w Internecie: <http://www.laboratoriumkultury.us.edu.pl/?p=31532> [data dostępu: 10.10.2020]). Niemniej struktura obu omawianych filmów opiera się na tej opozycji, przyjmując ją za „naturalną”.

nad filmem uświadomiła mu, że kino ma swą – wyraźnie odmienną od teatralnej – specyfikę. W roku 1916 wygłosił w kilku niemieckich miastach wykład „Neue Kino-Ziele” na temat artystycznych możliwości filmu („Die künstlerischen Möglichkeiten des Films”), w którym przekonywał, że kino powinno posługiwać się innymi środkami artystycznymi niż literatura oraz teatr⁸. Film *Der Yoghi* był jednym z tych, w których Wegener testował możliwości kina, podobnie zresztą jak w powstałej nieco wcześniej (ale także w 1916 roku) filmowej adaptacji baśni *Rübezahls Hochzeit*⁹, która została bardzo dobrze przyjęta przez prasę – berlińskie gazety chwaliły przedsięwzięcie, zwracały uwagę na specyfikę dzieła filmowego i efekty, które udało się uzyskać Wegenerowi. Z filmem *Der Yoghi* było inaczej.

Fabula nie jest skomplikowana i trzeba ją przypomnieć, ponieważ w tej chwili jest właściwie zupełnie zapomniana. Główny bohater filmu to Rasmus, który jako wynalazca-konstruktor pracuje nad budową pewnego urządzenia, jednak nie umie ostatecznie zrealizować swojego projektu. Rozczarowany i zmęczony postanawia odpocząć, opuszcza laboratorium i taksówką udaje się do niewielkiej miejscowości, która okazuje się – jak powiedzieliby współcześni znawcy turystyki masowej – popularną destynacją. Stąd też nie udaje się Rasmusowi wynająć pokoju w miejscowym pensjonacie. Znajduje za to lokum w domu na uboczu i wprowadza się tam, choć wie, że miejsce to nie cieszy się dobrą opinią. Jego sąsiadem jest mieszkający piętro wyżej Yoghi (potraktuję tytułową etykietę jak nazwę własną, używanie określenia „jogin” nie wydaje się tu uzasadnione) – eksperymentator i wynalazca tajemniczego napoju, który czyni człowieka niewidzialnym. W pracach przy pozyskiwaniu materiału zielarskiego mężczyzna wykorzystuje Myrę¹⁰ – jej niewinność ma gwarantować skuteczność specyfiku neutralizującego działanie napoju. Zawarcie znajomości przez Myrę i Rasmusa budzi niechęć producenta magicznych mikstur, dlatego też próbuje on pozbyć się nowego lokatora, uprzykrzając mu życie przerażającymi sztuczkami wykonywanymi przy użyciu „drinka niewidzialności”¹¹. Podczas tych działań zostaje postrzelony przez Rasmusa, który następnie – korzystając z chwilowej nieobec-

⁸ Odpis (pochodzący z Deutsches Filminstitut, Frankfurt a. M., estate Paul Wegener – collection Kai Möller) dostępny pod adresem: https://www.filmportal.de/sites/default/files/p000329_slg_wegener_filmschriften_01.pdf [data dostępu: 5.05.2021]. Skrócona wersja tego przemówienia została opublikowana w styczniu 1917 r., na ten temat zob. np. C. Tybjerg: *Shadow-Souls and Strange Adventures: Horror and the Supernatural in European Silent Film*. In: *The Horror Film*. Ed. S. Prince. Rutgers University Press, New Brunswick 2004, s. 34. Por. także kalendarium życia i twórczości Wegenera na stronie Lebendiges Museum Online: <https://www.dhm.de/lemo/biografie/paul-wegener> [data dostępu: 5.05.2021].

⁹ Od *Rübezahls Hochzeit* rozpoczyna się baśniowa trylogia, w skład której wchodziły jeszcze *Hans Trutz im Schlaraffenland* (1917) i *Der Rattenfänger von Hameln* (1918); na ten temat zob. np. O. Kalbus: *Vom Werden deutscher Filmkunst*. Teil 1: *Der stumme Film*. Cigaretten-Bilderdienst, Altona-Bahrenfeld 1935, s. 63.

¹⁰ Gra ją Lyda Salmonova – trzecia, a następnie szósta (i tym razem ostatnia) żona Wegenera, która była także w obsadzie filmów *Der Student von Prag* i *Rübezahls Hochzeit*.

¹¹ Zamysłem twórców było pokazanie nie tylko niewidzialnych ludzi, ale i znikającego w połowie kota. O tym, jak trudno było zwierzę skłonić do „współpracy”, by nakręcić ową scenę, wspominał Rochus Gliese; por. H. Schönemann: *Paul Wegener...*, s. 67.

ności sąsiada – uwalnia Myrę i zyskuje dostęp do magicznego napoju. Yoghi chce zemścić się na byłej pomocnicy. Nie widzimy go na ekranie, ale jego obecność potwierdza poruszający się w powietrzu nóż. Szczególną sceną jest kulminacyjny pojedynek niewidocznych antagonistów, który wprawia w ruch sprzęty domowe¹² – patrzymy nań oczami Myry. W scenie tej, jak napisał Karol Irzykowski, „mamy tę samą metonimję kinową: skutkiem maluje się przyczynę”¹³. Zwycięzca – Rasmus – odzyskuje widzialność dzięki ukochanej. Yoghi natomiast, skazany na niewidzialność, zwraca się do Śiwy¹⁴ o pomoc. Składa mu ofiarę – od jej płomienia zajmuje się dom, w którym tytułowy bohater ginie.

Der Yoghi, w przeciwieństwie do *Rübezahls Hochzeit*, nie zachwycił ani ówczesnej widowni, ani krytyki. Wkrótce po premierze w „Berliner Morgenpost” z 8 października 1916 roku pisano o rozczarowaniu widzów, którzy przyszli zachęceni sukcesem poprzedniego filmu. Autor notki wspomina o wybuchach śmiechu towarzyszących także tym scenom, które z założenia miały być poważne¹⁵. Nie wszyscy jednak wyrażali się o filmie krytycznie. Cytowany już Karol Irzykowski, zastanawiając się nad ukazywaniem niewidzialności jako zakładanym celem dzieła filmowego, stwierdził:

Trzecią sztuką Wegenera [po *Rübezahls Hochzeit* i *Golemie* – A.G.], której zawdzięczam zorientowanie się w istocie kina, jest *Jogi*. Widziałem ją wkrótce po tamtych dwóch. W Krakowie minęła oczywiście bez wrażenia, zwykły widz traktował ją jak każdą inną sztukę trikową. A jednak jest tak samo głęboka, jak *Golem*.

Jej artystycznym zadaniem jest **widzialność niewidzialności**.

I dwie strony dalej:

Znowu muszę wybiec poza intencje samego twórcy. Temat Jogiego jest nie tylko świetnym tematem kinowym, lecz także znowu symbolem kina samego. Zabrakło tylko tego genialnego momentu, który mamy u Wellesa: gdy już ciało zaczyna przeświecać – gdy nadchodzi brzask ciała, które wstępuje w miejsce niewidzialnego ducha¹⁶.

Osoby, które nawet w niewielkim stopniu interesują się historią jogi na Zachodzie, mogą być zdziwione obrazem, który wykreował Wegener. W drugim dziesięcioleciu XX wieku wiedza na temat jogi i jogów – środowiskowo

¹² Heide Schönemann zwraca uwagę zarówno na fascynację Wegenera „ożywianiem przedmiotów”, jak i na możliwe wizualne źródła sceny z nożem („Schwertertanz” – taniec z mieczami Olgi Desmond, popularnej i skandalizującej tancerki, uwieczniony na fotografiach Otta Skowranka, ok. 1908 r.), por. ibidem.

¹³ K. Irzykowski: *Dziesiąta muza. Zagadnienia estetyczne kina*. Krakowska Spółka Wydawnicza, Kraków 1924, s. 27.

¹⁴ Gra go Fritz Huf.

¹⁵ Wegener, jak się wydaje, zakładał przełamywanie powagi komizmem; por. H. Schönemann: *Paul Wegener...*, s. 67.

¹⁶ K. Irzykowski: *Dziesiąta muza...*, s. 25, 27.



Ilustracja 1. Friedrich Kaskeline: plakat do filmu *Der Yoghi*, reż. Paul Wegener (1916)¹⁷.

zróżnicowana ze względu na dostęp do odmiennych typów literatury, uproszczona czy przerysowana, a nierzadko zafałszowana – była raczej powszechna. Nadbudowywała się na powstającej od XVIII stulecia – między innymi dzięki Johannowi Godfriedowi Herderowi, a potem Augustowi Wilhelmowi Schlegelowi, założycielowi pierwszej uniwersyteckiej katedry indologii na Uniwersytecie w Bonn w 1818 roku, i wielu innym badaczom – wiedzy na temat Indii. Od XIX wieku pojawiały się coraz liczniejsze prace o jodze. Były wśród nich mniej lub bardziej specjalistyczne opracowania, między innymi Paula Markusa (*Die Yoga-philosophie nach dem Râjmârtanda*, 1886) oraz profesora z Tybingi – Richarda Garbego (*Sâmkhya und Yoga*, 1896). Na potoczne wyobrażenia wpływała popularna literatura podróźnicza, pisma okultystów (na przykład Johanna Baptisty Wiedenmanna *Yoga, die Geheimwissenschaft Indiens* (1909)) i teozofów (także tłumaczone na niemiecki, na przykład Annie Besant *Hâtha-Yoga und Râja-Yoga oder Geistige Entwicklung nach altindischer Methode* (1909)), w tym późniejszego antropozofa Rudolfa Steinera i przedstawicieli ruchu New Thought, takich jak niezwykle płodny pisarz William Walker Atkinson, publikujący od końca XIX wieku pod pseudonimem Yogi

¹⁷ Plakat do filmu *Der Yoghi*, zaprojektowany przez Friedricha Kaskeline, pochodzący z nieznanego czasopisma z 1916 r. (nr 38), ze zbiorów Deutsche Kinemathek – Museum für Film und Fernsehen, sygn. F4361_OT_01.

Ramacharaka książki o jodze¹⁸. Bardziej wyrobieni odbiorcy mogli sięgnąć po specjalistyczne teksty zarówno o Indiach (religii, historii i kulturze), jak i wyjątkowych postaciach związanych z jogą, takich jak Ramakryszna – w tym autorstwa chociażby Friedricha Maxa Müllera (na przykład *Ramakrishna. His Life and Sayings*, 1898) czy – popularyzującego od 1893 roku na Zachodzie wiedzę na temat jogi – Swamiego Wiwekanandy (*Karma Yoga* z 1896 roku – niemieckie tłumaczenie tej książki autorstwa Franza Hartmanna ukazało się w Lipsku; *Jnana Yoga* z 1899 roku oraz także poświęcone Ramakrysznie *My Master* z 1901 roku)¹⁹.

Yoghi – bohater Wegenera – na fotosach z filmu i plakatach ma dziwne nakrycie głowy: ni to turban, ni to szpiczastą czapeczkę, na nosie okulary. Pochylony nad olbrzymią księgą siedzi obok kociołka z magiczną miksturą. Bardziej kojarzyć się może z baśniowymi postaciami czarodziejów niż ze wschodnimi ascetami. I – jak się wydaje – takie skojarzenie nie jest bezpodstawne, ponieważ nie w pismach orientalistów, a nawet teozofów czy podróżników należy szukać inspiracji Wegenera. Henry Nicolella i John T. Soister, autorzy książki *Many Selves: The Horror and Fantasy Films of Paul Wegener*, lokują *Der Yoghi* zarówno w kontekście filmów o tematyce orientalnej, jak i tych, w których pojawia się motyw niewidzialnego człowieka. Te ostatnie powstawały pod wpływem wydanej w 1897 roku powieści fantastycznej *The Invisible Man* Herberta George’a Wellsa²⁰. Drugie odniesienie wydaje się ważniejsze: nie tyle losy, ile dążenia i eksperymenty tytułowych bohaterów obu utworów – filmu i książki, są do siebie podobne, w obu przypadkach także pragnienie niewidzialności uznane zostaje za szalone i niebezpieczne, bez względu na to, czy jest ono celem zdziwaczałego naukowca, czy tajemniczego joga.

W najstarszych europejskich przedstawieniach jogów podkreśla się ich wyjątkowe umiejętności czy moce. Yoghi Wegenera szuka na zewnątrz siebie tego, co nadzwyczajne, i musi korzystać z magicznych przepisów. Trudno przyjąć, że twórca nie miał informacji, które pozwoliłyby mu stworzyć obraz zgodny z tym, do czego przyzwyczajeni byli Europejczycy, nawet jeśli ta wiedza była ograniczona lub przejawiona sensacyjnymi przekazami. Jego zamiysł miał na celu podkreślenie odmienności obu postaci granych przez Wegenera: człowieka Wschodu i człowieka Zachodu. Ten drugi jest szlachetny wobec kobiet i pomaga im w potrzebie – echa etosu rycerskiego dostrzec można w misji uwolnienia Myry, ale Rasmus przede wszystkim reprezentuje (i tworzy – jest przecież wynalazcą) skuteczną, opartą na technice cywilizację (korzysta

¹⁸ Po niemiecku ukazały się m.in. dwa tomy jego autorstwa: *Die Philosophie der Yogi*. Berlin [ca. 1905] oraz *Die Kunst des Atmens der Hindu-Yogi die Lehre der indischen Atmungsphilosophie zur körperlichen, geistigen und seelischen*. Berlin [ca. 1910]; obie prace w serii: „Die Wissenschaft der Yogi”.

¹⁹ Szczegółowe dane na temat historii zainteresowania postacią Ramakryszny na Zachodzie wraz z informacjami na temat publikacji (wraz z tłumaczeniami) zob. G. Stavig: *Western Admirers of Ramakrishna and His Disciples*. Ed. Swami Shuddhidananda. Advaita Ashrama, Kolkata 2010.

²⁰ H. Nicolella, J.T. Soister: *Many Selves: The Horror and Fantasy Films of Paul Wegener*. BearManor Media, Oklahoma 2013, s. 70–73.

z taksówki i pistoletu), która zwycięża niedorzeczności magii (na przykład niewidzialność), jest także świadkiem śmierci, do której doszło w wyniku pożaru spowodowanego składaniem ofiary wschodniemu bóstwu. Może zatem autorowi chodziło o ośmieszenie tytułowego bohatera, postawienie go w jednym rzędzie z postaciami z baśni, a wreszcie symboliczne „przeżnanie” go (bo przecież akcja nie dzieje się w Indiach) z rodzimej kultury, która uważała siebie za cywilizację o nowym, nieznanym wcześniej charakterze? Rasmus i Yoghi toczą walkę w domu na skraju wsi. To rodzimy krajobraz (a nie orientalna sceneria), ale i lokalna społeczność (a nie mieszkańcy dalekich krajów) są świadkami zmagania swojego z obcym i zwycięstwa młodego nad starym. Czy Yoghi budził grozę, można wątpić – raczej śmiech, ale na pewno nie podziw. Jego złe uczynki (ciemnienie Myry) zostały ukarane, podobnie jak nadmierne, ponadludzkie pragnienia.

Wyjątkowym filmem, którego bohater niewątpliwie budził podziw (podszyty lękiem przed niezrozumiałymi mocami jogów), jest – późniejszy o pięć lat od obrazu Wegenera – *Das indische Grabmal* (1921) w reżyserii Joego Maya, do którego scenariusz napisali Fritz Lang (to on pierwotnie miał być reżyserem obrazu) i Thea von Harbou, autorka powieści pod tym samym tytułem wydanej w 1918 roku²¹. Książka była wielokrotnie wznawiana i do tej pory cieszy się zainteresowaniem; na jej podstawie nakręcono trzy wersje filmu – w 1921, 1938 i w 1959 roku²². Po polsku powieść wydano po raz pierwszy w 1923 roku (ta edycja jest obecnie trudno dostępna), wznowiono ją prawdopodobnie trzy lata później²³; pierwsze wydanie po angielsku ukazało się dopiero w 2016 roku. Książka *Das indische Grabmal* w znacznym stopniu zmieniła życie osobiste (związek z Langiem) i zawodowe Thei von Harbou. Umożliwiła jej pracę w filmie, a produkcje z jej udziałem (przede wszystkim *Metropolis*) weszły na stałe do historii kina.

²¹ Powieść, nim ukazała się jako osobna publikacja, była prawdopodobnie drukowana w odcinkach w „Berliner Deutsche Zeitung”.

²² W 1938 r. wróciła na ekrany w reżyserii Richarda Eichberga, dwadzieścia lat później kolejną adaptację wyreżyserował Fritz Lang. Obie wersje – znacznie krótsze (odpowiednio 95 i 98 minut) – nie były jednak tak ważne z perspektywy jogi jako pewnego wyobrażenia Europejczyków (czy szerzej: ludzi Zachodu), choć były istotne z perspektywy historii kina niemieckiego. Meenakshi Shedde i Vinzenz Hediger, którzy porównywali kolejne ekranizacje, twierdzą, że: „Te trzy filmy wyznaczają trzy ważne etapy w historii kina niemieckiego, a mianowicie rozkwit kina weimarskiego (wersja z 1921 r., reż. Joe May), nazistowski system rozrywkowy (wersja z 1938 r., reż. Richard Eichberg) oraz przeżywające trudności niemieckie kino powojenne (wersja z 1959, reż. Fritz Lang). Co więcej, te trzy filmy stanowią archiwum niemieckich fantazji o Indiach, które ewoluowały w XX wieku i prawdopodobnie wpłynęły na wyobrażoną mapę Indii w Niemczech bardziej niż jakikolwiek inny popularny tekst XX wieku” (M. Shedde, V. Hediger: *Come On, Baby, Be My Tiger Inventing India on the German Screen in “Der Tiger von Eschnapur” and “Das indische Grabmal”*. Dostępne w Internecie: <http://rouge.com.au/7/tiger.html> [data dostępu: 15.12.2019]).

²³ Por. T. Harbou: *Indyjski grobowiec*. Przeł. R. Fajans. [Wyd. 2 przejrz.]. Druk. Bankowa, Warszawa [1926]. Rok wydania podaje za bazą NUKAT, ponieważ edycja jest niedatowana, a biblioteki podają różne daty roczne.

Materiałem książki – jak pisze Barbara Mennel – jest wyobrażenie Indii jako krainy cudów oraz tajemnicy²⁴ i ono „dostarcza kluczowych wątków i motywów dla wszystkich wersji filmu”. Odnajdujemy tu przeciwstawienie Wschodu Zachodowi budowane na kilku opozycjach: „wizja kontra ślepotą, odsłanianie kontra zasłanianie, racjonalna demokracja kontra irracjonalna dominacja i podporządkowanie oraz męskość kontra kobiecość”²⁵. Kwestie określonego przedstawiania Wschodu (nie tylko Indii) w sztuce początku XX wieku zostały już dość szeroko omówione w literaturze naukowej, mnie interesuje natomiast to, w jaki sposób „tajemniczość” i „cudowność” realizowały się na ekranie dzięki obecności postaci jogów. Autorzy opracowań i strony internetowej poświęconej pisarce: John Mucci i Richard Feltnagle, szukając źródeł inspiracji Thei von Harbou, rozpoznają w powieści zainteresowanie Indiami, zwłaszcza romantyczną historią powstania Tadž Mahal (grobowca dla ukochanej żony), ale także nowelą *Beczka Amontillada* Edgara Allana Poea (straszna zemsta na przyjacielu przez zamurowanie go żywcem) czy wreszcie finałem *Aidy* Verdiego²⁶.

Tym, co rozpoczyna serię niecodziennych wydarzeń w powieści (jak dowiadujemy się z zakończenia, są one jedynie treścią snu niemieckiego architekta – Michaela Fürbringera, którego przebudzenie na początku i na końcu książki spina klamrą treść onirycznych zdarzeń²⁷), jest niezwykle zamówienie. Składa je radża Esznapur – Arada (to imię pojawia się tylko raz²⁸), za pośrednictwem listu przekazanego przez służę o imieniu Ramigani. Władca poznał wielkie dzieła budowniczego, a ponieważ stracił ukochaną żonę, więc chce zamówić godny jej grobowiec.

Indus (w oryginale: *der Inder*, tak określany jest książce – Harbou nie nazywa go jogiem) Ramigani, wykorzystując wewnętrzną siłę, skłania architekta – zaskoczonego i oszołomionego propozycją, ale początkowo przeciwnego pomysłowi natychmiastowego wyjazdu – do podróży; nadto sobie tylko znanym sposobem wchodzi w posiadanie listu, który (mimo zakazu) Fürbringer postanawia zostawić swej żonie Irenie.

²⁴ Por. np. B. Schulze: *Land des Grauens und der Wunder. Indien im deutschen Kino*. In: *Triviale Tropen. Exotische Reise- und Abenteuerfilme aus Deutschland 1919–1939*. Ed. J. Schöning. Ein CineGraph-Buch, München 1997, s. 73.

²⁵ B. Mennel: *Returning Home: The Orientalist Spectacle of Fritz Lang's "Der Tiger von Eschnapur" and "Das Indische Grabmal"*. In: *Framing the Fifties: Cinema in a Divided Germany*. Eds. J. Davidson, S. Hake. Berghahn Books, New York–Oxford 2010, s. 31.

²⁶ https://www.womaninthemoon-themusical.com/tombs_1 [data dostępu: 12.01.2020].

²⁷ Na początku książki pojawia się informacja, że bohater jest ciężko chory, gorączkuje. Naprzeciw jego łóżka wisi sztych przedstawiający Tadž Mahal. Czytelnicy dostają zatem wskazówkę dotyczącą źródła snu. Scena w pierwszym akapicie powieści rozpoczyna się o godzinie dziesiątej wieczorem, wraz z biciem zegara, który budzi Michaela; analogiczna pojawia się na początku ostatniego, króciutkiego rozdziału, wtedy zegar wybija jedenastą. Klamrowość konstrukcji potwierdzona jest powtórzonym opisem wiosennych zapachów napływających zza okna. W wersji niemieckiej oba zdania brzmią identycznie, w wersji polskiej różnią się jednym słowem; por. T. von Harbou: *Das indische Grabmal*. Area, Erftstadt 2005, s. 5, 239; T. Harbou: *Indyjski grobowiec...*, s. 3, 199.

²⁸ W podpisie listu zamieszczonego w IX rozdziale. List, o którym czytamy na początku książki, został sygnowany nieczytelnie, ale na pieczęci widnieje „niezmiernie proste, w pierwotny sposób wykonane łaćńskie A” (T. Harbou: *Indyjski grobowiec...*, s. 8–9, 164).

Pierwsza wersja filmu *Das indische Grabmal* ukazała się w dwóch częściach, zatytułowanych odpowiednio: *Die Sendung des Yoghi* oraz *Der Tiger von Eschnapur* (obie miały premierę w odstępnie miesiąca jesienią 1921 roku w Berlinie), na rynek amerykański wybrano tytuł *Mysteries of India*, część pierwsza: *Truth*, część druga: *Above All Law*. Tym, co musiało zrobić naprawdę piorunujące wrażenie, było przedstawienie mocy i sprawczości Ramiganiego. Obie części filmu trwają (po rekonstrukcji) 212 minut²⁹. Część pierwszą poprzedzają dwie tablice z napisami. Pierwsza z nich informuje o „tajemniczych, magicznych siłach” jogów, których nie dotyczą prawa natury i którzy mogą nawet „pokonać śmierć”. Druga odnosi się do tego, co autorzy filmu nazywają nirwaną (nie oceniam tu zasadności użycia tej nazwy), czyli stanu całkowitego wycofania się przez wygaszenie zmysłów, dzięki czemu jogowie mogą zostać czasowo pogrzebani. Czytamy: „Jeśli jogi zostanie ożywiony z tego »snu śmierci«, musi spełnić najgłębsze życzenie tego, kto go obudził, by przekonać go o daremności wszystkich światowych żądz”. Po tym wprowadzeniu następuje stosunkowo długi, kilkuminutowy prolog, w którym widz jest świadkiem wydobywania spod ziemi pogrzebanego joga, znoszenia go monumentalnymi schodami do podziemnej świątyni „wielorękiej bogini” i wreszcie wybudzenia przez kapłanów. Oglądający dowiaduje się także, co jest przyczyną podporządkowania Ramiganiego (którego gra Bernhard Goetzke) Ayanowi, radży Esznapur (czy Bengalu; w tej roli Conrad Veidt). Scenę kończy zniknięcie Ramiganiego.

Wspominałam już o tym, co mogło być źródłem inspiracji dla Thei von Harbou – pisarki. Powinnam zatem wskazać także inspiracje twórców scenariusza. Chociaż takich historii było więcej, chcę przypomnieć tę, która wydarzyła się w 1837 roku w Lahore, stolicy Pendżabu (obecnie Pakistan). Jej bohaterem jest Sadhu Haridas – jog lub (jak podają źródła) fakir³⁰. Zgodnie z relacją Claude’a Wade’a³¹, który przebywał na dworze maharadży Ranjit Singha w 1837 roku, Haridas w obecności władcy, dworu i przebywających w Lahore angielskich i francuskich medyków został w pozycji siedzącej okryty tkaniną, która została zaszyta. Następnie zamknięto go w drewnianej skrzyni. Oznaczoną pieczęcią maharadży skrzynię umieszczono w ceglanej piwnicy strzeżonej przez ośmiu wartowników nocą, a przez czterech w ciągu dnia. Po czterdziestu dniach, także w obecności maharadży, dworu i lekarzy, Haridas został wydobyty i ocucony – jego ciało umyto gorącą wodą, a na jego powiekach i na języku umieszczono kawałki masła *ghī*. Nie minęło pół godziny, gdy Haridas odzyskał głos i zaczął rozmawiać ze

²⁹ Film po rekonstrukcji ukazał się jako: *The Indian Tomb*. Cz. 1: *The Mission of the Yogi*; Cz. 2: *The Tiger of Bengal*. Film Preservation Associates, 2000. Prod. D. Shepard. Napisy ang. U. Ruedel. Por. W.B. Parrill: *European Silent Films on Video. A Critical Guide*. McFarland & Company, Jefferson, NC–London 2006, s. 184 i nast.

³⁰ W XIX w., ale jeszcze i na początku XX w., w tekstach kultury popularnej (liczne przykłady odnajdziemy w prasie, także polskiej) często mylono jogów z fakirami. O relacjach między fakirami a jogami zob. artykuł Beaty Abdallah-Krzepkowskiej w niniejszym tomie, a o historii tego problemu z perspektywy kultury Zachodu zob. M. Singleton: *Yoga Body: The Origins of Modern Posture Practice*. Oxford University Press, Oxford 2010, s. 35–53.

³¹ Claude Martine Wade (1794–1861), oficer angielski urodzony w Bengalu; w czasie, z którego pochodzi relacja, był odpowiedzialny za stosunki dyplomatyczne pomiędzy Sikkhami i Afgańczykami.

zgrupowanymi. Ta historia została przed powstaniem filmu kilkakrotnie przypomniana. Pojawiła się (wśród innych podobnych przykładów) w czerwcowym numerze (z 1900 roku) pisma naukowego „The Monist” za sprawą artykułu *On the Voluntary Trance of Indian Fakirs* autorstwa wspomnianego już Richarda Garbe³². Opowieść, wzmocniona scenami z filmu Maya, niewątpliwie miała wpływ na próby przeprowadzenia takich eksperymentów – także w Polsce³³.

Po prologu rozpoczyna się część pierwsza – w pewnym zakresie podobna, choć nie tożsama z wydarzeniami opisanymi w powieści. Po przybyciu do pałacu radży angielski (a nie niemiecki, jak w książce) architekt Herbert Rowland (rola Olafa Fønssa)³⁴ dowiaduje się, że ukochana władcy, czyli księżniczka Savitri (żona Ayana – w tej roli Erna Morena), żyje. Ponieważ jednak zdradziła maharadżę z angielskim oficerem MacAllanem (gra go Paul Richter), ma zostać srodze ukarana, podobnie jak jej ukochany (pościg za nim jest ważnym elementem akcji obu części filmu)³⁵. Narzeczona (a nie jak w książce – żona) architekta – Irena Amundsen (grana przez Mię May), podąża do Indii za ukochanym, dociera do pałacu radży, zostaje w nim ugoszczona, lecz ma zakaz kontaktowania się z Herbertem. Część pierwsza kończy się, gdy Rowland decyduje się zaprojektować grobowiec i obwieszcza to Ramiganemu³⁶. Ten zauważa, że architekt zachorował na trąd, czego przyczyną była klątwa jednego ze świętych ascetów, którzy przebywali w zakamarku pałacu; Herbert trafił w to miejsce, biegnąc za dostrzeżoną w oddali Ireną. Świętych ascetów widzimy medytujących w różnych pozycjach: jeden z nich spoczywa na „łożu fakirów”, inny jest zakopany po szyję w ziemi – na podstawie reakcji bohaterów (najpierw Ireny, która trafia tam wcześniej, potem Herberta) widz domyśla się, że to przerażające postacie³⁷. W książce wątek trądu nie pojawia się, a Michael jedynie rani sobie ręce, pró-

³² R. Garbe: *On the Voluntary Trance of Indian Fakirs*. Transl. W.H. Carruth. „The Monist” 1900, no 4, s. 481–500.

³³ Mówiłam o tym w referacie pt. „Wędrowni »jogini« i »fakirzy« w przedwojennej Polsce” wygłoszonym podczas konferencji „Joga w kontekstach kulturowych V” (Katowice 2018).

³⁴ Christian Rogowski wskazuje, że w niemieckich filmach powstających tuż po wojnie, nawet jeśli ich akcja toczyła się współcześnie, bohaterami byli przeważnie Anglicy, Amerykanie albo Skandynawowie. Dzięki temu odbiorcy niemieccy mogli się utożsamiać z przedstawicielami zwycięskiego Zachodu, a zagraniczni nie łączyli oglądanych filmów z produkcją niemiecką; por. Ch. Rogowski: *Movies, Money, and Mystique: Joe May's Early Weimar Blockbuster, "The Indian Tomb" (1921)*. In: *Weimar Cinema: An Essential Guide to Classic Films of the Era*. Ed. N. Isenberg. Columbia University Press, New York 2008, s. 62.

³⁵ W książce obie te postaci, czyli ukochana radży i jej kochanek, są wspomniane, ale nic o nich nie wiemy, nieznane są także ich imiona. W rozdziale IX, podczas uczty, radża informuje o śmierci rywala.

³⁶ Ta decyzja wyznacza również połowę książki.

³⁷ W powieści temu fragmentowi odpowiada spotkanie z wyznawcą bogini Kali. Podczas pogoni za żoną bohater książki trafia do świątyni „azjatyckich bóstw”, takich jak „ohydna Kali i Durga” oraz Siwa. Tam przygląda mu się (jako „człowiekowi z Zachodu”) z nienawiścią, pogardą i fanatyzmem wychudzona postać z „bezmieśną twarzą i szyją, przybraną łańcuchem małych, białych trupich główek”, jak czytamy: „Chmura złej woni unosiła się nad pokutującym, któremu od ramion aż do prawego biodra zwisał biały sznur bramina. Plugawstwo z dziesiątka lat co najmniej tworzyło całe warstwy wokół świętego, który gnił tu ku czci jakiejś ohydnej boskości, siedząc z powykrczanymi członkami, ciągle na jednym miejscu” (T. Harbou: *Indyjski grobowiec...*, s. 69–71).

bując gwałtownie otworzyć ciężkie wrota prowadzące na dziedziniec tygrysów, które chwilę wcześniej samoistnie otwarły się przed nieświadomą niebezpieczeństwa żoną. Czytelnik zauważa, przechodząc do następnego rozdziału, oniryczny potencjał tej sceny³⁸, ale widz (w filmie pojawia się podobna scena) odbiera ją raczej jako wydarzenie, które w świecie przedstawionym miało miejsce naprawdę. Sekwencja nocnej pogoni w pałacu uświadamia oglądającym potęgę duchowej siły Ramiganiego – to on jest trzecim bohaterem wydarzeń: otwiera i zamyka wrota dzięki wewnętrznej sile, broni Irenę przed tygrysami, a wreszcie usypia kolejno oboje bohaterów, tak, by budząc się następnego dnia, nie umieli odróżnić snu od jawy.

Druga część filmu rozpoczyna się od scen związanych z chorobą Herberta. Radża prowadzi Irenę po schodach na gruby mur leprozorium, by pokazać jej Herberta leżącego wśród trędowatych. Następnie obwinia ją za nieposłuszeństwo, którego efektem jest przypadłość narzeczonego – można ją uleczyć, jeśli kobieta złoży z siebie ofiarę. Irena najpierw się nie zgadza, ale po ciężkiej nocy podejmuje decyzję, stojąc obok posągu bogini Kali. Zostaje odprowadzona do świątyni (by służyć bogu i jego kapłanom), dzięki czemu może obserwować, jak „święty joga” Ramigani w cudowny sposób, siłą swych myśli wyprowadza z hipnotyzowanego Rowlanda z zamkniętego leprozorium (ciężkie drzwi otwierają się same) i przywodzi do świątyni. Tu, na dziedzińcu, leczy jego rany. Zapłatą za terapię ma być – jak się wkrótce okaże – oddanie się Ireny radży, który nocą – jako bóg – schodzi po wewnętrznych schodach na świątynny dziedziniec. Irena, w geście niezgody, próbuje popełnić samobójstwo, zawiedziony radża powstrzymuje ją i odchodzi. Następnego dnia ginie – pojmany przez oddział radży, a potem przyprowadzony siłą do pałacu i rzucony tygrysom – MacAllan. Uzdrawiony Rowland budzi się we własnym łóżku, a tymczasem Irena szuka go w leprozorium, skąd ratuje ją służąca Herberta – tancerka Mirrjha (Lya de Putti). Radża, świętując dokonanie zemsty, urządza przyjęcie, na które zaprasza Irenę i Herberta. Zastawia również pułapkę na Mirrjhę; potajemnie, przez służbę, zmusza dziewczynę, by przygotowała się do tańca, który zaprezentuje podczas uczty. Po występach połykaczy ognia i zaklinacza węży (a właściwie – żmij) zaczyna swój pokaz Mirrjha i wkrótce ginie ukąszona przez kobrę; przed śmiercią prosi o pomoc dla księżniczki Savitri. Herbert, Irena i Savitri uciekają z pałacu, zbiegają po olbrzymich schodach do przystani i odpływają jedną z łódek, odcumowawszy wcześniej pozostałe; w wodzie kłębią się aligatory. Za nimi zbiega radża, miota się, widzimy go w kolejnej pełnej przemocy scenie – jest tu także wstrząsający obraz podwodnego ataku aligatora na sługę, który próbuje na rozkaz Ayana sprowadzić łódź. W końcu pościg rusza i wkrótce radża wraz ze swą żoną dogania w górach zbiegów. Savitri, by ratować Irenę i Rowlanda, rzuca się w przepaść. Ayan rozpacza nad ciałem żony. Tak kończy się zasadniczy zrab akcji. Film ma jeszcze epilog: na ekranie widzimy Herberta Rowlanda wychodzącego z Ireną z piękniego gmachu świątyni-grobowca, który zbudował (tu film zasadniczo różni się od książki). Na schodach leży odziany w łachmany człowiek. Gdy para zbliża się do niego, podnosi głowę i rozpoznajemy twarz maharadży.

³⁸ A zatem mamy tu sen we śnie, ale tę podwójność można będzie zobaczyć dopiero po przeczytaniu zakończenia.



Ilustracja 2. Kadr z filmu *Das indische Grabmal*, cz. 2: *Der Tiger von Eschnapur*, reż. Joe May (1921).

Tytuł całości sugeruje, że główna treść dzieła dotyczyć będzie grobowca – pod tym względem film jest bardziej konsekwentny i przewrotny niż książka: prolog pokazuje Ramiganiego wydobywanego spod ziemi, z tymczasowego grobu, a w epilogu pojawia się ukończona budowla zaprojektowana przez Rowlanda. Pierwsza część: *Die Sendung des Yoghi*, czyli „misja joga”, dotyczy w sposób oczywisty zadania, które otrzymał Ramigani, ale film zawiera prolog, który ową misję pozwala rozumieć także (i ta podwójność jest fundamentalna) zupełnie inaczej.

Otwierająca część pierwszą filmu (po prologu) scena rozgrywa się w angielskim domu Herberta Rowlanda. Nasycona jest wizualizacjami niesamowitych mocy Ramiganiego, które przedstawiane są za pomocą różnych tricków filmowych. Ramigani zjawia się w mieszkaniu Rowlanda (w sensie dosłownym, czyli inaczej niż w książce), materializując się na krześle odziany tak, jak w prologu (łachmany ascety), a następnie strój zmienia się na nim na bardziej oficjalny. Indus, spokojny, ale stanowczy, uprzejmy i zarazem groźny, umie zrealizować zleczone mu zadanie. To on (jak się wydaje – poniekąd odnajdziemy taki trop także w powieści) jest źródłem natchnienia Rowlanda, które przed widzami wizualizuje się w postaci mglistego zarysu przyszłego gmachu. Jego dłoń (reszty postaci nie widzimy) wyłaniająca się z niebytu zabiera ze stołu list, w którym architekt, mimo zakazu, informuje Irenę o wyjeździe.



Ilustracja 3. Kadr z filmu *Das indische Grabmal*, cz. 1: *Die Sendung des Yoghi*, reż. Joe May (1921).

Olbrzymia twarz Ramiganiego widoczna jest na ekranie, gdy Rowland wyjeżdża z domu – Indus czuwa nad tym, by nie doszło do spotkania z narzeczoną (wcześniej, bez działania, wewnętrzną siłą odłącza kabel telefonu, wiedząc, że przebywająca u ojca Irena będzie chciała dodzwonić się do Herberta). Później (już w pałacu Ayana), także przy użyciu wewnętrznej siły, ratuje kobietę przed atakiem tygrysa i – zahipnotyzowaną – przeprowadza przez wybieg drapieżnych kotów. Obserwuje to wstrząśnięty Herbert, a widzowie znów są świadkami wyjątkowych mocy joga: Ramigani ma dar bilokacji – towarzyszy Herbertowi, a jednocześnie jego narzeczonej – to podwojenie widzimy na ekranie³⁹. Budząca respekt postać, znakomicie odegrana przez Goetzkego, niewątpliwie zapadła w pamięć publiczności, skoro kolejne filmy, w których występował ten aktor, były reklamowane przez przypominanie jego roli w *Das indische Grabmal*⁴⁰. Jego ruch sceniczny, ale i mimika, bardzo oszczędne, a przez to odmienne od tego, co prezentowali pozostali akto-

³⁹ Por. Ch. Rogowski: *Movies...*, s. 68–71.

⁴⁰ Np. w numerze 29 „Kurjera Warszawskiego” z 29 stycznia 1926 r. pojawiła się na pierwszej stronie reklama filmu *Te z zaułką*, a w niej informacja: „Król ekranu Bernard Goetzke znany z »Indyjskiego Grobowca«”, a na stronie trzeciej można było przeczytać nieco obszerniejszą notkę: „Po długiej – bo prawie trzyletniej – przerwie ujrzeli wczoraj miłośnicy kina na ekranie kino-teatru »Pan« ulubieńca publiczności warszawskiej, niezrównanego mistrza gry filmowej Bernarda Goetzkego, słynnego Yogę z »Indyjskiego grobowca«, lub prokuratura Wenka z filmu »Doktor Mabuze«”.

rzy, musiały robić piorunujące wrażenie, nawet w odbiorze współczesnym wciąż są interesujące. Tak przedstawiony Ramigani nie jest sługą spełniającym czyjeś zachcianki czy po prostu wypełniającym zadania. Jego spokój wśród ludzi (bo nie chodzi przecież tylko o radzę) targanych potężnymi uczuciami: miłością, nienawiścią, żądzą zemsty, jest zadziwiający i przekonuje, że jog nie tylko nie podlega emocjom, ale też wie, że nie mogą one zagrozić jego misji. Mógłby przeciwstawić się Ayanowi, ale to nie jest jego celem – pomoc w zaspokajaniu żądz zakończy szybciej drogę ku spotkaniu z nicością. Przeobrażenie władcy ma być ostateczne. Śmierć żony, o czym myślał radża, zlecając budowę grobowca, gdy się wydarza, nie przynosi spodziewanej ulgi, tylko dramatyczny zwrot.



Ilustracja 4. Kadr z filmu *Das indische Grabmal*, cz. 1: *Die Sendung des Yoghi*, reż. Joe May (1921).

Filmowy Ramigani zasadniczo różni się od swojego pierwowzoru. Tak charakteryzuje go radża:

– Ach, Ramigani... Ramigani – to filozof. Cała jego siła polega na umiejętności uroczyściego podsuwania ludziom pewnych rzeczy, z którymi nie wiedzą co począć w codziennym życiu. Pod tym względem podobny jest do wielkich filozofów Europy. Poza tym, gdyby miał pan kiedykolwiek ochotę poczynić tutaj zakupy, oddam panu Ramigani do rozporządzenia. Zrobi on to dla pana to samo, co uczyniłby dla mnie i zmniejszy ewentualne oszustwa ze strony kupców do przyzwoitych jako tako rozmiarów.

– Zdaje się on być wiernym sługą – zauważył Fürbringer, uśmiechając się – i oddanym waszej wysokości bezgranicznie.

– Płacę mu dobrze – odparł książę. – Lepiej aniżeli ktokolwiek inny mógłby mu zapłacić. I oto wszystko. Gdyby znalazł się ktoś, któryby mu zaofiarował więcej, aniżeli ja mu daję, poszedłby za nim i wypłułby moje imię, jak...⁴¹.

Książkowy Ramigani nie jest wolny od pożądań – pociągają go klejnoty, których urokowi nie może się oprzeć. Ale jest wiernym sługą do momentu śmierci Miriam (w filmie: Mirriha). Gdy podczas ucieczki z pałacu Michael oskarża go o zdradę radży, odpowiada:

– Siebie zdradzam, Sahibie! Siebie! – krzyknął, szarpiąc obiema rękami ubranie na piersiach. – Przekłete niechaj będzie moje imię! Ale i on także! On ma krew na palcach! On zmusił mnie do zniweczenia mojej własnej duszy! Wiedział, że drugi kobra ma jad... Szukasz drogi, wiodącej ku jezioru? Pokażę ci ją!⁴²

Przemiana Ramiganiego nie jest pełna – nie może odmówić woli radży (gdy ten przyzywa go, stojąc na brzegu), nie może zdobyć się na autonomię, ale może wybrać śmierć, co czyni. W filmie dochodzi do znamienego odwrócenia – to nie Ramigani ulega w ostatnich scenach przemianie. Prolog w połączeniu z epilogiem uzmysławia widzom, że tytuł pierwszej części, czyli *misja joga*, powinien być rozumiany zupełnie inaczej, niż sądzili wcześniej – ostatnie sceny wyjaśniają zapowiedź z prologu. Teraz także już wiadomo, że „misja joga” to nie po prostu „zadanie Ramiganiego” polegające na sprowadzeniu do Esznapuru wybitego architekta, który zrealizuje zamierzenie władcy i zbuduje świątynię-grobowiec dla ukochanej Ayana. Jego przesłanie jest zupełnie inne. Barwna, awanturnicza opowiadka we wschodnim entourage’u, będąca treścią sennego marzenia poważnego, niemieckiego architekta, którego poznajemy w książce, w filmie zastąpiona zostaje moralitetem – tu Ramigani nie jest bohaterem, ale figurą Joga wypełniającą misję przypisaną nie konkretnej osobie, ale jej społeczno-kulturowej roli (oczywiście w taki sposób, jak wyobrażali to sobie twórcy filmu). Można nawet przyjąć, że i tę rolę przekracza, jeśli założymy, że pracuje nie tylko dla obecnego wcielenia swojego doczesnego władcy. Maharadża nie jest zatem zleceńdawcą Ramiganiego, lecz kimś poddanym edukacji, uczniem, który odkrywa „daremność wszystkich światowych żądz”. Ostatnia scena jest ważna w kontekście efektów, które obrazowały moc Ramiganiego na początku filmu (na przykład dematerializacja listu). Choć musiały robić wrażenie na dużym ekranie, z perspektywy zakończenia są – niewytłumaczalnymi wprawdzie dla Europejczyka – tylko kuglarskimi sztuczkami.

Powieść jest spięta klamrą dwukrotnego przebudzenia Michaela Fürbringera, film łączy natomiast dwa skonstrastowane obrazy schodów. Trzeba je wydobyć, zwłaszcza że napięcie góra – dół ma tu duże znaczenie i w filmie – jeśli chodzi o postać Ayana – dość konsekwentnie się pojawia. Nie oznacza to, że wszystkie obrazy schodów mają w *Indyjskim grobowcu* wartość archetypową –

⁴¹ T. Harbou: *Indyjski grobowiec...*, s. 38.

⁴² Ibidem, s. 188.

czasem podkreślają wielkość pałacu lub jego skomplikowaną strukturę. Nie będę tu odnosić się do kwestii motywu schodów w filmach, ponieważ dyskusja na ten temat rozpocznie się na dobre dopiero kilka lat po premierze filmu Maya – od roli odeskich schodów w *Pancerniku Potiomkinie* (1925) Siergieja Eisensteina. Myśląc o symbolice schodów, przede wszystkim zwracamy uwagę na zwrot ku górze: w ten sposób mogą one odnosić się do ścieżki kariery (tak jest na przykład w filmie *Kardynał* z 1963 roku w reżyserii Otto Premingera) albo rozwoju, również duchowego. W filmie Maya Ayan kroczy kilkakrotnie w dół – dzieje się to wtedy, gdy „ściągają” go w dół jego żądze i pragnienia: chęć pozyskania niezawodnego sługi czy zdobycia pięknej kobiety, a także pojmania i ukarania zbiegów.



Ilustracja 5. Kadr z filmu *Das indische Grabmal*, cz. 1: *Die Sendung des Yoghi*, reż. Joe May (1921).

Pierwszy raz widzimy go w takim działaniu w prologu. By zrealizowane mogło zostać to, czego pożąda, idzie w dół (jego powrót na górę nie został pokazany) w mroku ledwo tylko rozpraszanym światłem, wraz z grupą niosących Ramiganiego, do podziemnej świątyni Kali⁴³, by spotkać się z kapłanami, którzy obudzą joga. Ten ma być sprawnym narzędziem w rękach wybawcy – swojego nowego pana, który ogarnięty jest mrocznym pożądaniem zemsty. To pożądanie, podsycane zranioną miłością i dumą, sprowadza go do świątyni bogini śmierci i czasu. Gdy zechce pojąć Irene, zobaczymy go nocą, ubranego w boski strój, schodzącego po świątynnych schodach⁴⁴. Duma krocząca w mroku w dół przeciwstawiona jest pokorze czołgającej się w górę: schody w ostatniej scenie są jasno oświetlone, leży na nich nędzarz, w którym z trudem rozpo-

⁴³ W odniesieniu do omawianego filmu refleksja nad głębokim znaczeniem postaci bogini Kali nie wydaje się uzasadniona, chodzi przecież o pewną formę przerażającej „egzotyzacji”, niemniej połączenie tego obrazu z „gniewem Kali”, czyli formą gniewu numinotycznego, który przez przeżycie silnej emocji, zalenie nią, doprowadza do uzyskania wglądu i w następstwie transformacji, jest ciekawym, dodatkowym kontekstem interpretacyjnym; por. M. Sacha: *Gniewne oblicze Kali. Mit, ikonografia, rytuał*. „Studia Religiołogica” 2005, z. 38, s. 91–103.

⁴⁴ Te dwie sceny mają największy potencjał symboliczny, inne – jak zejście do przystani (w pogoni za uciekinierami) – mogą być uzasadnione także rzeczywistymi relacjami przestrzennymi. Nieco inaczej jest w scenie, w której Ayan pokazuje Irenie leprozorium, by ją przerazić i zatroskać losem narzeczonego, a w efekcie zmusić do uległości. Wspinają się po schodach w górę, ale sam obraz wynędzniałych ludzi kieruje spojrzenie radży w dół.

znajemy maharadżę, bardziej przypomina bowiem pierwsze obrazy półżywego Ramiganiego. Ta scena zdaje się obrazować wers z Księgi Przysłów: „Przed porażką – wyniosłość, duch pyszny poprzedza upadek” (Prz 16,18)⁴⁵. Ale światło i ułożenie leżącego ciała – głowa zwrócona jest ku górze⁴⁶ – wyrażają coś innego: przeobrażony maharadża ma przed sobą mozolną drogę w górę, przyjmuje swój los – nie ucieka przed wzrokiem Ireny i Herberta. Schody symbolizują zatem i dążenie ku upadkowi (początek filmu), i duchowe odradzanie się (zakończenie). Końcowy rozdział powieści zaskakuje tych, którzy „uwierzyli” w realność przygód Fürbringera, zakończenie filmu zaskakuje tych, którzy dostrzegli, że „bengalska awantura” jest pretekstem do tego, żeby pokazać metanoję Ayana.

Film Joego Maya już podczas produkcji nazywany był „największym filmem świata”, przeznaczono na niego ogromne fundusze – część środków udało się uzyskać dzięki Europäische Film Allianz⁴⁷. Budżet zaplanowano na 15 milionów marek, ale May przekroczył tę kwotę. Jak pisze Christian Rogowski, „Ostatecznie dwuczęściowy film kosztował szacunkowo 24 miliony marek, kwotę niespotykaną w tamtych czasach, nawet biorąc pod uwagę stopniową dewaluację marki niemieckiej”⁴⁸. W reklamie kina „Odeon” zamieszczonej w „Kurjerze Częstochowskim” z 27 maja 1922 roku (to tylko przykład, żeby pokazać, jak film był zapowiadany w Polsce) nazywa się *Indyjski grobowiec*: „Najpotężniejszą Epokową Sensacją Wszechświatową!”. Koszty były duże, więc reklamodawca drobnym drukiem na dole strony informował: „ponieważ za wynajęcie »Indyjskiego grobowca«, zapłaciliśmy kolosalnie wysoką sumę kilkakrotnie przewyższającą cenę płaconą dotąd za najlepsze obrazy wyświetlane w Częstochowie, z tego powodu zmuszeni jesteśmy **cenę miejsc na ten obraz podwyższyć**”. Ale chętnych nie brakowało.

Bernhard Goetzke jako Ramigani (niewątpliwie inaczej niż powieściowy bohater Harbou) **oddziaływał potężnie**: wywoływał podziw, ale i lęk. Umiał przekonać Europejczyków, że tajemnice są głębsze niż przypuszczali, a „cuda” i nadzwyczajne moce to jedynie narzędzia, a nie cele. Ten obraz był niezwykle sugestywny i atrakcyjny, ale jednocześnie podtrzymywał poczucie obcości. Na zmianę, na „zeswojszczenie” wizerunku, na zamienienie joga w jogina, a co za tym idzie – przeobrażanie przekonań na temat tego, czym jest joga, trzeba było jeszcze trochę poczekać.

⁴⁵ Biblia Tysiąclecia. Dostępne w Internecie: <https://biblia.deon.pl/rozdzial.php?id=554> [data dostępu: 12.01.2020].

⁴⁶ Pozycja ciała Ayana (zwrot ku górze) i jego mozolne – jak się domyśla widz – wspinanie się są skontrastowane z lekkim, swobodnym ruchem schodzącej pary, która opuszcza świątynię; to odejście ma też wymiar symboliczny: Irena i Herbert rozstają się z sytuacją, w którą zostali wplątani.

⁴⁷ Ch. Rogowski: *Movies...*, s. 55, 63.

⁴⁸ Ibidem, s. 66.

Rok IV. Sobota dnia 27 Maja 1922 roku. № 119.

Kurjer Częstochowski

DZIENNIK POLITYCZNO SPOŁECZNO LITERACKI

Teatr „ODEON”

Program od piątku dnia 26 Maja i dni następnych.

Najpotężniejsza Epokowa Sensacja Wszechświatowa!!

FILM JAKIEGO DOTĄD NIEBYŁO!!!

INDYJSKI GROBOWIEC

Wielkie misterjum w 2-oh Serjach i 14 aktach

W głównej roli niezrównana MIA MAY

Scenarjusz: **THEA HARBOU, F. LANG.** Reżyserja: **JOE MAY.** Fotografja **W. BRANDES.**

O S O B Y:

Herbert Rowland	Olaf Foss	Ayan, książę z Eschnapura	Conrad Veidt	Ramigani, Yoghi	Bernard Goiske
Irena, jego narzeczona	Mia May	Savriti, księżna	Erna Morena	Mirrha, służebna	Lya de Putti
		Mac Allan, oficer angielski		P. Richter.	

Dziś! Serja I-sza Dziś!

PEAN NA CZĘŚĆ MIŁOŚCI I NIENAWIŚCI

w 7-miu wielkich aktach z prologiem trwających 2 godziny.

Do obrazu „Indyjski Grobowiec” wydaliśmy specjalne programy-broszury, które dołączamy do dzisiejszego numeru „Kurjera” dla wszystkich prenumeratorów — miejscowych i sprzedaży ulicznej.

Ponieważ za wynagrodzeniem „Indyjskiego Grobowca”, zapłaciliśmy kolosalnie wysoką sumę, kilkakrotnie przewyższającą cenę płaconą dotąd za najlepsze obrazy wyświetlane w Częstochowie, z tego powodu zmuszeni jesteśmy **cenę miejsc na ten obraz podwyższyć.**

Tylko 3 seanse dziennie o godz. 5-ej i pół, 7-ej i pół i 9-ej i pół wieczorem. — W sobotę i niedzielę o godz. 3 i pół, 5 i pół, 7 i pół i 9 i pół wiecz.

Bilety sezonowe i bezpłatne ważne tylko na I-szy seans.

Ilustracja 6. „Kurjer Częstochowski. Dziennik polityczno-społeczno-literacki” z 27 maja 1922 roku (R. 4, nr 119).

Bibliografia

- Garbe R.: *On the Voluntary Trance of Indian Fakirs*. Transl. W.H. Carruth. „The Monist” 1900, no 4, s. 481–500.
- Harbou T.: *Indyjski grobowiec*. Przeł. R. Fajans. [Wyd. 2 przejrz.]. Druk. Bankowa, Warszawa [1926].
- Harbou T. von: *Das indische Grabmal*. Area, Erfstadt 2005.
- Irzykowski K.: *Dziesiąta muza. Zagadnienia estetyczne kina*. Krakowska Spółka Wydawnicza, Kraków 1924.
- Kalbus O.: *Vom Werden deutscher Filmkunst*. Teil 1: *Der stumme Film*. Cigaretten-Bilderdienst, Altona-Bahrenfeld 1935.
- Kłys T.: *Film niemiecki w epoce wilhelmińskiej i weimarskiej*. W: *Kino nieme*. Red. T. Lubelski, I. Sowińska, R. Syska. Universitas, Kraków 2010, s. 393–462.
- Kozakowski K.: *Jak bardzo daleki Wschód? Kulturowy obraz „wschodu” w polskiej kulturze*. „Pracownia Kultury” 2016, nr 10. Dostępne w Internecie: <http://www.laboratoriumkultury.us.edu.pl/?p=31532> [data dostępu: 10.10.2020].
- Mennel B.: *Returning Home: The Orientalist Spectacle of Fritz Lang’s “Der Tiger von Eschnapur” and “Das Indische Grabmal”*. In: *Framing the Fifties: Cinema in a Divided Germany*. Eds. J. Davidson, S. Hake. Berghahn Books, New York–Oxford 2010, s. 28–43.
- Nicolella H., Soister J.T.: *Many Selves: The Horror and Fantasy Films of Paul Wegener*. BearManor Media, Oklahoma 2013.
- Parrill W.B.: *European Silent Films on Video. A Critical Guide*. McFarland & Company, Jefferson, NC–London 2006.
- Rogowski Ch.: *Movies, Money, and Mystique: Joe May’s Early Weimar Blockbuster, “The Indian Tomb” (1921)*. In: *Weimar Cinema: An Essential Guide to Classic Films of the Era*. Ed. N. Isenberg. Columbia University Press, New York 2008, s. 55–78.
- Sacha M.: *Gniewne oblicze Kali. Mit, ikonografia, rytuał*. „Studia Religiológica” 2005, z. 38, s. 91–103.
- Schlüpmann H.: *The First German Art Film: Rye’s The Student of Prague (1913)*. In: *German Film & Literature*. Ed. E. Rentschler. Routledge Tylor & Francis Group, New York 1986, s. 9–24.
- Schönemann H.: *Paul Wegener: Frühe Moderne*. Edition Axel Menges, Stuttgart–London 2003.
- Schulze B.: *Land des Grauens und der Wunder. Indien im deutschen Kino*. In: *Triviale Tropen. Exotische Reise- und Abenteuerfilme aus Deutschland 1919–1939*. Ed. J. Schöning. Ein CineGraph-Buch, München 1997, s. 72–83.
- Shedde M., Hediger V.: *Come On, Baby, Be My Tiger Inventing India on the German Screen in “Der Tiger von Eschnapur” and “Das indische Grabmal”*. Dostępne w Internecie: <http://rouge.com.au/7/tiger.html> [data dostępu: 15.12.2019].
- Singleton M.: *Yoga Body: The Origins of Modern Posture Practice*. Oxford University Press, Oxford 2010.
- Stavig G.: *Western Admirers of Ramakrishna and His Disciples*. Ed. Swami Shuddhidananda. Advaita Ashrama, Kolkata 2010.
- Tybjerg C.: *Shadow-Souls and Strange Adventures: Horror and the Supernatural in European Silent Film*. In: *The Horror Film*. Ed. S. Prince. Rutgers University Press, New Brunswick 2004, s. 15–39.

Anna Gomóła

The earliest images: yogis in silent cinema

Summary

This article focuses on two of the oldest films in which the figure of the yogi occupied a central position. The first of them is the film *Der Yoghi* (alternatively: *Das Haus des Yoghi*), filmed in 1916 and preserved only in fragments. Paul Wegener was the director, screenwriter and actor playing the two roles of the title yogi and his opponent. In the film, the yogi is the inventor of a magic drink that makes invisibility possible. The creator of the work, focused on recognizing the properties of the new medium, was interested in visualizing invisibility and not in presenting the figure of the yogi according to the accounts that were available to Europeans on the subject.

This was not the case with the monumental 1921 film *Das indische Grabmal*, directed by Joe May and with a screenplay by Fritz Lang and Thea von Harbou, author of a novel of the same title published in 1918. In the book, the story of the betrayed Raja and the oriental setting constructed through the references to the history of the Taj Mahal were important, while in the film an equal place was given to the recurring theme of the exceptional powers of Ramigani the yogi, whose primary goal was to bring about the spiritual transformation of the Raja. Bernhard Goetzke, superb as Ramigani, had a powerful effect on the audience: he evoked admiration as well as fear. He convinced the Europeans that the mysteries of the East were greater than they had supposed, and that the “miracles” and extraordinary powers of the yogis were only tools, not goals.

Key words: yoga, silent movies, German expressionism, *Der Yoghi*, *Das indische Grabmal*, Fritz Lang, Thea von Harbou

Анна Гомула

Самые старые картины: йоги в немом кино

Резюме

Статья посвящена двум самым старым фильмам, в которых фигура йога занимала центральное место. Первым из них является сохранившийся лишь фрагментарно, снятый в 1916 г. фильм *Der Yoghi* (альтернативное название: *Das Haus des Yoghi*), режиссёром и сценаристом которого, а также актёром, сыгравшим две роли: заглавного йога и его противника, был Пауль Вегенер. В этой картине йог является изобретателем волшебного напитка, благодаря которому невидимость становится возможной. Создатель фильма, сосредоточенный на распознавании свойств нового средства, хотел визуализировать невидимость, а не изображать йога согласно сообщениям, которые были доступны европейцам на эту тему.

По-другому дело обстояло с монументальным фильмом *Das indische Grabmal* 1921 года. Его режиссёром был Джо Мэя, а сценаристами Фриц Ланг и Теа фон Харбоу, автор одноимённого романа, опубликованного в 1918 году. В книге важна была прежде всего история раджи, которого предали, и ориентальное оформление, созданное

благодаря отсылке к истории Тадж-Махала. В фильме, в свою очередь, значительное внимание было уделено повторяющейся теме исключительных сил йога Рамигани, главной целью которого было достижение духовной трансформации раджи. Бернхард Гетцке, превосходно исполнивший роль Рамигани, оказал сильное влияние на зрителей: вызвал восхищение, но также и страх. Он убеждал европейцев в том, что тайны Востока глубже, чем они думали, и что «чудеса» и необычайные силы йогов – это всего лишь средства, а не цели.

К л ю ч е в ы е с л о в а : йога, немое кино, немецкий экспрессионизм, *Der Yoghi*, *Das indische Grabmal*, Фриц Ланг, Теа фон Харбоу

KAMIŁA GĘSIKOWSKA
Uniwersytet Śląski
<https://orcid.org/0000-0003-3807-6564>

Trzeba czerpać z przeszłości O jodze w Polsce lat 60.

W połowie XX wieku w krajach Europy Zachodniej, ale i w Stanach Zjednoczonych entuzjazm dla jogi jako systemu filozoficznego połączonego z programami ćwiczeń fizycznych był znaczny. W Polsce ten rodzaj aktywności cielesnej był nadal dość słabo rozpoznany, a filozoficznymi aspektami jogi interesowały się wąskie, elitarne grupy. W świetle zachowanych dokumentów (zwłaszcza artykułów prasowych i tłumaczeń literatury zagranicznej) można stwierdzić, że joga – jakkolwiek rozumiana – cieszyła się znacznie większym zainteresowaniem w latach 20. i 30. niż w dwóch dekadach po II wojnie światowej. Przyczyn takiego stanu rzeczy należy na pewno upatrywać w fundamentalnej zmianie polityki kulturalnej i związanymi z nią regulacjami rynku wydawniczego. Publikacje o jodze, a i szerzej: o kulturze Indii, które ukazywały się w Polsce przed wojną, miały różnorodny charakter i wartość poznawczą, sporadycznie zawierały porady dotyczące możliwości praktyki cielesnej¹. Wiedza – nie zawsze rzetelna, a często podporządkowana pogoni za sensacją czy tajemnicą – przekazywana za ich pośrednictwem pochodziła z wielu źródeł i znacznie rzadziej trafiała do Polski z Indii niż z krajów zachodnich. W okresie powojennym publikacje o jodze były rzadsze, ale zmienił się ich profil, między innymi dlatego, że Polska, jako kraj socjalistyczny, nawiązywała kontakty z państwami rozwijającymi się. Wtedy też na jogę zaczęto spoglądać jako na część rodzimej, „ludowej” tradycji Indii.

Rozpocznę ten szkic od reportażu podróżniczego *Żaglem do jogów* autorstwa lekarza i etnografa Wacława Korabiewicza (1903–1994). Odbił on wiele wypraw – przede

¹ Istniało przekonanie, że to niewskazane dla Europejczyków. Pisał o tym już w 1895 r. lekarz Franciszek Chłapowski. Porównując metody leczenia związane z hipnozą z praktykami joginów, zauważał, że do ćwiczenia jogi Hindusi są bardziej „usposobieni” od Europejczyków zarówno ze względu na ich „osobliwości religijne [...] i [...] małe potrzeby materialne”, jak i „ich skłonność do spokojnego i kontemplacyjnego życia” (F. Chłapowski: *Sen Yoga fakirów indyjskich*. „Nowiny Lekarskie” 1895, nr 3, s. 122).

wszystkim do Afryki i krajów Bliskiego Wschodu – które opisywał w książkach, wydawanych od 1935 roku. We wspomnianym reportażu można odnaleźć, zamkniętą w zgrabnej formule, kwintesencję wczesnego wyobrażenia o Indiach, ale i o jodze:

W wyobraźni mojej jest to symbol owej „Indyjskiej Wielkiej-Tajemnicy”. Większość jedzie do Indii z gotowym misterium duszy, z jakimś fantastycznym widziadłem, powstałym na tle czytanych romansideł i oglądanych filmów. **Maharadża, joga i kobra – to trzy symbole, w które zamknięto Indie** [wyróżn. – K.G.], a gdy dodamy jeszcze parę głośnych imion, jak: Gandhi, Nehru² i Tagore³ i Anna Besant⁴, będziemy już w Indiach jak w domu. Biję się oto w pierś i pochylam nisko głowę. Ja przyniosłem ze sobą na tę ziemię swoje mrzonkowe urojenia⁵.

Książka Korabiewicza dotyczyła podróży odbytej do Indii w latach 1934/1935. Tuż przed wojną przygotowywano wydanie reportażu w „Bibliotece Polskiej” – sprzedaż miała się rozpocząć 1 września 1939 roku, ale wybuch wojny przeszkodził temu. Cały nakład spłonął w Warszawie podczas działań wojennych, zniszczeniu uległy również maszynopisy⁶. Wersja, która ukazała się na półkach księgarskich w roku 1960, jest raczej refleksją dokonaną z perspektywy ponad dwudziestu lat od podróży⁷. Celem autora było zarysowanie pewnego zbiorowego wyobrażenia dotyczącego Indii obecnego w kulturze polskiej, tworzonego przez piśmiennictwo, a następnie utrwalanego także za pośrednictwem między innymi nowoczesnych mediów, takich jak film⁸. Trudno stwierdzić, czy już w latach 30. Korabiewicz dostrzegał wpływ kina na krystalizowanie się owego wyobrażenia, czy była to raczej refleksja późniejsza. „Trzy symbole, w które zamknięto Indie”: maharadża, kobra i joga, tworzyły kompleks wyobrazeniowy lub mit „indyjskości” w rozumieniu, jakie przypisać możemy temu określeniu za Rolandem Barthes’em⁹. Nie przypad-

² Jawaharlal Nehru (1889–1964), indyjski polityk, pierwszy premier Indii.

³ Rabindranath Tagore (1861–1941), indyjski pisarz, poeta, laureat Nagrody Nobla w dziedzinie literatury (1913).

⁴ Annie Besant (1847–1933), brytyjska działaczka społeczna na rzecz praw kobiet, teozofka i prezes Theosophical Society w latach 1907–1933; była zwolenniczką ruchu niepodległości Indii.

⁵ W. Korabiewicz: *Żaglem do jogów*. Ludowa Spółdzielnia Wydawnicza, Warszawa 1960, s. 154.

⁶ Zob. ibidem, s. 9.

⁷ „Dziś po blisko dwudziestu czterech latach, trudno mi odtworzyć przeżyte niegdyś fragmenty, ale w miarę przeglądania ocalałych strzępów różnych notatek i felietonów, stają przed oczami obrazy mniej lub więcej żywe, zależnie od siły przeżytej wtedy emocji. Szczegóły rozplływają się we mgle. Zostaje tylko zasadnicze tło i wierna atmosfera” (ibidem).

⁸ Na temat wczesnych przedstawień filmowych jogi pisze w tym tomie Anna Gomółka w artykule *Najstarsze obrazy: jogowie w kinie niemym*.

⁹ Za Barthes’em moglibyśmy także powiedzieć: Indie to jedna sprawa, a wyobrażenie to coś innego. Por.: „Chiny to jedna sprawa, wyobrażenie, jakie jeszcze niedawno mógł sobie o nich wyrobić francuski drobnomieszczanin, to całkiem inna; na określenie tej szczególnej mieszaniny dzwoneczków, rikszy, palarni opium trudno o inne słowo jak **chińskość**” (R. Barthes: *Mit i znak*. Przeł. W. Błońska et al. Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 1970, s. 39).

kiem wśród kilku wybitnych postaci związanych z współczesną historią Indii znalazła się teozofka Annie Besant – to dzięki zainteresowaniu teozofią Polacy często dowiadywali się o jodze.

Po wojnie te związki wciąż były widoczne. Dzięki Wandzie Dynowskiej (1888–1971), współzałożycielce (w 1919 roku) i długoletniej członkini Polskiego Towarzystwa Teozoficznego, która od 1935 roku przebywała w Indiach, powstała w 1944 roku Biblioteka Polsko-Indyjska. Nakładem wydawnictwa ukazywały się książki poświęcone kulturze Indii, w tym także dotyczące jogi, zwłaszcza jako systemu doskonalenia duchowego¹⁰. Wśród nich w 1955 roku ukazała się praca Claude'a Bragдона *Joga dla Ciebie, czytelniku* (wznowiona w 1964 oraz 1970 roku), która oprócz wyjaśnień dotyczących samego systemu jogi zawierała również części poświęcone ćwiczeniom.

Taka tematyka publikacji stała się z czasem dominująca. Coraz liczniej zaczęły pojawiać się artykuły (na przykład w numerze 1 „Radaru” z roku 1960 pt. *Najstarszy kurs bardzo długiej młodości, ze szczegółowymi opisami ćwiczeń i ilustracjami*¹¹) i książkowe poradniki dla praktykujących – w 1972 roku ukazała się *Hatha joga dla wszystkich* autorstwa Maliny Michalskiej (1916–1973), gimnastyczki i tancerki, która do ćwiczeń związanych z gimnastyką taneczną wprowadziła hathajogę. Warto dodać, że Michalska jeszcze przed wydaniem podręcznika publikowała artykuły o hathajodze w prasie. Tematyka ta pojawiła się kilkakrotnie między innymi w popularnym wówczas tygodniku „Przekrój”. W numerze z 17 lutego 1959 roku znalazł się wywiad z pianistą Witoldem Małcużyńskim (1914–1977), w którym artysta opowiadał o swoich doświadczeniach z jogą i wykorzystaniem tej praktyki w życiu codziennym i zawodowym¹².

¹⁰ W latach 1950–1969 ukazały się następujące pozycje: Aurobindo: *Pramacierz i jej postacie oraz Światła na drodze jogi*. Przeł. W. Dynowska. Biblioteka Polsko-Indyjska, Madras 1958; *Nauka Szri Ramana Mahariszi*. Wybór i wstęp S. Radhakrishnan. Przeł. W. Dynowska. Biblioteka Polsko-Indyjska, Madras 1959; G.S. Arundale: *Duch Młodości*. Ewerest. Joga. Przeł. W. Dynowska. Biblioteka Polsko-Indyjska, Madras 1960; Swami Wiwekananda: *Karma joga*. Przeł. W. Dynowska. Biblioteka Polsko-Indyjska, [Madras] 1962; Szri Aurobindo: *Joga i co w niej pomaga*. Przeł. W. Dynowska. Biblioteka Polsko-Indyjska, Madras 1962. Więcej na temat publikacji Biblioteki Polsko-Indyjskiej zob. np. F. Machalski: „Antologia Indyjska” przekład Wandy Dynowskiej. „Przegląd Orientalistyczny” 1959, nr 1, s. 423–425; K. Drygas: Biblioteka Polsko-Indyjska. „Przegląd Humanistyczny” 1963, nr 1, s. 174–175.

¹¹ W przygotowaniu artykułu wykorzystano informacje zawarte w książce *The Study and Practice Of Yoga* autorstwa Harveya Daya (pierwsze wydanie: 1953). Zob. *Najstarszy kurs bardzo długiej młodości*. „Radar” 1960, nr 1, s. 12–15.

¹² Przytaczam w tym miejscu całość wypowiedzi dotyczącej jogi ze względu na interesujące szczegóły podane przez pianistę: „Jeździłem dużo na nartach i bardzo lubiłem grać w tenisa. Niestety obydwie te dyscypliny okazały się ryzykowne dla mego zawodu. Natomiast uprawiam obecnie ćwiczenia jogów. Pewnego razu spędzałem wakacje w Szwajcarii w tej samej miejscowości co i Menuhin. Zaprosił on do siebie z Bombaju jednego z wybitnych jogów i dzięki temu zetknąłem się i ja z jego sztuką. Pierwsze próby jogi odbywałem dla zabawy wkrótce jednak przekonałem się, że daje ona konkretne rezultaty. Są to bardzo urozmaicone ćwiczenia fizyczne, których cały cykl zabiera około godziny czasu dziennie. Jednym z ćwiczeń jest np. stanie na głowie przez około 5–6 minut. Gimnastyka jogów świetnie wpływa na zdrowie a także na system nerwowy. Nabywa się między inny-

Odniesienia do jogi pojawiły się na przykład w nr 1031 „Przekroju” z roku 1965 w felietonie pt. *Kobięcy bank i prana*; poruszano w nim kwestie właściwego oddychania. Zainteresowanie „gimnastyką jogów” okazało się prawdopodobnie na tyle duże, że poświęcono jej miejsce w niezwykle popularnym serialu *Wojna domowa*. Ta komedia, o wyraźnym zabarwieniu pedagogicznym, powstała w latach 1965–1966, a stworzyli ją Jerzy Gruza (reżyseria i scenariusz) oraz Maria Zientarowa (scenariusz) na podstawie serii felietonów Zientarowej (właśc. Miry Michałowskiej) drukowanych w latach 1964–1966 na łamach „Przekroju”. Pierwszy odcinek wyemitowano w telewizji 24 października 1965 roku. Perypetie Pawła i Anuli (oraz ich rodziców i opiekunów) przedstawione przez twórców w piętnastu odcinkach szybko zyskały znaczną popularność. Odcinek siódmy nosił tytuł *Polski joga*, a praca na jego planie pojawiła się w jednym z fragmentów Polskiej Kroniki Filmowej (nr 14 z roku 1965) jako zapowiedź serialu. Rok wcześniej o postaci jogina można było przeczytać w – jednym z pilotujących serial – felietonie Zientarowej *Trzeba czerpać z przeszłości* (nr 997 „Przekroju” z 17 maja 1964 roku), który ukazał się później w książce *Wojna domowa trwa* (1966). O jodze natomiast pisała autorka w nieco wcześniejszym tekście *Lep prądów* (nr 992 „Przekroju” z 12 kwietnia 1964) wydanym w tym samym cyklu. Serial *Wojna domowa* do dziś cieszy się pewną popularnością, ale twórczość literacka Zientarowej w dużej mierze uległa zapomnieniu, warto więc ją przybliżyć.

W felietonie *Trzeba czerpać z przeszłości* joga wkracza w życie bohaterów poprzez podręcznik do jogi, z którego korzysta młodzież – Paweł i Anula – ucząc się asan. Anula, próbując wytłumaczyć ciotce, czym się zajmuje, mówi: „Joga, cio joga. Cio wie, Indie, kontemplacja, technika duchowa, medytacja, opanowanie ducha i ciała, relaks, przewaga ducha nad materią, wieczna młodość, te rzeczy”¹³. Wyrzucane przez dziewczynę słowa nie stanowią wyczerpującego objaśnienia wykonywanych przez nią ćwiczeń, ale raczej pewien zbiór luźnych skojarzeń. Mimo to ciotka nie ma problemów ze zrozumieniem przekazu – komentuje krótko: „Przecież to stare jak świat”¹⁴. Nowością nie jest sama joga, ale konkretne ćwiczenia, które młodzież wykonuje (pojawiają się nazwy asan: lotos, sarwan-gasana, halasana i śirszasana). Częściowo opisano sposób, w jaki ćwiczenia te są wykonywane, oraz to, czemu mają służyć. Nie wiadomo natomiast, skąd sąsiad Anuli, Paweł, zdobył podręcznik do jogi – nie pojawia się też żaden konkretny tytuł. Dowiadujemy się jedynie, że jego matka po kryjomu przepisuje go dla siebie i próbuje ćwiczyć, a ciotka Anuli prosi siostrzenicę o wykonanie dla niej kopii. Być może ma to sugerować problemy w zdobyciu książki na ten temat i pokazać

mi umiejętność zorganizowania kompletnego wypoczynku w krótkim czasie. Potrafię na przykład zasnąć na 15 minut przed koncertem, co daje mi wspaniały wypoczynek w chwili, kiedy jest on najbardziej potrzebny. Te ćwiczenia fizyczne są tylko wstępem do jogi. Potem idą ćwiczenia w koncentracji, medytacji i różne sprawy spirytualne. Wszystko to jest bardzo interesujące, ale – niestety wymagałoby całkowitej zmiany trybu życia i zmiany zawodu. Dlatego w nauce jogów zatrzymam się na pierwszym, gimnastycznym stopniu wtajemniczenia” („Uprawiam ćwiczenia jogów” mówi *Małcużyński*. Rozmawiał Roman Buziński. „Przekrój” 1959, nr 729, s. 3).

¹³ M. Zientarowa: *Trzeba czerpać z przeszłości*. „Przekrój” 1964, nr 997, s. 11.

¹⁴ Ibidem.

sposoby radzenia sobie z nimi (a zatem dowiadujemy się tu pośrednio o historycznych formach obiegu czytelniczego), choć niewykluczone, że ćwiczenie asan (i posiadanie książki) przez pokolenie rodziców jest ukazywane jako wstydlive (matka Pawła ćwiczy, gdy nie ma w domu syna i męża).

Podobnie przedstawiono tę sytuację w serialu telewizyjnym, choć tutaj podręcznik do jogi zostaje odkryty przez Anulę (w tej roli Elżbieta Góralczyk) przez przypadek w stercie makulatury zbieranej przez Pawła (grał go Krzysztof Musiał-Janczar). Na ekranie widzimy broszurowe wydanie z wyraźnym tytułem *Joga* i nazwiskiem autora: Jan Potem. Książka okazuje się dawnym nabytkiem, a chłopak przyznaje, że ćwiczył kiedyś pod okiem „jogi”, którego poznał „na Legii”. W obiektach sportowych należących do warszawskiej Legii w latach 60. udostępniano miejsce osobom zainteresowanym różnymi formami aktywności fizycznej, a zatem, jak się można domyślać, „polski joga” był instruktorem.

Anula wyobraża sobie jogina jako Hindusa (takie skojarzenie jest uzasadnione w świetle chociażby relacji Małcużyńskiego, który pobierał nauki u nauczyciela pochodzącego z Indii), okazuje się jednak, że jest to „polski joga”, mieszkający na Żoliborzu, co wywołuje jej zdziwienie. Przywołałam wcześniej między innymi książkę Korabiewicza, ale zapewne większą rolę w kształtowaniu obrazu jogina dla młodszego pokolenia mogła odgrywać ciesząca się dużą popularnością literatura młodzieżowa. W 1961 roku ukazała się po raz pierwszy, a w 1964 po raz drugi, niezwykle poczytna książka Alfreda Szklarskiego *Tomek na tropach Yeti*, w której znalazły się objaśnienia między innymi dotyczące różnic pomiędzy jogami i fakirami¹⁵; poruszenie tej kwestii wskazywałoby na to, że Szklarski – jako twórca od lat 30. egzotyzującej literatury sensacyjnej – wiedział, iż w tym zakresie dochodzi do nieporozumień¹⁶.

Serialowy Paweł zdaje sobie sprawę, że joga to nie jest jedynie aktywność fizyczna w rozumieniu zachodnim, ale także inny rodzaj zaangażowania. Tłumaczy Anuli: „Ale niech ci się nie zdaje, że jogizm to są tylko ćwiczenia. To cała filozofia. To nie dla ciebie. Ja nawet nie wiem, czy to w ogóle jest dla kobiet¹⁷. Trzeba mieć technikę duchową, dyscyplinę wewnętrzną – rozumiesz?”¹⁸. Co ukształtowało przekonanie Pawła o tym, że joga jest raczej dla mężczyzn, nie wiadomo. Może to efekt własnych przemyśleń, obserwacji (nie spotkał praktykujących kobiet) lub cudza opinia. Niemniej chłopak docenia praktyczne korzyści płynące z ćwiczeń i twierdzi, że dzięki „koncentracji, kontemplacji” udało mu się zdać do następnej klasy. To sprawia, że Anula – zagrożona z fizyki – chce rozpocząć swą przygodę z jogą. W serialowym odcinku ćwiczenia nazwane „asanasami” demonstruje Pa-

¹⁵ Zob. A. Szklarski: *Tajemnice indyjskich fakirów*. W: Idem: *Tomek na tropach Yeti*. Wydawnictwo Śląsk, Katowice 1988.

¹⁶ Por. M. Singleton: *Yoga Body: The Origins of Modern Posture Practice*. Oxford University Press, Oxford 2010, s. 35–53.

¹⁷ Osobnym tematem, który także oczekuje na opracowanie, jest kwestia europejskich wyobrażeń na temat tego, kto może, a kto nie może lub nie powinien zajmować się jogą, oczywiście z uwzględnieniem tego, co jest źródłem ograniczeń w tym zakresie.

¹⁸ *Wojna domowa*. Reż. J. Gruza. Scen. M. Zientarowa, J. Gruza. Polska 1965–1966, odc. 7, 0:05:59–0:06:14.

wel. Na początku robi to sam¹⁹, z powagą i namaszczeniem²⁰ (potem będzie to robił na komendę – to odpowiednie określenie, choć słabo kojarzone z jogą – Korolczyka, instruktora jogi, którego poznał „na Legii”), poucza Anulę, z wyższością rozpoczynając od pozycji, którą nazywa „lotusem” – na ekranie widzimy jednak siad skrzyżny (czyli swastikasane) – i tłumaczy, że to pozycja kontemplacyjna. Potem zapowiada i wykonuje sarwagasane. Ćwiczenia, które – jak się okazuje – wykonuje od dłuższego czasu, irytują jego matkę (gra ją Irena Kwiatkowska). Ta wyraża się o nich lekceważąco i ironicznie, uważa, że są szkodliwe. Anula jednak twierdzi, że praktyka mogłaby jej się przydać i – za pośrednictwem Pawła – zaprasza do domu wujostwa „polskiego jogę”.

Przygotowując się do wizyty, Anula wraz z ciotką Ireną²¹ (graną przez Alinę Janowską) zastanawiają się między innymi nad tym, co jogini jada. Według ich wyobrażeń nie je mięsa, sera ani jajek, pije wodę mineralną. Stąd też zaskoczeniem jest zachowanie pana Korolczyka (w tej roli Bohdan Łazuka). Odbiega ono znacząco od wyobrażenia na temat joginów-Hindusów, do którego przyzwyczaiły Europejczyków prasa ilustrowana i kino. W jego wyglądzie nie ma nic egzotycznego – garnitur, koszula, krawat nie przypominają „wschodniego” stroju, czego być może spodziewały się Anula i jej ciotka. „Polski joga” nie został zorientalizowany w sensie zewnętrznym, ale zachowuje się ze specyficzną powagą i namaszczeniem (nie zapominajmy jednak, że to komedia). Przestrzega obowiązujących ówczesnie w Polsce form grzecznościowych, na przykład całuje w rękę panią domu, przedstawiając się. Mimo zachęt ze strony gospodyń pan Korolczyk odmawia siadania na przygotowanych wcześniej poduszkach, patrzy z góry na Anulę i Irenę. Ów układ prosemiczny współgra ze sposobem prowadzenia lekcji, który wybiera Korolczyk. Nie chce być wschodnim mistrzem, ale nie zamierza rezygnować z bycia i mentorem, i profesjonalistą w stylu zachodnim, co nie znaczy, że nie jest ich karykaturą. Stąd też nie w pełni zgadzam się ze stanowiskiem Beaty Zatońskiej wyrażonym w artykule *Jogiczny pech do kina, czyli jogi nadal czekają na swój film*:

Korolczyk okazuje się jednak joginem „farbowanym”, uwielbia kielbasę i wódeczkę, a za swoją wizytę inkasuje pieniądze. Odcinek jest zabawny, jogin zostaje wyśmiany, a o jodze dowiadujemy się niewiele [...] A bohaterowie po prostu mieli pecha, bo zamiast na prawdziwego jogina, trafili na udawacza pierwszej wody. PRL-owski los²².

¹⁹ Ćwicząc w ubraniu i butach na grubej podszewie.

²⁰ Scenie towarzyszy pojawiający się wtedy po raz pierwszy „orientalizujący” i przewodzący na myśl melodie zaklinaczy węży motyw muzyczny autorstwa Jerzego „Dudusia” Matuszkiewicza. Został on wykorzystany nie tylko w tym odcinku *Wojny domowej*, ale także w innych filmach, do których muzykę stworzył kompozytor, np. w *Jak rozpętałem drugą wojnę światową* w reżyserii Tadeusza Chmielewskiego (1969) w scenie, która rozgrywa się na Bliskim Wschodzie.

²¹ Ciotka zaczęła ćwiczyć już przed spotkaniem z jogą, a zatem musiała samodzielnie korzystać z książki; efektem tej aktywności był ból kręgosłupa.

²² B. Zatońska: *Jogiczny pech do kina, czyli jogi nadal czekają na swój film*. Dostępne w Internecie: http://www.joga-joga.pl/pl120/teksty2347/Joga_w_filmie_fabularnym_i_serialu [data dostępu: 20.02.2019].

Spójrzmy na to z nieco innej perspektywy, zwłaszcza że spotkanie w latach 60. ani „na Legii”, ani w innych miejscach Polski „prawdziwego” jogina nie było łatwe. Joga – jeśli potraktować poważnie, przynajmniej w pewnym zakresie, postać Korolczyka jako modelową – ma mieć wymiar praktyczny i tak przedstawia się ją w publikacjach (ma na przykład pomagać w zachowaniu zdrowia i dobrej kondycji lub ułatwiać uczenie się). Bohaterki oczekują od polskiego jogi zgodności życia i misji, ale czy oczekiwałyby takiej zgodności od lekarza, który poucza pacjentów, że palenie jest szkodliwe? Paweł nie jest tak wymagający, a jego przekonanie o utylitarnych korzyściach płynących z praktyki nie wydaje się udawane. Ma także „zachodnie” podejście do sprawy: wiedza i umiejętności mogą być przełożone na zysk finansowy, ale nie muszą zmieniać stylu życia, nawet jeśli dziedzina, którą się zajmujemy, obejmuje poza działaniami *stricte* technicznymi jakąś „filozofię”. Irena (co w jakiś sposób jest zgodne z jej inteligenckim etosem) ma nadzieję, że gość „podzieli się mądrością”, nie czeka na człowieka, dla którego czas (ostentacyjnie wartościowany spoglądaniem na zegarek i dzwonieniem na zegarynkę) to pieniądź (a konkretnie 58 złotych razy dwa).

Oczywiście „profesjonalizm” Korolczyka zostaje podważony przez jego pseudonaukowe wywody (między innymi na temat diety), ale wybrana argumentacja (powoływanie się na kwestie związane z kształtem uzębienia, budową przewodu pokarmowego, metabolizmem) ma sprawiać wrażenie, jakby opierała się na wiedzy Zachodu, która jest w tym wypadku zgodna z wiedzą Wschodu, czyli teorią „ingu i jangu”²³. Kategorie zapożyczone z filozofii chińskiej i w latach 60. XX wieku w sposób uproszczony obecne (w przeciwieństwie do koncepcji trzech gun, która w tym wywodzie byłaby bardziej uzasadniona) w kulturze popularnej można uznać prymarnie za „efekt orientalizujący”. Ostatecznie jednak – moim zdaniem – mają one zupełnie inny wydźwięk: są strukturalnie okcydentalizujące, oczywiście prześmiewczo. Podobnie jak informacje na temat właściwości leczniczych halasany i sarwngasany, czyli asan pokazywanych przez Pawła pod okiem Korolczyka. Oba te elementy pokazują, że międzykulturowa translacja jest łatwa i mogą ją obsłużyć europejskie formy dyskursywne. Jogi, a zatem konkretnych „asanas”, można się nauczyć z gazety, podręcznika czy programu telewizyjnego, podobnie jak gotowania, szycia czy innych prostych czynności. A jeśli się znajdują chętni, by zapłacić za tak zdobytą wiedzę, to dlaczego jej nie sprzedać? Warto jednak pamiętać o tym, że wielu młodych ludzi z niezamożnych domów dorabiało (czy wręcz zarabiało na życie) korepetycjami, ucząc kolegów z młodszych klas, i nikt nie wymagał od nich szerokiej wiedzy z danego zakresu.

Realny, nieudawany profesjonalizm, oparty na poświadczonych kwalifikacjach, wymagany jest w sferach dobrze kulturowo opracowanych. Joga w latach 60. nie miała takiego statusu, ale cieszyła się wzrastającym zainteresowaniem. Film wyśmiewa postawę Korolczyka, ale także w pewnym stopniu postawę Ireny. Natomiast, co ważne dla tej linii interpretacyjnej – ukazuje dwie drogi w podejściu do obcego, lecz fascynującego zjawiska: „translacyjną” i „naśladowczą” (choć wykiwa obie ich realizacje). Podział ten, jak twierdzi Anna Gomółka,

²³ *Wojna domowa...*, 0:18:20–0:18:21.

ma charakter typologiczny – w konkretnych przypadkach występują typy „zmieszane”, ale ważne jest zasadnicze podejście do konkretnego zjawiska. Możemy w ten sposób mówić nie tylko o jodze, ale każdej „nowości”, która dociera do danej kultury z innego systemu. Podejście „translacyjne” zakłada – mniej lub bardziej ograniczoną – możliwość zrozumienia obcego zjawiska i „wbudowania” w system przyjmujący z poszanowaniem jego form instytucjonalnych. Podejście „naśladowcze” wiąże się z próbami przeniesienia zjawiska w nowe środowisko w „niezmienionej formie”, co oczywiście nigdy nie jest możliwe z wielu różnych powodów – głównym jest wewnętrzna dynamika kultury. Stąd na przykład próby zachowania „kolorytu” (elementy strojów, rekwizyty, ceremonialne formy grzecznościowe). Strategia pierwsza jest rzadsza i trudniejsza w realizacji – wybierają ją ci, których interesują rozwiązania strukturalne i są świadomi problemów realizacyjnych oraz (choć nie zawsze) długofalowych konsekwencji. Druga, częstsza, przybiera różne formy, czasem ma wyłącznie charakter ludyczny²⁴.

W latach 60. Polska dość wolno, ale w sposób planowy otwierała się na odmienne od rodzimej kultury, a wiedza o nich była popularyzowana przez prasę, radio i telewizję. Choć trudno jednoznacznie określić profil tych przekazów, ich celem bywało często podkreślenie wartości tradycyjnych przedstawianych grup, narodów, krajów *etc.* Nie unikano mówienia o różnicach ani o tym, co mogło konfundować racjonalny umysł Europejczyka. Nie proponowano jednakże, a może lepiej: nie eksponowano wyjaśnień „mistycznych”, ale odwoływano się do „mądrości ludowej”. Program modernizacyjny nie odrzucał tego dziedzictwa, choć nakazywał do niego podchodzić racjonalnie. Zakładano, że to, co wartościowe, można wykorzystać, natomiast nieudolne naśladownictwo i powierzchowną stylizację można obśmiać. *Polski joga* jest zatem dzieckiem swego czasu – zderza wyobrażenia bohaterów o joginach z ich lokalnymi „reprezentacjami”. Korolczyk nie jest wschodnim mistrzem (i nie chce się na niego kreować), a instruktorem-partaczem, który utrzymuje się z udzielania lekcji „na Legii” i w domach prywatnych, ponieważ jest na to zapotrzebowanie społeczne, a jednocześnie nie ma dokładnych wytycznych, w jaki sposób zostaje się instruktorem jogi²⁵. Jego relacja z klientami ma mieć charakter profesjonalny w zachodnim rozumieniu i nie musi łączyć się z postawą życiową. Joga jest dla niego, przynajmniej w warstwie

²⁴ A. Gomółka, „Joga w Polsce – problemy badawcze”, referat wygłoszony podczas zamkniętego seminarium naukowego Zakładu Teorii i Historii Kultury Uniwersytetu Śląskiego 18 listopada 2019 r.

²⁵ Jak skomplikowany i długotrwały był proces organizacji kształcenia, może świadczyć formowanie się projektu jogi akademickiej. Dzięki wielu latom starań wprowadzono w ramach wykształcenia akademickiego programy kształcenia związane z rekreacją ruchową, pozwalające na wdrożenie odpowiednich, ujednoliconych standardów w tym zakresie. Na ten temat mówili dr hab. Janusz Szopa, prof. AWF im. Jerzego Kukuczki (Katowice), oraz dr Michał Dziadkiewicz (Politechnika Częstochowska) w referacie pt. „Kształcenie instruktorów jogi akademickiej”, wygłoszonym podczas ogólnopolskiej konferencji naukowej „Joga w kontekstach kulturowych”, która odbyła w dniach 11–13 września 2018 r. w Katowicach.

deklaratywnej, aktywnością fizyczną służącą określonym celom, a jednocześnie – z założenia znacznie okrojona na potrzeby dydaktyczne, a w wykonaniu przekłamaną – filozofią. Publikacje książkowe i artykuły w gazetach wzmagaly przekonanie, że takie instrumentalne i zadaniowe podejście do jogi nie jest niczym zdrożnym. Korolczyk jest nieukiem, a zatem i oszustem, ale przeświadczenie, że można się jogi nauczyć z kilkustronicowego artykułu prasowego, ćwicząc samodzielnie w domu, umożliwiało funkcjonowanie takich oszustów²⁶. O wiele dobitniej przedstawiano w literaturze młodzieżowej fałszywych joginów w kolejnej dekadzie, gdy ćwiczenia jogi były znacznie bardziej spopularyzowane. W powieści Zbigniewa Nienackiego *Pan Samochodzik i Winnetou* (1976)²⁷ „jogin” okazuje się nie tylko naciągaczem wykorzystującym naiwność potencjalnych „uczniów”, ale także zwykłym złodziejaszkiem.

Na pewno jednak omawiany odcinek *Wojny domowej* opowiada o zmianach w postrzeganiu jogi i osób ją ćwiczących. Jogin powoli przestaje być kojarzony jedynie z kulturą Indii, a film oswaja z myślą, że można go zaprosić do mieszkania przeciętnej warszawskiej rodziny. Ciotka Irena ma poczucie bycia oszukaną, ale Anula w ostatniej scenie wyraża nadzieję, że joga (być może nie w formie domowych korepetycji, a jako zajęcia „na Legii”) ułatwi jej uczenie się. Jogę „przynosi” do domu serialowa młodzież (Paweł i Anula), wykorzystując ją w sposób dość utylitarny i wierząc jednocześnie w jej cudowne właściwości, ale także traktując ją jako jedną z dróg pozwalających zadawać istotne życiowe pytania (ten aspekt wyraźnie widać w felietonie Zientarowej). Na komentarz ciotki dotyczący tego, że młodzież zajmuje się czymś tak „starym jak świat”, Anula odpowiada: „Trzeba się cofać, żeby znaleźć coś nowego”, a „z przeszłości można czerpać doświadczenie”²⁸. Czerpanie z przeszłości nie zakłada z kolei ślepego za nią podążania. Joga, aktualizując się w nowej rzeczywistości kulturowej, staje się dla młodego pokolenia ciekawą nowinką – jest to jednocześnie moment, w którym joga fizyczna coraz wyraźniej wkracza w życie codzienne.

Bibliografia

- Barthes R.: *Mit i znak*. Przeł. W. Błońska et al. Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 1970.
- Chłapowski F.: *Sen Yoga fakirów indyjskich*. „Nowiny Lekarskie” 1895, nr 3, s. 120–122.
- Drygas K.: *Biblioteka Polsko-Indyjska*. „Przegląd Humanistyczny” 1963, nr 1, s. 174–175.
- Gomółka A.: *Ramakriszna a nie Ramaczaraka. Wizja jogi Jana Starży-Dzierżbickiego*. W: *Joga w kontekstach kulturowych I*. Red. A. Budzisz, A. Szopa. Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego w Katowicach, Katowice 2016, s. 7–20.

²⁶ Por. A. Gomółka: *Ramakriszna a nie Ramaczaraka. Wizja jogi Jana Starży-Dzierżbickiego*. W: *Joga w kontekstach kulturowych I*. Red. A. Budzisz, A. Szopa. Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego w Katowicach, Katowice 2016, s. 11.

²⁷ Por. rozdział *Dziwny brodac i nauki Yogów* w: Z. Nienacki: *Pan Samochodzik i Winnetou*. Wydawnictwo Harcerskie „Horyzonty”, Warszawa 1976.

²⁸ M. Zientarowa: *Trzeba czerpać z przeszłości...*, s. 11.

- Korabiewicz W.: *Żaglem do jogów*. Ludowa Spółdzielnia Wydawnicza, Warszawa 1960.
- Machalski F.: „*Antologia Indyjska*” przekład Wandy Dynowskiej. „Przegląd Orientalistyczny” 1959, nr 1, s. 423–425.
- Najstarszy kurs bardzo długiej młodości. „Radar” 1960, nr 1, s. 12–15.
- Nienacki Z.: *Pan Samochodzik i Winnetou*. Wydawnictwo Harcerskie „Horyzonty”, Warszawa 1976.
- Singleton M.: *Yoga Body: The Origins of Modern Posture Practice*. Oxford University Press, Oxford 2010.
- Szklarski A.: *Tomek na tropach Yeti*. Wydawnictwo Śląsk, Katowice 1988.
- „Uprawiam ćwiczenia jogów” mówi Małcużyński. Rozmawiał Roman Burzyński. „Przekrój” 1959, nr 729, s. 3.
- Zatońska B.: *Jogiczny pech do kina, czyli joga i jogini nadal czekają na swój film*. Dostępne w Internecie: http://www.joga-joga.pl/pl120/teksty2347/Joga_w_filmie_fabularnym_i_serialu [data dostępu: 20.02.2019].
- Zientarowa M.: *Lep prądów*. „Przekrój” 1964, nr 992, s. 11.
- Zientarowa M.: *Trzeba czerpać z przeszłości*. „Przekrój” 1964, nr 997, s. 11.

Kamila Gęsikowska

You have to draw from the past
On yoga in Poland in the 1960s.

Summary

After 1945, Poland saw a more pronounced interest in yoga as a practice related to physical exercise, which is evident in book publications (manuals such as *Yoga for You* by Claude Bragdon, Eng. ed. 1954, Pol. ed. 1955) or press publications (such as the February 17, 1959 issue of „Przekrój”, which featured an interview with the pianist Witold Małcużyński, in which the artist talked about his experiences with yoga and his use of the practice in his daily and professional life). Yoga also became an object of interest for the creators of the popular 1960s television series *Wojna domowa* (“House Quarrels”) (1965). This paper analyzes episode seven of *Wojna domowa* entitled “Polish Yoga.” The author traces the social and cultural changes that occurred in the perception of yoga and the people who practice it. On the basis of her analysis, she proves that the figure of the yogi gradually ceased to be associated only with the culture of India at that time, undergoing a kind of “Occidentalizing” — the yogi did not have to be an Eastern master, but could be a specialist (though in the case of the show presented in a comedic fashion). Yoga, adjusting to the new cultural reality, became an interesting novelty for the young generation, at the same time entering more and more clearly into everyday life.

Keywords: physical yoga, *Wojna domowa*, yoga in Poland

Камила Генсиковска

Надо черпать из прошлого
О йоге в Польше шестидесятых годов

Резюме

После 1945 г. в Польше наблюдается возрастающий интерес к йоге как практике, связанной с физическими упражнениями, что находит своё отражение, в частности, в книжных изданиях (напр., в учебнике *Joga dla Ciebie, czytelniku* Клода Брэгона 1955 г.) или в публикациях в прессе (напр., в журнале «Przekrój», в номере от 17 февраля 1959 года помещено интервью с пианистом Витольдом Малцужиньским, в котором артист рассказал о своём опыте занятий йогой и использовании этой практики в повседневной и профессиональной жизни). Йога стала также предметом интереса создателей популярного в шестидесятые годы XX века многосерийного фильма *Wojna domowa* (1965). В статье анализу подвергается седьмая серия сериала, озаглавленная *Polski joga*. Автор прослеживает социальные и культурные изменения, которые произошли в восприятии йоги и лиц, её практикующих. На основании проведённого анализа она доказывает, что фигура йога постепенно в это время переставала ассоциироваться исключительно с культурой Индии, подвергаясь своеобразной «вестернизации» – йогом не обязательно был восточный мастер, но им мог стать специалист (хотя здесь он представлен в комедийном ракурсе). Фильм, в свою очередь, осваивал то, что можно пригласить йога в квартиру средней варшавской семьи. Йога, обновляясь в новой культурной действительности, стала для молодого поколения интересным новшеством, одновременно всё более заметно входя в повседневную жизнь.

Ключевые слова: физическая йога, *Wojna domowa*, йога в Польше

MAŁGORZATA RYGIELSKA
Uniwersytet Śląski
<https://orcid.org/0000-0002-7723-7677>

Joga i jogini w *Klanie*

Klan – polska telesaga?¹

Serial *Klan* emitowany jest od ponad dwudziestu lat (od 22 września 1997 roku) w Programie Pierwszym Telewizji Polskiej. Pomysłodawcą i autorem scenariusza był Wojciech Niżyński², współtwórca pierwszej polskiej telenoweli zatytułowanej *W labiryncie* (1988). *Klan* od razu zyskał liczniejszą widownię niż inne polskie seriale, między innymi startujący wówczas *Złotopolscy*. Przez badaczy (filmoznawców i medioznawców) określany jest mianem „serialu typu *soap opera*” albo „sagi rodzinnej”³. Do cech charakterystycznych tego gatunku należą między innymi: zachowanie równoległości czasowej („czas w serialu płynie równoległe z czasem rzeczywistym, każe wierzyć widzom, że bohaterowie istnieją naprawdę”⁴), wielowątkowość, ciągłość, „przeźroczystość” filmowego języka⁵. Uznaje się też, że „Tradycyjne seriale (telenowełe, opery mydlane, polskie telesagi rodzinne) proponują świat [...] »bezpieczny aksjologicznie«”⁶, odwołujący

¹ Zob. A. Kisielewska: *Polskie tele-sagi. Mitologie codzienności*. Rabid, Kraków 2009, s. 60 i n.

² Ibidem, s. 423 i n. Zob. informacje w Internetowej Bazie Filmu Polskiego: <http://www.filmpolski.pl/fp/index.php?film=127130> [data dostępu: 20.09.2018].

³ K. Arcimowicz: *Rzecz o meandrach gatunkowych i przemianach polskich seriali typu soap-opera*. „Czas Kultury” 2018, nr 1, s. 90–97. Zob. W. Godzic: *Telewizja jako kultura*. Rabid, Kraków 1999, s. 130–131; *Polskie seriale telewizyjne. Studium antenowe*. Red. J. Uszyński. TVP S.A. Ośrodek Szkolenia – Akademia Telewizyjna, Warszawa 2001, s. 104 i n.

⁴ M. Halawa: „*Klan*” i okolice. *Magia telewizji w działaniu*. „Kultura Popularna” 2003, nr 2, s. 26.

⁵ Ibidem, s. 28.

⁶ K. Arcimowicz: *Antybohaterowie neoseriali – gra (z) wartościami*. „Ars Inter Culturas” 2016, T. 5, s. 38–39. Autor powołuje się na ustalenia Jacka Soboty. Zob. K. Arcimowicz: *Od Hamleta do Dextera – bohater ponad moralnością? Aksjologia współczesnych seriali*. W: *Seriale w kontekście kulturowym. Społeczeństwo i obyczaje*. Red. D. Bruszevska-Przytuła, M. Cich-

się do znanych i społecznie akceptowanych wzorów dotyczących między innymi rodziny, małżeństwa, posiadania dzieci, kariery zawodowej, dbałości o zdrowie i trwałości związków międzyludzkich.

Dla podejmowanych tu rozważań mniej ważne są rozróżnienia genologiczne proponowane przez filmoznawców. Chodzi mi bowiem nie o to, za jaki gatunek filmowy można uznać *Klan*, lecz o to, jaką rolę odgrywa bądź może odgrywać w życiu codziennym odbiorców. Bez wątpienia przedstawiane w nim treści oddziałują na widzów, a nawet w istotny sposób wpływają na podejmowane przez nich decyzje. „Klub Amazonek przeżywa oblężenie chętnych, gdy w odcinku serialu zapisuje się do niego bohaterka *Klanu* [...] po mastektomii”⁷; mieszkańcy Nowej Huty aktywnie protestują, kiedy wydaje się, że Paweł Lubicz jest o krok od zdrady żony⁸; rodziny chorych na Alzheimera dopytują, jakie leki stosuje (a właściwie – stosował) już nieżyjący Władysław Lubicz.

Mateusz Halawa podkreśla, że „*Klan*, reagując na problemy społeczne [...], stworzył wokół siebie aurę »zwierciadła obnoszonego po gościńcu«. W badaniu OBOP-u z 1998 roku 82 proc. Polaków uznało, że serial dobrze oddaje polskie realia”⁹. Do dziś wskaźniki oglądalności pozostają wysokie, a przywiązanie do bohaterów *Klanu*, pomimo pojawienia się nowego typu seriali zwanego *post-soap opera*, podobnie jak wiara w prawdziwość przedstawianych wydarzeń, nie słabnie. Można więc przypuszczać, że wprowadzenie wątków związanych z jogą nie tylko odzwierciadla „aktualne trendy”, ale też pozwala widzom serialu – w sposób kontrolowany przez jego twórców – zapoznać się z tym, jak współcześnie może być postrzegana joga. Sprzyja temu przedstawienie w *Klanie* dwóch wizji tego, czym ona jest i jak może być rozumiana. Zestawione zostały wyraźnie kontrastujące ze sobą postaci (pod względem światopoglądowym, przyjętego sposobu życia, wyznawanych i głoszonych poglądów) uprawiające jogę; ponadto jasno wskazano, które z zachowań i postaw są pozytywnie oceniane i pożądane społecznie: mają one przynosić także wymierne korzyści – przede wszystkim psychofizyczny dobrostan – ćwiczącym.

Joga i jogini w *Klanie* – zapowiedzi medialne, sieci odniesień

Joga – bez wątpienia istotna w dzisiejszej rzeczywistości kulturowej i ważna społecznie – pojawiła się w *Klanie* dopiero w 2017 roku, po ponad dwóch dekadach od emisji pierwszego odcinka serialu. Jest to wątek stosunkowo nowy i niezbyt rozbudowany, powracający z różną częstotliwością, ale w ciągu kolejnych lat zauwa-

mińska, A. Krawczyk-Laskarzewska. Instytut Filologii Polskiej Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie, Olsztyn 2014, s. 227.

⁷ M. Halawa: *Opery mydlane. Opowieść w 5. odcinkach*. W: *30 najważniejszych programów TV w Polsce*. Red. W. Godzic. Wydawnictwo „Trio”, Warszawa 2005, s. 93.

⁸ M. Halawa: „*Klan*” i okolice..., s. 19–32.

⁹ Ibidem, s. 26.

żalnie obecny. Wprowadzenie jogi do fabuły *Klanu* zapowiadane było wcześniej w mediach społecznościowych i na portalach internetowych, także tych o charakterze plotkarskim, takich na przykład jak Pudelek. Nierzadko krótkim zwiastunom towarzyszyły żartobliwe tytuły albo komentarze pod zdjęciami (na przykład: „Paschalska i Holtz ćwiczą na planie *Klanu*”, „Joga w *Klanie*?! Koniec świata – cieszy się Paulina Holtz”) ¹⁰. Ukazało się również sporo artykułów prasowych, felietonów Pauliny Holtz (odgrywającej rolę Agnieszki Lubicz) albo przeprowadzonych z nią wywiadów, w których często wspominała o jodze ¹¹. Z przebiegiem akcji serialu można zapoznać się też za pośrednictwem prasy (w tym wydań internetowych) oraz specjalnych portali tematycznych ¹². Zanim jogę zaczęli ćwiczyć bohaterowie *Klanu*, Holtz, wraz ze swoją trenerką Ewelina Godlewską, wydała książkę zatytułowaną *Po pierwsze joga*, w której oprócz wstępu – osobistego wyznania aktorki, znajdują się wskazówki dla początkujących dotyczące sposobów wykonywania poszczególnych asan, doboru sprzętu (mat, klocków, pasów itd.), a także króciutkie opisy „ścieżek jogi” (joga Iyengara, joga asztangawinjasa, Bikram Joga itd.). Holtz tak wspomina swoje pierwsze spotkanie z jogą:

Mam 21 lat i postanowiłam pójść na jogę. Jestem wiecznie zestresowaną studentką Akademii Teatralnej w Warszawie, więc wydaje mi się, że joga będzie dla mnie idealna. Trochę się zmuszam. Idę tam głównie z pobudek racjonalnych, bo uwielbiam ruch. Kocham szaleństwo i gonitwę. Nie cierpię bezruchu, a z tym właśnie kojarzy mi się joga. [...] Joga w Polsce stała się w tamtym czasie, a było to 17 lat temu, coraz bardziej popularna, ale w Warszawie działały tylko dwie znaczące szkoły. Może trzy. Jest rok 1998. Poprzednie stulecie, ba, poprzednie tysiąclecie! Wybieram szkołę blisko akademii, żeby móc ćwiczyć bezpośrednio po zajęciach. [...] Wybieram raczej koniec sali. Nie chcę afiszować się ze swoim „nic nie umiem”. Siadamy w siodzie skrzyżnym. I tyle z tych zajęć pamiętam. Serio. Nie wiem, czy robiliśmy coś innego. Pamiętam siedzenie i oddychanie. Chyba jakiś jeden skręt, ale nie dam głowy. Może jakiś pies z głową w dół. Potwierdziły się moje najgorsze przypuszczenia. Bezruch. Bezradność wobec nieposłusznego ciała i nuda. Wysłałam. Już tam nie wróciłam ¹³.

Ponowny kontakt aktorki z jogą, niemal dwie dekady później, całkowicie różnił się od wrażeń zapamiętanych z jednej z warszawskich szkół. Przytaczam

¹⁰ Materiał dodany 10 lutego 2017 r. – *Paschalska i Holtz ćwiczą na planie „Klanu”*. Dostępne w Internecie: <https://pudelekx.pl/paschalska-i-hoz-cwicza-na-planie-klanu-62387> [data dostępu: 21.09.2018].

¹¹ Zob. m.in. G. Fedyk: *Mama – joginka. Wywiad z Pauliną Holtz*. Dostępne w Internecie: http://www.joga-joga.pl/pl180/teksty2241/mama_joginka_wywiad_z_paulina_holtz [data dostępu: 21.09.2018]; D. Tuńska: *Paulina Holtz – aktorka, mama, pasjonatka zdrowego i sportowego stylu życia*. Dostępne w Internecie: <https://dozdrowia.com.pl/zdrowie-wedlug-gwiazd/67-wywiad-z-paulina-holtz> [data dostępu: 21.09.2018].

¹² Np. Świat seriali, Superseriale i inne. Większość odcinków *Klanu* dostępnych jest na platformie internetowej Telewizji Polskiej <https://vod.tvp.pl>.

¹³ P. Holtz, E. Godlewska: *Po pierwsze joga*. Wydawnictwo Publicat, Poznań [2015], s. 7.

to nie bez powodu, nie chodzi tu bowiem wyłącznie o osobiste doświadczenia autorki oraz ich ocenę – Holtz zdaje bowiem także relację ze stopnia popularności jogi w Polsce, a przynajmniej w jednym z największych i najważniejszych miast – Warszawie. W kilkanaście lat później sytuacja zmienia się diametralnie. Szkół jogi jest już wiele, ale Holtz tym razem decyduje się na lekcje prywatne we własnym domu prowadzone przez wykwalifikowaną instruktorkę. Bierze w nich udział mama aktorki – Joanna Żółkowska, również znana między innymi z *Klanu*, oraz ich najbliższe przyjaciółki. Spotykają się, by ćwiczyć, dwa lub trzy razy w tygodniu. Grono z czasem się powiększa, niektórzy przychodzą i odchodzą, ale podstawowy skład wspólnie ćwiczącej grupy pozostaje stały.

Efektem tych spotkań jest też książka – przewodnik wspomagający przede wszystkim tych, którzy chcą wykonywać asany w domowym zaciszu. Pojawiają się w niej także zalecenia, by skorzystać z fachowego wprowadzenia w praktykę, ze specjalistycznych porad i korekt (postawy, asan itd.). By ćwiczyć bezpiecznie i efektywnie, „zawsze warto, jeśli jest taka możliwość, poćwiczyć z kimś bardziej doświadczonym, skorzystać z warsztatów lub regularnych zajęć. A w domu praktykować wtedy, kiedy masz na to ochotę i czas. Albo gdy ciało domaga się wsparcia i uwagi”¹⁴. W *Klanie* również proponowane są ćwiczenia w domu, jednak z wyraźnym zastrzeżeniem, że podstawy należy poznać na profesjonalnych zajęciach prowadzonych przez wykwalifikowanych trenerów. Co więcej – działania i poglądy głoszone przez filmową Agnieszkę Lubicz zyskują niejako uprawnoczenie w przedsięwzięciach grającej ją Pauliny Holtz, propagującej zdrowy tryb życia, która od kilku lat, obok innych znanych postaci (aktorek, celebrytek, piosenek itd.), jest jedną z ambasaderek jogi aktywnie udzielających się podczas Międzynarodowych Dni Jogi¹⁵. Mechanizm utożsamiania postaci serialowych z realnie żyjącymi osobami zyskuje dodatkowe wzmocnienie, a joga w *Klanie* – wielopłaszczyznową legitymizację: w realnym życiu, a także w przestrzeni Internetu. Holtz uczestniczy w warsztatach promujących jogę (często też sama je prowadzi) w wielu miastach w Polsce, organizuje również akcje za pośrednictwem swych oficjalnych profili na Instagramie i Facebooku, na których można obejrzeć zarówno relacje z szeroko zakrojonych wydarzeń, jak i zdjęcia z codziennego życia aktorki, w tym na przykład jej dzieci w ich ulubionych asanach.

Zdrowotne walory jogi

Joga w *Klanie* przedstawiana jest przede wszystkim jako ćwiczenia (a nie wieloaspektowy system) dobroczynnie wpływające na zdrowie i samopoczucie. Praktykują przede wszystkim Agnieszka Lubicz oraz jej siostra Ola – to je najczęściej widzimy na macie, wykonujące podstawowe asany. Walory zdrowotne jogi podkreślane są po wielokroć i na różne sposoby, a siostry Lubicz prowadzą

¹⁴ Ibidem, s. 27.

¹⁵ Zob. *Joga styl życia: Międzynarodowy Dzień Jogi 2018*. Dostępne w Internecie: <https://zwierciadlo.pl/lifestyle/112700> [data dostępu: 12.03.2019].

właściwie jej prywatną, choć zakreślającą coraz szersze kręgi, akcję promocyjną. Wiedza na temat jogi rozpowszechniana jest początkowo wśród bliższej i dalszej rodziny, dużej i wielopokoleniowej, później wśród przyjaciół i znajomych, wreszcie – osób obcych.

Do ćwiczenia jogi zachęcani są niemal wszyscy – partnerzy obu sióstr, a także ich chory na białaczkę ojciec – znany chirurg, początkowo bardzo sceptyczny wobec pomysłu uczestnictwa w tego typu zajęciach. Do pójścia do szkoły jogi prowadzonej przez jego najstarszą córkę namawia go również jego druga żona – stomatolog. To ona zapisuje się na jogę jako pierwsza, zaczyna ćwiczyć i przekonuje małżonka o płynących stąd korzyściach dla zdrowia. W przypadku Pawła Lubicza, który wcześniej, przed wykryciem choroby, grał w golfa i squasha, podjęcie innego typu aktywności fizycznej, mniej obciążającej organizm, byłoby bowiem szczególnie pożądane – pozwoliłoby na utrzymanie jak najlepszej kondycji podczas rozłożonego w czasie szpitalnego i pozaszpitalnego leczenia onkologicznego. Joga – traktowana jako zestaw ćwiczeń ruchowych, które można dostosować także do możliwości fizycznych konkretnego pacjenta – miałaby zatem wspomagać w powrocie do zdrowia, odzyskaniu dawnych sił i sprawności.

Asanom (w *Klanie* wprowadzana jest bowiem stopniowo fachowa terminologia związana z jogą¹⁶) towarzyszyć może koncentracja na reakcjach własnego ciała oraz na oddechu (stąd też uwaga jednej z sióstr, rozmawiających podczas ćwiczeń o kłopotach domowych, by jednak choć na chwilę skupić się na wykonywanych pozycjach, zamiast kontynuować rozpoczęty dialog). Joga ma również pomóc w rozwiązywaniu problemów dnia codziennego: ułatwia relaks, a zarazem zdystansowanie się wobec trudnych sytuacji (choćby napięć i nieporozumień w relacjach międzyludzkich, w tym – w bliskich związkach), ćwiczenia oddechowe (łączone z asanami albo wykonywane osobno, na przykład przez filmową córkę Agnieszki Lubicz – Zosię, której dzięki koncentracji na oddechu udało się pokonać treść przed szkolnym konkursem recytatorskim) redukują stres, a także – jeśli zachodzi taka potrzeba – pozwalają lepiej skupić się na aktualnie wykonywanym zadaniu. Ćwiczenia oddechowe w *Klanie* wykonują z powodzeniem dorośli (siostry Lubicz) i dzieci w wieku szkolnym (Zosia Lubicz).

Po narodzinach drugiego dziecka Agnieszki pojawiają się też w serialu wzmianki, że poród przebiegł stosunkowo szybko i sprawnie być może także dzięki wcześniejszym ćwiczeniom jogi (obie siostry uczęszczały również do szkoły rodzenia, a Ola przekonywała swego partnera, że są asany, które można bez obaw, za to z przekonaniem o beneficjach, wykonywać w czasie ciąży).

Główny nacisk położony jest więc na ćwiczenia jogi pojmowanej jako aktywność fizyczna oraz rekreacja ruchowa¹⁷. Można zatem uznać, że sposób postrze-

¹⁶ W *Wojnie domowej*, omawianej przez Kamilę Gęsikowską, pojawiają się „asanasy”. Zob. artykuł tej autorki „Trzeba czerpać z przeszłości”. *O jodze w Polsce lat 60.* w tym tomie.

¹⁷ Zob. m.in. J. Jaworski, J. Szopa: *Materiały do ćwiczeń z antropomotoryki*. Extrema, Kraków 1999; *Joga dla zdrowia*. Red. J. Szopa. Sekcja Wydawnictwa Wydziału Zarządzania Politechniki Częstochowskiej, Częstochowa 2004; J. Górna, J. Szopa: *Joga. Ruch – oddech – relaks*. KOS, Katowice 2005; M. Grabara, J. Szopa: *Asany jogi dla współczesnego człowieka*. Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego im. J. Kukuczki, Katowice 2011.

gania jogi (czym jest i czemu służy) przez bohaterki *Klanu* zbliża się do koncepcji nowoczesnej jogi posturalnej (*modern postural yoga*)¹⁸. Natalia Stala podkreśla, że

Początek XX wieku to powstanie nowej jogi – jogi posturalnej, która najwięcej uwagi poświęca asanom oraz oddechowi. Do tego swoistego „odrodzenia” w znacznej mierze przyczyniła się fascynacja gimnastyką i sportem, jaka zapanowała w XIX wieku. Można powiedzieć, że pojawiła się wtedy moda na wysportowane, atletyczne ciało. Promowana była między innymi przez takich kulturystów, jak Eugen Sandow, czy szwedzkiego masażystę Pehra Henrika Linga, który propagował gimnastykę leczniczą¹⁹.

W *Klanie*, ćwicząc jogę, przede wszystkim pracuje się nad sprawnością ciała – Agnieszka Lubicz wyraźnie dystansuje się od odniesień religijnych i filozoficznych, a w rozmowie ze swoim dawnym przyjacielem, również uprawiającym jogę, wyraźnie zaznacza: „W mojej szkole nie będziemy intonować mantr, rzucać kwiatów ani śpiewać kirtanów. To przestrzeń wolna od religijnych kontekstów. Służy promocji zdrowia i zrównoważonego trybu życia”²⁰. Taka postawa przypomina to, co Elizabeth De Michelis oraz Mark Singleton nazwali jogą posturalną²¹, rozwijaną przede wszystkim w anglojęzycznych obszarach kulturowych (choć należy tu też wspomnieć o relacjach między Indiami i Zachodem, a także między Zachodem a Indiami), coraz silniej współcześnie podlegających wpływom spoza Azji Południowej. Odpowiada to międzynarodowym trendom w jodze posturalnej, którą uważa się za działalność zsekularyzowaną, przyjmowaną – z modyfikacjami – w procesach akulturacji o długim i złożonym przebiegu²².

Joga „udomowiona” a joga „egzotyczna”

Agnieszka i Ola Lubicz najczęściej ćwiczą jogę w domu, na matkach rozłożonych w salonie. Można również udać się na zajęcia do szkoły jogi. Jest to jednak

¹⁸ Zob. M. Singleton: *Yoga Body. The Origins of Modern Posture Tradition*. University Press, New York 2010; E. De Michelis: *A History of Modern Yoga. Patanjali and Western Esotericism*. Bloomsbury Publishing, London–New York 2005.

¹⁹ N. Stala: *Joga klasyczna a joga posturalna – czy coś je łączy?* W: *Joga w kontekstach kulturowych 2*. Red. A. Gomółka, K. Gęsikowska. Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2017, s. 45.

²⁰ O ile nie zaznaczę inaczej, wszystkie cytaty pochodzą z portalu Świat seriali. Zob. https://swiatseriali.interia.pl/newsy/seriele/klan-380/news-klan-agnieszka-zatrudni-czakre-w-swojej-szkole-jogi,nId,2412010#utm_source=paste&utm_medium=paste&utm_campaign=firefox [data dostępu: 19.09.2017].

²¹ Przede wszystkim w ich głównych pracach: M. Singleton: *Yoga Body...*; E. De Michelis: *A History of Modern Yoga...*

²² Zob. m.in. *Yoga Traveling. Bodily Practice in Transcultural Perspective*. Ed. B. Hauser. Springer, Heidelberg 2013; E. Goldenberg: *The Path of Modern Yoga: The History of an Embodied Spiritual Practice*. Inner Traditions, Rochester–Vermont–Toronto 2016.

„joga udomowiona”, oswojona, wpisana w codzienny porządek dnia, pozbawiona „mistycznej” otoczki. Zupełnie inne przekonania na temat jogi ma Czakra – przyjaciel Agnieszki z młodości. Jego postępowanie i głoszone poglądy wpisują się w wyobrażenie jogi jako egzotycznych, orientalnych praktyk, którym w pełni oddawać mogą się jedynie nieliczni. I nie chodzi tu bynajmniej o jogę klasyczną (jogadarsana) – „jeden z 6 bramińskich systemów filozoficznych, którego podstawowym i najstarszym zachowanym traktatem są *Jogasutry* Patańdzalego”²³, lecz o przedstawione w dość karykaturalny sposób próby „bycia prawdziwym joginem”. Czakra zdaje się ucieleśniać potoczne wyobrażenia na temat jogi jako systemu wywodzącego się z innego porządku kulturowego, systemu, który wymaga zdobywania kolejnych stopni wtajemniczenia oraz ściśle wiąże się z określonym stylem życia (dieta wegańska, samokontrola, codzienną medytacją). Jednocześnie jest postacią przerysowaną – jego zachowanie w niczym nie przypomina realizacji cnót wymaganych niegdyś od praktykującego jogina²⁴. Co więcej – stanowi niejako ich antytezę.

Dodatkowo zachowanie Czakry stoi wyraźnie w sprzeczności z głoszonymi przez niego – aż nazbyt otwarcie, bo bez względu na zainteresowanie potencjalnych słuchaczy – poglądami. Nie wzbudza on sympatii u bohaterów *Klanu* – choć starają się oni zachowywać uprzejmie, nie demonstrować niechęci ani nie wytwarzać nadmiernego dystansu – najprawdopodobniej nie cieszy się też podziwem i zaufaniem widzów. Kiedy bowiem gości on w domu Agnieszki, stara się usilnie przekonać jej męża o dobrodziejstwach diety bezmięsnej (choć tyrada na temat zdrowotnych właściwości kaszy jaglanej, daleka zarówno od prostej informacji, jak i życzliwej sugestii, jak nietrudno się domyślić, odnosi skutek przeciwny do zamierzonego – Janusz z tym większym zapałem pałaszuje jajecznicę, a później kotlety; na myśl o takim posiłku cieszy się także Zosia), pomimo tego, że sama Lubicz – jako wegetarianka – nikomu z rodziny ani bliskich nie narzuca wybranego przez siebie sposobu żywienia (są odcinki, w których przygotowuje pyszne jarskie potrawy, aby skłonić córkę do jedzenia większej ilości warzyw i owoców, a ograniczenia niezdrowych słodkich przekąsek). Czakra, zapewniający, że potrzebny mu jedynie kąt do spania na kilka dni, dezorganizuje tryb życia domowników – pali drażniące zapachem kadzidełka, medytuje na balkonie, a nawet sugeruje głównej bohaterce zmianę życiowego partnera na takiego, który ćwiczyłby jogę i wspierał swą ukochaną w duchowym rozwoju. Poza siedzeniem po turecku oraz w uproszczonej pozycji lotosu nie widzimy go właściwie w żadnej z asan (znów w przeciwieństwie do Agnieszki i Oli, często ćwiczących razem).

Przekaz Czakry dotyczący jogi wydaje się nie tylko niespójny, ale też w pewien sposób niewiarygodny, nie znajduje potwierdzenia w jego własnym życiu mimo regularnych pobytów w aśramach u mistrza Guarangi. To raczej zlepek

²³ *Słownik wybranych pojęć, tekstów i osób*. Oprac. D. Wasilewska, K. Gęsikowska. W: *Joga w kontekstach...*, s. 162.

²⁴ By wspomnieć chociażby *Jogasutry* Patańdzalego. Zob. *Jogasutry Patandzalego*. Przeł. i objaśnieniami opatrzył A.S. Pełkowski. Drukarnia Narodowa, Kraków 1927; G. Dauster: *Jogasutry Patandzalego na podstawie przekładów i komentarzy Howarda J. Resnicka*. Przeł. I. Szulowska. Purana, Wrocław 2010.

eklektycznych elementów, z których próbuje się – właściwie na własny użytek – zbudować pewien system. Nie przypomina on jednak ani jogi klasycznej, ani współczesnej hathajogi. Tym łatwiej przystać widzom na racjonalne argumenty rodziny Lubiczów, opowiadającej się po stronie jogi pojmowanej jako ćwiczenia fizyczne, które mogą mieć dobroczynny wpływ na zdrowie i samopoczucie człowieka bez względu na jego wiek, płeć i aktualną kondycję.

W *Klanie* pojawia się także – w różnych sytuacjach – idiolekt związany z jogą. Właściwie nie wiemy, jak ma na imię przyjaciel Agnieszki, znamy tylko jego pseudonim – Czakra, przy ćwiczeniach oddechowych pojawia się pojęcie prany – energii, a Wiga przed zajęciami jogi mówi: „Namaste”, i zaraz objaśnia, że „to takie hinduskie »Dzień dobry«”. Wprowadzanie jogicznego idiolektu, pojęć związanych z jogą wiąże się z ich uproszczonym tłumaczeniem, a nie – co zrozumiałe – z filozoficzną wykładnią. Są one wyrwane z macierzystego kontekstu i objaśniane najczęściej *per analogiam* albo – co wyraźnie widać w przypadku Czakry – po prostu używane w codziennej rozmowie bez jakichkolwiek dodatkowych wskázówek. Niezrozumiałe słownictwo tłumaczy najczęściej Agnieszka (na przykład: „Prana to taka dobra energia”), Czakra, posługując się nim, buduje i wzmacnia obraz jogi jako czegoś egzotycznego, umiejętności wymagającej nie tylko długiej praktyki, ale i „wtajemniczenia” w arкана powiązanych z nią, eklektycznych systemów wiedzy, wierzeń i wyobrażeń. W *Klanie* nie wspomina się bowiem o systemowych, całościowych ujęciach jogi, odwołujących się do tradycji jogi klasycznej. Co więcej: postać Czakry uwidacznia, w jak bardzo przerysowany, niemal karykaturalny sposób mogą być pojmowane jej idee i jak silnie w europejskim (czy też zachodnim – europejskim i amerykańskim) imaginariu zakorzeniona jest wizja jogi jako czegoś egzotycznego, niezrozumiałego, a jednocześnie w pewien sposób pociągającego i atrakcyjnego właśnie przez swą odmienność.

Joga – pasja, zdrowy styl życia, pomysł na lokalny biznes?

Agnieszka, choć nadała prowadzonej przez siebie szkole swojską, miło brzmiącą nazwę – „Zakątek jogi”, reklamuje ją chwytliwym, o czym świadczyć mogą liczne telefony do sekretariatu, hasłem: „Gdy świat pędzi jak szalony, my uczymy stać na głowie!”, umieszczanym na ulotkach, banerach (również mobilnych) oraz w Internecie. To jeden ze sposobów, by przy wielości szkół jogi w Warszawie uczynić nowo powstały „zakątek” widocznym, atrakcyjnym i przyciągnąć do niego potencjalnych klientów. Obrazowe hasło promujące szkołę jogi ma więc przede wszystkim wydzźwięk żartobliwy, ma zwrócić uwagę, zainteresować. Co ciekawe, na plakacie nie została przedstawiona prawidłowo wykonana śrzasana, lecz kilka postaci siedzących w pozycji lotosu. Przed pierwszymi zajęciami uczestnicy są informowani o tym, że należy koniecznie powiedzieć instruktorowi o ewentualnych schorzeniach czy kontuzjach, ćwiczenia dostosowuje się bowiem do kondycji i możliwości konkretnej osoby – mają one pomagać, a nie szkodzić.

Warto podkreślić, że szkoła Lubicz to nie tylko sposób na realizację życiowych pasji – to także przedsięwzięcie biznesowe²⁵: w *Klanie* pojawiają się bowiem informacje o cenach miesięcznych karnetów w warszawskich szkołach, wzmianki o tworzeniu odpowiednio dopasowanego biznesplanu, aby przedsięwzięcie Agnieszki okazało się konkurencyjne wobec innych i odniosło sukces na rynku. Kilkakrotnie omawiane są również rozmaite strategie reklamowe – od nazwy szkoły po sposoby upowszechniania informacji o nowym „jogicznym zakątku”, tak, by pozyskać jak najwięcej osób, które zapiszą się na zajęcia i na nich pozostaną, a także polecą to miejsce swoim znajomym. W *Klanie* postaci ćwiczące jogę pojawiają się w różnych ubiorach – od wygodnych dresów i T-shirtów po barwne zestawy strojów przeznaczone specjalnie do tego typu aktywności, stosunkowo łatwo rozpoznawalne dla osób zorientowanych w ofercie odzieży sportowej i fitness (jak również *fashion-fitness*). W książce *Po pierwsze joga* Godlewska i Holtz stosują zasady dobrze znane z brand marketingu – pojawiają się w strojach konkretnych marek, specjalizujących się obecnie w produkcji legginsów i staników oraz topów dla początkujących i zaawansowanych joginek. Na stronie o wymownej nazwie Fashion and Cash znajdują się nie tylko linki odsyłające do księgarni, w której można nabyć książkę, czy też do oficjalnego profilu na Facebooku promującego działalność autorek, są tu również wyraźne rekomendacje uzupełnione o artystyczne zdjęcia Anny Powałowskiej, na których Godlewska i Holtz prezentują różne asany: „Jeśli chcecie zaopatrzyć się w tak cudne ubrania do jogi, jakie noszą dziewczyny zapraszam do sklepów: Gym Hero oraz Machiko”²⁶. Na stronie tych firm oprócz opisów właściwości i zalet sprzedawanych przez nie produktów, które są „tworzone zgodnie z najnowszymi trendami, podkreślają atuty kobiecej sylwetki, zapewniając przy tym najwyższy poziom komfortu podczas wykonywania ćwiczeń”, znajdują się także i takie informacje: „Filozofią marki Gym Hero od zawsze było dawanie maksymalnego wsparcia w codziennej walce o lepszą wersję siebie!”²⁷. Machiko obecnie zajmuje się natomiast produkcją odzieży dla grup sportowych, zespołów trenujących gimnastykę artystyczną i akrobatykę oraz dla klientów indywidualnych, skupiając się przede wszystkim na ofercie dla dzieci i młodzieży²⁸. Na żadnej z tych stron nie ma możliwości wyszukania haseł „joga” ani „odzież, akcesoria do jogi”; nie pojawiają się też one jako wyróżniki osobnych kategorii produktów. Fakt, że są jednak często noszone

²⁵ Zob. K.T. Konecki: *Perspektywa światów społecznych w interpretacji świata hathajogi. W: Joga w kontekstach...*, s. 138.

²⁶ Gocha: *Coś dla ducha i ciała: „Po pierwsze joga” autorstwa Pauliny Holtz i Eweliny Godlewskiej / Something for Spirit and Body – the Book about Yoga, Written by Paulina Holtz and Ewelina Godlewska*. Fashion&Cash, 8.12.2015. Dostępne w Internecie: <http://www.fashionandcash.com/2015/12/08/cos-dla-ducha-i-ciala-po-pierwsze-joga-autorstwa-pauliny-holtz-i-eweliny-godlewskiej-something-for-spirit-and-body-the-book-about-yoga-written-by-paulina-holtz-and-ewel/> [data dostępu: 20.09.2019].

²⁷ https://gymhero.eu/legginsy-sportowe/528-1442-legginsy-bezszwowe-elite-graphite.html?rr_id=b5979bfc4dc14f2288fbefbb6f66ef01&utm_campaign=marketing_machine&utm_medium=display&retailer_product_id=528&utm_source=edrone [data dostępu: 20.09.2019].

²⁸ *Historia Machiko*. Dostępne w Internecie: <https://machikogym.com/o-nas/> [data dostępu: 10.03.2020].

przez „ambasadorki jogi” w Polsce (którymi zostały nie tylko Godlewska i Holtz, ale również inne aktorki, piosenkarki, prezenterki, a więc osoby często widywane na ekranach i podczas różnych występów publicznych, w tym między innymi: Małgorzata Pieczyńska, Agnieszka Cegielska, Dominika Łakomska²⁹), powoduje, że można łączyć uprawianie jogi ze współcześnie promowanymi wzorcami estetycznymi dotyczącymi chociażby kobiecego ciała. Taką zależność zauważają także Anna Wiczorkiewicz i Noémie Fontenelle:

Obrazy, jakie pojawiają się na ekranie komputera, gdy zapytamy Google o jogę, są zastanawiająco jednostajne w swej estetyce. Na fotografiach przeważnie widać młode, smukłe ciała – przeważnie kobiece – upozowane w efektownych asanach, pozwalających wyeksponować zgrabną figurę. Joginki są bose, a przylegający do ciała strój nierzadko odsłania rysunek mięśni, wyrzeźbionych za sprawą praktyki jogi. [...] Te obrazy zdają się poddane wspólnej wizji cielesności – eterycznej, a jednocześnie niezwykle konkretnej. Wspólnie forsują pewien projekt ciała oraz związanych z nim praktyk³⁰.

Badaczki przywołują również fragmenty ofert, ulotek reklamowych i innych zachwalających sprzęt do jogi: trwałe, dobrej jakości maty, zaciski, paski, klocki itd. Ich przekaz wydaje się jasny:

[...] jeśli otaczasz się przedmiotami, które są trwałe, solidne i estetyczne, budujesz wokół siebie przestrzeń trwałą, solidną i piękną. W ten sposób sprawiasz, że twoje życie staje się „życiem wysokiej jakości”. Wybierając przedmioty, które wytrzymają „wieloletnią eksploatację” (nawet jeśli są to tylko detale tak niewielkie i pozornie nieznaczące jak pasek do spinania maty), zabezpieczasz się na wiele lat. Jeśli będziesz dokonywał rozsądnych i przemyślanych wyborów, unikniesz niepożądanych przeciwności losu, zapanujesz nad światem wokół siebie (nawet mata do jogi nie waży ci się rozwinać w sposób niekontrolowany). Współczesny jogin jest rozsądnym planistą i sprawnym budowniczym własnego życia³¹.

²⁹ Są to także aktorki występujące w popularnych serialach o wysokiej oglądalności, również klasyfikowanych jako *soap operas*, np. takich jak *M jak Miłość*.

³⁰ A. Wiczorkiewicz, N. Fontenelle: *Wędrująca joga. Przystanek „Warszawa”*. Dostępne w Internecie: <http://kulturaoddolna.pl/wedrujaca-joga/> [data dostępu: 29.10.2016]. Por. także wcześniejsze uwagi w: *Orient i znaki odmienności kulturowej*. Z Anną Wiczorkiewicz rozmawia Karolina J. Dudek. W: *Oddolne tworzenie kultury. Perspektywa antropologiczna*. Instytut Etnologii i Antropologii Kulturowej Uniwersytetu Warszawskiego, Warszawa 2015, s. 98–99.

³¹ A. Wiczorkiewicz, N. Fontenelle: *Wędrująca joga...* Jogin staje się nabywcą określonego typu produktów – mniej lub bardziej świadomym głębokich motywacji swoich wyborów i podatnym na reklamowe sugestie: „Jogin-konsument zadba o to, by jego mata spięta była paskiem w stosownym kolorze; wcześniej wybierze odpowiedni rodzaj jogi z bogatej oferty dostępnej w jego mieście... Bowiem tak jak akcesoria do jogi dostępne są w różnych kolorach i wzorach, dostępne są również różne wzory wpisywania jogi w życie – można wybrać jogę w przerwie na lunch i jogę leczącą określone dolegliwości, jogę dla rodzin, jogę dla kobiet w ciąży i jogę na Sylwestra...” (ibidem).

Widać więc wyraźnie, że joga łączy się z wieloma aspektami codziennego życia: szeroko rozumianą gospodarką i ekonomią, przeformulowywaniem wzorców estetycznych, promowaniem określonych zachowań (w tym konsumenckich – ważne jest przecież nie tylko to, co „jogin” je, ale i co zakłada na czas ćwiczeń oraz z jakich akcesoriów korzysta...).

„Domorośli jogini” oraz nauczyciele i instruktorzy jogi

Ważne w *Klanie* jest również podjęcie innej kwestii: jeśli właściwie każdy może ćwiczyć jogę, to czy każdy może jej uczyć? Widoczne jest tutaj wyraźne rozróżnienie instruktorów jogi, osób z wiedzą i doświadczeniem, zdobywanymi zazwyczaj przez wiele lat, oraz „domorośli joginów” (takie określenie pada podczas rozmowy sióstr Lubicz, kiedy Ola namawia Agnieszkę, by ta założyła własną szkołę jogi; starsza Lubiczówna tłumaczy, że potrzebne są do tego nie tylko rozległe kompetencje, ale i zdobycie uprawnień, których ona nie posiada). Przez pewien czas Agnieszka rozważa wyjazd do Indii, aby odbyć sześciotygodniową „osobistą praktykę jogi u mistrza Guarangi” i zdobyć potrzebne do nauczania certyfikaty, jednak po rozmowach z mężem, który obawia się ponaddwumiesięcznej rozłąki z żoną i córką (Lubicz chciała pojechać z Zosią), ostatecznie rezygnuje ze swych planów. Postanawia rozwijać się na miejscu. Po dłuższych staraniach i nie bez przeszkód udaje się jej założyć szkołę jogi. Kobieta zatrudnia certyfikowanych instruktorów, sama natomiast zajmuje się promocją placówki oraz jej zarządzaniem. Jednym z instruktorów jest (początkowo) Czakra, którego Lubicz spotkała na kongresie jogi. Przekonuje on Agnieszkę, że ma wszystkie potrzebne, odpowiednio potwierdzone kwalifikacje i że chętnie prowadziłby ćwiczenia w jej ośrodku: „Mam wszystkie papiery, certyfikaty! Wyniosłem się z Koszalina, a szkołę zamknąłem. Tu bym może otworzył nową, ale nie tak od razu. Pomyślałem, że na razie zahaczę się gdzieś na nauczyciela i że fajnie by było... u ciebie. Jak zobaczyłem twoje ogłoszenie, poczułem, że to jest to!”. Riposta Janusza: „Cóż, ja zająć ci nie poprowadzę...”, nie jest zaskakująca. Sam jogi nie ćwiczy, za Czakra nie przepada, wspiera jednak żonę w rozwijaniu przedsięwzięcia, ponieważ wie, że bardzo jej na tym zależy. Słowa męża Lubicz, podobnie jak wcześniej zapewnienia Czakry, kierują widzów ku jednemu z ważniejszych współczesnych zagadnień związanych z jogą: problemów z certyfikacją.

Wiadomo, że za certyfikacją wyraźnie opowiadał się już „B.K.S. Iyengar, który chciał ujednolicić system nauczania i zapobiec zbyt dużemu zamętowi w stosowanych metodach ćwiczeń”. Dodatkowo „Certyfikaty wskazują [...] linię nauczania i kto był mistrzem dla uczniów [...]”³². Na rodzimym gruncie certyfikaty uprawniające do nauczania wydaje Stowarzyszenie Jogi Iyengara w Polsce po zdaniu odpowiednich egzaminów (przystąpienie do nich musi być potwierdzone między innymi poświadczoną kilkuletnią praktyką jogi u uprawnionych do nauczania instruktorów). „Stopnie nauczycielskie w metodzie Iyengara podzielone

³² K.T. Konecki: *Perspektywa światów...*, s. 126–127.

są na trzy zasadnicze poziomy³³: Introductory (I i II), Intermediate (Junior I, II, III oraz Senior I, II, III), Advance (Junior I, II, III oraz Senior I, II, III). Do prowadzenia zajęć wystarczy uzyskanie dyplomu Introductory II. W Stowarzyszeniu kładzie się nacisk na pogłębioną znajomość nauk Iyengara i zachowanie ciągłości przekazu. Na stronie internetowej pojawia się nawet informacja: „Dyplom nauczycielski jest warunkiem koniecznym, ale niewystarczającym, aby prowadzić zajęcia według metody Iyengara. Tylko osoby posiadające aktualny Certyfikat mogą posługiwać się nazwiskiem Iyengara w kontekście nauczania jogi³⁴, a szczegółowe uwagi sugerują, że pojawiały się w tym zakresie nadużycia³⁵.

W Polsce certyfikaty uprawniające do uczenia jogi uzyskać można też w Towarzystwie Krzewienia Kultury Fizycznej (które ma wiele lokalnych ośrodków). Jest ono „popierane przez ekspertów od jogi działających w oficjalnie uznanych instytucjach, takich np. jak uczelnie wyższe, gdzie joga jest nauczana jako metoda rehabilitacji i fizjoterapii³⁶. Jogę jako formę rekreacji ruchowej w Polsce propaguje przede wszystkim Janusz Szopa. Jest nie tylko współzałożycielem Stowarzyszenia Jogi Akademickiej, ale również twórcą autorskiego programu kształcenia instruktorów rekreacji ruchowej w specjalności hathajoga. Kursy odbywają się na mocy decyzji „Komisji Metodyczno-Szkoleniowej Zarządu Głównego Towarzystwa Krzewienia Kultury Fizycznej z dnia 07.02.2012”, podlegają weryfikacji Akademii Wychowania Fizycznego w Katowicach oraz Ministerstwa Sportu i Turystyki³⁷. Janusz Szopa oraz jego współpracownicy, sympatycy i przyjaciele aktywnie działają na rzecz popularyzacji wiedzy o jodze jako rekreacji ruchowej³⁸. Wydaje się, że wizja jogi przedstawiona w *Klanie* przez członków rodziny Lubiczów zbliża się właśnie do jednej z wielu możliwych do wyboru form rekreacji ruchowej, uwzględniającej aktywność fizyczną oraz kształcenie umiejętności koncentracji i relaksacji. Nie ma tu także mowy o obowiązku kontynuowania linii nauk jednego, wybranego mistrza jogi ani też o konieczności wprowadzania

³³ <http://joga.org.pl/nauczyciele/stopnie-nauczycielskie> [data dostępu: 18.02.2019].

³⁴ Ibidem.

³⁵ Zob. także: <http://joga.org.pl/nauczyciele/certyfikat-iyengara/faq> [dostęp: 18.02.2019].

³⁶ K.T. Konecki: *Perspektywa światów...*, s. 127.

³⁷ Zob. informacje na stronie Stowarzyszenia Jogi Akademickiej: <https://www.jogaakademicka.pl/spages/view/id/22/title/instruktor-hatha-jogi>. Na Politechnice Częstochowskiej odbywają się Studia Podyplomowe „Relaksacja i joga”. Ich „celem [...] jest doskonalenie posiadanych kwalifikacji w zakresie technik relaksacyjnych i ćwiczeń jogi fizycznej (hatha jogi) oraz poszerzenie wiedzy z zakresu anatomii, biomechaniki, dietetyki, filozofii, fizjologii, historii, kinezylogii, metodyki, profilaktyki, psychologii, rekreacji, terapii – nauk wspierających tematykę podstawową studiów” (<https://www.jogaakademicka.pl/spages/view/id/23/title/studia-podyplomowe-relaksacja-i-joga> [data dostępu: 03.09.2018]).

³⁸ Zob. m.in. M. Grabara, J. Szopa: *Korzyści zdrowotne uprawiania ćwiczeń fizycznych jogi w opinii studentów Akademii Wychowania Fizycznego w Katowicach*. „Medycyna Sportowa” 2011, nr 2, s. 123–131; M. Grabara: *Joga jako odpowiednia dla każdego forma ćwiczeń ruchowych*. „Turystyka i Rekreacja” 2009, nr 5, s. 92–98; *Stres i jego modelowanie*. Red. J. Szopa, M. Harciarek. Wydawnictwo Wydziału Zarządzania Politechniki Częstochowskiej, Częstochowa 2004; D. Palica, A. Zwierchowska: *Terapeutyczne walory systemu jogi – przegląd piśmiennictwa*. „Hygeia Public Health” 2012, nr 4, s. 418–423.

w życie jakichkolwiek zmian o charakterze światopoglądowym. Joga ma służyć człowiekowi: wspomagać go w tworzeniu i podtrzymywaniu bardzo szeroko rozumianego psychofizycznego dobrostanu.

Podsumowanie

Wedle założeń producentów i twórców *Klanu* telenowela, czy też – jak chcą badacze mediów – telesaga, powinna odzwierciedlać rzeczywistość, z którą spotykamy się na co dzień. Jej bohaterowie mają być typowi – tacy, aby każdy (z uwzględnieniem grupy wiekowej, płci, roli społecznej, wykonywanego zawodu) z łatwością mógł się z nimi utożsamić albo dostrzec w nich kogoś bliskiego – sąsiada, znajomego, osoby spotykane na tym samym osiedlu, w sklepie, przychodni, w pobliżu szkoły, przedszkola, na zajęciach sportowych. Jednocześnie postawy i zachowania prezentowane w *Klanie* mają mieć charakter wzorotwórczy – postępowanie nieakceptowane społecznie jest jawnie piętnowane, działania pożądane są chwalone i wyraźnie promowane. Niekiedy przebieg serialowej fabuły dopełnia aktualnie nagłośnione w mediach wydarzenie, stanowi uzupełnienie wiodących kampanii społecznych, innym razem odwrotnie – filmowa rzeczywistość służy wprowadzeniu zagadnień, z którymi przynajmniej niektórzy z widzów mogą być niezbyt dobrze obeznani, i jednocześnie zaproponowaniu określonej perspektywy ich oglądu. Tym ciekawszy wydaje się wprowadzony do *Klanu* wątek jogi i joginów. Potwierdza on niejako istnienie „mody na jogę”. Joga, „Jako długa, ponadlokalna tradycja i wcześniej miała różne oblicza, ale teraz – przez swą popularność, a nawet masowość – w wielu częściach świata różnicuje się coraz bardziej i wkracza w kolejne dziedziny życia”³⁹. Widzowie *Klanu* bez wątpienia mogą się o tym przekonać. Wprowadzenie wątku jogi i joginów może też stanowić asumpt do dialogu międzypokoleniowego. Także i takie zachowania promowane są w serialu, w którym jogę ćwiczą niemal wszyscy, którzy chcą to robić – od dzieci, przez młodzież, aż po dorosłych różnych poglądów, płci, pozycji społecznej i zainteresowań.

Bibliografia

- 30 najważniejszych programów TV w Polsce. Red. W. Godzic. Wydawnictwo „Trio”, Warszawa 2005.
- Arcimowicz K.: *Antybohaterowie neoseriali – gra (z) wartościami*. „Ars Inter Culturas” 2016, T. 5, s. 35–48.
- Arcimowicz K.: *Od Hamleta do Dextera – bohater ponad moralnością? Aksjologia współczesnych seriali*. W: *Seriale w kontekście kulturowym. Społeczeństwo i obyczaje*. Red. D. Bruszezwska-Przytuła, M. Cichmińska, A. Krawczyk-Łaskarzewska. Instytut

³⁹ A. Gomółka, J. Szopa: *Słowo wstępne*. W: *Joga w kontekstach...*, s. 8.

- Filologii Polskiej Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie, Olsztyn 2014, s. 223–233.
- Arcimowicz K.: *Rzecz o meandrach gatunkowych i przemianach polskich seriali typu soap-opera*. „Czas Kultury” 2018, nr 1, s. 90–97.
- Dauster G.: *Jogasutry Patandżalego na podstawie przekładów i komentarzy Howarda J. Resnicka*. Przeł. I. Szuwalska. Purana, Wrocław 2010.
- De Michelis E.: *A History of Modern Yoga. Patanjali and Western Esotericism*. Bloomsbury Publishing, London–New York 2005.
- Fedyk G.: *Mama – joginka. Wywiad z Pauliną Holtz*. Dostępne w Internecie: http://www.joga-joga.pl/pl180/teksty2241/mama_joginka_wywiad_z_paulina_holtz [data dostępu: 20.09.2019].
- Gocha: *Coś dla ducha i ciała: „Po pierwsze joga” autorstwa Pauliny Holtz i Eweliny Godlewskiej / Something for Spirit and Body – the Book about Yoga, Written by Paulina Holtz and Ewelina Godlewska*. Fashion&Cash, 8.12.2015. Dostępne w Internecie: <http://www.fashionandcash.com/2015/12/08/cos-dla-ducha-i-ciala-po-pierwsze-joga-autorstwa-pauliny-holtz-i-eweliny-godlewskiej-something-for-spirit-and-body-the-book-about-yoga-written-by-paulina-holtz-and-ewel/> [data dostępu: 20.09.2019].
- Godzic W.: *Telewizja jako kultura*. Rabid, Kraków 1999.
- Goldenberg E.: *The Path of Modern Yoga: The History of an Embodied Spiritual Practice*. Inner Traditions, Rochester–Vermont–Toronto 2016.
- Gomółka A., Szopa J.: *Słowo wstępne*. W: *Joga w kontekstach kulturowych 2*. Red. A. Gomółka, K. Gęsikowska. Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2017, s. 7–8.
- Górna J., Szopa J.: *Joga. Ruch – oddech – relaks*. KOS, Katowice 2005.
- Grabara M.: *Joga jako odpowiednia dla każdego forma ćwiczeń ruchowych*. „Turystyka i Rekreacja” 2009, nr 5, s. 92–98.
- Grabara M., Szopa J.: *Asany jogi dla współczesnego człowieka*. Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego im. J. Kukuczki, Katowice 2011.
- Grabara M., Szopa J.: *Korzyści zdrowotne uprawiania ćwiczeń fizycznych jogi w opinii studentów Akademii Wychowania Fizycznego w Katowicach*. „Medycyna Sportowa” 2011, nr 2, s. 123–131.
- Halawa M.: „Klan” i okolice. *Magia telewizji w działaniu*. „Kultura Popularna” 2003, nr 2, s. 19–32.
- Historia Machiko*. Dostępne w Internecie: <https://machikogym.com/o-nas/> [data dostępu: 10.03.2020].
- Holtz P., Godlewska E.: *Po pierwsze joga*. Wydawnictwo Publicat, Poznań [2015]. <http://www.filmpolski.pl/fp/index.php?film=127130> [data dostępu: 20.09.2018]. <https://joga.org.pl/> [data dostępu: 18.02.2019]. <https://swiatseriali.interia.pl/newsy/serie/klan-380> [data dostępu: 19.09.2017]. <https://vod.tvp.pl/website/klan,1667844> [data dostępu: 12.09.2017–31.12.2018]. <https://www.jogaakademicka.pl/> [data dostępu: 03.09.2018].
- Jaworski J., Szopa J.: *Materiały do ćwiczeń z antropomotoryki*. Extrema, Kraków 1999.
- Joga dla zdrowia*. Red. J. Szopa. Sekcja Wydawnictwa Wydziału Zarządzania Politechniki Częstochowskiej, Częstochowa 2004.
- Joga styl życia: Międzynarodowy Dzień Jogi 2018*. Dostępne w Internecie: <https://zwierciadlo.pl/lifestyle/112700> [data dostępu: 12.03.2019].
- Jogasutry Patandżalego*. Przeł. i objaśnieniami opatrzył A.S. Pełkowski. Drukarnia Narodowa, Kraków 1927.

- Kisielewska A.: *Polskie tele-sagi. Mitologie codzienności*. Rabid, Kraków 2009.
- Konecki K.T.: *Perspektywa światów społecznych w interpretacji świata hathajogi*. W: *Joga w kontekstach kulturowych 2*. Red. A. Gomółka, K. Gęsikowska. Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2017, s. 121–148.
- Orient i znaki odmienności kulturowej*. Z Anną Wieczorkiewicz rozmawia Karolina J. Dudek. W: *Oddolne tworzenie kultury. Perspektywa antropologiczna*. Instytut Etnologii i Antropologii Kulturowej Uniwersytetu Warszawskiego, Warszawa 2015, s. 97–102.
- Palica D., Zwierzchowska A.: *Terapeutyczne walory systemu jogi – przegląd piśmiennictwa*. „Hygeia Public Health” 2012, nr 4, s. 418–423.
- Paschalska i Holtz ćwiczą na planie „Klanu”. Dostępne w Internecie: <https://pudelekn.pl/paschalska-i-holz-cwicza-na-planie-klanu-62387> [data dostępu: 21.09.2018].
- Polskie seriale telewizyjne. Studium antenowe*. Red. J. Uszyński. TVP S.A. Ośrodek Szkolenia – Akademia Telewizyjna, Warszawa 2001.
- Singleton M.: *Yoga Body. The Origins of Modern Posture Tradition*. University Press, New York 2010.
- Słownik wybranych pojęć, tekstów i osób*. Oprac. D. Wasilewska, K. Gęsikowska. W: *Joga w kontekstach kulturowych 2*. Red. A. Gomółka, K. Gęsikowska. Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2017, s. 157–176.
- Stala N.: *Joga klasyczna a joga posturalna – czy coś je łączy?* W: *Joga w kontekstach kulturowych 2*. Red. A. Gomółka, K. Gęsikowska. Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2017, s. 37–50.
- Stres i jego modelowanie*. Red. J. Szopa, M. Harciarek. Wydawnictwo Wydziału Zarządzania Politechniki Częstochowskiej, Częstochowa 2004.
- Tuńska D.: *Paulina Holtz – aktorka, mama, pasjonatka zdrowego i sportowego stylu życia*. Dostępne w Internecie: <https://dozdrowia.com.pl/zdrowie-wedlug-gwiazd/67-wywiad-z-paulina-holtz> [data dostępu: 21.09.2018].
- Wieczorkiewicz A., Fontenelle N.: *Wędrująca joga. Przystanek „Warszawa”*. Dostępne w Internecie: <http://kulturaoddolna.pl/wedrujaca-joga/> [data dostępu: 29.10.2016].
- Yoga Traveling. Bodily Practice in Transcultural Perspective*. Ed. B. Hauser. Springer, Heidelberg 2013.

Małgorzata Rygielska

Yoga and yogis in Klan

Summary

Klan (The Clan), one of the most famous and popular Polish television series, aired for over twenty years on Channel One of the Polish Television, is considered by film scholars to be a soap opera or a family saga. Characteristics of the series include: the correspondence of film time and real time, continuity, multi-threading, as well as the assumption of reflecting non-film reality and at the same time modeling it by influencing the audience. The theme of yoga and yogis in *Klan* have appeared relatively recently. This theme has been recurring with varying frequency for several years. It was preceded by the publication of a book by Paulina Holtz (the actress who plays the character Agnieszka Lubicz in *Klan*) and her trainer Ewelina Godlewska,

entitled *Po pierwsze joga* (First of All Yoga) (2015). Yoga is presented in *Klan* primarily as a form of physical exercise, positively affecting many aspects of the human psychophysical condition. It takes a skeptical and distanced approach to the forms of “Orientalizing” yoga present in contemporary culture, which is sometimes presented as a complex system of exercises associated with an eclectic mix of selected elements from different cultures, religions, and philosophical systems. The series promotes a healthy lifestyle, which may or may not include yoga, promoted as a recommended exercise for all, regardless of age and physical condition.

Key words: series, *Klan*, soap opera, yoga as physical exercise, yoga popularization

Малгожата Рыгельска

Йога и йоги в сериале *Klan*

Резюме

Klan, один из наиболее известных и популярных польских многосерийных фильмов, который уже более двадцати лет демонстрируется на Первом канале Польского телевидения, киноведы считают мыльной оперой или семейной сагой. Характерными чертами этого сериала являются, в частности: соответствие времени фильма и реального времени, непрерывность, многосюжетность, замысел отражать реальность вне фильма и одновременно её моделировать путём воздействия на аудиторию. Тема йоги и йогов в сериале появилась сравнительно недавно. Данный сюжет возвращается с разной частотой и интенсивностью в течение нескольких лет. Ему предшествовала публикация книги Паулины Хольц (актрисы, исполняющей роль Агнешки Любич) и её инструктора Эвелины Годлевской *Po pierwsze joga* (2015). Йога в многосерийном фильме *Klan* представлена прежде всего как форма физического отдыха, положительно влияющая на многие аспекты психофизического состояния человека. К присутствующим в современной культуре формам «ориентализации» йоги, которая иногда представляется как сложная система упражнений, связанных с эклектичным сочетанием отдельных элементов из разных культур, религий и философских систем, в фильме относятся скептически и дистанцировано. Сериал пропагандирует здоровый образ жизни, компонентом которого может, но не обязательно, быть йога как упражнения для всех, независимо от возраста и физического состояния.

Ключевые слова: сериал, *Klan*, мыльная опера, йога как форма физического отдыха, популяризация йоги

LESŁAW KULMATYCKI

Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu

<https://orcid.org/0000-0003-4769-0021>

Jerzy Grotowski i jego inspiracje jogą

Im bardziej człowiek przeczy Bogu, tym bardziej Go chwali.

Mistrz Eckhart

Wstęp

Przynależność Jerzego Grotowskiego wydaje się z jednej strony czymś oczywistym. Przecież informacja, że to reżyser i reformator teatralny, to coś, co można znaleźć w każdej encyklopedii. Z drugiej strony jakkolwiek próba „skategoryzowania” działalności Grotowskiego po głębszej analizie wydaje się tylko częściowa. Zanim jednak spróbuję to uzasadnić, najpierw kilka słów biograficznego przypomnienia, kim był i co robił, co oczywiście bez brania pod uwagę złożonej rzeczywistości, w której żył, jest bardzo utrudnione¹.

Na użytek niniejszego opracowania niezbędnych jest kilka podstawowych informacji biograficznych. Grotowski urodził się w 1933 roku w Rzeszowie. Po studiach teatralnych w Krakowie i w Moskwie założył w Opolu w 1959 roku, wraz z Ludwikiem Flaszenem, awangardowy Teatr 13 Rzędów. W drugiej połowie lat 60. przeniósł się wraz z zespołem do Wrocławia i stworzył Teatr Laboratorium. To w tym okresie odniósł największe sukcesy za granicą spektaklami *Akropolis*, *Księżę Niezłomny* i *Apocalypsis cum figuris*. W latach 70. rozpoczął warsztaty parateatralne

¹ Nie sposób opisywać i interpretować osobę Jerzego Grotowskiego bez szerszego opisu rzeczywistości, w której funkcjonował w PRL w latach 1945–1982. Szczególnie ważne jest to po *Księżu Niezłomnym* i *Apocalypsis cum figuris*, spektaklach wielce „niewygodnych”, zarówno dla władzy świeckiej, jak i kościelnej. Z jednej strony jego działalność z pewnością była „zaczynem” wewnętrznej rewolty i *katharsis* jakże znaczącej dla młodzieży lat 60. i 70. Jego spektakle stały się w Polsce miejscem pielgrzymek młodych ludzi. Z drugiej strony Grotowski był problemem dla kościelnych hierarchów. Przeciwwstawienie Ciemnego, uosabiającego liminalną świętość, Szymonowi Piotrowi, reprezentującemu Kościół katolicki, oraz tekstom pochodzącym z *Wielkiego Inkwizytora* Dostojewskiego odczytywano jako równoznaczne z krytyką Kościoła.

oraz Teatr Źródeł, który wraz z wprowadzeniem stanu wojennego został przerwany. W 1982 roku opuścił Polskę i wyemigrował do Stanów Zjednoczonych, gdzie zaproponowano mu pracę na Columbia University. Od 1985 roku we włoskim Pontedera tworzył Centro di Lavoro di Jerzy Grotowski. Tam pozostał do śmierci (1999). Pod koniec życia wyróżniony został doktoratami *honoris causa*, między innymi Uniwersytetu Wrocławskiego. W ostatniej fazie życia został profesorem utworzonej dla niego Katedry Antropologii Teatru w Collège de France. Jego działalność, trzymając się konwencji teatralnej, dzieli na trzy fazy: faza spektakli teatralnych, faza działań parateatralnych i faza akcji indywidualnych czy pieśni wibracyjnych. W jakimś momencie jego pracy podział ten może się wydać całkowicie chybiony, gdyż w opublikowanym manifestie *Ku teatrowi ubogiemu* w roku 1965 pisał w następujący sposób:

Dlaczego zajmujemy się sztuką? Aby przekroczyć swoje bariery, wyjść z własnych ograniczeń, zapełnić to, co jest naszą pustką i kalectwem, zrealizować się czy też – jak wolalbym to nazwać – dojść do spełnienia. Jest to nie stan, nie kondycja po prostu, ale proces, jakby mozolne dźwiganie się, w którym to, co w nas ciemne, ulega prześwietleniu².

W kategoriach psychologiczno-psychoterapeutycznych można by zatem mówić o „akcie transgresji”, a nie o żadnym teatrze. Kiedy Jerzy Grotowski był u szczytu swoich możliwości, zarówno w życiu prywatnym, jak i życiu zawodowym, kiedy finalizował realizację kolejnych projektów, intensywnie współpracował z przedstawicielami różnych kultur, był w apogeum poszukiwań, swoje nowojorskie wystąpienie³ skończył następującym cytatem z *Podróży na Wschód* Hermana Hessego⁴:

Ten pochód wiernych i ufnych zawsze i nieprzerwanie był w ruchu ku Wschodowi. W stronę domu oświecenia. Poprzez wieki i poprzez drogi, poprzez światło i poprzez oczarowanie. Każdy uczestnik, każda grupa, bez względu na to, czy była całością, czy tylko częścią wielkiego pielgrzymowania, stanowiła odłamek owego wieczystego strumienia istnień ludzkich, owej wieczystej rzeki ludzkiego ducha ku Wschodowi, który szuka domu⁵.

W znacznej mierze za tym cytatem kryje się kwintesencja filozofii poszukiwań Grotowskiego, wejścia do „owej wieczystej rzeki ludzkiego ducha” we wszyst-

² J. Grotowski: *Ku teatrowi ubogiemu*. Oprac. E. Barba. Przedm. P. Brook. Tłum. G. Ziółkowski. Instytut im. Jerzego Grotowskiego, Wrocław 2007, s. 20.

³ Wystąpienie Grotowskiego z dnia 14 marca 1977 r. zatytułowane „Droga” na Uniwersytecie Columbia w Nowym Jorku. Zob. J. Grotowski: *Droga*. Przeł. L. Kolankiewicz. W: J. Grotowski: *Teksty zebrane*. Red. A. Adamiecka-Sitek et al. Wydawnictwo Krytyki Politycznej: Instytut Teatralny im. Zbigniewa Raszewskiego – Instytut im. Jerzego Grotowskiego, Warszawa–Wrocław 2012, s. 1120.

⁴ H. Hesse: *Podróż na Wschód*. Tłum. J. Prokopiuk. Wydawnictwo Wodnika, Warszawa 1991, s. 13.

⁵ J. Grotowski: *Droga...*, s. 1120.

kich etapach jego życia, ale też we wszystkich fazach jego pracy w obszarze teatru. Tylko na ile jest to jeszcze teatrem? Czy jest to kwintesencja jogi jako swoistej filozofii życiowej nastawionej na uważne, metodyczne poszukiwanie, czy może raczej odszukiwanie siebie jako integralnej części większej całości? Bardzo często Grotowski jawi się jako ten, „który szuka domu”, nie podąża za górnolotnymi terminami opisującymi zmienione stany świadomości, nie „kopiuje” też dalekowschodnich praktyk.

Będąc zainspirowany ważnymi pytaniami jako dziecko oraz będąc świadomy rzeczywistości, w której żyje i pracuje, a jakże innej od dalekowschodniej, przedstawionej w jakże ważnej dla niego książce Paula Bruntona⁶, trzymał się solidnego słowa „rzemiosło”. Dlatego jeśli szukać związków pracy Grotowskiego i jogi, to pojęcie „rzemiosło” jest najbardziej właściwe i neutralne zarazem. Z jednej strony pozbawione egzotycznych, indyjskich atrybutów, których Grotowski unikał, a z drugiej, bardzo prozaiczne, wskazujące raczej na rzemieślnika niż artystę czy mędrca. Jednak dla reformatora teatru zarówno jego wizja rewolucji w teatrze, jak i istota treningu jogi, niczym solidne i długofalowe „rzemiosło”, ukierunkowane były na poszukiwanie związków „ja” – „świat”. W tak szerokim znaczeniu jogi można powiedzieć, że każda kultura wypracowała swoją jogę. Można mówić o epikurejskiej jodze, o jodze sufickiej czy jodze chrześcijańskiej, nawiązującej do matek i ojców pustyni. Znane jest też szerokie spojrzenie na praktyki „rzemiosła” jogi z perspektywy różnych predyspozycji „rzemieślnika”. Stąd różnorodność jog w samej kulturze indyjskiej, że wymienić wypada karma-, dźniana- czy bhaktijogę. Co to znaczy? To znaczy, że zbyt nie przywiązywanie się do jogi w kategorii „hatha” jest albo świadomym i zamierzonym redukcjonizmem, albo ignoranckim uproszczeniem. W rozumieniu autora tej dysertacji Grotowski daleki jest od wąskiego identyfikowania jogi z jakimś jednym nurtem, tradycją czy techniką. Zarówno w odniesieniu do siebie oraz własnych poszukiwań, jak i w szerszym, dydaktycznym rozumieniu. Z mojej rozmowy z Grotowskim w Brzezince⁷ w czerwcu 1980 roku wynikało, że sam termin *joga* oznacza dla niego zindywidualizowany zestaw praktyk psychofizycznych, którego celem jest po prostu pogodzenie się z samym sobą i ze światem⁸. Natomiast w klasycznym tekście Patańdzalego jest powściągnięciem (*nirodha*) zjawisk (*vr̥tti*) świadomościowych (*citta*). Wprawdzie są to jedynie trzy

⁶ Mowa o książce *Ścieżkami jogów*, którą czytał jako dziecko.

⁷ Zainteresowało mnie szczególnie pojęcie źródła w odniesieniu do jogi.

⁸ Leon Cyboran proponuje spojrzenie na jogę zarówno ze społecznego, jak i z osobistego punktu. Społeczny punkt odniesienia dzieli jeszcze na naukowy i społeczny w wąskim ujęciu. Zob. *Klasyczna joga indyjska. Jogasutry przypisywane Patańdzalemu i Jogabhaszja czyli komentarz do Jogasutr przypisywany Wjasie*. Przeł. L. Cyboran. Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa 1986, s. XVI. W odniesieniu do jogi Grotowskiego można by podjąć próbę rozróżnienia jego jogi w każdym z proponowanych przez Cyborana ujęć. Roboczo nazwałbym ten podział następująco: społeczna-teatralna, społeczna-wspólnotowa, osobista-laboratoryjna i osobista-osobista. W wielu opracowaniach na temat podziału praktyk jogi można by znaleźć inne określenia, choćby u Eliadego podział na eskatyczne i enstatyczne, czy u Patańdzalego na jogę zewnętrzną – *bahirariga*, i jogę wewnętrzną – *antarariga*.

słowa, ale definicja ta cały czas ewoluuje zarówno w wymiarze teoretycznym⁹, jak i praktycznym¹⁰. To, co jest oczekiwanym celem, a nazwane zostało integracją czy połączeniem, w jodze klasycznej określane jest jako *samadhi*¹¹. Jeśli więc do uwiarygodnienia praktyk jogi niezbędne jest pojęcie *samadhi*, to Grotowskiego bez wątpienia ono interesuje, ale bardziej jako ześrodkowanie, czy jako „rzemieślniczo” rozumiana solidność i pełnia „stanu organicznego”, czy *higher connection*¹², niż trudna do określenia, enigmatyczna postać ezoterycznego stanu świadomości. Twórca Laboratorium zbyt dobrze znał wschodnie filozoficzne pułapki, aby „udawać” jogina, który przywdziewa indyjskie szaty i staje się teatralnym *sadhu* czy guru. Zbyt dobrze orientował się w kontrkulturowych nastrojach lat 60. i 70., aby korzystać z orientalnych uproszczeń. Ale też wiedział i czuł od wczesnej młodości, że poznana duchowość indyjska może być jak żywe „źródło”, które go pociąga, i też wiedział, że można i należy z niego mądrze korzystać.

Niniejszy artykuł, w celu utrzymania dyscypliny wywodu, dzielę na kilka części. Najpierw przybliżam najważniejsze dylematy dotyczące osoby Grotowskiego. Następnie wskazuję na „korzenie”, z których wyrastał, dzieciństwo i okres młodzieńczy, oraz te lata, kiedy kształtowały się jego osobiste zainteresowania filozofią indyjską. W kolejnej części artykułu omawiam jego zainteresowanie Wschodem i próbuję znaleźć równowagę między filozofią zachodnią i wschodnią. W dalszych fragmentach opracowania wskazuję na niektóre aspekty włączania filozofii i praktyk jogi podczas każdej z trzech wyróżnionych faz jego pracy: teatru spektakli, postteatralnej oraz teatru pieśni wibracyjnych czy jako „wehikułu”. W części podsumowującej omawiam wskazany w tytule problem związków Grotowskiego z jogą. W celu uwiarygodnienia opinii i interpretacji w poruszonym temacie przytaczam szereg wypowiedzi i sądów Grotowskiego, również jego współpracowników czy recenzentów jego twórczości¹³.

⁹ W rozumieniu teoretycznym definiuję jogę jako uniwersalny system filozofii życiowej adresowany do każdego człowieka, który wyrósł w konkretnych uwarunkowaniach czasowych, przestrzennych i kulturowych.

¹⁰ W rozumieniu praktycznym definiuję jogę jako metodycznie uporządkowaną odpowiedź zewnętrzną i wewnętrzną pracy na rzecz samorealizacji oraz zindywidualizowanej, świeckiej duchowości.

¹¹ Zdaję sobie sprawę, że tak sformułowane zdanie twierdzące jest jedynie uproszczeniem, gdyż termin *samadhi* ma wiele znaczeń i przez wiele szkół nie do końca jest uważany za opis finalnego stadium praktyki.

¹² Terminy określające ów stan świadomości najprawdopodobniej są tożsame z ósmym szczeblem jogi Patańdzalego, niemniej twórca Teatru Laboratorium preferuje swoje, autorskie.

¹³ W celu weryfikacji wielu wypowiedzi Grotowskiego przeanalizowałem kilkadziesiąt tekstów. Siłą rzeczy czytelnik poprzez wielość i fragmentaryczność zamieszczonych w szkicu cytatów może mieć wrażenie oderwania niektórych z nich z szerszej całości. Natomiast niezmiernie istotne jest, aby mówiąc o działaniu Grotowskiego, mówić jego słowami, jego określeniami i metaforami.

Trzy dylematy

W niniejszym opracowaniu podejmuję próbę zmierzenia się z pytaniem: w jakim stopniu filozofia i praktyki jogi istniały w życiu i pracy Jerzego Grotowskiego? Były one wciąż obecne, podlegały przemianom, a siła ich oddziaływania była różna, toteż jako autor tego artykułu mam szereg wątpliwości. Nie ma jednoznacznych i oczywistych odpowiedzi na to pytanie. Wielokrotnie rozmawiałem z licznymi uczestnikami różnych przedsięwzięć Grotowskiego w fazie postteatralnej oraz przez całe moje dorosłe życie z uważnością śledziłem kolejne etapy jego pracy. Mam wiele wątpliwości, ale uważałem i nadal uważam go nie tylko za jednego z najważniejszych eksperymentatorów w obszarze twórczości teatralnej, ale i przede wszystkim za nietuzinkowego poszukiwacza odpowiedzi na najważniejsze życiowe pytania. Najpierw w roli poszukiwacza i badacza technik umożliwiających osiągnięcie przez aktorów stanu określanego przez niego w początkowej fazie jako „organiczny”¹⁴. Następnie cały jego okres postteatralny ukierunkowany na odzukiwanie, jak ja to określam, „swoistej jogi dla człowieka uniwersalnego”.

Z czego wynikają wątpliwości? W pierwszej kolejności pojawiają się problemy w zakwalifikowaniu Grotowskiego do określonego obszaru działalności ludzkiej w ogóle¹⁵. Najczęściej wymienia się trzy: naukę, sztukę, religię. Mam poczucie, że jego droga życiowa wiodła przez wszystkie te trzy obszary. Najbardziej kontrowersyjny jest ten związany z religią, dlatego bardziej pasowałoby określenie z sugestiami poszukiwania „czegoś więcej” – świeckiej duchowości? a może transcendencji? Pytanie brzmi: który obszar jest dominujący i jak go precyzyjnie nazwać? Grotowski tylko w pierwszej fazie koncentruje się na teatrze i jego działalność przybiera cechy typowe dla tego rodzaju aktywności, a nazwanie teatru „laboratorium” wręcz skłania do myślenia w kategoriach naukowych eksperymentów. Natomiast w kolejnych dwóch fazach Grotowski koncentruje się na dociekaniach dotyczących ostatecznych pytań egzystencjalnych, dlatego też jego soteriologiczne poszukiwania czynią go bardziej filozofem, mędrcem lub antropologiem kultury. Przez cały czas jest to swego rodzaju dążenie do kompromisu między *sacrum* a *profanum* albo między perfekcyjnym i spójnym wyrazem techniki aktorskiej a emocjonalnym czy wręcz ekstatycznym przekazem ogołoczonego człowieczeństwa.

Kolejną trudnością jest rozróżnienie w jego życiu tego, co osobiste, i tego, co wspólnotowe. Jak oddzielić Grotowskiego-poszukiwacza, który sam sobie próbuje odpowiedzieć na pytania, od Grotowskiego-przewodnika czy nauczyciela, który służy odpowiedziami dla innych poszukujących? A jeśli mówimy o tym, co wspólnoto-

¹⁴ U Georgija Gurdżijewa stan ten nazywany jest „esencją”, czyli tym, co prawdziwe, własne, w oddzieleniu od osobowości, czyli czegoś niewłasnego, narzuconego, kłamliwego. Analogia do Freudowskiej koncepcji natura–kultura.

¹⁵ Barbara Schwerin von Krosigk podczas wystąpienia w czasie sympozjum w maju 1989 r. w Wojkowie k. Jeleniej Góry powiedziała: „Grotowski jest dla wielu zagadkowy, ponieważ nie wiadzą, kogo właściwie mają w nim widzieć, czy – psychologa, orientalistę, etnologa, antropologa, religioznawcę, czy też reżysera teatralnego” (B. Schwerin von Krosigk: *Uwagi o recepcji Grotowskiego w Niemczech*. „Notatnik Teatralny” 1993, T. 1, nr 6, s. 155).

we, to jak rozpatrywać to, co proponuje on w kategoriach „teatru ubogiego” – czy nie da się umieścić go w czymś, co jest właściwe ezoterycznej sekcje lub kontrkulturowemu klasztorowi? Na ile Grotowski szuka odpowiedzi na własne pytania duchowe i do tego potrzebna jest mu grupa, która pod „bezpiecznym” szyldem teatru daje mu wsparcie, a na ile wsparcie otrzymuje grupa¹⁶? Zastanawiam się, na ile wspólnotowe doświadczenia są podpowiedzią dla jego osobistych dylematów czy nawet autoterapii? W tekście *Teatr Źródeł* pisze wprost: „Jesteśmy tak dalece samotni w tłumie, że szukamy jakichkolwiek pozorów przekroczenia samotności”¹⁷.

Mój trzeci dylemat dotyczy deklarowanej przez Grotowskiego tradycji jako źródła, a określonej jako „kolebka” kulturowa. Wątpliwość odnosi się do owej „źródłowości”, a dokładniej – do zakresu korzystania z tychże źródeł, oraz: na ile wyselekcjonowane praktyki źródłowe podlegają zmianom w trakcie pracy? i w którym momencie są jeszcze źródłowe, a w którym już własne? Śledząc jego pracę, miałem poczucie, że cały czas poszukuje on sposobów dotarcia do scalenia czy doświadczenia „pełni siebie”. Wielokrotnie sugerował zarówno skojarzenia z procesem indywiduacji, sięgając do psychologii Junga, jak i swoisty rodzaj „oświecenia”, sugerując znajomość psychofizycznych praktyk jogi, „ruchy” Gurdżijewa czy afrykańskie pieśni wibracyjne. To jest fakt, ale jak bardzo przekładał się na świadome „zapożyczenia”? Również w zależności od fazy swojej działalności różnie nazywał owe stany świadomościowe, poczynsz od stanu „rozbrojenia”, „pozbycia się maki”, przez stan „organiczny”, po *higher connection*. Czasami wspominał o takich terminach, jak *sanātana-dharma* (zapożyczony z hinduizmu) czy – suficki – *zīkr*.

Grotowskiego „Kim jestem?”

Zacznę od przytoczenia fragmentu wypowiedzi Grotowskiego z 1975 roku:

Matka poszła do miasta; szła pieszo czy szła z kimś, czy pojechała, w każdym razie przywiozła książkę, która nazywała się „Ścieżkami jogów” i którą napisał angielski dziennikarz Brunton. Opowiadał o ludziach, których spotkał w Indiach, a szczególnie o pewnym osobliwym człowieku, którego w naszej cywilizacji nazwalibyśmy jurodiwym; mieszkał na zboczu góry Arunaczali, uważanej za świętą, Góry Płomienia; nazywał się Maharishi. Miał osobliwy zwyczaj – każdemu, kto szukał u niego jakichkolwiek wyjaśnień na temat tego, co w życiu istotne albo co życiu może nadać sens, albo co w ogóle ma jakiegokolwiek znaczenie, stawiał pytanie: „Kim jesteś?”. Ale sformułowane

¹⁶ Maja Komorowska tak wspomina okres współpracy z Grotowskim: „Minęło tyle lat – ponad pół wieku – a moja pamięć o Grotowskim nadal jest żywa. Nieprawdopodobna była precyzja, z jaką nazywał rzeczy, zjawiska, duchowe i fizyczne stany. Wciąż noszę w sobie kilka jego zdań, niezwykłych zdań. Od nich nie można się oderwać” (M. Komorowska: *Grotowski „wyprawił” mnie w świat*. Rozmawiał J. Wakar. Dostępne w Internecie: <http://wiesz.com.pl/2018/08/17/maja-komorowska-grotowski-wyprawił-mnie-w-swiat/> [data dostępu: 20.10.2018]).

¹⁷ J. Grotowski: *Teatr Źródeł*. W: Idem: *Teksty zebrane...*, s. 758. Zob. *The Grotowski Sourcebook*. Eds. R. Schechner, L. Wolford. Routledge, London–New York 1997.

w pierwszej osobie; a więc mówił: „Pytaj siebie – kim jesteś?”. ... Tak się zdarzyło, prawie przypadkowo, że znalazłem się we wsi Tiruwannamalai, tam gdzie mieszkał człowiek opisany przez Bruntona. Wspomnienie tego człowieka, góry, tego miejsca miało smak powrotu do czegoś źródłowego, na znajomą ziemię. Nie odzyskałem sentymentu do pytania „Kto?”. A zachowałem całe swoje serce dla człowieka, który to pytanie zadawał, dla jego losu, męstwa, zrywającego z tym wszystkim, co moglibyśmy uważać za nadające się do potocznego kwalifikowania¹⁸.

Można się pokusić o prezentację jego bardzo osobistej fascynacji filozofią indyjską oraz jogą. Próbuje to przedstawić na podstawie jego biografii, tekstów, wykładów i wypowiedzi, ale też na podstawie bezpośrednich z Grotowskim rozmów: „Od dziecka interesowałem się różnego rodzaju technikami »psychofizycznymi«. Istotnie miałem dziewięć lat, moim pierwszym punktem orientacyjnym były wielkie postacie z kręgu technik hinduskich”¹⁹. Druga jego fascynacja to Ewangelie²⁰. Opisywana i przytaczana w różnych miejscach z jednej strony jako pełna ufności, a z drugiej – osobistego rozczerowania katolicyzmem i instytucją Kościoła. Niejednokrotnie Grotowski powraca do dzieciństwa i do wsi Niedanówka oraz do traumatycznego doświadczenia bycia bitym przez lokalnego księdza za „nadmierne zainteresowania” Ewangelią. Powraca też do zamęczanego wiejskiego ślepego konia, który podobnie jak on sam czuje, że jest „wspierany przez Jezusa”. Intensywność doświadczenia w zetknięciu z religijno-mistyczną literaturą prawdopodobnie określa u Grotowskiego najważniejszy obszar jego zainteresowań. Oczywiście nie jako człowieka teatru, ale jako człowieka, który przede wszystkim poszukuje odpowiedzi na podstawowe pytanie: „Kim jestem?”. To było niezmiernie ważne doświadczenie w jego życiu. Jak pisze:

Moją pierwszą reakcją na opowieść Bruntona była gorączka. Potem zacząłem przepisywać rozmowy tego jurodliwego z przybyszami. Odkryłem wtedy, że wcale nie jestem takim odmieniec, jak początkowo sądziłem. Odkryłem, że gdzieś na świecie żyją ludzie świadomi pewnej dziwnej, niepotocznej możliwości i głęboko jej oddani [...] wszystko, co mówię, to już jakaś racjonalizacja i że nawet jeśli wszystko, co wydarzyło się pod wpływem tej relacji o starcu z Arunaczali, otworzyło przede mną jakiś horyzont, to jednocześnie, paradoksalnie, służyło to mojej potrzebie odczuwania własnej ważności, rozwojowi wielkiego ego. Tak czy inaczej, od tego zacząłem starać się, w praktyce, stawiać pytanie: „Kto ja jestem?”, i nie było to pytanie umysłowe, a raczej jakby zmierzanie coraz bardziej w stronę źródła, z którego owo „ja” wypływa²¹.

¹⁸ Rozmowa z Grotowskim. Rozmawiał A. Bonarski. „Kultura” 1975, nr 13, s. 1, 12–13.

¹⁹ J. Grotowski: *To, co po mnie zostanie*. Rozmawiał J.-P. Thibaudat. W: J. Grotowski: *Teksty zebrane...*, s. 907.

²⁰ Wczesne zainteresowanie tekstami Ewangelii doprowadziło go później, w czasie pracy nad przedsięwzięciem Teatr Źródeł, do apokryficznej Ewangelii Tomasza, którą odkrył dla siebie, notabene jako gnostyk chrześcijański, i którą wykorzystywał jako podręcznik praktycznych wskazówek do pracy oraz porównań z tekstami jogi.

²¹ J. Grotowski: *Teatr Źródeł...*, s. 750–751.

Śri Ramana Mahariszi z góry Arunachala jest dla dziesięcioletniego Grotowskiego w pewien sposób wzorcem starego mędrca. W tym czasie dzięki matce ma dostęp do tekstów buddyjskich, tłumaczeń Ewangelii, *Żywota Jezusa* Renana (wtedy na indeksie kościelnym). Jako nastolatek czyta Koran, Księgę Zohar (a niektóre fragmenty zna na pamięć), Stary Testament, szczególnie fragmenty dotyczące Hioba, Ezechiela i Jakuba, interesuje się tradycją judaistyczną: Baal Szem Tow, chasydami, oraz tekstami Martina Bubera. Jako młodzieniec metafizyki nauczył się poprzez sanskryt. Jak pisze, „w pewien sposób zacząłem prowadzić własne poszukiwania już jako młody chłopak, niemal samotnie... kontynuowałem tę pracę przez lata, ale mimo wszystko była to wciąż niemal praca osobista”²². Z okresu wczesnej młodości wspomina o konstruktywnym sporze z księdzem Franciszkiem Tokarzem, o kontaktach w „Jagiellonce” z sanskrytolog Heleną Willman-Grabowską czy indologiem Marią Krzysztofem Byrskim. „Przeglądałem wtedy w czytelni literaturę o filozofii indyjskiej, oficjalnie zakazaną [...]”²³. Jego panteistyczne, uniwersalne spojrzenie na doświadczenia mistyczne czy transpersonalne przejawia się w otwartości na wszystkie kultury i religie:

Istnieje sanskryckie słowo sanatanadharma na określenie czegoś, co obejmuje wszystkie korzenie. W moim przypadku nie ma to nic wspólnego z synkretyzmem [...] Z całą pewnością myślenie w kategoriach jednej religii jest mi obce, więc od wczesnej młodości obok chrześcijaństwa było we mnie doświadczenie hinduizmu. To było zawsze obok siebie. Rzeczywistość to jest dla mnie „i...i...”, a nie „albo...albo...”, zaś prawdziwym zagadnieniem jest nie to, czy wierzysz w Boga, ale czy doświadczasz Boga²⁴.

Poszukiwania Grotowskiego w związku z pytaniem: „Kim jestem?”, trwają przez całe jego życie. Odpowiedzi szuka u wielu. W późniejszym okresie nie tylko – w konkretny sposób – w naukach Gurdżijewa, ale u wielu przedstawicieli psychologii analitycznej i humanistycznej. W rozdziale *Światopogląd Grotowskiego i Laboratorium* Osiński odwołuje się do postulatu „ludzkiej całkowitości” reprezentowanej w pracach Zygmunta Freuda, Carla Gustawa Junga, Ericha Fromma czy Rollo Maya. W zespole Grotowskiego studiowano prace Kazimierza Dąbrowskiego o dezintegracji pozytywnej, teksty psychiatrów i humanistów, takich jak Antoni Kępiński i Kazimierz Jankowski²⁵. „Nie jestem ani uczonym, ani naukowcem. Czy jestem artystą? Prawdopodobnie tak. Jestem rzemieślnikiem w dziedzinie zachowań ludzkich w warunkach meta-codziennych”²⁶ – mówił o sobie Grotowski podczas pierwszego wykładu jako nowo powołany profesor Collège de France:

²² Ibidem, s. 753.

²³ Z. Osiński: *Spotkania z Jerzym Grotowskim. Notatki, listy, studium*. Słowo/Obraz Terytoria, Gdańsk 2013, s. 157.

²⁴ Ibidem, s. 163.

²⁵ Por. Z. Osiński: *Grotowski i jego laboratorium*. Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 1980, s. 269.

²⁶ Z. Osiński: *Grotowski w Collège de France: lekcja pierwsza*. „Didaskalia. Gazeta teatralna” 1997, nr 18, s. 3.

Jeśli miałyby siebie mienić artystą, to zdefiniowałyby sztukę jako rodzaj poznania mistycznego. Sztuka jest kształtem poznania, kształtem poznania świata w aspekcie jego jedności z nami samymi, poznania nas samych w aspekcie naszej jedności ze światem obiektywnym [...] jest manifestacją poznania jedności własnego, „odrębnego”, przemijającego „ja” ze światem niepodzielnym i nieskończonym; jest niejako manifestacją zatartej granicy [...]”²⁷.

I dalej:

[...] w tym aspekcie sztuki kryje się przeżycie wieczności, przezwyciężenie śmierci, oczywiście w sensie czysto laickim, areligijnym czy nawet antyreligijnym. Jest to wieczność doznawana w teraźniejszości, bez nadziei wieczności [...]”²⁸.

Związki między mistyką o charakterze świeckim, psychologicznym i uniwersalistycznym a sztuką są oczywiste. Natomiast zderzenie sztuki i religii to dla niego dwa odległe światy:

Religia izoluje człowieka od ludzi i przyrody. Sztuka – jednocząc nas ze światem – przywraca jednostkę całości: ludziom i przyrodzie. „Powrót” do jedności. Jest to jednak „powrót” szczególny: człowiek poznaje siebie już nie jako przedmiot, ale jako podmiot nieskończonej jedności świata, jej świadomość, jej intelekt twórczy²⁹.

„Podróż na Wschód”

Grotowski odbył kilka „podróży na Wschód” w sensie realnym, a nie metaforycznym³⁰. Miał też szereg pozycji książkowych dotyczących nauk Śri Raman Maharisiego, Śri Aurobindo czy wspomnianego Paula Bruntona. Latem 1970 roku odbył wielce znaczącą wędrowkę po Indiach, która sprawiła, że miał z niej wrócić całkowicie odmieniony – nie tylko fizycznie, ale również duchowo. Niedługo po przełomowej podróży do Indii udzielił wywiadu na łamach „Teatru”, gdzie wypowiedział takie słowa:

Spotkanie ze Wschodem, już nie w sensie teatralnym, ale szerszym, ludzkim, wydaje mi się samo w sobie sprawą istotną. Ktoś bardzo ładnie powiedział, zacytuję to: „Europejczyk, który nigdy nie widział Indii, przypomina mężczyznę wychowywanego przez całe życie w zakładzie dla chłopców, który nigdy nie widział dziewczyny” i zaraz dodaje: Widzę zresztą pewne niebezpieczeństwo: Europejczycy nieraz udają się na Wschód, aby stać się „ludźmi Wschodu”. To z góry chybione i niedorzeczne³¹.

²⁷ Ibidem.

²⁸ Ibidem.

²⁹ J. Grotowski: *Sztuka – codzienność – śmierć*. W: Idem: *Teksty zebrane...*, s. 981–982.

³⁰ Najpierw w latach 60. Grotowski m.in. odwiedził aśramę prowadzoną przez ojca Griffithsa.

³¹ *Spotkanie z Grotowskim*. Podał do druku P. Flaszen. „Teatr” 1972, nr 5, s. 17–20.

Brat Jerzego, Kazimierz, relacjonował jego podróż do Indii w roku 1970, kiedy samotnie przyłączył się on do dwóch sadhu wędrujących od świątyni do świątyni, aby zaopatrzony tylko w miseczkę żebraczą doświadczyć namiastki ascezy indyjskich poszukiwaczy duchowości³². Zapewne Grotowski na własnej skórze sprawdził moc duchowości indyjskiej i trudno powiedzieć, że była to jakaś autokreacja na „guru”. Bo niby dla kogo? W moim odczuciu była to konfrontacja z jego prywatną „jogą”. Chciał sprawdzić to, co było dla niego znaczące w książce Bruntona. I na pewno nie chodziło mu o zastosowanie w swoim życiu reguł jogi klasycznej według Patańdzalego, o czym wspominał w czasie wykładu w Collège de France, mówiąc o Śri Ramanie Maharisim³³. Bardzo pomocne w zrozumieniu faktycznej roli jogi i duchowości indyjskiej w osobistym życiu Grotowskiego są wypowiedzi przyjaciół teatralnych prezentowane w ogólnie dostępnym filmie *Jerzy Grotowski. Próba portretu*³⁴. Eugenio Barba, twórca Odin Theater, mówi wprost o idei teatru, który faktycznie był rodzajem odosobnienia, wyspy, aśramy: „Byliśmy w Opolu, w tej szarej dziurze, i marzyliśmy. O czym marzyliśmy? O duchowej rzeczywistości, której można doświadczyć poprzez pracę. Poprzez pracę w teatrze [...] I czuliśmy, wiedzieliśmy, że teatr może być czymś w rodzaju jogi”³⁵. Peter Brook mówi: „Grotowski był duchowym badaczem. To jest to, co wziął od Stanisławskiego. Był naukowcem w tym sensie, że próbował zrozumieć z coraz większą precyzją, jak funkcjonuje ludzki organizm, a w szczególności to, co rozumie się poprzez ludzkie energie”³⁶. Rena Mirecka, Maja Komorowska, Ludwik Flaszen, Jerzy Gurawski, bliscy współpracownicy podczas opolskiej fazy pracy Grotowskiego, wspominają o jego „poszukiwaniach czegoś niemożliwego” – nie dotyczyło to tylko jego kilkunastominutowego stania na głowie. Raymonde Temkine, autorka pierwszej francuskojęzycznej książki o Grotowskim, mówi:

Myślę, że to właśnie tam, w Indiach, znalazł to, czego szukał. Spotkał tam rodzaj kogoś, istnienie, duchowego przewodnika – można powiedzieć. Było w nim coś, co dążyło do tego typu duchowości³⁷.

Specyficzną atmosferę sprzyjającą tego rodzaju pracy stwarzała Brzezinka. Był to leśny ośrodek teatru, który stał się rodzajem „aśramy”. O wyjątkowości tego miejsca wielokrotnie sam jako uczestnik słyszałem zarówno od współpracowników Grotowskiego, Reny Mireckiej czy Tomasza Rodowicza, jak i od innych uczestników biorących udział w Teatrze Źródeł. Mówili, że po przejściu

³² W książce Jamesa Slowiaka i Jairo Cuesty opowiadającej o podróży indyjskiej Grotowskiego, gdzie odnalazł swoją drogę z dzieciństwa, wymieniono miejsce kultu Ramakryszny, Bodh Gaja – miejsce oświecenia Buddy, czy spotkanie z Matką z Pondichery, towarzyszką życia Sri Aurobindo.

³³ Było to 26 stycznia 1998 r., w czasie ostatniego publicznego wystąpienia Grotowskiego.

³⁴ *Jerzy Grotowski. Próba portretu*. Reż. M. Zmarz-Koczanowicz. Scen. Z. Osieński. Polska 1999. Film jest dostępny na YouTube: <https://www.youtube.com/watch?v=8gz3-BBIDrA> [data dostępu: 4.11.2021].

³⁵ Ibidem, 0:17:02–0:17:22; 0:17:38–0:17:41.

³⁶ Ibidem, 0:12:03–0:12:31.

³⁷ Ibidem, 0:31:53–0:32:12.

bramy „otwierała się tajemnica”. Natomiast jeden z jogów baulów, Abani Bisvas, wraz z grupą sprowadzony z Kalkuty i pracujący z głosem, nazywał Grotowskiego „Joyguru” i porównywał go do guru lub indyjskiego mnicha. Peter Brook wspomina, jak pewnego dnia trzydziestoletni Grotowski ujawnił swoją głęboką tęsknotę, mówiąc: „Przed śmiercią chciałbym na chwilę przekroczyć formy, formy życia, i żyć tym, co znajduje się poza nim”³⁸. Pisze o fundamentalnym znaczeniu dla jego życia, a w symbolicznym znaczeniu także w odniesieniu do śmierci, podróży do Indii³⁹, ale należy dodać, że zarazem przestrzegał przed jakimkolwiek naśladownictwem indyjskiego sposobu przekraczania form⁴⁰. W czasie jednej z dyskusji na temat Grotowskiego Zbigniew Osiński stwierdził: „Grotowski bez Indii jest po prostu nie do ugryzienia”. Podobną opinią, o „promieniującym Grotowskim”, dzieli się Leszek Kolankiewicz, lecz w odniesieniu do koncepcji indywiduacji, po zapoznaniu się z pracami Carla Gustawa Junga⁴¹.

Sam urodzony na „małym” wschodzie Polski Grotowski Ignął do tej „kolebki”, czyli „wielkiego Wschodu”, i czuł go. Oto obszerny fragment wystąpienia w Rzymie w roku 1975, kiedy mówił tak:

Pytacie dalej o przyczyny mojego zainteresowania Wschodem, o moje odniesienia do jogi czy zen. Już od wczesnej młodości ciekawiły mnie wszelkie techniki wyzwajające. Wyzwalające od czego? Od uwarunkowań okoliczności i czasu. Przyczyną tego zainteresowania była jakaś przyrodzona ciekawość, ale też dość jasna świadomość, że czas, który jest mi dany, bardzo jest ograniczony. Kiedy jednak mówię o wyzwoleniu od uwarunkowań, nie mam na myśli czegoś mistycznego, tajemniczego, przeciwnie – chodzi mi o coś wyjątkowo prostego, o coś, co można by nazwać ekonomią uwagi. Niemal bez przerwy żyjemy przeszłością albo przyszłością: resentymentem albo marzeniem, smutkiem, że coś straciliśmy, albo strachem przed tym, co nas czeka. Paradoksalnie więc wyzwolenie oznacza – żyć w tym, co jest teraz. Chodzi o ostateczną prostotę bycia, o bycie odwarunkowane, o bycie w pełni naszych możliwości. To właśnie było dla mnie zawsze naczelną pokusą –

³⁸ P. Brook: *Jakość i rzemiosło*. W: Idem: *Teatr jest tylko formą. O Jerzym Grotowskim*. Tłum. A. Kasznia. Instytut im. Jerzego Grotowskiego, Wrocław 2007, s. 67.

³⁹ Por. ibidem, s. 61–62.

⁴⁰ Jednym z najważniejszych pytań Petera Brooka jest pytanie o rezygnację z bezsensownego imitowania i naśladownictwa czegoś, co odgrywa swą rolę w jednej kulturze, a w innej już nie. „Widziałem w Indiach nadzwyczajne obrzędy, o których opowiadałem z entuzjazmem przyjaciółom. Trzy miesiące później zobaczyłem je w Anglii na festiwalu poświęconym Indiom. Gesty były te same, ale wszystko wyglądało żałośnie” (ibidem, s. 71). Jego poszukiwanie, podobnie jak i Grotowskiego, Stanisławskiego czy Osterwy, polegało na odszukiwaniu owych własnych „obrzędów i gestów”.

⁴¹ Można powiedzieć, że trzon osobistych zainteresowań Grotowskiego jest oparty na pracach Junga, traktatach jogi, działaniach Grigorija Gurdżijewa oraz chasydyzmie. To kanoniczne konteksty, w których zwykło się również umieszczać jego pracę wokół-teatralną. Są to z pewnością tylko cenne tropy interpretacyjne, ale gorzej, gdy stają się one także jedynym kontekstem, w którym sytuuje się jego życie, zarówno osobiste, jak i teatralne. Zob. *Na drodze do kultury czynnej. O działalności Instytutu Grotowskiego Teatr Laboratorium w latach 1970–1977*. Oprac. L. Kolankiewicz. Instytut Aktora – Teatr Laboratorium, Wrocław 1978.

kiedy byłem młody, raczej z powodu ciekawości, teraz więcej z powodu wieku po prostu – jak nie być letnim? Jak być całym sobą? Kiedy ma się tego rodzaju pokusę, prędzej czy później trafia się na jakieś wiadomości o technikach azjatyckich, jak joga, zen czy szamanizm⁴².

W tekście *Droga* Grotowski tak wyraża swoje mityczne poszukiwanie:

Dla mnie to wszystko jest związane w dalekiej perspektywie z pojęciem podróży na Wschód. Nie chodzi tu o wyprawę do Indii, do Tybetu czy do Japonii. Istnieje w naszym języku to niezwykle sprzężenie kierunku z początkiem: wschód geograficzny – wschód słońca. Podróż na Wschód to podróż do wschodu, do początku. Ale też podróż dosłownie⁴³.

W ramach „podróży na Wschód” Grotowski mówi o kroku dalej, o „akcji w drodze”, czyli nie o odgrywaniu czy powtarzaniu jakichś zdarzeń w przestrzeni symbolicznej, wykoncypowanej i dziejącej się w ustalonym, czyli umownym, czasie, ale o drodze rzeczywistej, „dosłownie w czasie drogi i w całej jednorazowej dosłowności ludzkich działań”⁴⁴. „Podróż na Wschód” zaczyna funkcjonować nie tylko w kategoriach metafory, ale również w rzeczywistości przygotowywanej przez „młodszą część zespołu Teatru Laboratorium” i to się działo w fazie postteatralnej, tylko przerwanej przez stan wojenny⁴⁵.

Joga w fazie teatralnej

Grotowski często powołuje się na swoich teatralnych mistrzów, tj. Konstantina Stanisławskiego⁴⁶ i Jewgienija Wachtangowa, którzy byli zainteresowani włączeniem w pracę z aktorami praktyk jogi. Wiele o metodach ich pracy ujawnia książka *Stanislavsky and Yoga*⁴⁷, napisana przez teatrologa Siergieja Tcherkasskiego. Według autora w metodzie Stanisławskiego wykorzystano szereg praktyk inspirowanych jogą klasyczną. Wymienia on między innymi: techniki relaksacyjne, pracę z praną oraz energią psychiczną, koncentracją umysłu i wizualizacją. Stanisławski zafascynowany był koncepcją nadświadości opisywanej przez Yogiego Ramacharakę⁴⁸.

⁴² J. Grotowski: *Być obecnym – tu i teraz*. W: Idem: *Teksty zebrane...*, s. 1085.

⁴³ J. Grotowski: *Droga...*, s. 1119.

⁴⁴ J. Grotowski: *Hipoteza robocza. Teatr Laboratorium po dwudziestu latach*. „Polityka” 1980, nr 4, s. 1 i 10.

⁴⁵ Por. Z. Osiński: *Grotowski wytycza trasy. Studia i szkice*. Pusty Obłok, Warszawa 1993, s. 143.

⁴⁶ Konstantin Stanisławski w 1898 r. razem z Władimirem Niemirowiczem-Danczenką napisał *Manifest przyszłości teatru* i założył Moskiewski Teatr Artystyczny (MChT).

⁴⁷ Zob. S. Tcherkasski: *Stanislavsky and Yoga*. Routledge, London–New York 2016.

⁴⁸ Pseudonim Williama Walkera Atkinsona, autora, mistyka i wydawcy książek ezoterycznych oraz pioniera Ruchu Nowej Myśli (American New Thought Movement). Innym jego pseudonimem był: Theron Q. Dumont.

Przejęty przez Grotowskiego termin *organiczność* również został wzięty z metody Stanisławskiego, który nigdy go nie zdefiniował, ale zakładał, że jest to ciągle obecny strumień energii. To, co twórca Teatru 13 Rzędów robił w obrębie sztuki performatywnej, wymykało się klasyfikacjom i kategoriom, gdyż jego poszukiwania miały znacznie szerszy niż tylko artystyczny sens. Trening polegał nie tyle na „dodawaniu” i uczeniu aktora warsztatu przekazywania siebie, ile na „ogółaniu” i „oduczaniu”. W jednym z tekstów Grotowski bardzo wyraźnie podkreśla, jaka jest rzeczywista rola aktorskiego treningu: „Trening i odtrenowanie nie służą do tego, żeby je stosować, służą temu, żeby być, żeby być żywym, żeby być obudzonym”⁴⁹. W tym wypadku i w tej fazie jego pracy ewentualne techniki inspirowane jogą miały za zadanie wyostrzyć świadomość aktora w odróżnianiu tego, co jest jedynie „wytrenowane”, od tego, co jest „własne i osobiste”. William Shephard w swojej korespondencji⁵⁰, powołując się na sześciomiesięczny staż w Teatrze Laboratorium w 1970 roku, wspomina o praktykach hathajogi. Wymienia też znanych artystów i reżyserów teatralnych, którzy pod wpływem stażu mieli zmienić swoje życie oraz artystyczne zainteresowania – byli to między innymi: Olympia Dukakis, Richard Schechner czy Andre Gregory. Z kolei Jennifer Kumiega w swojej książce *The Theatre of Grotowski* przypomina wczesny etap jego zainteresowań – opisuje techniki i metody pracy nawiązujące do treningu inspirowanego praktykami jogi⁵¹. Natomiast w tomie Stephena Wangha *An Acrobat of the Heart... cały rozdział *Les Exercices Corporels* poświęcony jest ćwiczeniom, które inspirowane są asanami jogi⁵². Grotowski w książce-manifeście *Ku teatrowi ubogiemu (Towards a Poor Theatre)* wspomina o jodze opartej na ćwiczeniach koncentracji i mającej być pomocą w treningu aktorskim. W *Ćwiczeniach...* przyznaje, że punktem wyjścia praktyk fizycznych są asany hathajogi, ale jednocześnie podkreśla ich konkretną przydatność oraz poddanie się naturalnemu poszukiwaniu swoich ruchów i pozycji tak, aby stwarzać własną sekwencję za każdym razem od nowa⁵³. Jak twierdzi, nie może być żadnego stereotypu czy imitowania innych, jest to zawsze improwizacja i poszukiwanie, ale mające swoją podstawę, można powiedzieć, jako „ustrukturalizowana improwizacja”⁵⁴, dająca również subiektywne poczucie zintegrowania ciała i świadomości. Podobnie było z ćwiczeniami oddechowymi niezbędnymi do pracy z głosem, które zostały zapożyczone z pranajamy. W ćwiczeniach Grotowski przyjmował trzy rodzaje oddychania: piersiowe, brzuszne i całkowite, ale jakiegokolwiek dogmatyzowanie, że któreś jest bardziej wskazane czy właściwe, uważał za nieuzasadnione. Podobnie z regulacją przepływu powietrza alternatywnie przez nozdrza,*

⁴⁹ Jerzy Grotowski – dwadzieścia lat działalności. Rozmawiał U. Volli. Tłum. A. Górka. W: J. Grotowski: *Teksty zebrane...*, s. 699.

⁵⁰ Zob. W. Shephard: *Acting as Bliss: a Mythic Approach*. Dostępne w Internecie: <https://owendaly.com/jeff/grotows8.htm> [data dostępu: 20.10.2018].

⁵¹ Zob. J. Kumiega: *The Theatre of Grotowski*. Methuen Ltd., London–New York 1985.

⁵² Zob. S. Wanga: *An Acrobat of the Heart: A Physical Approach to Acting Inspired by the Work of Jerzy Grotowski*. Vintage Books, New York 2000, s. 43–74.

⁵³ Por. J. Grotowski: *Ćwiczenia*. Przygotował do druku L. Kolankiewicz. W: J. Grotowski: *Teksty z lat 1965–1969: wybór*. Wiedza o Kulturze, Wrocław 1990, s. 87–110.

⁵⁴ Termin użyty w: J. Słowiak, J. Cuesta: *Jerzy Grotowski*. Przeł. K. Dylewska. Wydawnictwa Uniwersytetu Warszawskiego, Warszawa 2010, s. 190.

co było oczywistym odwołaniem do praktyki nadiśodhany i pranajamy anuloma-wiloma. Owszem, aktor miał próbować, ale tylko po to, aby zbadać własne oddychanie i poszukiwać oddychania naturalnego. Grotowski sygnalizował przy okazji nieograniczoną możliwość poszukiwania swego oddechu⁵⁵, na przykład wskazując nie na kilka, ale co najmniej dwadzieścia cztery rezonatory w ciele⁵⁶. Ciało „staje się przewodem drożnym dla energii i odnajduje związek między rygiorem elementów a strumieniem życia (spontanizacją)”⁵⁷. Dla wdrożonych w jogę jest oczywiste, że na tym polega praca z praną w jodze, a ciało jest instrumentem dla jej przepływu. Energia ciężka czy gruba ulega transformacji w lekką lub subtelną, a wówczas świadomość staje się bliższa zauważaniu tego, co – jakby to nazwał Stanisławski czy Grotowski – staje się „organiczne”.

Wypowiedzi te dotyczyły okresu najbardziej twórczego, jeśli chodzi o fazę teatralną, czyli drugiej połowy lat 60. i początku lat 70. Wprawdzie początkowo Grotowski wyraźnie odcinał się od adaptacji ćwiczeń jogi do treningu aktorskiego, niemniej w późniejszym czasie zweryfikował swoje poglądy. Czynił to szczególnie w czasie wykładów w Collège de France w 1997 roku, w czasie których otwarcie przyznawał, że w tym właśnie teatralnym okresie ćwiczenia fizyczne inspirowane jogą fizyczną pomagały skupić się w czasie prób czy przed spektaklem. Jak tłumaczył, „nie mając nic innego w zanadru”, zaproponował kolegom, a szczególnie Ryszardowi Cieślakowi⁵⁸, aby „wyjść właśnie od hatha jogi”⁵⁹. Jego zestaw ćwiczeń miał nawiązywać do demonstrowanych asan, jak w filmie Petera Oswalda *Jogowie*. Wspomina o tym również Virginie Magnat⁶⁰, interpretując słowa Grotowskiego wypowiedziane przez niego podczas szóstego wykładu dla Collège de France. Oto dłuższa wypowiedź reżysera na temat ćwiczeń ruchowych w przygotowaniu aktorów, udzielona Richardowi Schechnerowi oraz Theodorowi Hoffmanowi:

Ruch, który jest spoczynkiem [...] krążenie uwagi [...] prąd ujrany w przełocie, gdy jest się w ruchu [...] Cisza. Pełna cisza. Obejmuje to też jego myśli. Zewnętrzna cisza działa jak bodziec. Jeśli panuje absolutna cisza i jeśli przez kilka chwil aktor nie robi absolutnie nic, zaczyna się cisza wewnętrzna i to ona zwraca jego całą naturę w stronę jej źródeł [...] Wszystkie ćwiczenia ruchowe miały na początku zupełnie inną funkcję. Ich ewolucja jest wyni-

⁵⁵ Fizjolog i znawca technik jogi Mukund Bhole z Kaivalyadhama Yoga Institute w czasie swoich warsztatów inspirował do wykonywania praktyk oddechowych prawie nieograniczoną liczbą fizycznych miejsc ciała, zarówno powierzchnią ciała, jak i punktami uwewnętrznionymi.

⁵⁶ Prawdopodobnie obserwowanie śpiewających baulów czy kontakt z nadajoginami w czasie wypraw indyjskich pozwoliły mu na szersze spojrzenie na oddech i głos.

⁵⁷ J. Grotowski: *Od zespołu teatralnego do Sztuki jako wehikułu*. Tłum. M. Złotowska. W: J. Grotowski: *Teksty zebrane...*, s. 847.

⁵⁸ Główny aktor Teatru Laboratorium, który w latach 70. prowadził staże i warsztaty dotyczące ciała. W Internecie dostępne są materiały filmowe, na których widać, na czym polegała jego metoda.

⁵⁹ V. Magnat: *Wykłady Grotowskiego w College de France*. Cz. 6. „Didaskalia. Gazeta teatralna” 2006, nr 73/74, s. 93.

⁶⁰ Ibidem, s. 93–97.

kiem wielu eksperymentów. Zaczęliśmy na przykład od jogi, nakierowanej na całkowitą koncentrację. Czy jest prawdą – pytaliśmy – że joga może dać aktorom siłę koncentracji? Zauważyliśmy, że wbrew naszym nadziejom stało się coś odwrotnego. Była pewna koncentracja, ale introwertyczna [...] Ale zauważyliśmy także, że pewne pozycje jogi bardzo pomagają naturalnym reakcjom kręgosłupa; prowadzą do pewności własnego ciała, do naturalnej adaptacji do przestrzeni. A zatem dlaczego ich się pozbywać? Wystarczy zmienić tylko ich przebieg. Zaczęliśmy badać, szukać w tych ćwiczeniach różnych typów kontaktu. Jak moglibyśmy przekształcić elementy fizyczne w elementy kontaktu międzyludzkiego⁶¹?

Dlatego też, jak uzasadnia Grotowski, aktor, uczestnik czy poszukiwacz doświadczaający wewnętrznego procesu przemienia go w proces zewnętrzny. Proces zewnętrzny powoduje specyficzną, wręcz sakralną więź z uczestnikami kolejnych przedsięwzięć. Owo misterium „połączenia”, które szczególnie odczuwane było podczas okresu para-teatru czy teatru uczestnictwa, bywało posądzane o bycie rodzajem kultu czy sekty⁶². To czas, gdy pojawiają się zarzuty co do metody Grotowskiego, a mianowicie „rozbrojenia” z wszelkich mechanizmów obronnych, aby być gotowym do interakcji oraz odpowiedzi na znacznie szersze pytanie o to, „jak żyć?”. W roku 1972 na łamach wrocławskiej „Odra” pisze:

W jakimś momencie drogi życiowej znaleźliśmy się w takim, a nie innym zawodzie, i na obszarze tego zawodu zaczynaliśmy szukać odpowiedzi na pytanie, to, o którym wspomniałem: jak żyć by można; i dalej, jak żyć by można, gdyby zamiast grać – nie grać, gdyby zamiast się ukrywać – nie ukrywać, właśnie odwrotnie niż w teatrze... i w życiu. Ale gdybyśmy działali na innym polu, szukalibyśmy również odpowiedzi, i na to samo pytanie⁶³.

Joga w fazie postteatralnej

Faza działań postteatralnych trwa przez kilkanaście lat, a jej kulminacyjnym projektem jest Teatr Źródeł. Rozpoczynając przedsięwzięcie, Grotowski wskazuje na punkt wyjścia powiązany z przełamaniem w sobie „dwóch murów”. Jeden jest w nas samych, a drugi przed nami. Pierwszy dotyczy introspekcji w odczuwaniu w sobie „zapomnianych energii”, a drugi – percepcji w przełamywaniu barier oddzielających nas od rzeczywistego i bezpośredniego postrzegania „tego, co jest”. W tej fazie pracy Grotowski eliminuje podział na widzów i aktorów, są tylko uczestnicy działań. Wszyscy uczestnicy wcześniejszych projektów, takich

⁶¹ Wywiad z Grotowskim. Rozmawiali R. Schechner i Th. Hoffman. Tłum. G. Ziółkowski. W: J. Grotowski: *Teksty zebrane...*, s. 334–335.

⁶² O czym pisze w swojej książce J. Łoziński (*Pantokrator*. Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wrocław 1979) oraz ćwierć wieku później B. Wildstein (*Mistrz*. Świat Książki, Warszawa 2004).

⁶³ J. Grotowski: *Jak żyć by można*. „Odra” 1972, nr 4, s. 34.

jak *Drzewo Ludzi* czy *Przedsięwzięcie Góra*, łącznie z liderami wyznaczonymi przez Grotowskiego, są dla siebie „partnerami w działaniu”. Chodzi też o coś więcej niż złamanie podziału na „tego, który się wypowiada”, i „tego, który odbiera tę wypowiedź”, już wyraźnie odczuwalne w *Apocalypsis* – chodzi o zbudowanie specyficznej więzi typu *communitas*. Zmieniają się więc wymagania dotyczące autodyscypliny, gotowości bycia z innymi, całkowitego włączenia się czy zwykłej wytrzymałości fizycznej, i to one są podstawą wstępnych warunków uczestniczenia. Większość kwalifikacyjnych rozmów przeprowadza Grotowski, gdyż zdaje sobie sprawę z rozszerzania swojego „laboratorium” na spontaniczne międzyludzkie interakcje, których nie jest w stanie do końca przewidzieć, dlatego potrzebne mu są w tej fazie pracy osoby o ukierunkowanych predyspozycjach. Definiuje zatem warunki, które powinien spełniać uczestnik:

[...] zainteresowany człowiek z zewnątrz jest tu testorem – czynnikiem obiektywizacji (weryfikacji) stosowanej praktyki. Aby jednak realnie być testorem, musi mieć możliwości (i ciekawość) wchodzenia w praktykę – i to precyzyjnie, co jest sprawą nie tyle zdolności, ile samodyscypliny⁶⁴.

Wskazuje także ewentualne inspiracje dla tego uczestnictwa:

Mówiłbym raczej o technikach źródłowych. Można dać przykłady z kilku kultur: techniki misteryjne, joga (istnieje dramatyczno-muzyczna forma jogi pod nazwą bauli), zjawiska z pogranicza japońskiego zen i teatru no, procesy przeistoczenia (nawiedzenia) w kulturach murzyńskich, niektóre techniki indiańskie...⁶⁵.

Podczas działań w Brzezince Grotowski, niczym badacz, obserwuje i testuje, na ile intensywna „joga przestrzenna” wygasza umysł dyskursywny i pozwala świadomości na pozostawanie w neutralności, czymś, co określa jako rodzaj pasywnego przepływu bez koncentracji na niczym. Podczas krótkich rozmów sprawdza, na ile uczestnik jest już gotowy osiągnąć „ten oczekiwany stan”:

W przedsięwzięciu Teatr Źródeł nie stawiamy sobie słynnego pytania, jak zatrzymać potok naszego umysłu, tę dziwną mieszaninę myśli, wspomnień, marzeń, wyobrażeń, uczuć, fantazji. Patrząc na siebie z zewnątrz, nie mogę naprawdę wiedzieć, czy, obiektywnie, zatrzymałeś ten potok, ale mogę wiedzieć, czy milczysz. Cisza zewnętrzna, jeśli ją zachowujesz, przybliży cię do ciszy wewnętrznej⁶⁶.

Zapytywałem siebie jako uczestnika tych działań, ale też Grotowskiego pomiędzy poszczególnymi blokami treningu, czy ich istotą jest jedynie cisza umysłu – a może coś więcej? Wówczas zdawałem sobie sprawę, i to też sugerował

⁶⁴ J. Grotowski: *Hipoteza robocza...*, s. 10.

⁶⁵ J. Grotowski: *Pogadanka o teatrze dla młodzieży szkolnej*. „Dialog” 1980, nr 2, s. 133.

⁶⁶ J. Grotowski: *Teatr Źródeł...*, s. 758.

Grotowski, że największą przeszkodą odnalezienia i doświadczenia „swojej unikalnej techniki” wyciszającej poruszenia umysłu, podobnie jak w jodze, są praktyki, które wymagają czasu. Jednak powtarzanie przez dłuższy czas tych technik w środowisku naturalnym, nawet przez kilka dni i nocy z rzędu, miało także spowodować, że ukierunkowany strumień fenomenów świadomościowych najpierw wyciszy świat zewnętrzny, potem wewnętrzny i na końcu da „doświadczenie scalenia” z otaczającym miejscem.

Pisząc o tej fazie, mam wrażenie, że jest to czas, kiedy Grotowski testuje, jak daleko może się posunąć w adaptacji źródłowych technik. Często zmienia akcenty i nazwy, co nie ułatwia rozpoznawania „źródeł”, z których czerpie. W jednym miejscu wprost powołuje się na praktyki jogi, w innym przyznaje, że joga w klasycznym ujęciu wymaga więcej czasu oraz nauczyciela, który prowadzi ucznia. Jeszcze w innym wskazuje na nieadekwatność stosowania jogi jako techniki medytacyjno-kontemplacyjnej w czasie Teatru Źródeł, gdyż taka może działać „hibernacyjnie”⁶⁷. Jednak w praktyce, w czasie działań w Brzezince, pojawiają się też niemal klasyczne praktyki psychofizyczne zbudowane z sekwencji tradycyjnych asan⁶⁸. Tak jak drugiego dnia, wieczorem, na leśnej polanie, poznałem wraz z innymi uczestnikami sekwencję dwunastu pozycji ciała, pozostając przez cały czas w ruchu, z pełną uważnością i obserwacją dookolnej przestrzeni, w połączeniu ze specyficzną koncentracją wzroku, przemieszczając się w czterech kierunkach. Miałem również okazję w tym czasie nie tylko czynnie brać udział, ale też rozmawiać o tych „ćwiczeniach” z Grotowskim – o praktykach inspirowanych jogą⁶⁹. Odnosiłem wrażenie, że z jednej strony akceptował ducha praktyki wyrażającego się w dyscyplinie ciała, pracy z wewnętrzną energią czy w ukierunkowaniu umysłu, a z drugiej strony dość zdecydowanie odcinał się od wszelkich „szufladek” mogących sugerować powiązania z ustalonymi technikami czy metodami. Takie ambiwalentne podejście można znaleźć także w wielu opracowaniach pisemnych jego wypowiedzi. Innym razem mało precyzyjnie wyjaśniał, że nie chodzi o jogę, ale o „czynne techniki archaiczne”⁷⁰. Można by rozumieć w tym wypadku, że chodzi o takie techniki, które poprzedzają jogę i które, chociaż nieujawnione, są w nas obecne⁷¹. Dla mnie zrozumiałe są intencje Grotowskiego i jestem w stanie przyjąć zalecenie, aby „obecne w każdym z nas, a nie ujawnione praktyki” miały charakter ulotny i niepowtarzalny. Jak uprecyzynia: aby „wszystkie nasze ćwiczenia ewoluowały, jak nigdy nie były czymś ortodoksyjnym, zawsze były tylko przejściem i zawsze czymś zindywidualizowanym”⁷². Tak też rozumiem jakiegokolwiek praktyki jogi. Natomiast jestem pewien, że taki opis nie jest w stanie wyjaśnić istoty tych działań komuś „z zewnątrz”.

⁶⁷ Zob. *ibidem*, s. 756–757.

⁶⁸ Bardziej szczegółowo o „jodze otwartej przestrzeni” w praktycznym wymiarze treningu piszę w: L. Kulmatycki: *Przestrzeń ruchu. Próba opisu pracy w ramach Teatru Źródeł 9–15 czerwca 1980*. „Didaskalia. Gazeta teatralna” 2009, nr 2, s. 117–127.

⁶⁹ Działo się to podczas pobytu w Brzezince w dniach 9–15 czerwca 1980 r.

⁷⁰ J. Grotowski: *Działanie jest dosłowne*. „Dialog” 1979, nr 9, s. 95.

⁷¹ J. Grotowski: *Oczami duszy mistrza*. „Tygodnik Kulturalny” 1979, nr 34, s. 3.

⁷² J. Grotowski: *O praktykowaniu romantyzmu*. „Dialog” 1980, nr 3, s. 117.

Dla mnie, jako uczestnika wielu parateatralnych przedsięwzięć, nie ulega wątpliwości, że „techniki archaiczne” mieściły w sobie jogę. W tym okresie Grotowski zaczyna używać terminu *wehikuł*: „W moim rozumieniu sztuka jako wehikuł równa się sztuka jako joga – i to jest jakby jedno piętro więcej. Istniało to w antycznych misteriach, w Egipcie, Grecji, a współcześnie istnieje na przykład u baulów w Indiach...”⁷³.

Joga jako „wehikuł”, joga jako „akcja”

Jeden z najbardziej kompetentnych badaczy życia i twórczości Grotowskiego, Leszek Kolankiewicz, o „sztuce jako wehikule” pisze, że prowadzone pod koniec życia przez reżysera prace „przypominały jogę, była to raczej joga zachodnia, jakiej narodził się prognozował Carl Gustav Jung – tworzona na podwalinach, które położyło pod nią chrześcijaństwo”⁷⁴. W latach 1982–1985, gdy Grotowski pracuje na uniwersytecie w Stanach Zjednoczonych, rozpoczyna etap traktowania elementów sztuki teatralnej jako środka, jako „wehikułu”. W ramach Dramatu Obiektywnego proponuje studentom praktykowanie „pewnych technik rytualnych i liturgicznych”, które mają wywołać „określone skutki energetyczne”⁷⁵. Do tych technik mają należeć tzw. fragmenty gry, czyli organony⁷⁶ i jantry⁷⁷. Jest to okres przejściowy pomiędzy Teatrem Źródeł a ostatnią fazą pracy Grotowskiego, która miała wyraźne cechy odosobnienia oraz skupienia się na indywidualnych działaniach treningowych. Można mówić o wręcz „klasztornej” czy „aśramowej” pracy. Grzegorz Ziółkowski wskazuje na trzy wątki przejawiające się u Grotowskiego w tym okresie jego poszukiwań, mianowicie „poszukiwanie organiczności, doświadczenie przezroczystej, poszerzonej świadomości oraz związek między rytuałem a teatrem”⁷⁸. Szczególnie interesujący jest wątek „kompensacji” w odniesieniu do doświadczenia organiczności. Można powiedzieć, że realizował ją u siebie poprzez „aktora i jego życie”.

Izolacja w Pontederze w sensie dosłownym pozwala mu na skoncentrowanie się tylko na szczegółach i pojedynczych osobach, z którymi współpracuje. Jak relacjonuje Osiński, trening z liderami zaczyna się zwykle od chodu-tańca⁷⁹, a następnie każdy przechodzi do swoich „dziewięciu” odblokowujących praktyk-cwiczeń, aby przejść do indywidualnego zestawu tanecznych ruchów. Wszystko

⁷³ Z. Osiński: *Spotkania z Jerzym Grotowskim...*, s. 161.

⁷⁴ L. Kolankiewicz: *Świntuch, bluźnierca, pantokrator, guru, heretyk, Grotowski*. Dostępne w Internecie: <http://re-sources.uw.edu.pl/reader/swintuch-bluznierca-pantokrator-guru-heretyk-grotowski/> [data dostępu: 20.10.2018].

⁷⁵ Z. Osiński: *Grotowski wytycza trasy...*, s. 283.

⁷⁶ Z greckiego to „organ” lub „narzędzie”.

⁷⁷ W kulturze indyjskiej to forma, narzędzie pracy z umysłem, instrument transformacji.

⁷⁸ G. Ziółkowski: *Guślarz i eremita*. Instytut im. Jerzego Grotowskiego, Wrocław 2007, s. 116–117. Ziółkowski na s. 116–117 cytuje Osińskiego, który opisał wystąpienia Grotowskiego na jednym z jego ostatnich paryskich wykładów.

⁷⁹ Zwanego na Haiti *yanvalou*, a poznanego przeze mnie w Indiach jako medytacja ruchu *jājarū*.

jest bardzo precyzyjne i ma swoją strukturę. Po tym przygotowaniu następuje coś w rodzaju rytuału, który jest „zawsze ten sam i za każdym razem – nie ten sam”⁸⁰. Po zakończeniu pracy w pomieszczeniu, czasami trwającej 10–12 godzin, następuje wyjście z sali na pobliskie wzgórze i tu w plenerze wykonywane są w ciszy jednogodzinne „sekwencje pozycji i przeciągnięć się ciała o nazwie »Motions«, wykonywane są w stronę sześciu kierunków, pierwszy jest wschód z otwartymi oczami i skierowanymi na panoramę i horyzont”⁸¹.

W roku 1997 odbyło się ostatnie wrocławskie spotkanie Grotowskiego dotyczące jego pracy. W czasie tego nocnego spotkania⁸² reżyser wraz z Thomasem Richardsem najpierw prezentowali film nakręcony na podstawie ostatniej fazy pracy Akcji w Workcenter w Pontederze, a następnie Grotowski opowiadał o czymś, co wprowadziło mnie najpierw w stan zagubienia, a następnie swoistego olśnienia. Mówił o „heretycko-jogicznym”⁸³ aspekcie swojej pracy i miałem wrażenie, że mówi otwartym tekstem. W pierwszej chwili zadawałem sobie pytanie: czego w czasie Akcji doświadcza performer? aktor? poszukiwacz? a może medium? Jak takiego kogoś nazwać? I czy „to coś, czego doświadcza”, a czego nie określa Grotowski, skumulowane jako „gruba” energia w dolnej części tułowia i spiralnie wznosząca się ku górze, aby zamienić się w energię „subtelną”, to jeszcze jedna z metafor wewnętrznej przemiany, czy może już kundalini⁸⁴ w czystej postaci? I od razu rodziło się pytanie: czy można oglądać jogina, który stopniowo dokonuje transformacji psychofizycznej w trakcie praktyk? Czy Richards, pisząc, że „pieśni tradycyjne” mają w sobie zakodowane „jakości wibracyjne jako narzędzie do transformacji energii”⁸⁵, odnosi się tylko do swojej „kolebki” kulturowej? Dla mnie jest to najbardziej tajemniczy czas Grotowskiego. W ostatniej fazie jego pracy pojawiają się takie terminy, jak: „centra energii witalnej, wibracja dźwięku przy jego intonowaniu, wertykalność poruszania się energii w ciele”⁸⁶. Jak podkreśla Richards, „Proces

⁸⁰ Z. Osiński: *Grotowski wytycza trasy...*, s. 292.

⁸¹ Ibidem, s. 295.

⁸² Spotkanie, w którym uczestniczyłem, odbyło się w Teatrze Polskim we Wrocławiu 3 marca 1997 r.

⁸³ W którymś momencie spotkania ktoś tubalnym głosem zapytał o „ryt”, w jakim Grotowski obecnie uczestniczy. Było to jedno z pytań w prowokujący sposób zmierzających do próby umiejscowienia „włoskiej fazy” jego eksperymentów.

⁸⁴ Koncepcja kundalini bez wątpienia była znana Grotowskiemu. Jak podkreślałem, nie był on zwolennikiem bezpośredniego „powoływania się” na archaiczne czy źródłowe techniki, ale był mistrzem w umiejętnym korzystaniu z wielu tradycji. Jedną z nich stanowiła tradycja jogi tantrycznej, gdzie najwyższa moc w ludzkim ciele określana jest w sanskrycie jako *bhūta-śuddhi* i nawiązuje w początkowym etapie do energii grubej (bliżej materii), a następnie przechodzi rodzaj transformacji w energię subtelną (bliżej psyche). Wiąże się to z kolei z poszczególnymi obszarami ciała, określanymi jako *sapta-bhūmi*, czyli siedem poziomów. To dla badaczy mógłby być osobny, niezmiernie interesujący obszar badań w odniesieniu właśnie do ćwiczeń określanych jako „Motions”.

⁸⁵ Grotowski pieśń jako narzędzie wertykalności porównuje z mantrą czy recytacją w kulturze Dalekiego Wschodu, jednak pieśni czy dźwiękowe wibracje powinny być związane z tradycją zachodnią lub kolebką Zachodu. Por. J. Grotowski: *Od zespołu teatralnego...*, s. 848.

⁸⁶ Ibidem, s. 849.

rozwoju dla każdego aktora w grupie ma swój własny przebieg”⁸⁷. Oglądając z zewnątrz Akcję, nie da się ukryć, że przypomina to specyficzną deklarację Richardsa dotyczącą ćwiczeń określanych jako „Motions”, które praktykuje się grupowo, poruszając się w pełnej koordynacji z innymi⁸⁸. Analogia do ruchów „jogi sufickiej” stosowanej przez Gurdżijewa wydaje się oczywista. Z informacji Richardsa wynika, że trening w Pontederze trwał zazwyczaj 10 godzin dziennie, a praktyka zmierzała do odblokowania poszczególnych centrów ciała na osi wertykalnej podczas pracy z wibracją, która „pojawia się, jak gdyby odpowiedź w różnych miejscach organizmu”⁸⁹. Co oznaczają te miejsca? I czy są konkretne punkty? Na to pytanie Grotowski odpowiada tak: „Najlepiej znane centra to te, które w tradycji jogi nazywa się czakrami. Można, rzecz jasna, w precyzyjny sposób odkryć obecność centrów energii w ciele [...]”, ale zaraz dodaje, że „jeśli zacznie się manipulować centrami, to naturalny proces zamienia się w rodzaj prac inżynierskich, co jest katastrofą. Staje się wtedy formą, cliché. Dlatego mówię »zbliżonym do czakr«”⁹⁰. W czasie szóstego wykładu Grotowski unika odpowiedzi o analogię do czakr, odwołując się do wieloznacznego terminu stosowanego przez Stanisławskiego, „jak gdyby” jednocześnie zastrzegając, że interesuje go subtelna transformacja i niemanipulacyjny charakter zmiany energii poprzez autosugestię⁹¹. Przepływowi owej wibracji ma towarzyszyć subiektywne odczuwanie świetlistości płynące nie tylko z ciała, ale w sensie psychologicznym również doświadczanie „poszerzania się granic” własnego „ja”⁹². Nietrudno zauważyć, że ów wysubtelniający odczuwanie swoje- go wnętrza trening jest nie tylko czymś fundamentalnym w praktykach psychicznych *kriyā*, ale podstawą pracy z ciałem i energią. W tekście *Od zespołu teatralnego do sztuki jako wehikułu* znajdziemy na ten temat nieco więcej informacji: „Wertykalność wiąże się z przechodzeniem z tak zwanego poziomu grubego – w pewnym sensie można by rzec »potocznego« – na poziom znacznie subtelniejszej energii lub nawet ku higher connection”⁹³. Co znaczy *higher connection*? Grotowski podaje tylko wymijającą odpowiedź, że „więcej na ten temat byłoby nie na miejscu”. W kolejnym zdaniu wspomina z kolei o *awareness* jako formie „Obecności” (pisanej wielką literą). Natomiast narzędziem wspomnianej wertykalności ma być „wibracyjna pieśń tradycji”. Jak wyjaśnia Grotowski, jest ona

porównywalna z mantrą w kulturze hinduskiej lub buddyjskiej. Mantra to forma dźwiękowa, bardzo wypracowana, która obejmuje pozycję ciała i oddech i która powoduje pojawienia się określonej wibracji w tempo-rytmie tak ścisłym, że ma wpływ na tempo-rytm naszego umysłu⁹⁴.

⁸⁷ T. Richards: *The Edge-Point of Performance*. Workcenter of Jerzy Grotowski, Pontedera 1997, s. 51–52.

⁸⁸ Zob. J. Grotowski: *Od zespołu teatralnego do sztuki jako wehikułu*. „Notatnik Teatralny” 1992, nr 4, s. 31–43 (w innych miejscach tekst cytowany za: Idem: *Teksty zebrane...*).

⁸⁹ J. Grotowski: *Od zespołu teatralnego...*, s. 844.

⁹⁰ *Rodzaj wulkanu*. Rozmowa z Jerzym Grotowskim. Rozmawiał H. Dossier. Tłum. G. Ziółkowski. W: J. Grotowski: *Teksty zebrane...*, s. 877.

⁹¹ Por. V. Magnat: *Wykłady Grotowskiego...*, s. 93–97.

⁹² Według koncepcji Jungowskiej chodzi raczej o „Jaźń”.

⁹³ J. Grotowski: *Od zespołu teatralnego...*, s. 848.

⁹⁴ Ibidem, s. 844.

Funkcję mantry mają pełnić pieśni tradycji afrykańsko-karaibskiej, a w dalszym akapicie reżyser uzupełnia to i pisze o znaczeniu tzw. kolebki jako metafory kulturowego osadzenia w tego rodzaju eksperymentowaniu⁹⁵. Oto jak uczestnicy i badacze Grotowskiego interpretują tę ostatnią fazę jego pracy. Małgorzata Szum uważa, że wyzwolona w czasie śpiewu energia jest rodzajem strumienia życia, który ma swoje energetyczne siedliska (miejsca owej transformacji), takie jak: podstawa tułowia, spłot słoneczny, spłot sercowy, centrum głowy, szczyt głowy, powyżej głowy⁹⁶. Podobnych analogii dopatruje się Jacek Dobrowolski, gdy pisze „o wstępowaniu i zstępowaniu przekształconej energii kundalini i jej wędrówce przez czakramy, o oddziaływaniu energii przez indukcję czy rezonans innych”⁹⁷. Czy to w wyniku wibracji lub, jak określa Dobrowolski, „żarliwego śpiewu”⁹⁸ następuje przechodzenie owej energii do coraz wyższych centrów, czy też należy brać pod uwagę jeszcze inne czynniki? Richard Schechner zauważa, że praca Akcji osadzona jest w „kolebce” zachodniej, gdyż – jak to określił Grotowski – jego „wehikuł” jest odmiennej (niż orientalnej) natury i, co podkreśla, ma to odniesienie do kulturowego kontekstu różnic Zachodu i Wschodu, gdzie Zachód nastawiony jest na „otwieranie”, a Wschód na „zamykanie”. Niemniej wielokrotne podkreślanie owego „łączenia” indywidualnego i uniwersalnego jest owym „dążeniem do istoty”, ale też bezpośrednim nawiązaniem do technik wschodnich, kontynuuje Schechner. „Akcja odgrywa zarazem to, co intymne i »początek« – który w indyjskiej filozofii (z pewnością mającej wpływ na myśl Grotowskiego) stanowi unię atman (zarodka absolutu w człowieku) i brahman (absolutu uniwersalnego)”⁹⁹. Tihana Maravic w artykule pisany na podstawie swojej pracy dyplomowej „Hezychia aktora” wskazuje na praktyki cielesne odnoszące się do różnorodnych „technik źródłowych”, gdy pisze: „Na planie antropologiczno-kulturowym hezychizm konstruuje »technikę cielesną«. W efekcie często jest opisywany jako »joga chrześcijańska« lub porównywany z islamskim dhikr”¹⁰⁰.

⁹⁵ Stosowanie pojęcia „kolebka” jest nie do końca konsekwentne i spójne, kiedy czytam takie wyjaśnienie: „[...] nie można naprawdę zrozumieć własnej tradycji (przynajmniej tak jest ze mną), jeśli się jej nie porówna z kolebką inną. Można to nazwać koroboracją. W perspektywie koroboracji kolebka orientalna jest dla mnie bardzo ważna. Nie tylko z przyczyn technicznych (tamtejsze techniki są bardzo wypracowane), ale z powodów osobistych. Bo właśnie źródła kolebki orientalnej wywarły na mnie bezpośredni wpływ w dzieciństwie i młodości, czyli na długo zanim zacząłem zajmować się teatrem” (ibidem, s. 848).

⁹⁶ Zob. M. Szum: *Grotowski i Richards '97: na granicy teatru*. „Didaskalia. Gazeta teatralna” 1997, nr 18, s. 73–75.

⁹⁷ J. Dobrowolski: *Tańczący Zbawiciel Jerzego Grotowskiego. O kulturowych źródłach i inspiracjach „Akcji” Grotowskiego*. Dostępne w Internecie: http://www.taraka.pl/tanczaczy_zbawiciel_jerzego_grotowskiego [data dostępu: 20.01.2018]. Tekst napisany w sierpniu 1998 r., publikowany w miesięczniku „Teatr” (1998, nr 12; 1999, nr 1).

⁹⁸ Ibidem.

⁹⁹ R. Schechner: *Performatyka. Wstęp*. Przeł. T. Kubikowski. Ośrodek Badań Twórczości Jerzego Grotowskiego i Poszukiwań Teatralno-Kulturowych, Wrocław 2006, s. 338.

¹⁰⁰ T. Maravic: *Hezychia aktora: Grotowski i hezychizm*. „Didaskalia. Gazeta teatralna” 2008, nr 86/87, s. 120.

Ku jodze zachodniej

Odpowiadając na sugerowane w tytule niniejszego tekstu związku Grotowskiego z jogą indyjską, chciałbym bardzo wyraźnie powiedzieć, że reżyser ten interesował się jogą, odwoływał się do niej, ale też wprost nie wskazywał, że jest to jego droga. Nigdy już nie będzie możliwości precyzyjnego odpowiedzenia sobie na takie pytanie, ale także o siłę tego zainteresowania. Był osobą zbyt złożoną i skrytą, a przy tym łamiącą ustalone konwenanse i kontrowersyjną¹⁰¹. Jeśli chciało się zrozumieć Grotowskiego, konieczne było „włączenie się całym sobą” w proponowany przez niego swoisty i niepowtarzalny trening. Jego oddziaływanie łączyło się przede wszystkim z czynnym uczestnictwem. Brak „czynnego dialogu w pracy”, jak określał Grotowski swój sposób wyjaśniania „tego, co robi”, właściwie zamyka wszelkie spekulacje na temat istoty jego pracy, szczególnie w odniesieniu do czegoś, co nazwać można „jogą”.

Jerzy Grotowski został bardzo wcześnie zainspirowany do poszukiwania odpowiedzi na ważne egzystencjalne pytania tekstami wywodzącymi się z kultury indyjskiej. Szukał ich przez całe swoje życie. Z jednej strony były to Indie, a z drugiej – silna potrzeba odnalezienia siebie, swojej własnej „Jaźni” poprzez teatr: „Praca obecna, i zarazem »końcowa« zdając sobie sprawę ze schyłkowej fazy swojego życia, jak mówi o ostatniej fazie »teatru jako wehikułu« Grotowski »wiąże się z moimi najdawniejszymi zainteresowaniami«”¹⁰². Reżyser wrócił do swoich źródeł i swojej dziecięcej tęsknoty. Tęsknoty, która w moim odczuciu była „niemożliwa” do przepracowania, gdyż przekraczała racjonalność. Tęsknotę ową streściłbym w sposób następujący: wydobyć z historii ludzkości, z wszelkich dróg wiodących ku transcendencji czy z zapomnianych rytuałów, ową złotą nić, która warta jest ocalenia i przekazania dalej... aby nie zagubić... aby nie zniszczyć... wypracowanych przez tysiące czy setki lat systemów religijnych i filozoficznych, te działania, które dają współczesnemu człowiekowi możliwość doświadczania „niedyskursywnej świadomości” i „pełni istnienia”.

I tu się kończy racjonalność. Każdy kolejny krok był wejściem w świat subtelного doświadczenia niemożliwego do opisu, niemożliwego do obiektywizacji i siłą rzeczy niezrozumiałego dla obserwatora czy nawet życzliwego podglądacza. Dzisiaj, już z odległej perspektywy, jestem przekonany, że Jerzy Grotowski, jeden z największych reformatorów teatru XX wieku, stworzył podwaliny jogi zachodniej, czegoś, co niektórzy nazywają „rytuałem laickim”, a było swoistym kompromisem „między państwem ateistycznym a polskim Kościołem”¹⁰³. Po

¹⁰¹ Wojciech Dzieduszycki, jeden z bacznych obserwatorów życia kulturalnego we Wrocławiu, piszący dla „Odry”, dzieli się swoimi odczuciami z *Księcia Niezłomnego* takimi słowami: „To sekta! Klasztor jogów sztuki scenicznej”, i dziwi się, jak można „doprowadzić swoje ciało do takiego stanu uległości? Przecież to współczesna krzyżówka flagellantów, fallistów, jogów i fakirów w jednej komórcie podlegającej niebywalej wprost dyscyplinie zbiorowej” (W. Dzieduszycki: *Co o tym myśle?* „Odra” 1965, nr 6, s. 85–86).

¹⁰² J. Grotowski: *Od zespołu teatralnego...*, s. 840.

¹⁰³ Reakcja przedstawicieli polskiego Kościoła katolickiego i władz państwowych na *Apo-calipsis cum figuris*: „Prawdziwe świnstwo”, „czarna msza dla ubogich duchem”, „zlepek mniej

śmierci staje się jeszcze bardziej nieodgadniony niż za życia¹⁰⁴. Kim był? Czego szukał? Na jakie pytania chciał swoim życiem odpowiedzieć? Końcowa faza życia i pracy Jerzego Grotowskiego, o której otwarcie mówił podczas ostatniego spotkania w Teatrze Polskim we Wrocławiu, była dla niego szansą na zmierzenie się z własnym doświadczeniem spełnienia. Zapewne przez kolejne dekady badacze o różnym podejściu będą się z sobą spierać. Polak z krwi i kości, do szpiku prześiąknięty polskością, z jej całym bagażem dobrego i złego... chyba nie do końca (obym się mylił) trafnie wybrał swojego następcę¹⁰⁵.

Reasumując rozważania na temat związków Grotowskiego z jogą, przedstawiam cztery końcowe refleksje oparte zarówno na własnych przemyśleniach, jak i rozmowach, obserwacjach oraz uczestnictwie w wielu projektach prowadzonych przez Grotowskiego i jego współpracowników¹⁰⁶.

lub więcej obrzydliwych bluźnierstw” – to niektóre z wypowiedzi prymasa kardynała Stefana Wyszyńskiego, por. L. Kolankiewicz: *Świntuch, bluźnierca, pantokrator...* Jak pisze Kolankiewicz, był to swoisty mariaż władzy i Kościoła: „Jak wynika z ujawnionych dwadzieścia lat później tajnych dokumentów kościelnych, cztery miesiące wcześniej, w styczniu 1976 roku, w poufnych rozmowach sekretarza Konferencji Episkopatu Polski z kierownikiem Urzędu do Spraw Wyznań oraz z nadzorującym sprawy wewnętrzne sekretarzem Komitetu Centralnego PZPR, biskup Bronisław Dąbrowski złożył protest »przeciwko bluźnierczym wydawnictwom i spektaklom graniczącym z pornografią«, a wśród nich *Apocalypsis cum figuris* i *Białemu małżeństwu*. Kierownik Urzędu do Spraw Wyznań Kazimierz Kąkol zgodził się z nim, potwierdzając, że utwory te szkodzą zdrowiu moralnemu narodu, i poradził zwrócić się do ministra kultury, by »wystąpić mocno przeciwko tym nadużyciom«. I dokładnie to samo następnego dnia radził biskupowi Dąbrowskiemu sekretarz Stanisław Kania: Reagować ostro na bluźnierstwa w pismach i z ambony. Chłostać bez miłosierdzia wszystko, co pornograficzne i panseksualistyczne. Macie do dyspozycji ambonę. Piszcie do odpowiedzialnych za ten stan rzeczy w rządzie [= ministra kultury i sztuki] mocno, będziemy waszymi sprzymierzeńcami. Dobro Narodu tego wymaga” (ibidem; por. B. Dąbrowski: *Sprawozdanie z rozmowy z Ministrem Kazimierzem Kąkolem w dniu 7 stycznia 1976*, g. 15.30–17. W: P. Raina: *Rozmowy z władzami PRL. Arcybiskup Dąbrowski w służbie Kościoła i narodu*. T. 1: 1970–1981. Wydawnictwo „Książka Polska”, Warszawa 1995, s. 234; B. Dąbrowski: *Sprawozdanie z rozmowy z p. Stanisławem Kanią, Sekretarzem KC PZPR, w Sułejówku, dn. 8 stycznia 1976* g. 17–20. W: P. Raina: *Rozmowy z władzami PRL...*, s. 242).

¹⁰⁴ W moim osobistym rozumieniu Grotowskiego wymieniałbym trzy najważniejsze słowa klucze: „Święto”, „Obecność”, „Całkowitość”.

¹⁰⁵ Być może, patrząc na twórczość teatralną Grotowskiego już w kontekście społeczno-polityczno-religijnym, warto sobie za L. Kolankiewiczem zadać pytania o to, co łączy *Studium o Hamlecie* Grotowskiego z *Klątwą* Swinarskiego, wystawioną w krakowskim Starym Teatrze im. Heleny Modrzejewskiej w 1968 r. A co łączy *Apocalypsis...* z *Dziadami* Swinarskiego? W jaki sposób odnosi się to do otaczającej nas rzeczywistości? „W swoich spektaklach Grotowski wskazał jednoznacznie, że w Polsce do przemyślenia jest dziki – prostacki i okrutny – nacjonalizm sprzężony z fundamentalistycznym – zacofanym i fanatycznym – katolicyzmem” (L. Kolankiewicz: *Świntuch, bluźnierca, pantokrator...*).

¹⁰⁶ W latach 70. z wielką uważnością śledziłem wrocławski etap pracy Grotowskiego i uczestniczyłem w nim – nie tylko poprzez udział w spektaklach Teatru Laboratorium, ale też w wielu warsztatach i praktycznych działaniach w ramach Uniwersytetu Poszukiwań, *Uli*, *Przedsięwzięcia Góra* czy „staży parateatralnych” prowadzonych przez członków zespołu: Ryszarda Cieślaka, Zygmunta Molika, Zbigniewa Cynkutisa, Renę Mirecką, Stanisława Ścierańskiego czy Jacka Zmysłowskiego.

1. **Utopia Grotowskiego.** Socjolog Jerzy Szacki w wywiadzie na temat utopii przyrównuje działalność Grotowskiego do „utopii ludzkiej samorealizacji”¹⁰⁷. Z wielu wypowiedzi reżysera wynika, że jego metoda to rodzaj nowoczesnego rytuału, który nie ma charakteru religijnego, ale który jest „uniwersalną syntezą” tradycyjnych oraz religijnych praktyk, niemających być jednak formą wiary, ale poprzez praktykę i sprawdzoną skuteczność czymś w rodzaju obiektywnej struktury działań, natomiast w zindywidualizowanej, unikalnej formie, dostosowanej do konkretnej osoby. Postawione warunki są trudne do koncepcyjnego wyobrażenia i jedynym sposobem sprawdzenia jest podjęcie własnej praktyki tak zarysowanej „jogi zachodniej”¹⁰⁸. Grotowski porównuje stany świadomościowe zaproponowane przez Gurdżijewa (sen, jawa, samoświadomość, świadomość obiektywna) ze stanami wypracowanymi przez jogę klasyczną (pranama, wiparjaja, wikalpa, nidra, smryti) oraz podaje swoje, takie jak: jawa, sen śniony, sen bez snu oraz turija, czyli stan „poza wszystkim”¹⁰⁹. Reżyser, podobnie jak Gurdżijew, mógłby odpowiedzieć na pytanie o cel swojego nauczania:

[...] mój cel nie może mieć dla was żadnego znaczenia, ponieważ ważne jest, żebyście sami określili swój cel [...] dopóki człowiek nie określi swojego własnego celu, to nie będzie on nawet w stanie zacząć cokolwiek „czynić”. Jak możliwe jest „czynienie” czegokolwiek, jeśli się nie ma celu?¹¹⁰

2. **Sadhana w życiu i twórczości.** We wszystkich trzech fazach Grotowski odwoływał się (mniej lub bardziej wprost) do jogi jako wielkiego systemu filozoficznego, zarówno w życiu prywatnym, jak i w swojej pracy. W niniejszym opracowaniu chciałem odróżnić Grotowskiego jako osobę prywatną, z jego zainteresowaniami i życiową filozofią, od Grotowskiego jako lidera kolejnych przedsięwzięć teatralnych i parateatralnych. To są różne fazy jego pracy i warto pamiętać, że inaczej dostosowywał narzędzia badań. Jeden z najbliższych uczniów, a zarazem teatralnych współpracowników Grotowskiego, Eugenio Barba, twórca duńskiego teatru Odin, pisał tak w swojej książce:

Gdybym miał dziś zdefiniować postawę Grotowskiego podczas całego jego aktywnego życia, zarówno w dziedzinie teatru, jak i na jego obrzeżach, posłużyłbym się sanskryckim określeniem sadhana, nieprzekładalnym na żaden europejski język i oznaczającym jednocześnie „poszukiwanie duchowe”, „metodę” i „praktykę”¹¹¹.

¹⁰⁷ Por. J. Szacki: *Spotkania z utopią*. Iskry, Warszawa 1980, s. 200–201.

¹⁰⁸ Z. Osiński: *Spotkania z Jerzym Grotowskim...*, s. 110.

¹⁰⁹ Ibidem.

¹¹⁰ P.D. Uspieński: *Fragmety nieznanego nauczania. W poszukiwaniu cudownego*. Przeł. M. Złotowska. Pusty Obłok, Warszawa 1991, s. 141.

¹¹¹ E. Barba: *Ziemia popiołu i diamentów. Moje terminowanie w Polsce*. Przeł. M. Gurgul. Ośrodek Badań Twórczości Jerzego Grotowskiego i Poszukiwań Teatralno-Kulturowych, Wrocław 2001, s. 72.

Obydwaj zainteresowani byli pracą nad technikami pracy z ciałem i umysłem. Wyróżniali dwa rodzaje takich technik. Barba podaje w przypisach komentarz, że „»Technika 1« była dla celów teatralnych, a »technika 2« dla celów rozwoju wewnętrznego (np. joga)”¹¹². Szerzej o sadhanie Grotowskiego pisze Grzegorz Ziółkowski w książce *Guślarz i eremita*. W końcowej fazie wstępu konkluduje:

Sądzę, że u Grotowskiego ta gnostycka w duchu soteriologia stopiła się w jedną całość z soteriologią hinduskiej jogi, stanowiącej nie tylko system przekonań, ale nade wszystko precyzyjne narzędzie umożliwiające realizację idei zawieszenia rozciągłości czasowej. Praktyki Grotowskiego jawić się mogą zatem jako swoiste nawiązanie do jogi, pojmowanej jako jarzmo dla procesów świadomościowych, a także – łącznik z rzeczywistością transcendentną¹¹³.

3. **Praktyczna zindywidualizowana droga jogi.** Wraz z odejściem Grotowskiego skończyła się jego unikalna droga i jakiegokolwiek imitowanie czy naśladowanie jego zmaganiń prędzej czy później stanie się tylko karykaturą. Śri Ramana Mahariszi czy B.K.S. Iyengar, jakkolwiek definiowali jogę, byli jedyni i niepowtarzalni. Wszyscy imitatorzy ich pracy będą jedynie imitatorami czyjejś jogi. Grotowski nie chciał żadnej imitacji i cały czas podkreślał, że liczy się tylko własna wypracowana droga i do tego ma prowadzić racjonalnie sprawdzona oraz przygotowana „technika” pracy z ciałem i umysłem. Sięgał do różnych wypracowanych przez poprzednie pokolenia „źródeł”, ale podchodził do nich jak badacz – najpierw obserwował ich działanie, podpatrywał, porównywał z innymi, aby z czasem zaproponować i poprzez „destylację” pozostawić tylko to, co przydatne dla określonej fazy pracy. Dla uzyskania oczekiwanej jakości czy stanu świadomościowego używał precyzyjnie dobranych, przez dłuższy czas „laboratoryjnie” testowanych, narzędzi. Nie przywiązywał się do rezultatów, interesowała go „droga”. „To jest ziarno procesu, ale nie sam proces. To musi prowadzić dalej – aż do transcendencji, chcę powiedzieć: aktu przekroczenia”¹¹⁴. W związku z tym, że Grotowski unikał jakiegokolwiek identyfikacji, to, co „destylował”, porównywał do wielu różnych tradycji czy szkół, wyraźnie podkreślając: „to tylko porównania”. Zdawał sobie sprawę z synkretyzmu i wielo-źródłowości, dlatego z jednej strony nie posługiwał się gotowymi słowami kluczami typu samadhi czy satori, a z drugiej, indywidualizował i po swojemu modyfikował ćwiczenia czy praktyki źródłowe.

¹¹² Grotowski o technikach pisze w liście 13. Zob. ibidem, s. 187.

¹¹³ G. Ziółkowski: *Guślarz i eremita...*, s. 23. Ziółkowski pisze otwarcie o „zakamuflowanym” podążaniu Grotowskiego ścieżką sadhany. We *Wstępie* przytacza wielość etykiet, które różni badacze jego fenomenu mu nadawali. Oto takie, które można zakwalifikować co najmniej do trzech grup. W grupie mistyczno-religijnej: heretyk, asceta, szaman, mistyk racjonalny, bluźnierca, eremita, guślarz, pantokrator. W grupie społeczno-politycznej: reformator, polityk apolityczności, terapeuta ludzi zdrowych, trickster, nauczyciel, mistrz, kontestator. W grupie antropologii teatralnej: rzemieślnik, artysta, lider, reżyser, roman-tyk, antropolog, eksplorator. Zob. ibidem, s. 18.

¹¹⁴ J. Grotowski: *Nie nagi aktor, ale syn człowieczy*. W: Idem: *Teksty zebrane...*, s. 1009.

Tym samym skutecznie wprowadzał rodzaj napięcia, ponieważ skoro działanie nie jest spowodowane do znanej mi choćby z nazwy techniki czy ćwiczenia, to we wszystkich etapach przedsięwzięć parateatralnych pojawia się swego rodzaju tajemniczość oraz niedopowiedzenie. Grotowski miał tę unikalną intuicję wglądu w siebie oraz intuicję przekazywania własnej niespełnionej praktyki w ciało i umysł drugiej osoby. Kierował nią i naprowadzał na koleiny praktyki. Jednak ów naprowadzony nie był nigdy w stanie tego przekazać dalej, gdyż brakowało mu zarówno wspomnianej intuicyjności wglądu, jak i daru przekazywania.

4. **Poszukiwanie swojej góry Arunachala jako uniwersalnego *sacrum*.** Wartość i niewątpliwa oryginalność pracy Grotowskiego polega na poszukiwaniu swoistego, własnego języka „otwierania się na *sacrum*”, na owo *mysterium tremendum*. Wykorzystując narzędzia, jakie daje joga, reżyser chciał korzystać z niej, aby zbliżyć się do *sacrum*. W ostatnim okresie poszukiwań Grotowski zainteresował się Mistrzem Eckhartem czy Ewangelią Tomasza – bynajmniej nie z pobudek religijnych. W Eckhartowskim przewrotnym, mistycznym ateizmie dostrzegł to, co było jego odwieczną tęsknotą, dostrzegł łącznik z adwajtą, szkołą wedanty stworzoną przez Śankarę. Trwająca od dzieciństwa tęsknota do połączenia dwóch „kolebek”, to jest mistycyzmu chrześcijańskiego i hinduistycznego, mogła się wreszcie zrealizować¹¹⁵. Można by spytać, gdzie tu jeszcze jest teatr? No właśnie, poprzez teatr czy w obrębie teatru, albo wspólnoty, może komuny mającej jedynie w nazwie „teatr” jako rodzaj kamuflażu, stworzył coś w rodzaju ram dla badania „uniwersalnego *sacrum*”, które mogłoby być ofertą dla tych wszystkich, którzy nie chcą się identyfikować z żadną religią. Według Jana Błońskiego jego twórczość powinna być rozpatrywana w kontekście „panteistycznych działań o charakterze mistycznym”¹¹⁶. Zbigniew Osiński bliższy jest natomiast utopijnym praktykom zmierzającym ku „samorealizacji, ale które mają elementy gnostycznego światopoglądu”¹¹⁷. W ostatniej fazie pracy Grotowskiego nie ma aktora, ale jest Performer. Taki też jest tytuł jego tekstu, gdzie wyjaśnia sens pracy zdecydowanie wybiegający poza teatr. Jaki sens? Sens jest bardzo prosty, jak w pracy każdego nad swoją jogą: stać się „joginem, który pracuje nad samym sobą, aby wydobyc – ze swego niejasnego i zniewolonego życia psychomentalnego – wolnego i samodzielnego ducha”, powiedziała by Mircea Eliade¹¹⁸. Dlatego to już nie jest tylko technika, tylko rytuał, tylko precyzja działania – to już jest praktyka duchowa w najczystszej postaci, praktyka, która w swym rdzeniu jest tożsama z jogą, w tym wewnętrznym pojęciu jogi, w pojęciu antarangajogi. Na koniec mogę powiedzieć tak: byłem, doświadczyłem, zmieniłem się i ... było warto, ale też nigdy więcej nie było mi dane być w czymś o porównywalnej energii i intensywności.

¹¹⁵ Po śmierci, według życzenia Grotowskiego, jego ciało miało zostać skremowane, a prochy rozrzucone na górze Arunachala – słynnej świętej górze w południowych Indiach, która już w dzieciństwie tak go urzekła, najpierw w wyobraźni, a później w rzeczywistości.

¹¹⁶ J. Błoński: *Znaki, teatr, świętość*. „Teksty” 1976, nr 4–5, s. 36.

¹¹⁷ Z. Osiński: *Grotowski. Źródła, inspiracje, konteksty*. Słowo/Obraz Terytoria, Gdańsk 1998, s. 190.

¹¹⁸ M. Eliade: *Joga. Nieśmiertelność i wolność*. Tłum. B. Baranowski. Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa 1984, s. 292.

Bibliografia

- Barba E.: *Ziemia popiołu i diamentów. Moje terminowanie w Polsce*. Tłum. M. Gurgul. Ośrodek Badań Twórczości Jerzego Grotowskiego i Poszukiwań Teatralno-Kulturowych, Wrocław 2001.
- Błoński J.: *Znaki, teatr, świętość*. „Teksty” 1976, nr 4–5, s. 27–43.
- Brook P.: *Jakość i rzemiosło*. W: P. Brook: *Teatr jest tylko formą. O Jerzym Grotowskim*. Tłum. A. Kasznia. Instytut im. Jerzego Grotowskiego, Wrocław 2007, s. 61–73.
- Burzyński T.: *Mój Grotowski*. Wybór i oprac. J. Deglera, G. Ziółkowski. Ośrodek Badań Twórczości Jerzego Grotowskiego i Poszukiwań Teatralno-Kulturowych, Wrocław 2006.
- Dąbrowski B.: *Sprawozdanie z rozmowy z Ministrem Kazimierzem Kąkolem w dniu 7 stycznia 1976, g. 15.30–17; Sprawozdanie z rozmowy z p. Stanisławem Kanią, Sekretarzem KC PZPR, w Sulejówku, dn. 8 stycznia 1976 g. 17–20; Sprawozdanie z rozmowy z p. Stanisławem Kanią, Sekretarzem KC PZPR, w Sulejówku, dn. 23 czerwca 1976, g. 19–23*. W: P. Raina: *Rozmowy z władzami PRL. Arcybiskup Dąbrowski w służbie Kościoła i narodu*. T. 1: 1970–1981. Wydawnictwo „Książka Polska”, Warszawa 1995, s. 252–259.
- Dobrowolski J.: *Tańczący Zbawiciel Jerzego Grotowskiego. O kulturowych źródłach i inspiracjach „Akcji” Grotowskiego*. Dostępne w Internecie: http://www.taraka.pl/tanczaczy_zbawiciel_jerzego_grotowskiego [data dostępu: 20.01.2018].
- Dzieduszycka M.: *Apocalypsis cum figuris. Opis spektaklu Jerzego Grotowskiego*. Wydawnictwo Literackie, Kraków 1974.
- Dzieduszycki W.: *Co o tym myślę? „Odra”* 1965, nr 6, s. 85–87.
- Eliade M.: *Joga. Nieśmiertelność i wolność*. Tłum. B. Baranowski. Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa 1984.
- Grotowski J.: *Być obecnym – tu i teraz*. W: J. Grotowski: *Teksty zebrane*. Red. A. Adamiecka-Sitek et al. Wydawnictwo Krytyki Politycznej; Instytut Teatralny im. Zbigniewa Raszewskiego – Instytut im. Jerzego Grotowskiego, Warszawa–Wrocław 2012, s. 1082–1089.
- Grotowski J.: *Ćwiczenia. Przygotował do druku L. Kolankiewicz*. W: J. Grotowski: *Teksty z lat 1965–1969: wybór*. Wiedza o Kulturze, Wrocław 1990, s. 87–110.
- Grotowski J.: *Droga. Przeł. L. Kolankiewicz*. W: J. Grotowski: *Teksty zebrane*. Red. A. Adamiecka-Sitek et al. Wydawnictwo Krytyki Politycznej; Instytut Teatralny im. Zbigniewa Raszewskiego – Instytut im. Jerzego Grotowskiego, Warszawa–Wrocław 2012, s. 1114–1120.
- Grotowski J.: *Działanie jest dosłowne*. „Dialog” 1979, nr 9, s. 95–101.
- Grotowski J.: *Hipoteza robocza. Teatr Laboratorium po dwudziestu latach*. „Polityka” 1980, nr 4, s. 1 i 10.
- Grotowski J.: *Jak żyć by można*. „Odra” 1972, nr 4, s. 33–38.
- Grotowski J.: *Ku teatrowi ubogiemu*. Oprac. E. Barba. Przedm. P. Brook. Tłum. G. Ziółkowski. Instytut im. Jerzego Grotowskiego, Wrocław 2007.
- Grotowski J.: *Nie nagi aktor, ale syn człowieczy*. W: J. Grotowski: *Teksty zebrane*. Red. A. Adamiecka-Sitek et al. Wydawnictwo Krytyki Politycznej; Instytut Teatralny im. Zbigniewa Raszewskiego – Instytut im. Jerzego Grotowskiego, Warszawa–Wrocław 2012, s. 1006–1012.
- Grotowski J.: *Oczami duszy mistrza*. „Tygodnik Kulturalny” 1979, nr 34, s. 3.
- Grotowski J.: *Od zespołu teatralnego do sztuki jako wehikułu*. „Notatnik Teatralny” 1992, nr 4, s. 31–43.

- Grotowski J.: *Od zespołu teatralnego do sztuki jako wehikułu*. Tłum. M. Złotowska. W: J. Grotowski: *Teksty zebrane*. Red. A. Adamiecka-Sitek et al. Wydawnictwo Krytyki Politycznej: Instytut Teatralny im. Zbigniewa Raszewskiego – Instytut im. Jerzego Grotowskiego, Warszawa–Wrocław 2012, s. 835–853.
- Grotowski J.: *O praktykowaniu romantyzmu*. „Dialog” 1980, nr 3, s. 112–120.
- Grotowski J.: *Pogadanka o teatrze dla młodzieży szkolnej*. „Dialog” 1980, nr 2, s. 132–137.
- Grotowski J.: *Sztuka – codzienność – śmierć*. W: J. Grotowski: *Teksty zebrane*. Red. A. Adamiecka-Sitek et al. Wydawnictwo Krytyki Politycznej: Instytut Teatralny im. Zbigniewa Raszewskiego – Instytut im. Jerzego Grotowskiego, Warszawa–Wrocław 2012, s. 980–982.
- Grotowski J.: *Teatr Źródła*. W: J. Grotowski: *Teksty zebrane*. Red. A. Adamiecka-Sitek et al. Wydawnictwo Krytyki Politycznej: Instytut Teatralny im. Zbigniewa Raszewskiego – Instytut im. Jerzego Grotowskiego, Warszawa–Wrocław 2012, s. 748–767.
- Grotowski J.: *To, co po mnie zostanie*. Rozmawiał J.-P. Thibaudat. W: J. Grotowski: *Teksty zebrane*. Red. A. Adamiecka-Sitek et al. Wydawnictwo Krytyki Politycznej: Instytut Teatralny im. Zbigniewa Raszewskiego – Instytut im. Jerzego Grotowskiego, Warszawa–Wrocław 2012, s. 904–910.
- Hesse H.: *Podróż na Wschód*. Tłum. J. Prokopiuk. Wydawnictwo Wodnika, Warszawa 1991.
- Jerzy Grotowski – dwadzieścia lat działalności. Rozmawiał U. Volli. Tłum. A. Górka. W: J. Grotowski: *Teksty zebrane*. Red. A. Adamiecka-Sitek et al. Wydawnictwo Krytyki Politycznej: Instytut Teatralny im. Zbigniewa Raszewskiego – Instytut im. Jerzego Grotowskiego, Warszawa–Wrocław 2012, s. 690–709.
- Klasyczna joga indyjska. Jogasutry przypisywane Patańdzalemu i Jogabhaszja czyli komentarz do Jogasutr przypisywany Wjasie. Przeł. L. Cyboran. Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa 1986.
- Kocur M.: *Grotowski jako dzieło sztuki*. „Pamiętnik Teatralny” 2001, z. 1–2, s. 122–137.
- Kolankiewicz L.: *Świntuch, bluźnierca, pantokrator, guru, heretyk, Grotowski*. Dostępne w Internecie: <http://re-sources.uw.edu.pl/reader/swintuch-bluznierca-pantokrator-guru-heretyk-grotowski/> [data dostępu: 20.10.2018].
- Komorowska M.: *Grotowski „wyprawił” mnie w świat*. Rozmawiał J. Wakar. Dostępne w Internecie: <http://wiesz.com.pl/2018/08/17/maja-komorowska-grotowski-wyprawil-mnie-w-swiat/> [data dostępu: 20.10.2018].
- Kosiński D.: *Grotowski. Przewodnik*. Instytut im. Jerzego Grotowskiego, Wrocław 2009.
- Kosiński D.: *Polski teatr przemiany*. Instytut im. Jerzego Grotowskiego, Wrocław 2007.
- Kulmatycki L.: *Przestrzeń ruchu. Próba opisu pracy w ramach Teatru Źródła 9–15 czerwca 1980*. „Didaskalia. Gazeta teatralna” 2009, nr 2, s. 117–127.
- Kumiega J.: *The Theatre of Grotowski*. Methuen Ltd., London–New York 1985.
- Łoziński J.: *Pantokrator*. Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wrocław 1979.
- Magnat V.: *Wykłady Grotowskiego w Collège de France*. Cz. 6. „Didaskalia. Gazeta teatralna” 2006, nr 73/74, s. 92–97.
- Maravic T.: *Hezychia aktora: Grotowski i hezychazm*. „Didaskalia. Gazeta teatralna” 2008, nr 86/87, s. 113–124.
- Misterium zgrozy i urzeczenia. Przedstawienia Jerzego Grotowskiego i Teatru Laboratorium. Red. J. Degler, G. Ziółkowski. Instytut im. Jerzego Grotowskiego, Wrocław 2006.
- Na drodze do kultury czynnej. O działalności Instytutu Grotowskiego Teatr Laboratorium w latach 1970–1977. Oprac. L. Kolankiewicz. Instytut Aktora – Teatr Laboratorium, Wrocław 1978.

- Osiński Z.: *Grotowski i jego laboratorium*. Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 1980.
- Osiński Z.: *Grotowski w College de France: lekcja pierwsza*. „Didaskalia. Gazeta teatralna” 1997, nr 18, s. 2–5.
- Osiński Z.: *Grotowski wytycza trasy. Studia i szkice*. Pusty Obłok, Warszawa 1993.
- Osiński Z.: *Grotowski. Źródła, inspiracje, konteksty*. Słowo/Obraz Terytoria, Gdańsk 1998.
- Osiński Z.: *Spotkania z Jerzym Grotowskim. Notatki, listy, studium*. Słowo/Obraz Terytoria, Gdańsk 2013.
- Richards T.: *The Edge-Point of Performance*. Workcenter of Jerzy Grotowski, Pontedera 1997.
- Rodzaj wulkanu. Rozmowa z Jerzym Grotowskim. Rozmawiał H. Dossier. Tłum. G. Ziółkowski. W: J. Grotowski: *Teksty zebrane*. Red. A. Adamiecka-Sitek et al. Wydawnictwo Krytyki Politycznej: Instytut Teatralny im. Zbigniewa Raszewskiego – Instytut im. Jerzego Grotowskiego, Warszawa–Wrocław 2012, s. 871–893.
- Rozmowa z Grotowskim. Rozmawiał A. Bonarski. „Kultura” 1975, nr 13, s. 1, 12–13.
- Schechner R.: *Kameleon, szaman, łgarz, artysta, mistrz*. Tłum. J. Krakowska-Narożniak. „Dialog” 1999, nr 6, s. 71–97.
- Schechner R.: *Performatyka. Wstęp*. Przeł. T. Kubikowski. Ośrodek Badań Twórczości Jerzego Grotowskiego i Poszukiwań Teatralno-Kulturowych, Wrocław 2006.
- Schwerin von Krosigk B.: *Uwagi o recepcji Grotowskiego w Niemczech*. „Notatnik Teatralny” 1993, T. 1, nr 6, s. 154–155.
- Shephard W.: *Acting as Bliss: a Mythic Approach*. Dostępne w Internecie: <https://owendaly.com/jeff/grotows8.htm> [data dostępu: 20.10.2018].
- Słowiak J., Cuesta J.: *Jerzy Grotowski*. Przeł. K. Dylewska. Wydawnictwa Uniwersytetu Warszawskiego, Warszawa 2010.
- Spotkanie z Grotowskim*. Podał do druku P. Flaszen. „Teatr” 1972, nr 5, s. 17–20.
- Szacki J.: *Spotkania z utopią*. Iskry, Warszawa 1980.
- Szum M.: *Grotowski i Richards '97: na granicy teatru*. „Didaskalia. Gazeta teatralna” 1997, nr 18, s. 73–75.
- Tarwacka-Dama A.: *Jerzy Grotowski między polityką a religią..., czyli o reformowaniu polskiego społeczeństwa przez teatr*. „Colloquium” 2015, nr 3, s. 213–229.
- Tcherkasski S.: *Stanislavsky and Yoga*. Routledge, London–New York 2016.
- The Grotowski Sourcebook*. Eds. R. Schechner, L. Wolford. Routledge, London–New York 1997.
- Uspieński P.D.: *Fragmenty nieznanego nauczania. W poszukiwaniu cudownego*. Przeł. M. Złotowska. Pusty Obłok, Warszawa 1991.
- Wangh S.: *An Acrobat of the Heart: A Physical Approach to Acting Inspired by the Work of Jerzy Grotowski*. Vintage Books, New York 2000.
- Wildstein B.: *Mistrz. Świat Książki*, Warszawa 2004.
- Wywiad z Grotowskim*. Rozmawiali R. Schechner i Th. Hoffman. Tłum. G. Ziółkowski. W: J. Grotowski: *Teksty zebrane*. Red. A. Adamiecka-Sitek et al. Wydawnictwo Krytyki Politycznej: Instytut Teatralny im. Zbigniewa Raszewskiego – Instytut im. Jerzego Grotowskiego, Warszawa–Wrocław 2012, s. 328–345.
- Ziółkowski G.: *Guślarz i eremita*. Instytut im. Jerzego Grotowskiego, Wrocław 2007.

Lesław Kulmatycki

Jerzy Grotowski and his yoga inspirations

Summary

Jerzy Grotowski, founder of the Laboratorium Theatre and a charismatic explorer who has combined Eastern and Western modes of working with the body and psyche, has been also inspired by Indian yoga. There are four main phases in his artistic activity: performance theater, participatory theater, source theater, and vibrational song theater. In all of these phases there is a fascination with mystery and understatement. Grotowski consistently seeks a specific language for "opening up to the sacrum," but in order to achieve this he uses carefully selected "laboratory" tools. He does not adapt ready-made techniques, but rather seeks them in other cultures, observing how they work in order to later propose solutions that seem most appropriate to him. Therefore, in all four of these phases of work, the actor, performer, participant and seeker experiencing the internal process is supposed to transform it into an external process, one that is oriented towards opening rather than closing. Particularly in the last phase of Grotowski's work, terms such as centers of vital energy, vibration of sound when it is chanted, and verticality of movement of energy in the body appear. During this period, the practice aims to unblock individual body centers on the vertical axis, and this flow is to be accompanied by the subjective sensation of luminosity coming not only from the body, but also, in a psychological sense, by the experience of the "expansion of boundaries" of one's own self.

Keywords: yoga, Jerzy Grotowski, Laboratorium Theatre, yoga in theatre

Леслав Кульматыцки

Ежи Гротовский и его увлечение йогой

Резюме

Ежи Гротовский, основатель Театра-лаборатории и харизматичный искатель, сочетающий восточные и западные способы работы с телом и психикой, черпал также вдохновение из индийской йоги. В его творческой деятельности можно заметить четыре основных этапа: театр спектаклей, театр участия, театр истоков и театр вибрационных песен. На всех этих этапах проявляется очарование таинственности и недосказанности. Гротовский, вне всякого сомнения, ищет особый язык «обращения к священному», однако для достижения этой цели он использует тщательно подобранные «лабораторные» средства. Он не адаптирует готовые техники, но ищет их в других культурах, наблюдая за их действием, чтобы потом предложить такие решения, которые кажутся ему наиболее подходящими. Поэтому на всех вышеупомянутых этапах работы актёр, исполнитель, участник, искатель, переживающий внутренний процесс, должен преобразовать его во внешний процесс, ориентированный на открытие, а не закрытие. Особенно в последней фазе работы Гротовского появляются такие термины, как: центры жизненной энергии, вибрация звука при

пении и вертикальность движения энергии в теле. В течение этого периода практика направлена на разблокирование отдельных центров тела на вертикальной оси. Этот поток должен сопровождаться субъективным ощущением светимости, исходящей не только от тела, но в психологическом смысле это также должно быть переживание «расширения границ» собственного «я».

Ключевые слова: йога, Ежи Гротовский, Театр-лаборатория, йога в театре

ANNA MAZUR

Uczelnia Łazarskiego

<https://orcid.org/0000-0002-5562-2734>

Pieć twarzy Śiwy *Sādhana* jako rytualna konstrukcja ciała

Wprowadzenie

Artykuł powstał jako efekt długich i wielokrotnych konsultacji z ekspertami z dziedziny literatury indyjskiej. Problemy, które pojawiły się w trakcie tej długiej dyskusji, wynikały z różnicy między tym, co jest zgodne z tradycją pisaną, a tym, co wynika z obserwacji prowadzonej w kontekście sytuacyjnym. Szkic ten należy czytać jako zapis konkretnego przekazu dla konkretnego ucznia w konkretnej sytuacji. Nie jest to wiedza obiektywna, ale wiedza zależna od kontekstu. Należy pamiętać, że nieustannie mamy do czynienia z dopasowywaniem tradycji do możliwości i posiadanego przez ucznia doświadczenia. Tekst jest sprawozdaniem z badań terenowych – praktyki u Shajesha Tantry.

W literaturze wedyjskiej na określenie ciała fizycznego używa się sanskryckiego terminu *śarīra*¹. Etymologia słowa *śarīra* wskazuje na ciało, które łatwo może ulec zniszczeniu, ale także może się doskonalić. Człowiek posiada trzy ciała: karmiczne (*kāraṇa-śarīra*), subtelne (*sūkṣma-śarīra*) oraz fizyczne (*kārya-śarīra*). W tantrze ogromną rolę odgrywa proces rytualnego konstruowania ciała – podczas codziennej sadhany (*sādhana*) – i jego przemiany w ciało tantryczne. Przemiana ta następuje dzięki recytacji mantr. W drodze do uzyskania ciała tantrycznego jogin przechodzi dwa etapy: w pierwszym uzyskuje ciało doskonałe (*siddha-deha*), w drugim ciało boskie (*divya-deha*). O ciele mówi się także, że jest świątynią Brahmana, a jego centrum stanowi *ānanda-kanda* – čakra serca ciała duchowego, postrzegana jako źródło błogości².

¹ Także słowo *piṇḍa*, które odnosi się do ciała, często pojawia się w literaturze tantrycznej. *Piṇḍa* jest niewątpliwie kojarzona z boginią kundalini (*kunḍalinī*).

² *Chāndogya Upaniṣad*. Transl. Swami Nikhilananda, s. 8. Dostępne w Internecie: https://www.consciouslivingfoundation.org/ebooks/13/CLF-chhandogya_upanishad.pdf [data dostępu: 30.02.2019].

Ciało tantryczne opisywane jest jako ciało zbudowane z mantr, przy czym mantry postrzegane są jako emanacje poszczególnych bóstw, ich dźwiękowe formy. Istota każdego z nich wyraża się w odpowiadających im mantrach. Recytując mantrę, adept przejmuje jej istotę, to, co wyraża mantra – całą świętość i siłę bóstwa, a nawet samo bóstwo. Dotyczy to również Absolutu. Dźwięk, nazywany w sanskrycie *śabda*, sam w sobie jest Brahmanem (*brahman*)³. Mantry postrzegane są jako różne aspekty Brahmana, które poprzez recytację manifestują się w ciele recytującego. Istotą wszystkich mantr jest *cit* (świadomość), a zewnętrzną manifestacją – dźwięki, litery i słowa. Litery sanskryckiego alfabetu, podobnie jak ciało ludzkie, mogą być tantrycznym symbolem – jantrą (*yantra*).

Tantra wedyjska (w tym ujęciu, które poznawałam)⁴, odmiennie od jogi Patańdzalego, spogląda na ciało jak na śrijantrę (*śrī-yantra*, in. *śrī-cakra*). Ciało jogina postrzegane jest nie tyle jako odzwierciedlenie kosmosu, ile raczej jego ucieleśnienie. Mircea Eliade zauważa, że tantra zdolna jest przemienić ludzkie ciało, upodabniając je do rozmaitych „ciał mistycznych”⁵ (akustycznych, architektonicznych, kosmologicznych, ikonograficznych itd.). Jeśli będziemy utożsamiać różne części ludzkiego ciała z odpowiadającymi im sylabami mantry, nasze ciało fizyczne zacznie zmieniać się w ciało akustyczne. Różne ciała niefizyczne nakładają się na ciało fizyczne i w nim znajdują swoje odpowiedniki. W podobny sposób ciało fizyczne przemienia się w tantryczne podczas praktyki *sadhany*.

Agata Świerzowska wskazuje na paradoks: dzięki ciału człowiek może uwolnić się od własnego ciała⁶. Z jednej strony fizyczność jest postrzegana jako źródło cierpienia, a z drugiej – jako narzędzie niezbędne do wyzwolenia się od niego⁷. W filozofii wschodniej prawdziwe źródło tego problemu upatrywano w niewiedzy⁸, ściśle związanej z poczuciem „ja” i pragnieniem jego utrzymania. Stąd celem jest zniesienie dualizmu *atman-brahman*: „To on (jogin) jest boginią, on jest bogiem; on jest uczniem i on nauczycielem; on medytacją, medytującym i medytowanym” – stwierdza *Akulavīnatantra*⁹ (*Akulavīnatantra*).

Wspomniana tantra wedyjska rozwija się głównie w Kerali¹⁰ i do dziś pozostaje w dużym stopniu wiedzą niejawną. Jest przekazywana jedynie wtajem-

³ *Viśvasāratantra*, rozdział II. *Viśvasāratantra* mówi, że *śabda-brahman*, który w istocie zbudowany jest z mantr, jest wcieloną mantrą indywidualnej duszy, nazywanej *jīvātma*.

⁴ Używam określenia „tantra wedyjska” w takim sensie, jaki nadaje temu terminowi Shajesh Tantra zgodnie z jego ścieżką tantryczną. Tantra wedyjska polega m.in. na praktyce tantry z mantrą wedyjską lub innym systemem wedyjskim.

⁵ M. Eliade: *Techniki jogi*. Przeł. B. Biały. Aletheia, Warszawa 2009, s. 245.

⁶ A. Świerzowska: *Ciało w jodze. Tradycja i współczesność*. „Rozprawy Naukowe Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu” 2015, nr 48, s. 63–75.

⁷ M. Nowicki: *Edukacja tajemna i inicjacja w Indiach do czasu Upaniszad*. „Sensus Historiae” 2015, Vol. 18 (1), s. 91–109.

⁸ Zob. A. Mazur: *Stan niedualny w praktykach jogi*. W: *Joga w Polsce. Przeszłość, teraźniejszość, przyszłość*. Red. M. Boroń-Krupińska, M. Karciarz, L. Kulmatycki. Dolnośląska Szkoła Wyższa, Wrocław 2018, s. 157–178.

⁹ M. Eliade: *Techniki jogi...*, s. 234.

¹⁰ Kerala to położony w południowo-zachodnich Indiach wieloreligijny region o bogatej i różnorodnej kulturze. Jego populacja liczy ok. 33 mln osób, językiem urzędowym jest malajalam.

niczonym, ale w zależności od poziomu ich rozwoju duchowego. Stąd wynika główna trudność związana z rozszyfrowaniem głębokiego sensu tantry wedyjskiej. Większość informacji zamieszczonych w artykule, dotyczących codziennej praktyki tantrycznej, pochodzi z przekazu ustnego od Shajesha Tantry¹¹ (ur. 1968, Kerala, Indie), jednego z przedstawicieli tradycji tantry wedyjskiej Ānanda¹² Nātha¹³ Sampradāya¹⁴, z którym – jako praktykująca i autorka tej pracy – jestem w kontakcie od 2016 roku. Drugim źródłem są doświadczenia zdobyte podczas trzyletniej indywidualnej praktyki tantry (w latach 2017–2020) oraz zaangażowanej obserwacji uczestniczącej (przeprowadzonej w grudniu 2018 roku w aśramie Chinmaya International Foundation, Kerala, Indie), a także towarzyszące im refleksje. Ten rodzaj studiów można nazwać interpretatywnymi badaniami w działaniu: wystąpiłam w nich jednocześnie w roli badacza i osoby badanej.

Badania w działaniu w zachodniej tradycji naukowej zwykle wiąże się z osobą amerykańskiego psychologa społecznego Kurta Lewina. To on po raz pierwszy użył tego terminu i opracował metodę, którą przedstawił jako spiralę kroków składającą się z cyklu „planowania, działania oraz ustalania faktów na temat rezultatu tego działania”¹⁵. K. Lewin rozwijał badania w działaniu jako metodę naukową¹⁶.

W latach 70. XX wieku w Wielkiej Brytanii badania w działaniu zastosowano w kontekście studiów nad programami nauczania. Tacy badacze, jak Lawrence

¹¹ Tantra to przydomek Shajesha, który, choć ma rodowe nazwisko, nie używa go w kontaktach z uczniami i w sytuacjach oficjalnych. W mediach społecznościowych podpisuje się Shajesh Tantra. Jego duchowe imię jest mantrą, którą wraz z gurmudrą codziennie recytują jego uczniowie. Dla niewtajemniczonych pozostanie ono tajemnicą, ponieważ – zgodnie z tradycją – nie wolno podawać imienia duchowego w żadnych artykułach, książkach lub mediach społecznościowych.

¹² Ānanda ‘błogość, szczęście’.

¹³ Sanskryckie słowo *nātha* (‘pan, władca’, oznaczało także Śiwę, ale i innych bogów) z czasem zaczęto odnosić m.in. do jogicznego stylu życia (nathowie uchodzili za pierwszych joginów) i tłumaczyć jako ‘stan umysłu’.

¹⁴ *Sampradāya* oznacza ‘tradycję’. Ustanowiona relacja między nauczycielem a uczniem określana jest w sanskrycie jako *guru-paramparā*, co oznacza sukcesję nauczycieli i uczniów. Uznana *paramparā* jest często nazywana *sampradāya*. Współcześni nathowie argumentują, że ich tradycja, tj. *sampradāya*, sformułowana została przez Gorak্ষę. *Siddha-siddhānta-paddhati* jest jednym z ważniejszych pism nathów. Wyznacza moment, w którym Nātha Sampradāya określiła swoją tożsamość. Pismo zawiera filozofię nathów, ich metafizykę, zgodnie z którą świat powstał z Brahmana; są tu opisy elementów ciała subtelnego i możliwości ich wykorzystania w jodze. Opisuje również relacje między makro- a mikroświatem w ludzkim ciele. Nathom długo przypisywano rozmaite praktyki, dzięki którym pozyskali *siddhi* (cudowne moce, takie jak: lewitacja, wywoływanie deszczu) i *jīvan-mukti* (wyzwolenie za życia), a także nieśmiertelne ciało.

¹⁵ K. Lewin: *Badania w działaniu a problemy mniejszości*. Przeł. R. Ligus. W: *Badania w działaniu. Pedagogika i antropologia zaangażowane*. Red. H. Červinková, B.D. Gołębiak. Wydawnictwo Naukowe Dolnośląskiej Szkoły Wyższej, Wrocław 2010, s. 9. Na temat spirali procesu badawczego (planowanie, praktyka i obserwacja, refleksja nad rezultatami badania) por. <https://research-methodology.net/research-methods/action-research/> [data dostępu: 15.12.2020].

¹⁶ H. Červinková: *Badania w działaniu i zaangażowana antropologia edukacyjna*. „Teraźniejszość – Człowiek – Edukacja” 2012, nr 1 (57), s. 7–18.

Stenhouse i John Elliott osadzili nauczycieli w roli badaczy własnej praktyki i programów nauczania. Brytyjska szkoła badań w działaniu, zajmująca się procesami nauczania, odrzuciła pozytywistyczną metodologię badań, którą zastąpiła podejściem interpretatywnym. Tym samym uwagę przesunęła z badaczy-teoretyków na badaczy-praktyków i odrzuciła pozytywistyczne rozróżnienie podmiotu oraz przedmiotu badania¹⁷.

Dzięki wykorzystaniu tej propozycji metodologicznej mogłam doświadczyć praktyk tantrycznych i tego, czym one są, w pewnym wariacie i formie przekazu, mimo że nie pozostawałam ich obiektywnym i bezstronnym obserwatorem. Zastosowanie tego typu metody badań wydaje się dobrą strategią badawczą z uwagi na to, że poprzez samo studiowanie i analizę literatury niemożliwe byłoby poznanie wiedzy zawartej w żywych praktykach tantrycznych. Literatura tantryczna w pewnym zakresie świadomie używa symboli, które mogą wprowadzić czytelnika w błąd, więc z założenia jedynie adepci tantry są przygotowywani do odczytania rzeczywistych znaczeń symboli i mają stopniowy dostęp do wiedzy głęboko ukrytej w praktykach.

Głównymi metodami badawczymi były: obserwacja uczestnicząca podczas recytacji mantry gajatri (*gāyatrī*, praktyka codziennej sadhany), samoobserwacja i samorefleksja. Praktykowałam zgodnie z opisem zamieszczonym w tekście i obserwowałam (z założenia nieoceniająco, choć – z powodu długiego treningu kulturowego – z perspektywy, którą w sposób uproszony można nazwać „zachodnią”) zarówno działania mistrza, jak i jego uczniów, a także wzajemne relacje mistrz – uczeń. W dialogach uwidaczniają się: cele dydaktyczne uczącego, jego wizja człowieka i jej relacja w stosunku do wizji i celów, którymi kierował się adept, podejmując praktykę. Nie można zapominać o tym, że ze współczesnej perspektywy zachodniej uczeń-klient (zwłaszcza dorosły) przystępuje do nauki, mając świadomość potrzeb, które powinny być zaspokojone – w tym celu „wynajmuje” nauczyciela. Wiele osób podejmuje praktykę właśnie z takimi oczekiwaniami. Z perspektywy mistrza, o czym miałam możliwość wielokrotnie się przekonać, proces praktyki ma być raczej uwieńczony korekcją indywidualnych celów.

Trzecim źródłem informacji były wybrane teksty tradycji wedyjskiej i tantrycznej: wedy, upaniszady, tantry, z których czerpałam pod kierunkiem *Gurujī*¹⁸ w toku nauczania od lipca 2016 do kwietnia 2020 roku. Trzeba pamiętać, że w wielu kulturach przekaz najważniejszych treści odbywa się głównie drogą ustną, z pominięciem pisma, ponieważ to, co najważniejsze, nie może trafić do nieprzygotowanego odbiorcy. Praca na tekstach pisanych, a tym bardziej drukowanych, bywa również zwodnicza, autorzy zastawiają bowiem pułapki na nie dość ostrożnych czytelników.

Rekonstrukcja keralskiego systemu tantry, która zaproponowana została w tym artykule, jest na miarę odbiorcy (autorka), za wiedzą i zgodą guru, a także

¹⁷ Por. S. Kemmis, R. McTaggart, R. Nixon: *The Action Research Planner: Doing Critical Participatory Action Research*. Springer, Singapore 2013.

¹⁸ Cząstka *-jī* oznaczać może szacunek nie tylko do mistrza, ale także do innych osób; używałam jej w kontaktach z Shajeshem Tantrą.

dzięki jego pomocy. Mam świadomość, jako socjolożka, że być może nie w pełni dokładnie zaprezentowałam problem, jednakże moja wiedza – zgodnie z założeniem badawczym – ma pochodzić z określonego źródła, a zatem jest pochodną przekazywanych treści (co istotne, dostarczanych za pośrednictwem języka angielskiego, który nie może – nie będąc fundamentem badanej kultury – dostarczać odpowiednich kategorii opisu) i mojego rozumienia. Nie można zapominać, że ta specyficzna i osadzona w historii wiedza lokalna jest zawsze odpowiednio „dawkowana” przez mistrza. Być może, gdy pojadę do Kerali następnym razem, zobaczę inny aspekt wiedzy, która została mi przekazana. Dociekliwi czytelnicy mogą mi zarzucić podawanie informacji niezgodnych z literaturą, ale w wielu przypadkach, gdy próbowałam znaleźć w opracowaniach odpowiedź na nurtujące mnie problemy, Shajesh przedstawiał swoją wykładnię i przywoływał albo teksty w malajalam, albo takie, do których nie miałam dostępu. Czasem wysyłał mi fragmenty własnych opracowań (oczywiście nieopublikowanych). Gdy próbowałam wyjaśnić w dyskusjach kwestie, które uznawałam za nielogiczne, Shajesh odpowiadał: „To może wprowadzać umysł zachodni w zakłopotanie”, co oznaczało, że w jego systemie te sprawy są spójne. Nie skupiałam się na wyartykułowaniu wszystkich niespójności – zależało mi raczej na w miarę zwartym opisie systemu, ale wiem, że spotkanie z Shajeshem „po drodze” otworzyło moją wyobraźnię. Stąd szkic ten nie rości sobie pretensji do przedstawienia zwartej i niepodważalnej wizji tantry keralskiej, ale jest wstępnym uogólnieniem punktowo przeprowadzonych badań.

Shajesh Tantra (zdrobniale: Shaji albo Shaji jī) jako kilkunastoletni chłopiec trafił pod opiekę swojego guru i od tamtego czasu jest *brahmācārī*, czyli celibatariuszem. Jest pierwszym uczniem aćarji M.T. Viswanathana (por. il. 1), kontynuującym tantryczną tradycję Ānanda Nātha, którą można charakteryzować, odnosząc ją do duchowego systemu *Śrī-vidyā*¹⁹ i tych, którzy praktykują, tj. *upāsaka*²⁰. Aćarja M.T. Viswanathan jest założycielem szkoły tantrycznej w Kalikat, która działa od 1995 roku i rozpowszechnia ideę tantrycznej sadhany wśród mieszkańców Indii. Od początku jej istnienia do dziś pobierało w niej naukę mantr i świętych sanskryckich tekstów ponad 1500 Hindusów. Jest organizacją *non profit*.

Nathowie długo kojarzeni byli z praktykami jogi. Najważniejszym dla nich życiowym celem było urzeczywistnienie siebie jako *nātha*. Środek prowadzący do tego to joga, która jest bardzo ważna dla nathów. Uważają oni, że niemożliwe jest osiągnięcie doskonałości duchowej za pomocą rytuałów i studiowania tekstów, muszą one bowiem zostać uzupełnione dyscypliną praktyk jogicznych. Traktat *Siddha-siddhānta-paddhati*, przypisywany czasami Gorakшы, powiada:

¹⁹ Śrīwidja (*śrī-vidyā*) to tantryczna tradycja religijna skupiona wokół kultu bogini Tripurasundari (Tripurasundarī), którą uważa się za emanację Wielkiej Bogini. Na systemie Śrīwidji oparta jest także tantra kaszmirska (śiwaizm kaszmirski).

²⁰ Upasakowie (*upāsaka*) we wskazanej tradycji opierają swoją praktykę na znajomości wed i tantr oraz praktykują Śrīwidję. Upasakowie rozwijali zarówno tantrę prawej ręki (ascetyczną), jak i lewej ręki (transgresywną).



Ilustracja 1. Aćarja M.T. Viswanathan – kontynuator tradycji Ānanda Nātha

Źródło: Fotografia pochodzi z prywatnego zbioru Shajesha Tantry.

„Prawdziwą drogą jest droga jogi. Inne drogi są fałszywe”²¹. Warto zwrócić uwagę, że nazwy niektórych praktyk jogi łączą się z imionami nathów, na przykład *matsyendrāsana* z Matsjendrą, czy *jālandhara-bandha* z Dźalandharą.

Tantrycy związani z ascetyczną gałęzią tradycji Ānanda Nātha Sampradāya twierdzą, że celem tantry jest doświadczenie ostatecznej rzeczywistości i zrozumienie, że nie jesteśmy niczym więcej niż czystą świadomością. Jest to bardzo stara tradycja tantryczna w Kerali²², która uznaje autorytet wed²³. Inicjację

²¹ Por. *Selected Writings of M.M. Gopinath Kaviraj*, po polsku dostępny jest fragment: *Filozofia nathów*. Przeł. S. Ziemiński. Dostępne w Internecie: https://bibliotekajogi3.pl/?page_id=2067 [data dostępu: 4.05.2021]. Nie podano wydania, z którego pochodzi tłumaczenie.

²² Informacje o początkach Kerali są fragmentaryczne. Wiadomo, że rozkwitał tam kult wielbicieli Śiwy, a rozwój hinduizmu obserwowany był dzięki rozwojowi świątyń. Szerzyły się kultury tantryczne. W Kerali nie znano *varṇa* i *jāti*. Dzielono ludzi na braminów i pozostałych.

²³ Ponieważ wedy uznawane są za słowo objawione, każdy system w obrębie hinduizmu musi dążyć do wykazania swego związku z hymnami wed.

można otrzymać tylko od ascetycznego *nātha-guru*²⁴. Określenie *nātha* (współcześnie błędnie stosowane zamiennie z *kaula*²⁵) używane jest do scharakteryzowania stylu życia, który obecnie nazywa się tantrą²⁶. Składają się na niego praktyki i rytuały, między innymi: mantrowanie, praktyka śriwidji, *pūjā*²⁷, *tarpaṇa*²⁸ czy rytuały z użyciem świętego ognia, na przykład *yajñā*²⁹ lub *homa*³⁰. Główną boginią, wokół której skoncentrowane są rytuały nathów, jest Tripurasundari (Tripurasundarī). Nathowie nie muszą szukać w pismach sposobów, jak żyć, ale wiedzą to z medytacji. Nie muszą czytać starych manuskryptów, mogą tworzyć swoje własne mantry, aby kreować rzeczywistość. Choć Shajesh wielokrotnie podkreślał, że dla adeptów tantry ważne jest także studiowanie przekazów uznanych za święte.

Shajesh wiele razy zaznaczał, że początki tantry w Kerali są niejasne – jedni twierdzą, że mogła przyjść z Kaszmiru, inni łączą jej korzenie z początkiem Kerali³¹. Choć wyznawcy tantry w Kerali podążają głównie ścieżką prawej ręki (*dakṣiṇa-mārga*), można odnaleźć elementy tantry lewej ręki (*vāma-mārga*), rytuały, które wymagają poświęcenia zwierząt, odprowadzane w konkretnych świątyniach w Kerali. Ci, którzy podążają ścieżką prawej ręki, wykonują zewnętrzne rytuały i używają do tego „czystych” przedmiotów, mają skrajne przekonania moralne i potępiają spożywanie alkoholu, mięsa, ryb. Ich celem jest zdobycie *siddhi* przez ubłaganie sattwiczej formy boskości. Zachęcają do praktyk, które nie narusza-

²⁴ Używanie określenia „Ānanda Nātha” jako wskaźnika przynależności do tradycji Nātha Sampradāya jest relatywnie nowe.

²⁵ Termin *kaula* pochodzi z sanskrytu i oznacza ‘klan’, ale i ‘czystość’; tu używam tej nazwy na określenie innej od nathów tradycji tantrycznej. Kaulowie odwołują się jednocześnie do praktyk tantrycznych prawej ręki i lewej ręki, natomiast nathowie, w tradycji kontynuowanej przez Shajesha, wyłącznie do prawej.

²⁶ J. Mallinson: *Nāth Sampradāya*. Dostępne w Internecie: https://referenceworks.brillonline.com/entries/brill-s-encyclopedia-of-hinduism/nath-sampradaya-COM_9000000053?s.num=0&s.f.s2_parent=s.f.book.brill-s-encyclopedia-of-hinduism&s.q=Nath+Sampradaya [data dostępu: 18.11.2020].

²⁷ To ‘oddanie czci, ceremonia’. Pudża jest ceremonią, podczas której ofiarowuje się potrawy, kwiaty, kadzidła i inne. Jest to podstawowa forma oddawania czci w tantrze.

²⁸ Rytuał polega na ofiarowaniu wody bogom, aby zaspokoić ich pragnienia. Dłuższa praktyka tego rytuału prowadzi do oczyszczenia karmy, która blokuje rozwój duchowy i materialny; można go wykonywać codziennie.

²⁹ Ceremonia świętego ognia. Jest to starożytna praktyka, która oczyszcza karmę i uwalnia od ego. Polega na rozpaleniu ognia w poświęconym miejscu oraz „aktywacji” miejsca za pomocą mantr i inwokacji, a następnie składaniu ofiary ogniewi. Symbolicznie oddaje się poczucie ego, spala się je w ogniu.

³⁰ Rytuał tantryczny polegający na rozpaleniu ogniska i złożeniu ofiar w ogniu. Wykonuje się go przy użyciu mandali, a bóstwo przywoływane w trakcie rytuału znajduje się w centrum mandali i w tym przypadku jest utożsamiane z samym ogniem. Praktykujący jest rytualnie identyfikowany zarówno z bóstwem, jak i ogniem. Ofiary składane w ogniu przedstawiają duchowe przeszkody, które utrudniają praktykującemu pełne przebudzenie. W tym ujęciu homy są klasyfikowane ze względu na funkcje lub cele, takie jak ochrona czy ujarznienie przeciwników.

³¹ Zob. *Paraśurāma-kālpa-sūtra*. Ed. A.M. Sastri. Oriental Institute, Baroda 1950.

ją zasad czystości. Z kolei ci, którzy podążają ścieżką lewej ręki, nie rozróżniają praktyk czystych i nieczystych, utrzymują nieortodoksyjne przekonania, podkreślają umiar, spożywają alkohol, mięso, ryby w wybranych rytuałach, starając się zdobyć *siddhi* wszelkimi możliwymi sposobami. Mają odwagę podejmować wszelkiego rodzaju praktyki, w tym „zakazane”³².

Tantra prawej ręki jest tradycją ascetyczną, ściśle związaną z regułą o charakterze zakonnym³³, ustanowioną przez Śankaraćarję³⁴. Reguła zawiera kult Bogini, a jej symbolem jest *śrī-yantra*. Kaulowie, jak już wspomniałam, odwołują się jednocześnie do praktyk tantrycznych prawej ręki i lewej ręki, których nazwy nawiązują do przekazu o pięciu twarzach Śiwy, emitujących święte pisma w poszczególne strony świata. Rdzeń kaulizmu stanowi kult żeńskich bóstw, stąd *kaulācāra* przedstawiana jest jako modelowy przykład tantryzmu śaktyjskiego. W tradycji tantryzmu śaktyjskiego głównym tekstem jest *Kaularnawatantra* (*Kaulārṇava-tantra*)³⁵. Termin *aṇṇava* oznacza ‘ocean’, stąd *kaulārṇava* zwykle tłumaczy się jako ‘ocean kauli’. *Kaularnawatantra* zawiera w sobie filozofię tantry.

W Kerali znajduje się kilka tysięcy dobrze zachowanych świątyń i uporządkowany system kultu. Ekanath Padmanabhan Unni³⁶ podaje krótkie opisy codziennych rytuałów, które odbywają się w tamtejszych świątyniach. Istnieje tu także bogata literatura na temat tantry, niemniej jest tak bardzo rozproszona, że trudno uchwycić całość koncepcji. Niektóre ważne prace nie zostały dotychczas opublikowane, inne zaginęły lub są niekompletne; czasem trudno zidentyfikować ich autora. W książkach są jedynie fragmenty, które niełatwo ułożyć w logiczną całość³⁷. Bogate kolekcje tekstów, uznawanych za podstawowe przewodniki do nauki tantry, spisane są w sanskrycie lub malajalam³⁸ i znajdują się w formie manuskryptów lub druków w prywatnych bibliotekach mieszkańców Kerali, co utrudnia do nich dostęp.

³² R. Tigunait: *Tantra Unveiled, Seducing the Forces of Matter and Spirit*. Himalayan Institute Press, Bethany Turnpike, PA 2004, s. 59. Wyd. pol.: Idem: *Tantra ujawniona. Kruszenie sił ducha i materii*. Przeł. A. Rolka. Limbus, Bydgoszcz 2002.

³³ Śankara stworzył rodzaj zakonu ascetów, którzy propagowali jego nauki w całym kraju.

³⁴ Adi Śankara jest ważną postacią dla keralskiej tradycji tantrycznej. Choć nie można go nazwać prekursorem tradycji, to początkowo praktykował i nauczał tantry. Był braminem, który spędził życie, wygłaszając adwajtawedantę (*advaita-vedānta*). Śankara stwierdza, że świat doświadczalny ani jest, ani nie jest. Posiada on istnienie pośrednie, które zarazem jest i nie jest. System adwajtawedanty opracował w formie komentarzy do starożytnych tekstów. Filozofia wedanty jest ściśle powiązana z religią Indii. Śankara rozwinął swą działalność około połowy lub w końcu VI w. n.e., choć nie wszyscy badacze podzielają takie przekonanie.

³⁵ *Kulārṇava Tantra*. Transl. R.K. Rai. Prachya Prakshan, Varanasi 1983. Por. *Kulārṇava Tantra Tārānātha Vidyāratna*. Readings M.P. Pandit. Intr. A. Avalon. Motilal Banarsidass Publishers, Delhi 2007.

³⁶ Zob. E.P. Unni: *Tantra Literature of Kerala*. New Bharatiya Book Corporation, Delhi 2006.

³⁷ S.A.S. Sarma: *The Eclectic Paddhatis of Kerala*. „Indologica Taurinensia” 2009, Vol. 35, s. 319–340.

³⁸ Np. *Śiwapurana* dostępna jest tylko w języku malajalskim.

Czym jest tantra?

Słowo *tantra* ma etymologiczny związek z tkactwem; dosłownie oznacza 'splatać, rozszerzać, rozprzestrzeniać', przywołuje na myśl tworzenie czegoś z włókien. Jak zauważa Dawid Frawley, oznaczać może także 'książkę'³⁹, rodzaj podręcznika z informacjami i technikami, zawierający też wątki filozoficzne. Stąd tantra to zarówno technika, metoda, jak i system wiedzy, zbiór praktyk lub nawet księgozbiór. Najczęściej rozumie się tantrę jako narzędzie służące do rozszerzania świadomości.

Tradycja Ānanda Nātha traktuje tantrę jako narzędzie służące transformacji energii seksualnej w czystą miłość duchową. Istnieje dość powszechne przekonanie (zwłaszcza na Zachodzie), że tantra to joga seksu, ale tu uznaje się ją przede wszystkim za tradycję ascetyczną. Przyjmuje się, że linia duchowych nauczycieli tradycji nathów ma pochodzenie boskie, natomiast historycznie szkołę zapoczątkował nauczyciel o imieniu Matsjendranatha. Nātha Sampradāya⁴⁰ mówi, że prekursorem tych praktyk był indyjski filozof, guru jogi, domniemany założyciel dwunastu tradycji nathów Goraksza⁴¹; nie wiemy dokładnie, kiedy żył i działał Goraksza ani jego guru Matsjendra – przypuszcza się, że w XII wieku.

Kiedy zapytałam Shajesha⁴² o postrzeganie tantry seksualnej, odpowiedział: „To nie jest prawdziwa tantra. Używam energii seksualnej do innych celów niż seks, jest mi niezbędna do celów duchowych”. Po chwili przedstawił wizerunek Parwati siedzącej na lingamie Śiwy i uśmiechnął się: „Widzisz, na czym ona siedzi. To jest wielka tajemnica tantry”.

Tantra jest charakteryzowana poprzez rozmaite metody praktyki i rytuały (por. il. 2), a nie przez odniesienie do seksualności lub jej zaprzeczenia. Elementami tantry są: mantry (*mantra*, formuły medytacyjne), jantry (*yantra*, czyli rytualne diagramy służące do medytacji), mandale (*maṇḍala*, medytacyjne diagramy pomagające w osiągnięciu wyższych stanów świadomości), praktyka śriwidji⁴³

³⁹ Zob. D. Frawley: *Tantric Yoga and the Wisdom Goddesses. (Spiritual Secrets of Ayurveda)*. Lotus Press, Salt Lake City, UT 1994. Frawley, założyciel American Institute of Vedic Studies, zajmuje się naukowo keralską tantrą wedyjską, ajurwedą etc. Jest osobą bardzo poważaną w tantrycznym środowisku Kerali, zapraszana do aśramów. Współpracuje m.in. z Shajeshem.

⁴⁰ J. Mallinson: *Nāth Sampradāya...*

⁴¹ Oprócz imienia Gopala (Goraksza) znany jest pod imionami: Gorakszanatha, Gorakszanath, Gorakhnath. Goraksza był uczniem Matsjendry. Przypisuje mu się dzieło *Pañcāmatrajoga*. Zob. M. Venkata Reddy, B. Rama Rao: *Influence of Nāthayogis on Telugu Literature*. "Bulletin of the Indian Institute of History of Medicine" 1983, Vol. 13, s. 4–15. Gaurana w dziele *Navanādhacharitra* (1376), opisującym kult *nātha*, wymienia go jako jednego z dziewięciu nathów, pierwszych ziemskich patronów tradycji nathajoginów; zob. *Navanādhacharitra*. A Dvipada Kavya by Gaurana. Ed. K. Ramakrishnaiye. University of Madras, Madras 1937; P. Reddy: *Nath Siddhas and Hatha Yoga Practices in South India* [podcast]. Oxford Centre of Hindu Studies. Dostępne w Internecie: <https://ochs.podbean.com/e/nath-siddhas-and-hatha-yoga-practices-in-south-india/> [data dostępu: 9.05.2021].

⁴² Rozmowy były prowadzone w języku angielskim. Wszystkie cytaty z nich podaję we własnym przekładzie.

⁴³ Zob. J.-E. Shin: *Male Vision Dominates, Female Presence in the Shakta Tantra*. "Manushi" 2005, no. 151, s. 35–41.



Ilustracja 2. Aćarja M.T. Viswanathan podczas ceremonii pudźi (Kerala, Indie)

Źródło: Fotografia pochodzi z prywatnego zbioru Shajesha Tantry.

(przy czym widja (*vidyā*) nie oznacza tu po prostu ‘wiedzy’, ale jest rodzajem mantry powiązanej z żeńskimi bóstwami), przywoływanie energii poszczególnych bóstw, święcenie wizerunków bóstw, rytuały ze świętym ogniem, praktyka mudr pomagających w koncentracji, pranajamy (*prāṇāyāma*) etc.

Zasadniczo wyróżnia się trzy kategorie praktyk tantrycznych składających się z rytuałów i medytacji (por. il. 3). Pierwsza obejmuje praktyki czysto rytualne. Tantrycy, recytując tekst mantry gajatri, rozpalają ogień, wrzucają do niego *ghī* (klarowane masło) i nasiona sezamu. Po jakimś czasie przechodzą do następnego etapu, który dzieli na dwie części. W pierwszej medytują, używając przedmiotów rytualnych, podczas drugiej w medytacji koncentrują się na manipurze (*maṇipūra*, trzecia ćakra) i symbolicznie oddają ogniewi swoje ego, które wcześniej – również symbolicznie – zastępowały nasiona sezamu. W trzecim etapie przedmioty fizyczne są im już zbędne, pozostaje czysta medytacja. Pisząc o tych zagadnieniach, trzeba się odwołać do koncepcji ćakr – dla przypomnienia podaję w kolejności od najniższej: *mūlādhāra*, *svādhīṣṭhāna*, *maṇipūra*, *anāhata*, *viśuddha*, *ājñā*, *sahasrāra*.

Przez lata tantrycy wykreowali wiele różnorodnych technik. Badacze tantry próbowali uporządkować je od najbardziej rytualnych po subtelne i od najbardziej zewnętrznych do wewnętrznych. W efekcie wydzielili trzy główne kategorie: te, w których stosuje się fizyczne przedmioty rytualne, praktyki czysto medytacyjne oraz te, które łączą obie techniki (por. il. 4).

Punktem wyjścia procesu edukacji przez praktykę jest przekonanie, że większość ludzi pozostaje na poziomie świadomości pierwszej (*mūlādhāra*) i dru-



Ilustracja 3. Aćarja M.T. Viswanathan podczas medytacji z jantrą (Kerala, Indie)
Źródło: Fotografia pochodzi z prywatnego zbioru Shajesha Tantry.



Ilustracja 4. Trzy grupy praktyk tantrycznych: *samaya*, *miśra* i *kaula*
Źródło: Opracowanie własne na podstawie: R. Tigunait: *Tantra Unveiled Seducing the Forces of Matter and Spirit*. Himalayan Institute Press, Bethany Turnpike, PA 2004, s. 53.

giej (*svādhiṣṭhāna*) čakry (doświadczenie przyjemności *vs.* unikanie przykrości, sukces *vs.* porażka), stąd uznano, że praktyki tantryczne wymagają zaangażowania ciała, zmysłów i przedmiotów rytualnych. Praktyki te nazwano *kaula* (tj. 'rodzina'⁴⁴). Ich celem jest podniesienie świadomości adepta do wyższych čakr⁴⁵. Do tych z kolei można zaliczyć już *anāhata*, *viśuddha* i następne: *ājñā* i *sahasrāra*. Drugą kategorię stanowią zinternalizowane rytuały, które mają uniezależnić adepta od zewnętrznych obiektów. To *miśra*, grupa praktyk mieszanych, łącząca rytuały i medytacje. Trzecia grupa to praktyki czysto medytacyjne, które pozwalają osiągnąć niedualną świadomość *samaya* ('niedualna'). Ich celem jest podniesienie świadomości poprzez kanał energii *Brahma-nāḍī*, płynący między čakrą *ājñā* a *sahasrāra* – uruchomienie przepływu energii w tym kanale, podniesienie świadomości do *sahasrāra* i połączenie z Wielką Boginią.

Tantrycy inicjują adeptów najpierw do *kauli*, zalecając standardową medytację z mantrą, a kolejne inicjacje obejmują jantry i bardziej złożone rytuały, jak *cakra-pūjā*. Większość adeptów porzuca praktykę na pierwszym etapie, by eksperymentować, wykorzystując zdobyte moce. Tymczasem koncentrowanie się na takich działaniach ogranicza ich rozwój duchowy i może być niebezpieczne, dlatego nazywa się to „zabronioną tantrą”.

Narendra Nath Bhattacharya⁴⁶ zidentyfikował siedem *ācāra* (środków do osiągnięcia duchowych celów), które określają siedem systemów przekonań i wyznaczają siedem reguł zachowania – *veda*, *vaiṣṇava*, *śaiva*, *dakṣiṇa*, *vāma*, *siddhānta* i *kaula*. Można je zredukować do dwóch głównych *ācāra* – *vāmācāra* i *dakṣiṇācāra*. Pierwsza uformowała się jako tantra lewej ręki, druga jako tantra prawej ręki. W świadomości społecznej, głównie krajów zachodnich, powszechne jest przekonanie, że tantra podąża tylko ścieżką lewej ręki. To błędne stanowisko jest tak głęboko zakorzenione, że rzuca cień na całą tradycję tantry. Można wskazać wiele ośrodków w północnych⁴⁷ lub południowych⁴⁸ rejonach Indii (Kerala, Tamil Nadu), gdzie do dziś w większości rozwija się tantra prawej ręki, choć praktyki te istotnie się różnią w zależności od obszaru. Tantra ma bardzo długą i barwną historię w Indiach. Rozwijała się – i nadal tak się dzieje – nie tylko w ramach hinduizmu, ale także buddyzmu i dżinizmu.

⁴⁴ Chodzi raczej o rodzinę duchową, która nie jest oparta na więzach krwi, ale łączy ludzi o tej samej wiedzy. Guru-kaula jest przykładem tradycyjnej szkoły jogi. W Kerali nadal rozpowszechniona jest ta tradycja. Można bez przesady powiedzieć, że nie istnieje joga bez Śri Guru. Naczelnym bóstwem *kauli* jest Śiwa. Zasadniczy akcent kładzie się na kult Śakti rozumianej jako moc Śiwy.

⁴⁵ Zob. R. Tigunait: *Tantra Unveiled...*, s. 56.

⁴⁶ Zob. N.N. Bhattacharya: *History of the Tantric Religion*. Manohar, New Delhi 1982.

⁴⁷ Allahabad, Kamakhya, Chhinnamast, Banaras, Vidhya Vasani, Chitrakut, Maihar, Datia, Khajuraho, Ujjain, Girnar Hills, Malabar Hills, Rishikesh, Śri Nagar, Kali Matha, Chandra Vadani, Purna Giri. Lokalizacja tantrycznych skupisk (*shrines*) za: R. Tigunait: *Tantra Unveiled...*, s. 31.

⁴⁸ W samej tylko starożytnej Kerali, gdzie rozpowszechniła się tantra wedyjska, powstało 108 wedyjskich świątyń Śiwy i 108 świątyń Śakti, założonych przez Ryszego Paraśuramę. Odegrał on ważną rolę w kształtowaniu się tradycji tantry keralskiej.

Tajemne sposoby nauczania tantry

W hinduizmie nauczanie może być wedyjskie, puraniczne⁴⁹ i tantryczne. W starożytności tantra rozwijała się w ramach dwóch niezależnych systemów duchowych i filozoficznych: wedyjskiego i niewedyjskiego. Kallukabhata (1250–1000 rok p.n.e.)⁵⁰ jako pierwszy przedstawił wyczerpującą interpretację *Manu-smṛiti* (*Manusmṛiti*) i wyraźnie podzielił tradycyjną myśl indyjską na wedyjską i tantryczną.

Panuje powszechne przekonanie, że tantra jest niezwykle złożoną oraz jedną z bardziej niezrozumiałych koncepcji filozoficznych i duchowych Indii. Shajesh, jakby z upodobaniem, podtrzymywał to wyobrażenie podczas rozmowy. Gdy poprosiłam go o wyjaśnienie roli śriwidji w tradycji Ānanda Nātha, zarzucił mnie mnóstwem książek o tantrze. To zmusiło mnie do poszukiwań na własną rękę. Po kilku godzinach zauważyłam, że *guru-mantra*, którą otrzymałam od Shajesha, zawiera w sobie kilka wspólnych wersów z mantrą bogini Tripurasundari, wykorzystywaną do praktyki śriwidji. Wówczas czułam się zupełnie zagubiona, więc wróciłam do pytania. Shajesh jakby wyczuł mój stan umysłu i powiedział: „Rozważania na temat tantry mogą wprowadzić zachodni umysł w poważne zakłopotanie”. A potem dodał: „Nie mogę przytoczyć tej mantry, ponieważ jest ona ściśle strzeżoną tajemnicą i taką musi pozostać; takie jest prawo mojej tradycji. Moja tradycja mówi: oddam swoją głowę, oddam całą moją własność oraz pieniądze, ale nigdy nie przekażę tej mantry komuś, kto nie podaży za tradycją i nie osiągnął odpowiednio wysokiego poziomu rozwoju”.

Podobny efekt wywołały dyskusje związane z wedyjskim i niewedyjskim pochodzeniem oraz naturą tantry, które wciąż pozostają niejasne. Nie wiadomo, gdzie i kiedy zaczęto ją praktykować. Badacze argumentują, że dowody jej istnienia można znaleźć już w takich poematach epickich, jak *Mahabharata* (*Mahābhārata*; między IV wiekiem p.n.e. a IV wiekiem n.e.) i *Ramajana* (II wiek p.n.e.). Shajesh jest przekonany, że tantra pojawiła się dużo wcześniej, w okresie przedwedyjskim, tj. około 10 000 roku p.n.e. Przywołuje tantryczny tekst *Rudrayāmala* (*Rudrayāmala*)⁵¹, który uważa za starszy od wed. Twierdzi, że niektóre tantry wywodzą się z wed, inne są jednak starsze.

Innym razem mówił, że sanskryckie słowo *veda* oznacza ‘wiedzę’. W starożytnych czasach, kiedy nie było jeszcze tekstu wed, były one przekazywane ustnie. Dopiero jogin (rysz) nazywany Wedawjasa (*Veda-vyāsa*, czyli ‘kompilator wed’) nazwał i uporządkował cztery księgi wed: *Rygveda*, *Jadźurveda*, *Samaweda* i *Atharwaweda*. Każda istota ludzka jest mikrokosmosem tego wszechświata, stąd cała wiedza jest w nas. Tantra jest praktyką prowadzącą do zdobycia uniwersalnej

⁴⁹ Przedmiotem nauczania są przekazy z mitologii indyjskiej. Obejmuje ono historię, religię i tradycję.

⁵⁰ Zob. Ch. Sengupta: *Re-examining the Cult of the Feminine: An Analysis of Tantric Practices at Kamakhya and Tarapith*. “International Journal of Applied Research” 2018, Vol. 4, Issue 4, s. 39–41.

⁵¹ *Rudrayāmala Tantra*. Dostępne w Internecie: <https://www.onlinesanskritbooks.com/2019/09/rudrayamal-tantra-pdf.html> [data dostępu: 9.05.2021].

wiedzy, a więc była już przed tymi czterema wedami. Wjasa, który owe księgi zebrał, jest *śrī-vidyā-devī-upāsaka*. Śrīwidja to jedna z najpotężniejszych praktyk w tantrze. A zatem Wjasa był prekursorem praktyki.

Opinie na ten temat nie są jednoznaczne wśród badaczy tantry. Austriacki indolog i etnolog Moriz Winternitz stwierdza, że *Mahabharata* nawet w końcowych wersjach nie wspomina o tantrze, stąd wnioskuję, że tantra musiała powstać później. Inni badacze, na przykład Shankarananda⁵², uważają, że tantra pochodzi z wed, konkretnie z *Atharvavedy*, natomiast E.V. Raman Nambootiri, autor wprowadzenia do *Tantra-samuccaya*⁵³, sądzi, że tradycja ta jest znacznie wcześniejsza – odniesienie do tantry pojawia się w kontekście doświadczenia *vidyā-samuddesa* w *Rājadharmaprakaraṇa*, będącej częścią *śāntiparva Mahabharaty*⁵⁴, co jest przytaczane jako dowód jej wcześniejszego pochodzenia. Tantra rozwijała się w Indiach jako wiedza tajemna, jednak w zmodyfikowanej formie rozkwitała też między innymi w Tybecie i Nepalu. Niektóre praktyki tantryczne zostały zaadaptowane przez rozmaite sekty religijne, takie jak *aghorī*, nathowie, wyznawcy śiwaizmu i śaktyzmu. Żadna z tych sekt nie reprezentuje tantry w całości, choć przedstawiciele każdej z nich twierdzą, że to oni dysponują jedynym oryginalnym, rdzennym nauczaniem.

W Indiach rozwijały się trzy odległe systemy tantryczne: w Kaszmirze, Bengalu i Kerali. Dwa pierwsze zaliczane są do systemów niewedyjskich i nazywane *vāma-mārga*, ostatni należy do *dakṣiṇa-mārga*. Podział na *dakṣiṇa-mārga* i *vāma-mārga* oznacza wspomniane wcześniej dwie ścieżki tantry: prawej ręki i lewej ręki.

Tradycja tantryczna Shajesha związana jest z kultem bogini Tripurasundari (śrīwidja). Śrīwidja rozwinęła się i rozprzestrzeniła na południu Indii między XVIII a XIX stuleciem, a sama tradycja związana z boginią Tripurasundari stała się tam silnie zwedantyzowana i potępią praktyki kaulów.

Pewnego dnia do Shajesha zgłosił się dwudziestoletni chłopak szukający pomocy. Do Kerali przyjechał z Francji. Miał poważne problemy z potencją, próbował wszystkiego, ale bez efektu. Szukając pomocy przez Internet, odnalazł Shajesha. Naprawdę był w pełni przekonany, że tantra go wyleczy, i w ogóle nie zdawał sobie sprawy, że ścieżka Shajesha jest ascetyczna. Nigdy nie udało mu się odbyć stosunku z żadną kobietą i był bliski załamania. Shajesh opowiadał mi o tym wydarzeniu bardzo zadowolony i pewny siebie. Zapytałam go:

Anna: W jaki sposób chcesz mu pomóc?

Shajesh: Ha, ha. Zabrałem go do mojego odosobnienia w Wayanad, pokażalem, jak recytować mantry, i zostawiłem na kilka dni. Powiedziałem, że powinien wykonać 125 tysięcy powtórzeń mantry, a jak to robi, niech się do mnie zgłosi.

⁵² Por. N.P. Unni: *Tantra Literature of Kerala...* Zob. M. Winternitz: *History of Indian Literature*. Vol. 1: *Introduction, Veda, National Epics, Puranas and Tantras*. Transl. S. Ketkar. University of Calcutta, Calcutta 1927.

⁵³ Zob. V.A. Ramasvamisastri: *The Tantra-samuccaya of Nārāyaṇa*. University of Travancore, Trivandrum 1945.

⁵⁴ *The Mahabharata*. Vol. 12: *Shanti Parva*. Transl. M.N. Dutt. Elysium Press, Calcutta 1903.

Anna: To zbyt dużo. Jak mogłeś tak zrobić? Ten biedak musi być bardzo zdesperowany, a Ty jesteś jego ostatnią deską ratunku. Jest załamany, więc będzie recytował mantry od rana do nocy, a i tak w ciągu tygodnia nie da rady. A poza tym w ten sposób nie rozwiąże swojego problemu.

Shajesh: Tak, ale najpierw musi oczyścić ciało i umysł w takim stopniu, aby mógł pójść dalej.

Anna: Shajesh, przecież po trzech dniach odechce mu się wszystkiego, nie tylko seksu, i wpadnie w jeszcze głębszą depresję.

Shajesh: Ha, ha. Tak. Chodzi o to, aby raz na zawsze uwolnił się od tego pragnienia.

Shajesh bez końca podkreślał, że pierwszym joginem tantrycznym był Śiwa⁵⁵. Objawił on tajemne nauki tantryczne, które stały się podstawą tekstów agamicznych (*āgama*, Bengal, Kaszmir, Kerala) i wywodzących się z nich tantr. Tradycyjnie były przekazywane ustnie uczniom przez nauczycieli. Próbując naszkicować istotę tego przekazu, odwołam się do koncepcji *parā vāk*⁵⁶ jako stanu nieodróżnianego bytu, który zawiera w sobie wszystkie byty, jest pierwotny wobec naszej rzeczywistości. Nazywany jest czasem *nāda-brahman* (od *nāda* – ‘dźwięk’), a zatem *parā vāk* określa się jako najwyższą formę dźwięku, który zawiera w sobie wszystkie dźwięki⁵⁷; tu bliski jest Logosowi. W momencie powstania świata stan ów został zaburzony. Stąd tantra przez mantry ma przywrócić pierwotny porządek.

Teksty tantryczne pisane były tylko dla wtajemniczonych. W ich obrazowaniu można doszukać się symboliki erotycznej. Tajemne nauki przekazywał guru, który nie był utożsamiany z nauczycielem (rozumianym w sposób zachodni), ale raczej z polem magnetycznym lub boską energią Śiwy. Pierwszym guru był Śiwa: „Nie ma nic większego od guru. Nie ma nic większego od guru. Nie ma nic większego od guru. Guru to Śiwa. Guru to Śiwa. Guru to Śiwa”⁵⁸. Teksty agamiczne mówią o „bezpośrednim błogim doświadczeniu absolutnej jedności z Śiwą”⁵⁹.

Wiedza przekazywana jest przez nauczyciela jedynie wybranym uczniom, gdy przejdą specjalną inicjację, która nazywana jest w sanskrycie *dīkṣā*. Może ona przyjmować rozmaite formy – spojrzenie, dotyk czy słowo nauczyciela. Odbywa się podczas rytuału lub bez rytuału, na przykład przez przekazanie mantry (*mantra-*

⁵⁵ Śiwa literalnie znaczy ‘ten, który nie jest’. Śiwa opisywany jest dwojako: zarówno jak ten, który jest i nie jest. W innym kontekście, kiedy mówimy „Śiwa”, mamy na myśli jogina (*ādiyogi*) lub pierwszego jogina, także pierwszego nauczyciela (*ādiguru*), który stanowi fundament wszystkiego, co wiemy dziś o jodze.

⁵⁶ *Parā* oznacza ‘nieustanny, wieczny lub odwieczny’, a *vāk* ‘słowo’. Sanskryckie *vāk* oznacza także wedyjską boginię, spersonalizowaną formę komunikacji.

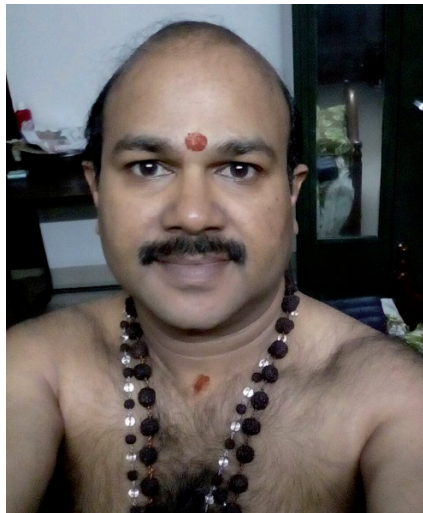
⁵⁷ W tej myśli pojawia się założenie, że świat jest dźwiękiem. Poprzez systematyczne recytowanie mantry można kreować świat.

⁵⁸ Zob. *Kulārṇava Tantra*. Transl. R.K. Rai...

⁵⁹ *Srīmat Sarvajñānottarāgama. Yoga-pāda*. Transl. S.P. Sabharathnam Sivacharyar. Kauai Adheenam, HI [wersja elektroniczna, b.r.w.]. Dostępne w Internecie: <https://documents.pub/document/sarvajnanottara-agama-yoga-pada.html> [data dostępu: 9.05.2021]. *Sarva* oznacza ‘wszystko’, *jñāna* – agamę, *uttara* – ‘ponad’. *Āgama*, która jest poza zbiorem 28 agam i która przewyższa wszystkie pozostałe agamy, jest nazywana *Sarvajñānottarāgama*.

-*dikṣā*), która zwykle objęta jest tajemnicą. Mantra może być szeptana do ucha (*sup-ta-mantra*). Inicjacja jest tajemna, mistyczna i uwarunkowana umiejętnością zinternalizowania jej przez ucznia. Mówi się, że uczeń został inicjowany przez guru, gdy ich umysły staną się jednym. Tantra podkreśla szczególną doniosłość inicjacji w nauczaniu indywidualnym, ponieważ ustanawia ona relację pomiędzy uczniem a nauczycielem i relację tę tworzy *mantra-dikṣā*. Moja pierwsza inicjacja za pomocą mantry (*mantra-dikṣā*) odbyła się w grudniu 2016 roku. Otrzymałam od Shajesha mantrę, która, jak się chwilę później okazało, zawarta jest w procedurze codziennej sadhany jako gurunantra. Przypominam sobie wyraźny obraz kolejnego wtajemniczenia. We śnie zobaczyłam siebie leżącą na kolanach Shajesha, zupełnie jakbym była małą dziewczynką znajdującą ukojenie w ramionach ojca. To zdarzyło się kilka dni po otrzymaniu mantry, którą recytowałam podczas każdej sadhany. Praktykowałam w tamtym czasie dość intensywnie – kilka godzin dziennie. Mimo to dostęp do wiedzy nie był łatwy. Był możliwy dopiero po podjęciu praktyk i rytuałów, którym towarzyszyło stopniowe przekazywanie wiedzy tajemnej.

Po dłuższym czasie intensywnej praktyki rozmawiałam z Shajeshem o tajemniczej *ānanda-kanda*, ćakrze, która ma moc spełniania życzeń. Chciałam wiedzieć, gdzie jest umiejscowiona w ciele. To, co wydarzyło się podczas rozmowy, można uznać za rodzaj inicjacji poprzez percepcję zewnętrznego wizerunku guru. Shajesh przesłał mi swoje zdjęcie i poprosił, abym przez kilka minut zatrzymała na nim wzrok (il. 5). Po krótkiej chwili ujrzałam białą strzałkę krążącą wokół serca. Strzałka pojawiała się i znikwała, aż w końcu całkiem zniknęła. Nie widziałam jej już później. Pomyślałam, że może to jakieś złudzenie optyczne. Shajesh już nic więcej tego dnia nie powiedział. Kilka dni później zaczęłam szukać informacji na temat tajemniczej *ānanda-kanda*, ale wprowadziły one do mojego umysłu jedynie chaos. Zrozumiałam wówczas rolę nauczyciela w tantrze.



Ilustracja 5. Wizerunek Shajesha. Fotografia, której użył w celu dokonania inicjacji poprzez percepcję wizerunku guru

Źródło: Fotografia pochodzi z prywatnego zbioru Shajesha Tantry.

Shajesh mówił, że jogin powinien praktykować w samotności, ale pod okiem nauczyciela, gdyż w przeciwnym razie nie osiągnie rezultatów, a może popaść w szaleństwo lub rozchorować się. Pewne niebezpieczeństwo łączył też z nauką tantry z książek, bez przewodnictwa nauczyciela. Argumentował, że w tekstach tantrycznych nie podaje się wielu istotnych szczegółów praktyki – należą one do wiedzy tajemnej. Często także znajdują się w nich zamierzone przekłamania.

Shajesh opowiedział mi historię o pewnym miejscowym adeptcie, który eksperymentował z tantrą na podstawie książkowej wiedzy, całkowicie bez pomocy nauczyciela. Podkreślał rozmaite niepożądane konsekwencje jego działań i jednocześnie przestrzegał mnie przed nimi.

Shajesh: W Wayanad, niedaleko mnie, mieszka mężczyzna, który przez dłuższy czas praktykował śriwidję na podstawie tylko książkowej wiedzy. W efekcie popadł w poważną chorobę psychiczną, która objawia się tym, że świat odczuwa jako strumień wrażeń. Nie rozpoznaje on przedmiotów fizycznych. Kompletnie zwariował. Nie myje się, nie chodzi do fryzjera, nie obcina paznokci. Boi się. Rodzina jest przerażona, ale nie potrafi mu pomóc. Wysłała go do szpitala psychiatrycznego.

Zapytałam Shajesha, czy nie może mu pomóc. Odpowiedział, że owszem, ale najpierw musiałby mu zaufać, a z tym jest problem.

Określenie „szkoła tantryczna” może być mylące. Shajesh wyjaśniał, że proces edukacji tantrycznej ma charakter indywidualny, a większość praktyk można bez przesady nazwać tajemnymi. Podstawową formą komunikowania wiedzy jest przekaz ustny podczas indywidualnej nauki w relacji pomiędzy mistrzem a uczniem. Cenna wiedza była i jest przekazywana tylko zaufanym uczniom, którzy osiągnęli oczekiwany poziom rozwoju duchowego. Najczęściej przepływa ona bez słów, z umysłu do umysłu, a na ile skorzysta z niej uczeń, zależy od jego stopnia rozwoju i umiejętności. Shajesh podkreślał, że przekaz językowy nie jest tak istotny w nauczaniu tantry, jak niejęzykowy:

W dawnych czasach nauczanie tantry odbywało się głównie z umysłu do umysłu. Guru i jego uczniowie siedzieli, medytując wiele godzin, naprzeciw siebie i nie wypowiadając żadnego słowa. W ten sposób przepływała wiedza.

Podstawą tantrycznego nauczania jest indywidualna sadhana. W efekcie adept uzyskuje nadzwyczajne zdolności, związane z jakimś aspektem bóstwa czczonego podczas codziennej praktyki. Pandit Rajmani Tigunait⁶⁰ opisuje tantryczne metody oddawania czci Bogu, które przenosiły się z mieszkańca na mieszkańca w małej wiosce Śrinagar. Około 100 km na północ od Ryszikeś znajduje się Śrinagar – tantryczne miejsce kultu. Wiele lat temu setki adeptów tantry, w szczególności ci, którzy uznawali tradycję Śriwidja, gromadziło się tam, by praktykować tantrę. Najbardziej znaczącym ośrodkiem kultu na tym obszarze nie jest świątynia, lecz głąz leżący u ujścia rzeki, na obrzeżach miasta. Jest postrzegany jako żyjąca śrijantra (święty, najważniejszy żyjący obraz), najbardziej złożona

⁶⁰ R. Tigunait: *Tantra Unveiled...*, s. 9.

ze wszystkich jantr, także jako śrićakra (najważniejsza ćakra). Tantrycy czcili Boską Matkę, praktykując śriwidję⁶¹.

Pandit Tigunait, którego przodkowie byli duchowymi przewodnikami rodziny królewskiej (*rāja-purohita*), opisuje niezwykle historie z domu rodzinnego w północnych Indiach. Mieszkańcom wioski brakowało głębszej wiedzy filozoficznej i duchowej, ale posiadali nadzwyczajne zdolności lecznicze:

Zaobserwowałem, że niektórzy z nich potrafili zneutralizować efekt ukąszenia kobry tylko za pomocą tantrycznych mantr (praktyka nadal popularna wśród mieszkańców). Tubylcy, gdy tylko usłyszeli, że ktoś został ukąszony przez kobrę, rzucali dosłownie wszystko i spieszyli na pomoc ofierze. Mieli głęboko zakorzenione przekonanie, że to ich obowiązek, i nie przyjmowali niczego w zamian⁶².

Pandit pisze także, że inna grupa mieszkańców (nazywa ich *mālī*⁶³) знаła rytuały lecznicze i wykorzystywała konkretne zioła do leczenia ospy. Podobnie jak ci, którzy leczyli ukąszenie węża, *mālī* czuli się moralnie zobowiązani do przywracania harmonii w wiosce i ograniczania rozprzestrzeniania się chorób. Nadzwyczajne zdolności magiczne tubylców przejawiały się również w innych dziedzinach życia. Pandit opisuje niewytłumaczalny fenomen zwykłej metalowej miski należącej do starego tantryka – była ona jego wykrywaczem złodziei. Metoda była bardzo prosta. Kiedy komuś w wiosce coś zginęło, stary tantryk zwoływał wszystkich mieszkańców. Podczas zgromadzenia miska wędrowała z rąk do rąk. Kiedy dochodziła do złodzieja, stawiała się tak gorąca, że parzyła, a ten musiał ją upuścić. Tajemnica tkwiła w tym, że tantryk traktował miskę jako przedmiot kultu – świętą i żywą. W ten sposób budził jej moc.

Pięć twarzy Śiwy, czyli ciało zbudowane z mantr

Tantry jako teksty powstały między VI a VIII wiekiem n.e., zmieniają one lub uzupełniają przesłanie wed. Przyjmuje się, że tantry śiwaickie objawił sam Śiwa i objawienie to ma większą wagę niż święte przekazy zawarte w wedach i bramińskich komentarzach. Przekazy agamiczne⁶⁴ pochodzą od samego Śiwy i reprezentują różne aspekty filozofii tantry. Agamy są blisko związane z koncep-

⁶¹ Diagram (jantra) jest symboliczną formą Śakti w tradycji *Śrī-vidyā*. Oznacza to, że nie jest on reprezentacją Śakti, ale jest Śakti samą w sobie. Zob. M. Rao: *Living Mantra: Mantra, Deity and Visionary Experience Today*. Palgrave Macmillan, Cham 2019, s. 92.

⁶² R. Tigunait: *Tantra Unveiled...*, s. 9.

⁶³ Nazwa *mālī* używana jest jako określenie grupy zawodowej, którą stanowią ogrodnicy lub zielarze.

⁶⁴ Teksty agamiczne mają postać dialogu, w których Śiwa mówi do Parwati. Uznawane są za objawienia dane przez Śiwę. Istnieją również przekazy nigamiczne, w których Parwati mówi do Śiwy.

cją pięciu twarzy Śiwy⁶⁵, która odgrywa dużą rolę w rytualnych praktykach tantrycznych. Abhinawagupta⁶⁶ jako pierwszy opisał ciało Śiwy, które zbudowane jest z pięciu mantr: *īśāna*, *tatpuruṣa*, *aghora*, *vāmadeva* i *sadyojāta*. Koncepcja pięciu twarzy Śiwy pojawiła się w tantrach, a ich źródłem była mantra *oṃ namaḥ śivāya*. Każda z twarzy zwrócona jest w innym kierunku świata (por. il. 6).



Ilustracja 6. Współczesne wyobrażenie pięciu twarzy Śiwy

Źródło: Ilustracja pięciu twarzy Śiwy. Opracowała Anna Monika Mazur na podstawie przekazu Shajesha i instrukcji Anny Mazur.

Oto pięć twarzy Śiwy definiowanych poprzez mantry⁶⁷:

1. Oṃ *īśānāya* namaḥ.
2. Oṃ *tatpuruṣāya* namaḥ.
3. Oṃ *aghorāya* namaḥ.
4. Oṃ *vāmadevāya* namaḥ.
5. Oṃ *sadyojātāya* namaḥ.

Każdej twarzy przypisana jest inna mantra. Śiwa działa dzięki swojej Śakti, która jest ciałem Boga. Ciało to składa się z pięciu mantr i służy pięciu aktom tworzenia świata: kreowaniu, zachowywaniu i niszczeniu wszechświata, zaciem-

⁶⁵ Zob. J.R. Dupuche: *Abhinavagupta, The Kula Ritual as Elaborated in Chapter 29 of the Tantraloka*. Motilal Banarsidass, Delhi 2003; *The Shiva Samhita*. Critical ed. and transl. J. Malinsson. Yoga Vidya, Woodstock, NY 2007.

⁶⁶ G. Flood: *The Tantric Body. The Secret Tradition of Hindu Religion*. I.B. Tauris, London 2014.

⁶⁷ Zob. ibidem.

nieniu, czyli wcieleniu, oraz wyzwalaniu dusz⁶⁸. W istocie to Sadaśiwa – jedna z form Śiwy⁶⁹ – a nie sam Śiwa, posiada ciało składające się z pięciu mantr⁷⁰.

Mantra *oṃ namah śivāya* nazywana jest mantrą pięciu sił Śiwy i pochodzi z *Jadžurwedy*⁷¹. Pięć aktów tworzenia świata zdefiniowanych jest poprzez pięć mantr, z których każda została powtórzona pięć razy, co daje w sumie 25. Liczba ta odnosi się do powstania świata w efekcie pięciu powtórzeń każdej z pięciu mantr. Koncepcja pięciu twarzy Śiwy (por. il. 7) powiązana jest z magiczną liczbą pięć, pojawiającą się w tantrze w rozmaitych kontekstach, przykładowo: pięć żywiołów, pięć powłok ciała otaczających duszę, pięć rodzajów prany oraz pięć pierwszych ćakr. Droga tantry jest drogą recytowania mantr płynących z podniebnej twarzy Śiwy⁷².

Pięć twarzy Śiwy	Kierunek	Żywioł	Ćakra	Powłoka ciała
<i>Oṃ iśānāya namaḥ</i>	podniebna	eter	<i>viśuddha</i>	<i>ānandamaya</i>
<i>Oṃ tatpuruṣāya namaḥ</i>	wschodnia	ziemia	<i>mūlādhāra</i>	<i>annamaya</i>
<i>Oṃ aghorāya namaḥ</i>	południowa	woda	<i>svādhīṣṭhāna</i>	<i>prāṇamaya</i>
<i>Oṃ vāmadevāya namaḥ</i>	północna	powietrze	<i>anāhata</i>	<i>vijñānamaya</i>
<i>Oṃ Sadyojātāya namaḥ</i>	zachodnia	ogień	<i>maṇipūra</i>	<i>manomaya</i>

Ilustracja 7. Pięć twarzy Śiwy

Źródło: Opracowanie własne na podstawie materiałów przekazanych przez Shajesha Tantrę w czasie prowadzenia badań.

1. *Oṃ iśānāya namaḥ*. *Īśana* jest górną lub podniebną twarzą Śiwy. To *citta-śakti* lub siła indywidualnej świadomości, która prowadzi do świadomości uniwersalnej. Jest powiązana z eterem oraz z ćakrą *viśuddha*. To całkowita energia Śiwy, łączy w sobie wszystkie jego atrybuty. To twarz Śiwy, która uwidacznia siłę i powiązana jest z powłoką *ānandamaya*.
2. *Oṃ tatpuruṣāya namaḥ*. *Tatpuruṣa* jest twarzą wschodnią. Ona reprezentuje *parātman*, najwyższą duszę, będącą poza ciałem fizycznym. Jest powiązana z *ānanda-śakti*, czyli siłą rozkoszy. W swoich niższych manifestacjach zasłania siłę Śiwy. Twarz ta wiąże się z żywiołem ziemi oraz ćakrą *mūlādhara*.

⁶⁸ Zob. S. Radhakrishnan: *Filozofia indyjska*. Przeł. Z. Wrzeszcz. Vis-à-vis, Kraków 2017, s. 1089.

⁶⁹ Zdaniem Shajesha Sadaśiwa jest postrzegany jako najwyższa forma Śiwy. Sadaśiwa aktywuje siły wszystkich żywiołów. Sanskryckie *sadā-* oznacza 'wiecznie'.

⁷⁰ Zob. S. Radhakrishnan: *Filozofia indyjska...*, s. 1091.

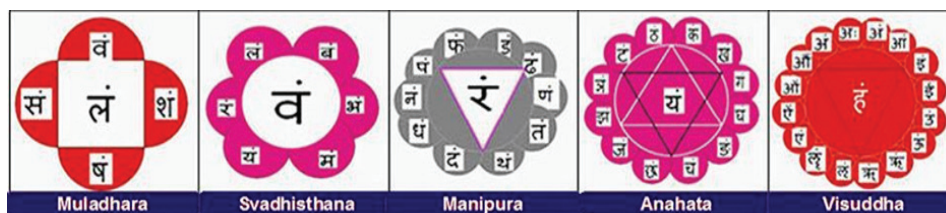
⁷¹ Jest częścią jadźurwedyskiej rudramantry.

⁷² Zob. G. Flood: *The Tantric Body...*

3. *Om aghorāya namaḥ*. Aghora jest związana z kierunkiem południowym i z *jñāna-śakti* – siłą wiedzy, podobnie jak z *buddhi-rūpa* – formą intelektu. Łączy się ona także z *prāṇamaya-kośa*, która reprezentuje ożywienie i rozpuszczenie jakości Śiwy. Jest powiązana z żywiołem wody i čakrą *svādhiṣṭhana*.
4. *Om vāmadevāya namaḥ*. *Vāmadeva* związana jest z kierunkiem północnym. Ta twarz Śiwy łączy się z siłą i pięknem Śakti, podobnie jak z boginią Maya. *Vāmadeva* wiąże się z *vijñānamaya-kośa*. Twarz ta jest *citta-rūpa*, formą świadomości uniwersalnej, ograniczonej do indywidualnego umysłu. Wiele tradycji przyjmuje, że mantra *Vāmadeva* przynosi istotne korzyści terapeutyczne. To ochronna energia Śiwy, powiązana z żywiołem powietrza i z čakrą *anāhata*.
5. *Om sadyojātāya namaḥ*. *Sadyojāta* skierowana jest na zachód i reprezentuje *icchā-śakti* – siłę woli. Związana jest z *manomaya-kośa* – powłoką osłaniającą duszę, którą tworzy umysł. Dodatkowo, *Sadyojāta* łączy się z elementem ognia, reprezentującym ogień umysłu i ogień ciała. Funkcje tej twarzy Śiwy jako siły kreatywnej są kojarzone z čakrą *maṇipūra*.

Wszystkie twarze razem tworzą *om namaḥ śivāya*. Mantra ta jest także znana jako pięciosylabowa (*pañcākṣara*): *na – maḥ – śi – vā – ya*, gdzie *na* ukrywa łaskę Pana, *maḥ* oznacza świat, *śi* – Śiwę, *vā* ujawnia łaskę Pana, *ya* oznacza duszę (il. 8).

Ta starożytna formuła inwokacji ma również odniesienie do pięciu żywiołów, gdzie *na* oznacza ziemię, *maḥ* – wodę, *śi* symbolizuje ogień, *vā* – powietrze i *ya* – eter lub akaśę. Jest wiele znaczeń tej mantry. Powtarzanie jej prowadzi umysł tamasowy i radzasowy na wyższy poziom doświadczeń duchowych.



na	maḥ	śi	vā	ya
ziemia	woda	ogień	powietrze	eter
laṃ	vaṃ	raṃ	yaṃ	haṃ

Ilustracja 8. Ukryte znaczenie mantry *om namaḥ śivāya*

Źródło: Opracowanie własne na podstawie materiałów przekazanych przez Shajesha Tantrę w czasie prowadzenia badań.

Vijñānabhairava-tantra mówi, że „Ten, który obudzi energię Śakti, czuje jedność z Śiwą”. I dalej: „Ten, który tego dostąpił, staje się jakoby Śiwą. W tym kontekście mówi się, że Śakti jest twarzą Śiwy”⁷³. Gdy adept powtarza mantrę *om namaḥ*

⁷³ *Vijnana Bhairava Tantra The Mystery Within*. Transl. S. Shastras. [b.w.], Delhi 2019, s. 10. Tłumaczenie własne. *Vijñānabhairava-tantra* jest przedstawiana jako dyskurs między Bhairawą i boginią Bhairawi.

śivāya, nie adoruje Śiwy, ale stymuluje siłę pięciu pierwszych čakr. *Ya* lub *yaṃ* jest mantrą *anāhata*, *va* lub *vaṃ* – *svādhiṣṭhāna*. Podobnie *na*, *ma*, *śi* są różnymi dźwiękami lub sylabami korespondującymi z odmiennymi čakrami. Powtarzając *oṃ namah śivāya*, jogin podąża poprzez čakry; staje się panem odpowiadających im żywiołów⁷⁴. Konstrukcja mantry zawierającej *oṃ* sięga szóstego čakramu, który jest dźwiękiem čakry *ājñā* (odpowiada za klarowność, kreatywność i intuicję). Wibracja *oṃ* wznosi się do čakry korony. Podczas oddechu pomiędzy kolejnymi powtórzeniami *oṃ namah śivāya*, *oṃ namah śivāya*, *oṃ namah śivāya* prana osiąga stan *parāśiva*⁷⁵ i rozchodzi się po świecie fizycznym, astralnym i duchowym, błogosławiąc je energią, nowym życiem i rozumieniem. *Namah śivāya oṃ, namah śivāya oṃ, namah śivāya oṃ, namah śivāya oṃ* jest nieustannym procesem życia. To esencja życia sama w sobie. Tylko poprzez powtarzanie tej mantry, na głos lub w myślach, można zrozumieć jej istotę. Shajesh sugerował, aby powtarzać ją po cichu⁷⁶, w takim samym tempie, w jakim się ją wypowiada. Można także skoordynować jej recytację z oddechem, wypowiadając ją raz podczas wdechu i raz podczas wydechu. Jeśli będzie się recytowało tę mantrę w taki sposób, wypełni ona umysł, będzie wibrować w każdej komórce ciała, ale również w przestrzeni wokół.

Śrīcakra symbolem ludzkiego ciała

Tekst *Joginītantra* (*Yoginī-tantra*) mówi, że bóstwo powinno być czczone z wykorzystaniem wizerunku (*pratimā*), mandali oraz jantry. *Yantra* dosłownie oznacza ‘instrument lub warsztat’, w szczególności tkacki, który jest używany w tantrze jako narzędzie medytacji. Służy w medytacji do zogniskowania umysłu i pełni funkcje inicjacyjne. Jantra reprezentuje energię boską w formie geometrycznej, podobnie jak mantra czyni to w postaci dźwięku⁷⁷. Szczególnym rodzajem jantry, matką wszystkich jantr, jest śrījantra (śrīcakra), używana w medytacjach nad pierwotną energią Wielkiej Bogini Tripurasundari. Ma ona dziesięć manifestacji w praktyce śrīwidji: Kali, Tara, Chinnaṃasta, Tripura⁷⁸, Tripurabhairawi, Bāgāla-mukhi, Bhuwaneśwari, Maṅgaṅgi, Kamala i Dhūmawati. Śrījantra jest utworzona

⁷⁴ *Namah śivāya* zawiera wszystkie pięć elementów – ziemia, woda, ogień, powietrze i eter, które w umyśle są przekształcane w świadomość.

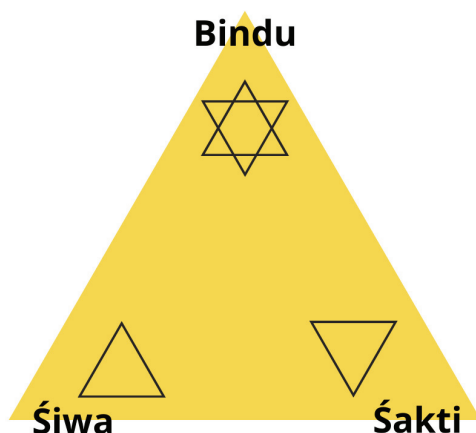
⁷⁵ *Parā* to sanskrycki termin, który w niektórych kontekstach oznacza ‘wyższy’, w innych ‘najwyższy’. Zatem *Parāśiva* jest najwyższą formą Śiwy, inkarnacją wszystkich dusz i bóstw.

⁷⁶ *Mānasika* – powtarzanie w myślach.

⁷⁷ Jantra zawsze ma charakter geometryczny, w odróżnieniu od mandali, która może również zawierać elementy ikonograficzne.

⁷⁸ Lalita Tripurasundari to główna bogini tantrycznej tradycji Śrīwidji. Tradycja ta opiera się na wielbieniu bogini z użyciem jej tysiąca imion, których zbiór to *Lalitāsahasranāma*. Kupiłam go w aśramie w Indiach: *Sri Lalita Sahasranāma. Amritapuri Chanting Book*. Mata Amritanandamayi Math, Amritapuri P.O., Kollam, Kerala, India 2006. Zob. G. Flood: *Tradycja Śrīwidji*. W: Idem: *Hinduizm. Wprowadzenie*. Przeł. M. Ruchel. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2008, s. 196.

z dziewięciu trójkątów oraz punktu świadomości *bindu*. Cztery trójkąty skierowane są w górę i reprezentują aspekt męski – Śiwę, pięć jest skierowanych w dół i reprezentują one aspekt żeński – Śakti. Śriwidja jest powiązana z pięcioma zmysłami i pięcioma żywiołami. W istocie pięć trójkątów skierowanych w dół reprezentuje pięć elementów (*pañca-bhūta*)⁷⁹. W centrum śrijantry znajduje się trójkąt *kāma-kalā* (por. il. 9).



Ilustracja 9. Trójkąt *kāma-kalā*

Źródło: Opracowanie własne na podstawie: L. Hurley, P. Hurley: *Tantra, Yoga of Ecstasy: The Sadhaka's Guide to Kundalini and the Left-Hand Path*. Maithuna Publications, Wheelock 2012.

Śrijantra może być także podzielona na dziewięć okręgów, w których mieści się 108 bóstw. Podczas ceremonii *śrīcakra-pūjā* są one po kolei czczone poprzez recytację imienia i odpowiadającej mu mantry. *Tripurā-upaniṣad* porównuje te dziewięć okręgów (ćakr) do dziewięciu rodzajów jogi; osiem z nich jest powiązanych z patańdżalajogą, jeden z sahađżajogą. W tradycji tantrycznej śrīcakra postrzegana jest jako symbol ludzkiego ciała. Jest również powiązana z systemem ćakr w ciele jogina⁸⁰. Praktyka śriwidji polega na synchronizowaniu energii bóstw umieszczonych w śrīcakrze z energiami w ciele jogina. Śrīcakra jest jantryczną formą śriwidji.

Według tantry człowiek jest mikrokosmosem, odzwierciedla tajemnicę wszechświata (makrokosmos). Cokolwiek istnieje we wszechświecie, istnieje także w ludzkim ciele⁸¹. Wszystkie zasady i światy są w nim, w nim mieszkają najwyższe energie, co tradycyjnie zwykło się nazywać z szacunkiem Śiwa-Śakti.

⁷⁹ Dokładna charakterystyka śrijantry jest opisana w literaturze. Zob. S. Kak: *Mind and Self, On Patañjali's Yoga Sūtras*. Mount Meru Publishing, Mississauga 2012, *passim*.

⁸⁰ Zob. *ibidem*, s. 48–49.

⁸¹ Zob. *Bhāvanopaniṣad*, najważniejszy *śakta-upaniṣad*, komentarz Bhaskararaji, część druga – Prayogavidhi. Por. P.R. Krishnakumar: *The Sri Chakra as a Symbol of the Human Body*. "Ancient Science of Life" 1993, Vol. 12, no. 3–4, s. 316–319.

Ludzkie ciało można podzielić na dwie części: głowa i tułów to jedna część, nogi – druga. Centralny punkt ludzkiego ciała leży pomiędzy tymi częściami, u podstawy kręgosłupa. To jest oś ludzkiego ciała, podobnie jak mityczna góra Meru jest osią świata. Stąd ludzkie ciało nazywane jest *Merudaṇḍa*.

W tantrycznej tradycji śrīcākę reprezentuje właśnie góra Meru. *Bhāvanopaniṣad*, jedna z ważniejszych upaniśad śaktyjskich, opisuje medytację *bhāvana* i jej wpływ na ciało oraz umysł. Celem medytacji jest dążenie do tożsamości pomiędzy poszczególnymi częściami ciała a siłami (Śakti) umiejscowionymi w różnych częściach śrīcākry⁸². Jej kulminacją jest doświadczenie stanu błogości. Można powiedzieć, że intencją tantry jest uczynienie adepta zdolnym do doświadczenia tożsamości Śiwa-Śakti. Celem tantrycznej sadhany jest zarówno radość (*bhukti*), jak i wyzwolenie (*mukti*).

Zgodnie z tantrą ludzkie ciało jest świątynią czystej duchowej energii w formie *cit-śakti*, opisywanej jako energia kundalini, która drzemie w muladharze, a obudzenie jej wiąże się z porzuceniem identyfikacji ze swoim ciałem. W pierwszej kolejności oznacza to oczyszczenie čakry podstawy między innymi z lęku, braku poczucia bezpieczeństwa, gnuśności czy poczucia marazmu⁸³. Proces podnoszenia energii kundalini wzdłuż kręgosłupa – poprzez sześć kolejnych čakr – to droga do osiągnięcia czystej (duchowej) wiedzy (*divya-jñāna*). Nie jest to możliwe w systemie sankhji, ponieważ nie akceptuje on koncepcji centrów energetycznych. Koncepcja ta powstała na gruncie tantry, w obrębie której rozwinęły się różne systemy odwzorowania makrokosmosu w ciele człowieka. W klasycznej tantrze głównych čakr było zwykle pięć, jako że odpowiadały pięciu żywiołom.

W efekcie procesu oczyszczania manifestuje się czysta wiedza, która ujawnia sama siebie i nie zależy od wpływów zewnętrznych. Tantra przyjmuje realne istnienie fizycznego świata, natomiast w adwajtawedancie świat jest subiektywnym tworem ludzkiej niewiedzy lub kosmologiczną projekcją Brahmana, wielką iluzją, której nasza niewiedza nadaje rzeczywistość ontologiczną i logiczną wartość⁸⁴. Podobnie przyjmują sankhja i joga – dla nich świat jest rzeczywisty, jednak mimo to wciąż pozostaje tworem ludzkiej niewiedzy. Metafizyka wedyjska rozumie kosmos jako boską projekcję, czyli iluzję. Za prawdziwą rzeczywistość uznaje byt jedyny, samodzielny, nieporuszony i odwieczny. Dla patańdżalajogi i sankhji, jako systemów realistycznych, świat jest rzeczywisty, chociaż jego niezliczone formy i sposoby manifestacji istnieją jedynie w takim stopniu, w jakim świadome „ja” ignoruje samo siebie (doświadcza niewiedzy, iluzji⁸⁵). Śrīcakra jest ikoniczną reprezentacją wiedzy zawartej w pismach wedyjskich. Reprezentuje ona zarówno cykliczną strukturę rzeczywistości, jak i fakt, że natura oraz świadomość przenikają się.

⁸² Zob. P.R. Krishnakumar: *The Sri Chakra...*

⁸³ Zob. R. Tigunait: *Tantra Unveiled...*, s. 82.

⁸⁴ Zob. M. Eliade: *Joga. Nieśmiertelność i wolność*. Przeł. B. Baranowski. PWN, Warszawa 1984, s. 24.

⁸⁵ Zob. M. Harciarek: *Wybrane aspekty zbieżności i rozbieżności antropologii jogi z antropologią Zachodu*. W: *Joga w kontekstach kulturowych 2*. Red. A. Gomółka, K. Gęsikowska. Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2017, s. 150.

Ciało jako miejsce jedności przeciwieństw: Śiwa-Śakti

Ciało postrzegane jest jako miejsce zespolenia dwóch kosmicznych zasad: męskiej i żeńskiej. Jest miejscem zjednoczenia dwóch biegunowo różnych pierwiastków: Śiwy, reprezentującego energię męską, i Śakti, reprezentującej żeńską. *Siddha-siddhanta-sangraha* mówi, że tak naprawdę nie ma różnicy między Śiwą a Śakti. „Śakti – wewnątrz Śiwy, wewnątrz Śakti – Śiwa”⁸⁶. Ta jedność Śiwy i Śakti przejawia się jako boska szczęśliwość.

Dzięki tajemnej praktyce tantrycznej możliwe staje się pokonanie tych przeciwieństw w ciele i osiągnięcie jedności Śiwa-Śakti⁸⁷. Symbolem Śiwy jest lingam, a symbolem Śakti – joni. Joni (*yoni*) jest sanskryckim terminem oznaczającym ‘łono, pochwę’. Jej męskim odpowiednikiem jest lingam (*liṅgam*), czyli ‘fallus’. Wąż kundalini z kolei symbolizuje transformującą siłę energii seksualnej, która zdolna jest wznieść się wzdłuż kręgosłupa na wyższe poziomy. Proces ten opisywany jest jako połączenie Śiwa-Śakti, co interpretuje się często błędnie jako stosunek seksualny. „Tu właśnie mieści się tajemna nauka, którą muszą zrozumieć adepci tantry. Proces ten oznacza transformację energii seksualnej w energię duchową” – mówi Shajesh.

Kundalini i energia seksualna są synonimami. Tantra naucza, jak zarządzać energią *kāma* w ciele, która uruchamia się jako pożądanie, po czym przemienia się w miłość i ostatecznie w duchową błogość. Według tantry *samādhi* staje się możliwe dzięki aktywnej energii wszechświata, jaką jest Śakti. W mikrokosmosie ludzkiego ciała Śakti – jako energia kundalini – umiejscowiona jest w muladharcie. Efektem zjednoczenia Śiwa-Śakti jest amryta (*amṛta*), nektar życia wypływający z waginy. W celu gromadzenia energii kundalini tantrycy wykorzystują dwie mudry: mudrę linga (*liṅga*) i mudrę joni (*yoni*), tak jak na ilustracji 10.



Ilustracja 10. Shajesh Tantra prezentuje dwie tantryczne mudry: mudrę joni (lewa) i mudrę linga (prawa)

Źródło: Fotografie pochodzą ze zbioru Shajesh Tantry, przekazane zostały podczas prowadzenia badań.

⁸⁶ [G. Kaviraj]: *Filozofia nathów...*

⁸⁷ Zob. M. Eliade: *Joga...*, s. 163.

W tantrze ostateczne zjednoczenie Śiwa-Śakti symbolizowane jest przez seksualne zjednoczenie męskiego Śiwy – boskiej świadomości, i żeńskiej Śakti – boskiej energii ukrytej w świecie materialnym. W istocie oznacza to połączenie čakry podstawy z čakrą korony. Dokonuje się to w efekcie oczyszczenia, otwarcia i napełnienia energią kundalini centralnego kanału energetycznego (suszumny), łączącego obie čakry.

Energia Śakti jako siła kreacji rodzi wiele nieporozumień. Śiwa oznacza spokój, Śakti – siłę⁸⁸, stąd Śakti jest siłą Śiwy – siłą spokoju. Tajemnicza siła Śakti ożywia Śiwę, a tym samym ożywia cały wszechświat. Dlatego też każdemu bogu towarzyszy bogini, która jest jego siłą (Śakti).

Trzy tantryczne ciała

Cała materia we wszechświecie, czyli prakriti (*prakṛti*), w tym ciało ludzkie, zbudowana jest z trzech podstawowych gun (*guṇa*): sattwy (*sattva*) – zasady światła, percepcji, inteligencji i harmonii; radżasu (*rajas*) – zasady energii, aktywności, emocji i zaburzeń; oraz tamasu (*tamas*) – zasady inercji, ciemności, ośpienia i oporu. Z trzech gun bierze początek pięć żywiołów, które tworzą pięć stanów materii: stały, płynny, świetlisty, gazowy i eteryczny. Stany te określają pięć gęstości wszystkich substancji i mają swoje psychologiczne odpowiedniki oznaczające stany umysłu⁸⁹ (tamasowy, radżasowy i sattwiczny).

Według tantrycznej tradycji filozoficznej człowiek posiada trzy ciała:

1. Ciało fizyczne.
2. Ciało astralne.
3. Ciało karmiczne (ciało przyczynowe)⁹⁰.

Wszystkie trzy ciała zbudowane są z trzech gun (składników pierwotnej substancji, czyli prakriti – sattwa, radžas, tamas). Sattwa tworzy ciało przyczynowe, radžas – ciało astralne, a tamas – fizyczne. Wszelkie rzeczy składają się z trzech gun, a wszelkie różnice w świecie sprowadzają się do przewagi tej lub innej guny.

Ciało fizyczne zbudowane jest z szesnastu elementów: pięciu zmysłów działania, pięciu zmysłów poznania, pięciu żywiołów oraz umysłu jako organu zmysłowego, który kontroluje i koordynuje narzędzia poznania i działania. Umysł zbudowany jest z narządów poznania (uszy, skóra, oczy, język, nos) oraz narządów działania (usta, ręce, stopy, narządy rozrodcze i narządy wydalania). Zasadniczo tantra (podobnie jak sankhja⁹¹) wyróżnia cztery umysły: buddhi (*buddhi*, inteligencja, zdolność odróżniania prawdy od fałszu), ahankara (*ahaṁkāra*, ego,

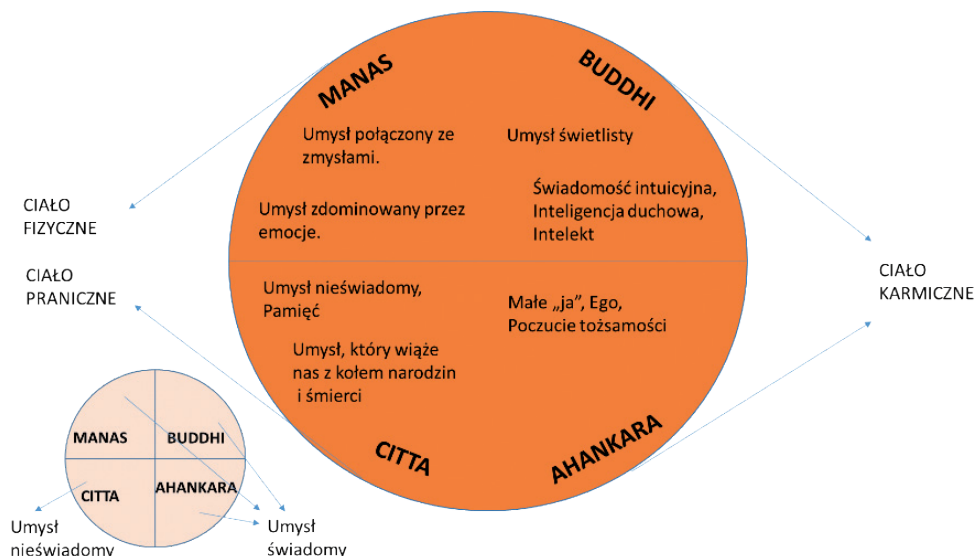
⁸⁸ M. Eliade: *Techniki jogi...*, s. 217.

⁸⁹ Zob. V.D. Lad: *Ayurveda*. Przeł. D. Nowicki. Kos, Katowice 2014.

⁹⁰ Zob. D. Frawley: *Tantric Yoga...*, s. 162.

⁹¹ Zob. *Īśvarakryszna, Sankhjaśarika*. Przeł. M. Jakubczak. W: *Filozofia Wschodu. Wybór tekstów*. Red. M. Kudelska. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2002, s. 81–98. *Sankhjaśarika* jest najstarszą dostępną księgą sankhji. Por. S. Radhakrishnan: *Filozofia indyjska...*, s. 764–765.

poczucie własnej indywidualności), manas (*manas*, umysł uwarunkowany, który łączy jogina ze zbiorową nieświadomością *citta*) i *citta* (*citta*, magazyn myśli wszystkich ograniczonych świadomości) (il. 11).



Ilustracja 11. Schemat czterech umysłów

Źródło: Opracowanie własne na podstawie materiałów przekazanych przez Shajesha Tantrę w czasie prowadzenia badań⁹².

Buddhi stanowi o sile transformacji adepta. Ahankara, która wyłania się z buddhi, powoduje, że ciało, psychikę i wszystkie zachodzące w nich zmiany traktujemy jako własne (jako „moje”), co według sankhji jest przejawem niewiedzy. Manas kształtuje nasze opinie, to, co lubimy i czego nie lubimy. Nazywa się go czasem niższym umysłem, dlatego że koncentruje się na poznaniu zmysłowym. Tworzy ograniczające pole myślowe, ponieważ jest zdominowany przez takie emocje, jak: pragnienie, lęk, złość. Manas jest zdolny do poznania ponadzmysłowego, kiedy jest wycofany ze zmysłów, ponieważ zmysły nie są zdolne do percepcji niczego innego poza gęstą materią. Ćitta pozostaje pod wpływem ukrytych tendencji, nakazów i zakazów, jest niezależna od zmysłów, ponieważ jest umiejscowiona w ciele subtelny. Dzięki niej jesteśmy w stanie poznawać intuicyjnie. Głębokie uczucia, urazy i brak umiejętności wybaczenia należą do ćitty i nie pozwalają na połączenie się ze światem. W ten sposób wiąże ona jogina z kołem narodzin i śmierci. Zgodnie z linią przekazu reprezentowa-

⁹² Zwracam na to uwagę, odwołując się do przekładu Shajesha (ponieważ referuję jego stanowisko), niemniej jest to wiedza przekazywana także przez liczną literaturę przedmiotu.

na przez Shajesha guny są także obecne we wszystkich tattwach (*tattva*)⁹³. W tantrze wyróżnia się 96 tattw, z czego 24 to tattwy mantry gajatri⁹⁴.

Tantra wyróżnia w ciele fizycznym dziewięć podstawowych tkanek, nazywanych w sanskrycie dhatu (*dhātu*). W ograniczonym zakresie odpowiadają one tkankom w rozumieniu medycyny zachodniej. Tworzą one strukturę ciała fizycznego. Słowo *dhātu* oznacza 'to, co utrzymuje ciało jako całość'. Dhatu odpowiadają za działanie różnych narządów i układów wewnętrznych. Zależy od nich nasza odporność. Sankhja, podobnie jak ajurweda, wyróżnia siedem dhatu⁹⁵, które zostały uformowane przez siedem centrów energetycznych, czyli siedem *ćakr*. Pierwszych pięć *ćakr* jest powiązanych z pięcioma żywiołami. Mantrując, oczyszczamy także tkanki (nie tylko *ćakry*).

1. *Rasa-dhātu* (osocze, cytoplazma) zawiera substancje pokarmowe z trawionego pokarmu oraz odżywia wszystkie tkanki, narządy, układy.
2. *Rakta-dhātu* (krew) odpowiada za transport tlenu do wszystkich tkanek oraz narządów istotnych dla życia, decyduje więc o podtrzymaniu funkcji życiowych.
3. *Māmsa-dhātu* (mięśnie) obejmuje delikatne narządy ważne dla życia, odpowiadając za ruchy stawów oraz podtrzymując fizyczną stronę organizmu.
4. *Medha-dhātu* (tłuszcz) zapewnia nawilżanie tkanek oraz służy jako materiał izolacyjny dla ochrony ciepła organizmu.
5. *Asthi-dhātu* (kości i chrząstki) daje oparcie całej konstrukcji organizmu.
6. *Majjā-dhātu* (szpik kostny i nerwy) wypełnia przestrzeń kości, przenosi impulsy ruchowe i zmysłowe oraz umożliwia kontakt między komórkami oraz narządami organizmu.
7. *Śukra- i ārtava-dhātu* (męskie i żeńskie tkanki rozrodcze) zawierają czystą esencję wszystkich tkanek ciała i mogą tworzyć nowe życie.
8. *Ojas-dhātu* (wigor, pierwotny lub wrodzony blask).
9. *Tejas-dhātu* (wewnętrzny blask, na poziomie komórkowym).

Każda kolejna tkanka wymaga oczyszczenia poprzedniej, dlatego tantryczna *sadhana* obejmuje cykl 45 dni, przy czym na oczyszczenie każdej tkanki przewiduje pięć dni praktyki. Tedžas (*tejas*), ojas (*odžas*), jak również prana (*prāṇa*, energia życiowa)⁹⁶ powiązane są z energią seksualną. Odgrywają bardzo istotną rolę w duchowej transformacji. Powinny pozostawać w równowadze. *Tejas* odpowiada za wewnętrzną promienność, blask i aurę oraz za układ wydalniczy. *Ojas* z kolei odpowiedzialne jest za odporność organizmu, energiczność (młodzieńczy wigor), długowieczność i dobre samopoczucie. Jego siedzibą jest serce.

⁹³ Zob. Swami Satyasangananda: *Tattva Shuddhi. The Tantric Practice of Inner Purification*. Bihar School of Yoga, Munger 1984, s. 72–74.

⁹⁴ Zob. S. Radhakrishnan: *Filozofia indyjska...*, s. 751–791. Sankhja zajmuje się poznaaniem 25 tattw.

⁹⁵ Por. V.D. Lad: *Ayurveda...*, s. 17–20; D. Frawley, V. Lad: *Joga ziół. Ziołolecznictwo ajurwedyjskie*. Przeł. A. Boniszewska. Zielone Wydawnictwo, Kraków 2018, s. 32–33.

⁹⁶ Zob. D. Frawley: *Yoga and Ayurveda. Self-Healing and Self-Realization*. Lotus Press, Wisconsin 1999, s. 87–91. Prana, *tejas* i *ojas* kontrolują wata, pitta i kapha. Negatywne myślenie uszkadza *ojas*, *tejas* i przepływ prany w ciele, osłabia funkcje układu limfatycznego.

Ciało astralne umieszczone jest w obszarze ciała fizycznego – stanowi ono jakby jego czystą formę. Jest zbudowane – podobnie jak ciało fizyczne – z 16 elementów: pięciu subtelnych zmysłów poznania, pięciu zmysłów działania, pięciu żywiołów oraz subtelnego umysłu. Umysł astralny kontroluje organy astralne – nie są one tak ograniczone jak fizyczne. Oko astralne może widzieć na dowolnie dużą odległość, tak jak ucho astralne może słyszeć na dowolnie dużą odległość. Podobnie działają pozostałe astralne narządy. Ciało astralne zbudowane jest z prany⁹⁷, która krąży w nim jako kolorowy subtelny fluid. Jest tu siedem čakr i energia kundalini.

Według tantry ciało fizyczne zbudowane jest z pierwszych siedmiu tkanek. Kolejne dwie odnoszą się do ciała astralnego. Ósma tkanka (*ojas*), nazywana też *bija*, jest związana z energią zawartą w spermie. *Bija* jest energią wewnątrz čakry. Ostatnia tkanka (*tejas*) odpowiada za energię duchową. Ciało astralne, czyli subtelne, składa się z kanałów energetycznych nazywanych nadi (*nāḍi*, podstawowe znaczenie to 'przepływy'). Mówi się, że jest ich 72 000, ale jedynie 14 z nich jest znaczących, a 3 są najważniejsze – ida (*idā*), pingala (*piṅgala*) i suszumna (*suṣumṇa*). Najbardziej znaczącym nadi jest suszumna, która biegnie wzdłuż astralnego kręgosłupa – od čakry podstawy do čakry korony. Odpowiednikiem tego kanału jest kręgosłup w ciele fizycznym. Suszumna⁹⁸ posiada naturę ognia i może być aktywowana poprzez energię kundalini. Z lewej i prawej strony suszumny biegną ida i pingala⁹⁹. W ciele subtelnym przepływa pięć rodzajów prany: *samāna-vāyu* (odpowiedzialna za trawienie w ciele fizycznym), *vyāna-vāyu* (odpowiedzialna za ruch kończyn), *udāna-vāyu* (związana z buddhi), *prāṇa-vāyu* (związana z manasem), *apāna-vāyu* (zapobiega gromadzeniu się negatywnej energii). Tantra przyjmuje wedyjską koncepcję ciała subtelnego składającego się z pięciu powłok (*pañcamaya-kośa*) – tak przekazał mi to Guru-ji¹⁰⁰. Model *pañcamaya-kośa* obejmuje (il. 12):

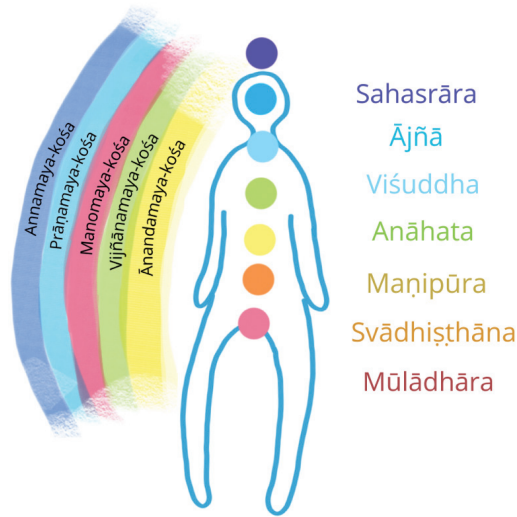
⁹⁷ Wyróżnia się pięć rodzajów prany, których charakterystykę pomijam z tego powodu, że tekst już jest obszerny, a problematyka ta opisana jest bardzo dobrze nie tylko w tantrycznej literaturze.

⁹⁸ Częścią suszumny jest *amṛta-nāḍi*, która biegnie od čakry korony do centrum duchowej głowy. *Amṛta-nāḍi* nazywana jest kanałem nieśmiertelności. To klucz do samorealizacji. Pozwala widzieć wszechświat jako świadomość. Dlatego tantra używa energii seksualnej (kundalini) nie w celu fizycznej przyjemności, ale w celu „oświecenia świadomości” – energia seksualna musi zostać oczyszczona, wówczas stanie się bardziej subtelna.

⁹⁹ To zagadnienie dobrze opisane w literaturze. Zob. L. Kulmatycki, M. Nowacka: *Dharana i dhyana. Uwaga, koncentracja, medytacja*. Skrypt dla studentów Psychosomatycznych Praktyk Jogi. [b.w.], Wrocław 2015. Ida nazywana jest nadi księżycową, łączy się z energią księżyca. Literalnie *idā* oznacza inspirację. Kanał ten jest bardziej aktywny w nocy. Pingala z kolei nazywana jest nadi słoneczną, ponieważ zawiera energię słońca. Związana jest z aktywnością w ciągu dnia. Poza tymi trzema głównymi kanałami energetycznymi wyróżnia się kilka istotnych nadi, które znajdują się w obszarze głowy. Uszy i oczy zawierają istotne nadi, nazywane Saraswati, język, który jest odpowiedzialny za komunikację, dodatkowe kanały przenoszą praną do lewej ręki i stopy oraz do prawej ręki i stopy etc.

¹⁰⁰ Takie ujęcie jest oczywiście dużym uproszczeniem, czego świadomość miałam podczas rozmów w Kerali i późniejszych kontaktów. Z rozmów wynikało, że choć ciała fizyczne, astralne i przyczynowe są odrębne, to kolejne pięć powłok ciała astralnego łączy je z pozostałymi ciałami. Na potrzeby analizy próbuje się je rozdzielać, ale ich układ raczej odzwierciedla ideę nakładania się i przenikania niż wyraźnego rozłączania.

1. *Annamaya-kośa* – zbudowane z elementów materii, z tego, czym się człowiek odżywia.
2. *Prāṇamaya-kośa* – zbudowane z pięciu rodzajów energii życiowej (prany), tj. prany, apany, samany, udany, wjanya, oraz z pięciu organów działania (*karmendriya*): usta, ręce, stopy, organy wydalania i reprodukcji.
3. *Manomaya-kośa* – zbudowane z manasu (świadomość) i citty (podświadomość) oraz pięciu organów poznania (*jñānendriya*): oczy, uszy, nos, język, skóra.
4. *Vijñānamaya-kośa* – tworzy je buddhi (intelekt) oraz ahankara (ego), powiązane z pięcioma organami poznania (postrzegania).
5. *Ānandamaya-kośa* – błogostan, doświadczenie radości w głębokim śnie i *savikālpa-samādhi*.



Ilustracja 12. Ciało subtelne i jego powłoki

Źródło: Opracowanie własne na podstawie materiałów przekazanych przez Shajesha Tantrę w czasie prowadzenia badań, rys. Anna Monika Mazur.

Pięć części ciała fizycznego odpowiada pięciu powłokom ciała, a każdej z nich przypisana jest mistyczna sylaba i związany z nią żywioł. Wykonując medytację właściwą danej sylabie, jogin staje się panem odpowiadającego jej żywiołu. W tym astralnym uniwersum wszystko postrzegane jest jako przepływ energii.

Ciało karmiczne. W przestrzeni ciała subtelnego mieści się jeszcze ciało karmiczne, choć polskie określenie „ciało” nie jest w tym przypadku adekwatne. Lepiej byłoby mówić o wyższym umyśle, ponieważ nigdy nie jest ucieleśnione w fizycznym i astralnym sensie. Można powiedzieć, że jest jak kokon otaczający dwa pozostałe ciała. O ciele karmicznym mówi się, że to siedziba duszy. Zbudowane jest z siedmiu elementów: pięciu tanmatr (*tanmātra*) i dwóch umysłów – ahankary i buddhi¹⁰¹. Ciało to samo w sobie jest modyfikacją pięciu tanmatr (dźwięk, dotyk, wzrok, smak i zapach). Poprzez tych pięć tanmatr ciało karmiczne jest powiązane z pozostałymi dwoma ciałami i może ono przez proces oczysz-

¹⁰¹ To m.in. miejsce, w którym łączą się ciała oraz powłoki.

czania zakończyć proces uwolnienia. Ciało karmiczne zawiera w sobie wszystkie elementy, z których zbudowane są dwa pozostałe ciała: fizyczne i astralne. Mamy do niego dostęp w głębokim śnie, zmienionej (pozaśmysłowej) percepcji oraz głębokiej medytacji. Ciało to jest zogniskowane wokół odpowiadającej mu ćakry serca (*ānanda-kanda*), odrębnej od ćakry serca (*anāhata*) w ciele astralnym, ćakrą serca w ciele karmicznym¹⁰². To ją wskazywały mi wizualizujące się strzałki po wspomnianej wcześniej rozmowie z Shajeshem, którą przytaczam:

Anna: Gdzie właściwie jest *ānanda-kanda*? Niektórzy mówią, że na prawo od ćakry *anāhata*, inni, że na lewo.

Shajesh: Trudno powiedzieć, że *ānanda-kanda* jest w jakiejś przestrzeni fizycznej lub mentalnej, ponieważ należy do ciała karmicznego, które tak właściwie nie jest ciałem, ale efektem karmicznym poprzednich siedmiu wcieleń. *Ānanda-kanda* jest po prostu w ciele karmicznym, ale nie da się określić miejsca położenia. Jest raczej czymś w rodzaju odczucia, które jest związane z transformacją. Nie rozumiem, dlaczego ludzie tak dziwne rzeczy piszą na ten temat. Dopiero wówczas, gdy ciało karmiczne zostanie oczyszczone, może tworzyć, co chce.

Jest to możliwe, jeśli tylko adept zapanuje nad pięcioma tanmatrami, tj. kontroluje dźwięk, dotyk, wzrok, smak i zapach. Subtelna fizjologia tantryczna jest bardzo złożona, ale zarazem spójna. Tantra obejmuje praktyki związane z doskonaleniem ciała fizycznego, subtelnego i karmicznego, jego ośrodków energetycznych – ćakr (splotów nerwowych), kanałów energetycznych, czyli nadi, ale także praktyki dotyczące oczyszczania tkanek oraz powłok ciała.

Obraz tantrycznej sadhany

Sadhana to termin często spotykany w pismach sanskryckich. Oznacza ‘coś, co robi się, by osiągnąć cel’. Etymologicznie słowo *sādhana* pochodzi od wyrazu *sidh* – ‘osiągać’ i niesie w sobie ideę ciężkiej pracy, która ma doprowadzić jogina do celu, czyli osiągnięcia doskonałości. Cel sadhany określany jest sanskryckim terminem *sādhya*, który oznacza świadomość Brahmana. Można przyjąć, że sadhana to każda duchowa praktyka, która prowadzi sadhakę (adepta) w kierunku boskiej energii. Termin *sādhana* używany jest zamiennie z *ābhyāsa*, oznaczającym ćwiczenie lub praktykę. Tantryczna sadhana jest osobistą recytacją mantry i może – ale nie musi – zawierać inne rytuały. Jest ona bliżej związana z tantrycznymi niż wedyjskimi praktykami. Także mantry tantryczne różnią się od wedyjskich. Sadhana jest metodą prowadzącą do doskonałości. Bez tej surowej dyscypliny żaden adept nie jest w stanie jej osiągnąć. W procesie codziennej sadhany kształtują się *siddhi* (moce jogiczne), które są wskaźnikiem doskonałego ciała.

¹⁰² Według Ramany Maharisziego i Ganpati Muniego są dwa ośrodki serca – jedno znajduje się w ciele subtelnym (*anāhata*), drugie w ciele karmicznym (*hrdaya*) i związane jest z wychodzeniem poza ciało karmiczne, w stanie świadomości niedualnej. To wyższe serce znajduje swoje odzwierciedlenie w nauczaniu wedantycznym jako miejsce wyzwolenia.

Sadhanę dzieli się zazwyczaj na cztery klasy, zależnie od fizycznych, umysłowych i moralnych wartości praktykującego – *mṛdu* (łagodna), *madhya* (średnia), *adhimātraka* (wyższa) oraz *adhimātrama* (najwyższa), która zaliczana jest do *adhikārī*¹⁰³ we wszystkich formach jogi. Środki jej osiągnięcia są rozmaite, przykładowo: rytuał, błogosławieństwo i opieka guru, studiowanie świętych ksiąg, tapas (praktyka ascetyczna polegająca na wzniecaniu wewnętrznego ognia), mantra *pañca-tattva* i inne. Moce jogiczne ujawniają się, kiedy tylko umysł i zmysły znajdują się pod kontrolą jogina.

Szczególną rolę w opisanej dalej praktyce odgrywa medytacja z mantrą gajatri¹⁰⁴. Niektóre elementy sadhany przekazywane są jedynie osobom wtajemniczonym i nie mogą zostać ujawnione. Mam na myśli gurumantrę i gurumudrę. Tantryczna sadhana jest elementem wiedzy tajemnej.

Anna: Powiedz mi, jak działa gurumantra i gurumudra. Zanim przystąpię do praktyki, chciałabym wiedzieć, co oznacza i jak działa.

Shajesh przez dłuższą chwilę nie reaguje. Wreszcie odzywa się:

Shajesh: Dzięki tej mantrze i mudrze zawsze będę miał dobry kontakt z Tobą. Zaczynj praktykować, a w krótkim czasie dowiesz się, jak działa.

Shajesh do dziś nie odpowiedział na pytanie, co oznacza tekst mantry. Praktykowałam po 2–3 godziny dziennie przez ponad miesiąc. Po tym czasie postanowiłam zrobić eksperyment i zaprzestać praktyki z mantrą guru, aby przekonać się, czy Shajesh zauważył tę zmianę. Mantra gajatri pochodzi z najstarszej *Rygwedy* (RV 3, 62.10). Jej tekst brzmi: *om bhūr bhuvaḥ svaḥ tat-savitur vareṇīyaṃ bhargo devasya dhīmahi dhiyo yo nahḥ pracodayāt*¹⁰⁵. Mantrę tworzą sylaby przypisane poszczególnym częściom ciała, a więc medytacja z nią angażuje całe ciało jogina. Wyrażenie: *om bhūr bhuvaḥ svaḥ*, pierwotnie nie należało do mantry gajatri. Nazywa się ono *vyāhṛti* (co oznacza ochronę adepta). Jeśli wyłączymy tę frazę, mantra zbudowana jest z 24 sanskryckich sylab. Dzielić ją na 6 fragmentów (z których każdy zawiera cztery sylaby), łatwiej je zsynchronizować z różnymi częściami ciała w prostej wersji *nyāsa*¹⁰⁶, później *aṅga-nyāsa*¹⁰⁷:

¹⁰³ Termin *adhikārī* oznacza kogoś, kto jest autorytetem w danej dziedzinie.

¹⁰⁴ Jedno z tłumaczeń mantry brzmi: „Medytujemy o chwale Stworzyciela, który stworzył ten wszechświat, który jest godny czczenia (wychwalania), który jest wcieleniem wiedzy i światła, który odczuwa wszystkie grzechy i nieświadomość (ignorancję, niewiedzę). Niech oczyści nasz rozum. Niech nas jak najszybciej prowadzi do oświecenia”. Z kolei znaczenie gajatri wyjaśnia *Maitrāyaṇīya-upaniṣad*.

¹⁰⁵ Mówi się o niej, że ma zdolność transformowania rzeczywistości wewnątrz i na zewnątrz. Mantra oczyszcza umysł uwarunkowany, podświadomy, nazywany *citta*.

¹⁰⁶ *Nyāsa* ('naniesienie, umieszczenie') – technika synchronizowania różnych aspektów mantry z różnymi częściami ciała. To rozmieszczenie energii w różnych częściach ciała za pomocą mantry i mudry. Taki sens terminowi *nyāsa* nadaje tantra. W tantrze mówi się o tysiącach *njas*, jak: *kālī-nyāsa*, *śrīcakra-nyāsa*, *gaṇeśa-nyāsa* etc.

¹⁰⁷ *Aṅga-nyāsa* jest częścią medytacji z mantrą. Termin *aṅga* oznacza poszczególne części ciała, jak: palce, kolana, biodra, głowa, ręce etc. A *aṅga-nyāsa* oznacza ciało podzielone na 6 części; każda z nich ma odpowiedniki w mantrze i mudrze. *Aṅga-nyāsa* ma też inną nazwę – *śadaṅga-nyāsa*, gdzie *ṣaṭ* oznacza liczbę 6.

- 1) *tat-savitur*,
- 2) *vareṇiyam*,
- 3) *bhargo deva*,
- 4) *syā dhīmahi*,
- 5) *dhiyo yo naḥ*,
- 6) *pracodayāt*.

Końcowym etapem jest synchronizacja energii mantry z całym ciałem. Proces ten nazywa się *vyāpaka-nyāsa*. Jeśli energia mantry otoczy całe ciało jogina, można mówić o doskonałej harmonii między mantrą a praktykującym. Praktyka tantryczna wymaga niezwykle systematyczności. Trzeba codziennie wykonywać określoną liczbę powtórzeń mantry – *džapa* (*japa*). Shajesh zdecydował, że powinien stosować 108 powtórzeń mantry rano i wieczorem w okresie 45 dni¹⁰⁸. To guru wyznacza konkretną liczbę powtórzeń w określonym czasie, nazywaną *puraścaraṇa*¹⁰⁹.

Wizualizacja zapisu sanskryckiego jest częstą techniką wykorzystywaną w tantrycznej *sadhana*. Praktykę tę można wręcz nazwać interioryzacją sylab, które jogin wyobraża sobie w różnych częściach ciała, a następnie synchronizuje energię tych sylab z poszczególnymi organami ciała. Proces ten buduje wewnętrzne środowisko, w którym jogin stopniowo zbliża się do bóstwa. Ów proces określany jest w sanskrycie jako *upāsana* ('siedzieć blisko', niekoniecznie w sensie fizycznym). *Upāsana* jest pierwszym stopniem tantrycznej inicjacji, która czyni jogina zdolnym do doświadczenia intymnej relacji ze spersonifikowaną formą bóstwa. Wizualizację poszczególnych sylab gajatri w ciele adepta prezentuje ilustracja 13.



Om bhūr – w obszarze serca

Om bhuvah – w obszarze głowy

Om svah – w obszarze ciemienia czaszki

Om tatsaviturvareṇiyam – w całym ciele

Om bhargo devasya dhīmahi – w obu oczach

Om dhiyo yo naḥ pracodayāt – w obu dłoniach

Ilustracja 13. Szczegółowe przedstawienie rozłożenia poszczególnych sylab mantry gajatri w ciele jogina

Źródło: Opracowanie własne na podstawie: S.S. Acharya: *Super Science of Gayatri*. Transl. S.N. Pandya, Shambhudasa. All World Gayatri Pariwar, Shantikunj Haridwar 2000; rys. Anna Monika Mazur.

¹⁰⁸ Recytowanie tantryczne różni się od wedyjskiego, które obejmuje 40 dni. Ma to uzasadnienie w dodatkowych powłokach ciała, które wyróżnia tantra.

¹⁰⁹ *Puraścaraṇa* to przede wszystkim rozszerzona praktyka recytacji mantry. Recytacja mantry obejmuje tyle *lakh* (100 000), ile jest sylab w mantrze. Np. pięciosylabowa mantra *om namah śivāya* wymaga 5 *lakh* džapy. Dla mantry gajatri jest to 24 *lakh* džapy, czyli 24 x 100 000.

Gdy zapytałam Shajesha o działanie sylab, nie powiedział nic szczególnego poza tym, że gdy recytuje mantrę, wargi uciskają punkty, które odpowiadają poszczególnym miejscom w ciele, i w ten sposób mantra stymuluje je. Nazwał je gruczołami (ang. *glands*). Dodał jeszcze, że efekt działania widoczny jest w systemie nerwowym, i podesłał mi książkę *Super Science of Gayatri*¹¹⁰: „Jak przeczytasz, porozmawiamy” – dodał. Mistyczne sylaby mantry gajatri, które ją tworzą i przedstawiają, a także ich interioryzacja w ciele, gesty (*mudry*) wykonywane równocześnie z recytacją mantr sprawiają, że ciało ludzkie staje się mikrokosmosem, który odzwierciedla makrokosmos.

Tantryczna sadhana jest bardzo trudną ścieżką, Hindusi porównują ją wręcz do zbierania „pereł z dna oceanu”¹¹¹. W procesie tym sadhaka pozyskuje magiczne moce (*siddhi*), które pozwalają mu podporządkować sobie naturę. Ów proces może być bardzo niebezpieczny ze względu na konsekwencje (poważna choroba, zwłaszcza psychiczna, a nawet śmierć), dlatego najlepiej poddać się mu pod przewodnictwem doświadczonego guru. Istnieje ryzyko, że uczeń wykorzysta zdobyte moce niewłaściwie, co może wywołać chaos, a nawet poważne uszkodzenia w jego umyśle i ciele. Guru sprawuje kontrolę nad tym, aby tantryczna wiedza przepływała jedynie do osób do tego przygotowanych. Z tego też powodu procedury sadhany nie zostały dokładnie opisane w książkach. Niektóre opisy przedstawiają ją jako bardzo prostą metodę, co niewtajemniczonych wprowadza w błąd, za który mogą słono zapłacić.

Istnieją dwie metody recytowania gajatri. Pierwsza (*dakṣiṇī*) prowadzi do samo-realizacji, druga (*vāma-mārga*) – do zneutralizowania negatywnych sił i ludzi. Jest to wyjątkowo silnie strzeżona metoda recytacji gajatri, którą przekazuje się jedynie zaufanym uczniom. Nie publikuje się jej w książkach. Mantra gajatri jest kompletna sama w sobie, co oznacza, że poprzedzanie jej mantrą *om* nie jest konieczne, choć takie powtórzenia dokonywane są w tantrycznej sadhanie. Tantrycy recytują ją szeptem lub tylko w myślach (bez poruszania ustami), gdy poważnie chorują. Zwykle mantra recytowana jest po cichu w taki sposób, że gardło, usta i język poruszają się, ale osoba siedząca obok nie jest w stanie jej usłyszeć. Gajatri nazywana jest czasem Matką wed (*veda-mātā*), ponieważ stanowi istotę całej wiedzy metafizycznej, zgromadzonej w świętych pismach. Recytacja mantry aktywuje sieć powiązań nerwowych w ustach i tym samym stymuluje odpowiednie gruczoły, które zawierają specyficzną energię. W ten sposób gajatri oddziałuje także na ciało fizyczne (por. il. 14).

Mantrę gajatri tworzą 24 sylaby, którym przypisuje się 24 *granthi*¹¹² w ciele. Wyróżnia się trzy główne *granthi*:

1. *Brahma-granthi* – znajduje się w obszarze pomiędzy pierwszymi ćakrami: *mūlādhāra*, *svādhīsthāna* i *maṇipūra*. Jest to węzeł materialnego świata, który

¹¹⁰ Zob. S.S. Acharya: *Super Science of Gayatri*. Transl. S.N. Pandya, Shambhudas. All World Gayatri Pariwar, Shantikunj Haridwar 2000.

¹¹¹ Zob. ibidem, s. 148.

¹¹² Słowo *granthi* oznacza ‘obawę’ lub ‘węzeł, supeł’, czasem bardzo trudny do rozwiązania. Słowo to odnosi się do zablokowanych obszarów energii w ciele, które uniemożliwiają swobodny przepływ prany. W jodze znane są rozmaite metody rozwiązywania *granthi*. Przykładowo, bandhy pomagają w uruchomieniu przepływu prany. Adept może dzięki nim przekroczyć takie blokady i tym samym związane z nimi nawyki myślenia i zachowania.

może być rozwiązany poprzez „zamek podstawy” (*mūla-bandha*). *Brahma-granthi* związana jest z takimi emocjami, jak: lęk o przetrwanie, lęk przed śmiercią i poczucie braku stabilizacji.

2. *Viṣṇu-granthi* – nazywana jest czasem węzłem pępka, umiejscowionym w obszarze čakry serca, pomiędzy čakrami: *maṇipūra*, *anāhata* i *viśuddha*. *Viṣṇu-granthi* związana jest z poczuciem ego. Rozwiązanie tego węzła oznacza zdolność do bycia w stanie bezwarunkowej miłości. Jest to możliwe po wcześniejszym porzuceniu wszelkich pragnień, także tych związanych z obiektem miłości. Węzeł ten może być rozwiązany poprzez „zamek pępka” (*uḍḍiāna-bandha*).
3. *Rudra-granthi* – umiejscowiona jest w obszarze pomiędzy čakrami *ājñā* a *sahasrāra*. Czasem nazywa się ją węzłem czołowym. Powiązana jest z Rudrą, bogiem czasu i śmierci. Rudra symbolizuje niszczyciela świata. Kiedy węzeł zostanie rozwiązany, jesteśmy zaangażowani w służbę dla innych, tracimy poczucie bycia oddzielnymi od innych, doświadczamy jedności ze wszystkim, co istnieje. Drogą do tego może być „zamek szyi” (*jālandhara-bandha*), dzięki czemu możliwe jest przejście do wyższej świadomości, tj. niedualnej.



Ilustracja 14. Dwadzieścia cztery tattwy mantry gajatri
Źródło: Opracowanie własne.

Praktyka tantrycznej gajatri-sadhany rozpoczyna się od wykonania gurumantry i gurumudry, które ustanawiają komunikację pomiędzy uczniem a nauczycielem (polem magnetycznym). Praktyka początkującego ucznia różni się nieco od bardziej zaawansowanej, która zawiera mudry. Tantra, oprócz praktyki mantry

czy kontroli oddechu, składa się między innymi z praktyki mudr¹¹³ i bandh. Słowo *mudrā* ma wiele znaczeń. Najbardziej podstawowym jest 'pieczęć', ale ewokuje także każde inne narzędzie używane do pieczętowania, znakowania i odciskania. Ową pieczęć można rozumieć również jako obraz odcisnięty w świadomości¹¹⁴. W tradycjach jogi i tantry słowa *mudrā* używa się najczęściej na określenie symbolicznego gestu, specyficznego ułożenia dłoni lub całego ciała¹¹⁵.

Starożytne teksty tantryczne wskazują, że mudry pobudzają čakry i oczyszczają subtelne kanały energetyczne. Poprzez regularne ich wykonywanie można osiągnąć stan świadomości, który reprezentuje dana mudra. Wspominałam już o tym, że wedle dawnych przekazów ciało ludzkie zbudowane jest z pięciu podstawowych elementów. Każdy z palców ręki koresponduje z jakimś żywiołem: kciuk – eter lub przestrzeń, wskazujący – powietrze, środkowy – ogień, serdeczny – woda, mały palec – ziemia. Można więc mówić o przepływie energii w dłoniach, a poprzez kombinację palców można utworzyć poszczególne mudry.

Kiedy mudry stosowane są z mantrą, stymulują poszczególne organy w ciele, sploty nerwowe i nerwy. Mudry praktykowane razem z recytacją gajatri prowadzą do obudzenia energii kundalini. Medytacja z mantrą gajatri, wspomagana mudrami¹¹⁶, ma dużo większą siłę oddziaływania. Mantra pracuje na poziomie subtelny, podczas gdy mudry działają na poziomie fizycznym. Praktyka mantry z mudrami wygląda następująco: 6 powtórzeń gajatri bez mudry, mudra 1. – 4 powtórzenia gajatri, mudra 2. – 4 powtórzenia gajatri, i tak dalej, aż wykona się po 4 powtórzenia gajatri z każdą z 24 mudr. Na zakończenie ponownie 6 powtórzeń gajatri bez mudry. Całą procedurę można zilustrować następującym równaniem: $6 + (24 \times 4) + 6 = 108$.

Procedura sadhany zawiera szereg rytuałów wykonywanych kolejno rano i wieczorem:

1. Oczyszczający rytuał kąpieli.
2. Praktykę sadhany wykonuje się rano i wieczorem, najlepiej w pozycji siedzącej – *sukhāsana* (pozycja łatwa), *padmāsana* (pozycja lotosu) lub *siddhāsana* (pozycja półłotosu)¹¹⁷.
3. Recytacja gurumantry i mudry.
4. Recytacja mantry *om namah śivāya* – 108 razy (5 minut).
5. Recytacja gurumantry i mudry.
6. Pranajama: *kapālabhāti* – 3 minuty, *nāḍī-śuddhi* – 5 minut.

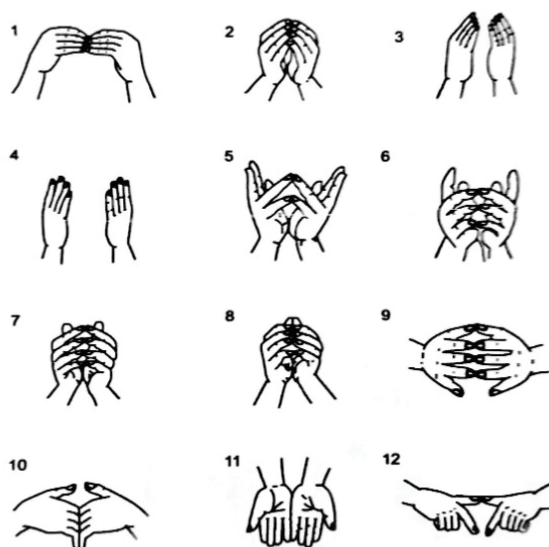
¹¹³ Zob. D. Wasilewska: *Khecari-mudrā – a Tantric Yoga Practice of Invoking Mystic States of Consciousness, as Described by Sanskrit Sources*. In: *Psychoactive Substances, Drugs and Altered States of Consciousness: Cultural Perspectives*. Eds. E. Anczyk, A.M. Maćkowiak. Sacrum, Katowice 2016, s. 77–100.

¹¹⁴ Zob. D. Wasilewska: *O mudrze kecari i pierwotnym obliczu hathajogi*. W: *Joga w kontekstach kulturowych 2...*, s. 24.

¹¹⁵ Ibidem.

¹¹⁶ *Yajurveda-sandhyavandanam* i inne teksty tantryczne.

¹¹⁷ Dzięki tej asanie jogin może osiągnąć stan kataleptyczny, nazywany turija (*turiya*). Asana ta czyni jogina głuchym na wszystkie dźwięki świata fizycznego, zewnętrznego. Nie odczuwa on ani ciepła, ani zimna, ani radości, ani bólu.



1 – *sumukha-mudrā*, 2 – *samputa-mudrā*, 3 – *vitata-mudrā*, 4 – *vistrta-mudrā*, 5 – *dvi-mukha-mudrā*, 6 – *tri-mukha-mudrā*, 7 – *catur-mukha-mudrā*, 8 – *pañca-mukha-mudrā*, 9 – *ṣaṇ-mukha-mudrā*, 10 – *adho-mukha-mudrā*, 11 – *vyāpaka-mudrā*, 12 – *śakti-mudrā*



13 – *yamapāśa-mudrā*, 14 – *granthita-mudrā*, 15 – *unmukhonmukha-mudrā*, 16 – *pralamba-mudrā*, 17 – *muṣṭika-mudrā*, 18 – *matsya-mudrā*, 19 – *kūrma-mudrā*, 20 – *varāha-mudrā*, 21 – *siṃhākṛānta-mudrā*, 22 – *mahākṛānta-mudrā*, 23 – *mudgara-mudrā*, 24 – *pallava-mudrā*

Ilustracja 15. Mudry do recytacji gajatri

Źródło: Opracowanie na podstawie *Yajurveda-sandhyavandanam*; ilustracja ze zbiorów Shajesha Tantry.

7. *Praṇava-mantra* („ooooooooomm”¹¹⁸), którą uczeń recytuje 108 razy (około 10 minut).
8. Recytacja mantry gajatri 108 razy (około 20 minut).
9. *Praṇava-mantra* („ooooooooomm”), którą uczeń recytuje 108 razy (około 10 minut).
10. Uczeń recytuje gurumantrę i mudrę z zamkniętymi oczami, koncentrując uwagę na nauczycielu.
11. Recytacja *om namaḥ śivāya* – 108 razy (5 minut).
12. Ponowna recytacja gurumantry i gurumudry. Uczeń pozostaje w ciszy i koncentruje się na odczuwaniu błogosławieństwa płynącego od nauczyciela, które rozchodzi się po całym ciele.
13. Praktyka kończy się recytacją *om śānti, śānti, śānti*.

Jak twierdzi Shajesh oraz jak podaje Pandit Rajmani Tigunait, nawet tylko 108 powtórzeń mantry dziennie wprowadza umysł i ciało w stan relaksacji, podczas gdy 432 powtórzenia mantry (108 razy 4) dziennie powodują zmianę w strukturze mózgu, mięśni, systemu nerwowego i DNA. Tantryczna gajatri-sadhana ma wiele odmian, w zależności od celu praktyki. Recytacja mantry może być powiązana z ofiarowywaniem ogniovi mikstury złożonej z cukru, miodu, orzecha kokosowego, *ghī* i oleandra, co uznaje się za tantryczne lekarstwo na choroby psychosomatyczne. Przykładowo, ofiarowanie ogniovi kwiatu lotosu przynosi obfitość, a drzewa bukowego leczy fobie i schizofrenię¹¹⁹. Jednak szczegóły praktyki można uzyskać jedynie od guru.

Podsumowanie

Badania nad tantrą zaczęłam przed wyprawą do Indii. Studiowałam filozofię tantry, głównie na podstawie tekstów i książek przekazanych mi przez Shajesha, z którym po raz pierwszy spotkałam się w przestrzeni wirtualnej. Pod jego okiem praktykowałam także gajatri-sadhanę, która okazała się dużo ważniejszą częścią praktyki niż studiowanie tantrycznych tekstów.

Mogę powiedzieć, że występowałam w podwójnej roli: z jednej strony jako adept tantry, z drugiej – jako badacz terenowy. Te dwie odmienne funkcje wiążą się z odmiennymi oczekiwaniami społecznymi. Dzięki podjęciu roli adepta tantry poznałam tajemne metody komunikacji w relacji guru – uczeń, całkowicie subiektywne i nieopisywalne naukowo. Ta wiedza, blisko związana z moim osobistym doświadczeniem, pozostałaby nieosiągalna podczas studiowania jedynie literatury. Jednocześnie większość zachodnich badaczy wyklucza możliwość zdobycia wiedzy naukowej przez subiektywne doświadczenie. Naukowcy od czasów Francisca Bacona zwykli twierdzić, że prawdę można uzyskać jedynie, pozostając obiektywnym obserwatorem. Współcześni odchodzą od takiego rozumienia przez wzgląd na iluzoryczny wymiar postulowanego obiektywnego poznania.

¹¹⁸ Dłuższe recytowanie *o* w mantrze *om* inaczej oddziałuje niż dłuższa recytacja *m*.

¹¹⁹ Zob. R. Tigunait: *Tantra Unveiled...*, s. 59.

Jak zatem ocenić, czy przeprowadzone przeze mnie badania można zaliczyć do naukowych? Każda argumentacja na rzecz takiego twierdzenia wydaje się wadliwa. Jednak, kiedy głębiej przyjrzymy się postulatowi naukowej obiektywności, dojdziemy do wniosku, że to iluzja. Być może nauka wkracza w nową fazę swojego rozwoju i jest gotowa porzucić obiektywizm. Obecna nauka pozostaje oderwana od rzeczywistości, a większość badaczy nawet nie zastanawia się, na jakich założeniach filozoficznych się ona opiera. Pozostawiają to filozofom nauki, których analizy są mało znaczącym elementem w rzeczywistym świecie badań. I choć sceptycyzm wydaje się dobrym punktem wyjścia do budowy systemów naukowych, można wskazać szereg argumentów na uzasadnienie twierdzenia, że jest to „nauka pozorna”. Przede wszystkim – nawet w obecnym dyskursie – nie ma jednej uniwersalnej metody naukowej. Jedną z metod, którą wykorzystywał w badaniu, jest refleksyjna świadomość, w skład której wchodzi wglądy poznawcze – bezpośrednia obserwacja umysłu i procesy samorefleksji. Innym zastosowanym przeze mnie sposobem jest przytaczanie elementarnych opisów bezpośredniego poznania (opisy procesów mentalnych, interakcji pomiędzy umysłem i ciałem). Być może należałoby uznać, że tantryczna tradycja Kerali wykształciła inne metody poznawania natury umysłu niż zachodnia nauka. Być może odkryją one możliwość nowego rozumienia racjonalnych badań w przyszłości. Warto zwrócić na owe metody uwagę, choć opierają się one zwykle na samodzielnej eksploracji własnego umysłu pod okiem guru.

Można wskazać na pewną zależność: im większy dystans, tym mocniejsza iluzja. Dlatego, aby pozostawać w zgodzie z etosem zachodniej nauki, jako badacz terenowy okresowo dystansowałam się od swojego bezpośredniego poznania. Jedynie w ten sposób mogłam poddać refleksji to, czego doświadczałam, i zrozumieć własny proces dochodzenia do wiedzy. Następnie mogłam opisać swoje doświadczenia, przytaczając przykłady. Tylko tak mogłam zachować naukowy wymóg obiektywności poznania – poprzez spoglądanie na badaną rzeczywistość niejako z zewnątrz, w przeciwieństwie do wcześniejszych doświadczeń badania rzeczywistości od wewnątrz. Jako badacz pozostawałam w tym samym czasie wewnątrz i na zewnątrz badanej rzeczywistości.

Jestem przekonana, że wymóg obiektywności poznania jest naukową iluzją, która odzwierciedla się w używaniu strony biernej w tekstach o charakterze naukowym. Pisanie w stronie biernej zamiast w stronie czynnej ma podkreślić obiektywizm autora. A jak wiadomo, żaden badacz nie jest obiektywnym obserwatorem. Warto zwrócić uwagę, że strona bierna zadomowiła się w nauce dopiero pod koniec XIX wieku. Newton, Faraday i inni pisali w stronie czynnej. W latach 80. XX stulecia wielu światowej klasy naukowców porzuciło tę konwencję, co miało pokazać wszystkim, że nauka jest obiektywna. Badanie subiektywnych stanów świadomości pokazuje w nowym świetle metody, jakimi można pozyskać wiedzę, poza tymi, które uznano za naukowe. Być może nauka zwróci większą uwagę na badanie subiektywnego doświadczenia, które związane jest z transformacją wspólnego systemu przekonań – zmianą paradygmatu w rozumieniu Thomasa Kuhna¹²⁰.

¹²⁰ R. Sheldrake: *Nauka. Wyzwolenie z dogmatów*. Tłum. M. Majer. Wydawnictwo Manendra, Wrocław 2015, s. 364–366.

Komentarza wymagają jeszcze dwie istotne kwestie. Pierwszą jest ograniczony dostęp do materiałów źródłowych w sanskrycie i malajalam, drugą – określenie, w jakim stopniu na podstawie tych źródeł można badać subiektywne stany świadomości.

Zdaję sobie sprawę, że współcześnie, przy stale rosnącej liczbie publikacji na temat tantry, pisanych w różnych językach, kompletność bibliograficzna jest nieosiągalna. Niniejszy artykuł ma charakter antropologiczno-filozoficzny. Dążyłam do rekonstrukcji poglądów podzielanych przez opisaną tradycję tantryczną, zgodnie z intencją nauczyciela, którym był Shajesh, co samo w sobie nie było zadaniem łatwym. Wiele publikacji nie zostało przetłumaczonych na żaden z języków europejskich, a językiem źródłowym jest sanskryt lub malajalam. Trudny język tekstów źródłowych może skutecznie zakłócać poznanie. W dużym stopniu badałam te poglądy jedynie na podstawie przekazu od guru. Wiele publikacji tłumaczonych jest jedynie na język angielski, co stanowi dodatkowe utrudnienie. Słowa Shajesha uznałam za pełnowartościowe świadectwo przekazów tantrycznych, mimo że postawa taka pozostaje w sprzeczności z ideałem przedstawiciela świata nauki, który nie ufa autorytetom. Jestem świadoma, że ten właśnie ideał może przyczynić się do odrzucenia wartości epistemicznej komunikacji niewerbalnej (telepatycznej) między guru a jego uczennicą. W mojej opinii komunikacja ta pozwala uznać tantrę za żywą tajemną tradycję.

Studiowanie literatury jest z pewnością ważne dla adepta tantry, niemniej istotne pisma zna jedynie wąska elita tantryków, która w wieloletnim procesie rozwoju została odpowiednio do tego przygotowana. Wiele pism zaginęło. Te, które zostały, są rozproszone i przechowywane w prywatnych bibliotekach. Można do nich uzyskać dostęp tylko za przyzwoleniem guru, który w odpowiednim momencie przekaze je jedynie wtajemniczonym.

Brak sporej części pism ma niewątpliwie związek z tym, że w Indiach nie istniała lub była słabo rozwinięta tradycja utrwalania szczegółów dotyczących postaci, faktów i zdarzeń czy też zachowywania informacji w postaci kronik historycznych. Wiele z tego, co Shajesh posiada w swojej prywatnej bibliotece, zachowało się bez jakichkolwiek informacji na temat autora lub jego pochodzenia, a to stawia badaczy analizujących literaturę przed dodatkowym, ogromnie trudnym zadaniem, polegającym na właściwej konceptualizacji pism w obrębie tradycji. Stwierdzam ostatecznie, że nie jest to możliwe bez wiedzy płynącej z doświadczenia. Tantrycy wierzą, że gdy stosują gurumantnę, łączą się z całym łańcuchem nauczycieli, którzy robili to wcześniej. W ten sposób łączą się z ich wiedzą, ich stanem duchowej więzi oraz ich świadomością.

Należy wziąć także pod uwagę to, że tantra była głównie tradycją ustną, której kluczowe kwestie omawiane były – i nadal są – przez ważniejszych członków szkoły lub tradycji. Możliwe, że w dużym stopniu wynika to z tendencji do zapewnienia sobie wyłączności zrozumienia, a zarazem świadczy o wyższości wtajemniczonych.

Dlatego też przedmiotem mojego artykułu uczyniłam doświadczenie tantry, a nie przekonania na jej temat. Niemniej należy dodać, że przekonania te istotnie wpływają na interpretację praktyk. Stąd stanowią one istotną część tekstu. Opisałam te praktyki tantryczne, w których uczestniczyłam – były one związane głów-

nie z rytualną konstrukcją ciała podczas codziennej gajatri-sadhany. W procesie tym ciało adepta tantry (mikrokosmos) krok po kroku staje się ciałem boskim (*brahma-sārira*), które odzwierciedla makrokosmos. Jego reprezentacją jest mantra. Ostatecznie tantra proponuje ideę wyzwolenia w drodze stawania się jednością z Brahmanem. Ciało jest główną metaforą tantrycznej tradycji, a rozumiane jako mantra rodzi pytanie o jego naturę.

Według tantry postrzegamy świat i nas samych poprzez karmiczne „oko umysłu”¹²¹, które wpływa na kształt naszych myśli, wypowiedzianych słów i podejmowanych działań. Dlatego tantra tak dużą rolę przypisuje oczyszczeniu umysłu i ciała podczas codziennej sadhany. To jest sposób, w jaki wydarza się *cittaṁṛtti-nirodhaḥ* (Shajesh), i nie można tego dokonać inaczej niż w drodze osobistego doświadczenia.

Bibliografia

- Acharya S.S.: *Super Science of Gayatri*. Transl. S.N. Pandya, Shambhudas. All World Gayatri Pariwar, Shantikunj Haridwar 2000.
- Bhattacharya N.N.: *History of the Tantric Religion*. Manohar, New Delhi 1982.
- Červinková H.: *Badania w działaniu i zaangażowana antropologia edukacyjna*. „Teraźniejszość – Człowiek – Edukacja” 2012, nr 1 (57), s. 7–18.
- Chāndogya Upaniṣad*. Transl. Swami Nikhilananda. Dostępne w Internecie: https://www.consciouslivingfoundation.org/ebooks/13/CLF-chhandogya_upanishad.pdf [data dostępu: 30.02.2019].
- Dupuche J.R.: *Abhinavagupta, The Kula Ritual as Elaborated in Chapter 29 of the Tantraloka*. Motilal Banarsidass, Delhi 2003.
- Eliade M.: *Joga. Nieśmiertelność i wolność*. Przeł. B. Baranowski. PWN, Warszawa 1984.
- Eliade M.: *Techniki jogi*. Przeł. B. Biały. Aletheia, Warszawa 2009.
- Filozofia Wschodu. Wybór tekstów*. Red. M. Kudelska. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2002.
- Flood G.: *Hinduizm. Wprowadzenie*. Przeł. M. Ruchel. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2008.
- Flood G.: *The Tantric Body. The Secret Tradition of Hindu Religion*. I.B. Tauris, London 2014.
- Frawley D.: *Tantric Yoga and the Wisdom Goddesses. (Spiritual Secrets of Ayurveda)*. Lotus Press, Salt Lake City, UT 1994.
- Frawley D.: *Yoga and Ayurveda. Self-Healing and Self-Realization*. Lotus Press, Wisconsin 1999.
- Frawley D., Lad V.: *Joga ziół. Ziołolecznictwo ajurwedyjskie*. Przeł. A. Boniszewska. Zielone Wydawnictwo, Kraków 2018.
- Harciarek M.: *Wybrane aspekty zbieżności i rozbieżności antropologii jogi z antropologią Zachodu*. W: *Joga w kontekstach kulturowych 2*. Red. A. Gomółka, K. Gęsikowska. Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2017, s. 149–156.

¹²¹ *Divya-caṅkṣu* ('boskie oko'), czyli trzecie oko Śiwy, to nic innego jak oczyszczony i skupiony umysł.

- <https://research-methodology.net/research-methods/action-research/> [data dostępu: 15.12.2020].
- Hurley L., Hurley P.: *Tantra, Yoga of Ecstasy: The Sadhaka's Guide to Kundalini and the Left-Hand Path*. Maithuna Publications, Wheelock 2012.
- Kak S.: *Mind and Self, On Patañjali's Yoga Sutras*. Mount Meru Publishing, Mississauga 2012.
- [Kaviraj G.]: *Filozofia nathów*. Przeł. S. Ziemiński. Dostępne w Internecie: https://bibliotekajogi3.pl/?page_id=2067 [data dostępu: 4.05.2021].
- Kemmis S., McTaggart R., Nixon R.: *The Action Research Planner: Doing Critical Participatory Action Research*. Springer, Singapore 2013.
- Krishnakumar P.R.: *The Sri Chakra as a Symbol of the Human Body*. "Ancient Science of Life" 1993, Vol. 12, no. 3–4, s. 316–319.
- Kulārṇava Tantra*. Transl. R.K. Rai. Prachya Prakshan, Varanasi 1983.
- Kulārṇava Tantra Tārānātha Vidyāratna*. Readings M.P. Pandit. Intr. A. Avalon. Motilal Banarsidass Publishers, Delhi 2007.
- Kulmatycki L., Nowacka M.: *Dharana i dhyana. Uwaga, koncentracja, medytacja*. Skrypt dla studentów Psychosomatycznych Praktyk Jogi. [b.w.], Wrocław 2015.
- Lad V.D.: *Ayurveda*. Przeł. D. Nowicki. Kos, Katowice 2014.
- Lewin K.: *Badania w działaniu a problemy mniejszości*. Przeł. R. Ligus. W: *Badania w działaniu. Pedagogika i antropologia zaangażowane*. Red. H. Červinková, B.D. Gołębiak. Wydawnictwo Naukowe Dolnośląskiej Szkoły Wyższej, Wrocław 2010, s. 5–18.
- Mallinson J.: *Nāth Sampradāya*. Dostępne w Internecie: https://referenceworks.brillonline.com/entries/brill-s-encyclopedia-of-hinduism/nath-sampradaya-CO-M_9000000053?s.num=0&s.f.s2_parent=s.f.book.brill-s-encyclopedia-of-hinduism&s.q=Nath+Sampradaya [data dostępu: 18.11.2020].
- Mazur A.: *Stan niedualny w praktykach jogi*. W: *Joga w Polsce. Przeszłość, teraźniejszość, przyszłość*. Red. M. Boroń-Krupińska, M. Karciarz, L. Kulmatycki. Dolnośląska Szkoła Wyższa, Wrocław 2018, s. 157–178.
- Navanādhacaritra*. A Dvipada Kavya by Gaurana. Ed. K. Ramakrishnaiye. University of Madras, Madras 1937.
- Nowicki M.: *Edukacja tajemna i inicjacja w Indiach do czasu Upaniszad*. „Sensus Historiae” 2015, Vol. 18 (1), s. 91–109.
- Paraśurāma-kālpa-sūtra*. Ed. A.M. Sastri. Oriental Institute, Baroda 1950.
- Radhakrishnan S.: *Filozofia indyjska*. Przeł. Z. Wrzeszcz. Vis-à-vis, Kraków 2017.
- Ramasvamisastri V.A.: *The Tantra-samuccaya of Nārāyaṇa*. University of Travancore, Trivandrum 1945.
- Rao M.: *Living Mantra: Mantra, Deity and Visionary Experience Today*. Palgrave Macmillan, Cham 2019.
- Reddy P.: *Nath Siddhas and Hatha Yoga Practices in South India* [podcast]. Oxford Centre of Hindu Studies. Dostępne w Internecie: <https://ochs.podbean.com/e/nath-siddhas-and-hatha-yoga-practices-in-south-india/> [data dostępu: 9.05.2021].
- Rudrayāmala Tantra*. Dostępne w Internecie: https://ia800104.us.archive.org/4/items/RudrayamalaTantram_201712/Rudrayamala%20tantram.pdf [data dostępu: 9.05.2021].
- Sarma S.A.S.: *The Eclectic Paddhatis of Kerala*. "Indologica Taurinensia" 2009, Vol. 35, s. 319–340.
- Sengupta Ch.: *Re-examining the Cult of the Feminine: An Analysis of Tantric Practices at Kamakhya and Tarapith*. "International Journal of Applied Research" 2018, Vol. 4, Issue 4, s. 39–41.

- Sheldrake R.: *Nauka. Wyzwolenie z dogmatów*. Tłum. M. Majer. Wydawnictwo Manendra, Wrocław 2015.
- Shin J.-E.: *Male Vision Dominates, Female Presence in the Shakta Tantra*. "Manushi" 2005, no. 151, s. 35–41.
- Sri Lalita Sahasranama. *Amritapuri Chanting Book*. Mata Amritanandamayi Math, Amritapuri P.O., Kollam, Kerala, India 2006.
- Śrīmat Sarvajñānottarāgama. *Yoga-pāda*. Transl. S.P. Sabharathnam Sivacharyar. Kauai Adheenam, HI [wersja elektroniczna, b.r.w.]. Dostępne w Internecie: <https://documents.pub/document/sarvajnanottara-agama-yoga-pada.html> [data dostępu: 9.05.2021].
- Swami Satyasangananda: *Tattwa Shuddhi. The Tantric Practice of Inner Purification*. Bihar School of Yoga, Munger 1984.
- Świerżowska A.: *Ciało w jodze. Tradycja i współczesność*. „Rozprawy Naukowe Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu” 2015, nr 48, s. 63–75.
- The Mahabharata*. Vol. 12: *Shanti Parva*. Transl. M.N. Dutt. Elysium Press, Calcutta 1903.
- The Shiva Samhita*. Critical ed. and transl. J. Mallinson. Yoga Vidya, Woodstock, NY 2007.
- Tigunait R.: *Tantra ujawniona. Kruszenie sił ducha i materii*. Przeł. A. Rolka. Limbus, Bydgoszcz 2002.
- Tigunait R.: *Tantra Unveiled, Seducing the Forces of Matter and Spirit*. Himalayan Institute Press, Bethany Turnpike, PA 2004.
- Unni E.P.: *Tantra Literature of Kerala*. New Bharatiya Book Corporation, Delhi 2006.
- Venkata Reddy M., Rama Rao B.: *Influence of Nāthayogis on Telugu Literature*. "Bulletin of the Indian Institute of History of Medicine" 1983, Vol. 13, s. 4–15.
- Vijnana Bhairava Tantra The Mystery Within*. Transl. S. Shastras. [b.w.], Delhi 2019.
- Wasilewska D.: *Khecari-mudrā – a Tantric Yoga Practice of Invoking Mystic States of Consciousness, as Described by Sanskrit Sources*. In: *Psychoactive Substances, Drugs and Altered States of Consciousness: Cultural Perspectives*. Eds. E. Anczyk, A.M. Maćkowiak. Sacrum, Katowice 2016, s. 77–100.
- Wasilewska D.: *O mudrze kechari i pierwotnym obliczu hathajogi*. W: *Joga w kontekstach kulturowych 2*. Red. A. Gomółka, K. Gęsikowska. Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2017, s. 17–35.
- Winternitz M.: *History of Indian Literature*. Vol. 1: *Introduction, Veda, National Epics, Puranas and Tantras*. Transl. S. Ketkar. University of Calcutta, Calcutta 1927.

Anna Mazur

The five faces of Shiva *Sādhana* as ritual construction of the body

Summary

In this article, the author describes the secret ways of teaching tantra. The knowledge regarding the daily practice of tantra comes from participant observation and from instruction given by Shajesh Tantra, a continuation of the Ānanda Nātha Sampradāya tradition associated with the Śrī Vidyā Upasaka spiritual system. The participant observation was

conducted in December 2018 at the Chinnmaya International Foundation ashram (Kerala, India).

The author describes in large part the method of transforming the human body into a tantric body through the recitation of mantras during daily *sādhana*. As a result of the *sādhana* practice, the yogi's body is gradually transformed into a body made of mantras, the sound form of tantric deities. The described method of body transformation refers to the tantric concept of the five faces of Shiva. Its source was the mantra *Oṃ namaḥ śivāya*, the hidden meaning of which still remains unknown. When a yogi repeats this five-syllable mantra, *namaḥ śivāya* purifies the physical body, the subtle body and the karmic body.

Keywords: yoga, yoga tantra, ritual construction of the body, Shajesh Tantra, Ānanda Nātha Sampradāya

Анна Мазур

Пять ликов Шивы Садхана как ритуальное строение тела

Резюме

В настоящей статье автор описывает секретные способы обучения тантре. Знание, касающееся ежедневной практики тантры, происходит из включённого наблюдения, а также из свидетельства, которое дал Шаджеш Тантра, продолжатель традиции Анант Натх Сампрадая, связанной с духовной системой Шри Видья упасака. Включённое наблюдение было проведено в декабре 2018 г. в ашраме Международного фонда Чинмайя (Керала, Индия).

Большую часть текста автор посвящает описанию метода преобразования человеческого тела в тантрическое тело путём повторения мантр во время ежедневной садханы. В результате этой практики тело йога постепенно превращается в тело, состоящее из мантр, в звуковую форму тантрических божеств. Описанный метод преобразования тела относится к тантрической концепции пяти ликов Шивы. Его источником стала мантра *Ом Намах Шивайя*, скрытый смысл которой до сих пор остаётся загадкой. Когда йог повторяет эту пятислоговую мантру, *Намах Шивайя* очищает физическое тело, тонкое тело и кармическое тело.

Ключевые слова: йога, тантра-йога, ритуальное строение тела, Шаджеш Тантра, Анант Натх Сампрадая

DAGMARA TARASIUK
Uniwersytet Łódzki
<https://orcid.org/0000-0001-5758-2353>

Doświadczenie jogi w Internecie Analiza danych zastanych na Instagramie*

Wstęp

Praktyka jogi stała się bardzo popularną formą aktywności fizycznej w Polsce. Sama joga pojawiła się w kraju stosunkowo dawno, już na przełomie XIX i XX wieku. Stało się to za sprawą Wincentego Lutosławskiego, filozofa i publicysty, pioniera tej aktywności w Polsce. W 1893 roku zetknął się on z tradycją jogiczną w trakcie wykładów w USA. Dodatkowo, zapoznawał się z dziełami Yogiego Ramacharaki, które propagował po powrocie do kraju¹. Później, w latach 60. i 70. XX wieku powstało w Polsce wiele publikacji podkreślających fizyczne, prozdrowotne, a także terapeutyczne aspekty jogi, a lata 90. przyniosły pierwsze opracowania naukowe dotyczące związanych z nią tradycji. Do tej pory ukazało się „ponad 80 pozycji, licząc również wydania przedwojenne”². Obszerny materiał źródłowy pozwala na dogłębną analizę początków i rozwoju tego zjawiska w Polsce. Głównym przedmiotem moich zainteresowań jest jednak perspektywa współczesna i sposób definiowania jogi w XXI wieku.

Początkowym celem moich badań, będących swego rodzaju wprawką metodologiczną, umożliwiającą mi rozeznanie we współczesnym świecie społecznym praktykujących hathajogę, ustanowiłam przeanalizowanie obrazów składających

* Badania zrealizowano w ramach projektu badawczego: NCN, Opus 15, nr projektu 2018/29/B/HS6/00513, „Doświadczenie ciała i gestów w świecie społecznym hatha-jogi. Znaczenia i transmisja wiedzy w praktyce cielesnej” (“Experiencing corporeality and gestures in the social world of hatha yoga. Meanings and knowledge transfer in body practice”).

¹ Por. K.T. Konecki: *Czy ciało jest świątynią duszy? Współczesna praktyka jogi jako fenomen psychospołeczny*. Difin, Warszawa 2012, s. 14–15.

² Ibidem, s. 15.

się na warstwę przedstawieniową tego świata. Przystąpiłam więc do analizy ła-
two dostępnego materiału badawczego znajdującego się na platformie Instagram,
zakładając, że przede wszystkim skupię się na przekazie wizualnym zdjęć, które
zawiera ten portal. Ostatecznie jednak to opisy towarzyszące fotografiom stały
się głównym źródłem analizowanych znaczeń i definicji jogi konstruowanych
przez społeczność internetową. Ponadto, przeanalizowałam wpisy dotyczące jogi
w ogóle (a nie tylko, jak miałam początkowo zamiar, hathajogi), ponieważ za-
uważyłam, że użytkownicy Instagrama zazwyczaj nie dokonują rozróżnienia na
konkretne jej rodzaje.

Metoda

Badacz zainteresowany socjologią życia codziennego nie powinien ignorować
przestrzeni Internetu, która stała się areną aktywności dla coraz większej liczby
badanych, szczególnie dla młodych osób, dla których „przestrzeń internetowa
jest miejscem tak samo realnym jak świat rzeczywisty”³. Umożliwia ona wymianę
treści i swobodne komunikowanie się w czasie rzeczywistym oraz podtrzymywa-
nie kontaktów i budowanie nowych relacji z użytkownikami Sieci.

Leila El Kamel i Benny Rigaux-Bricmont zaproponowali rozróżnienie trzech grup
badań jakościowych prowadzonych w Internecie: badania, w których Internet jest
uzupełnieniem klasycznie zdobytych danych; badania, w których Internet jest pod-
stawowym źródłem danych i jednocześnie terenem badań skupiających się wokół
społeczności internetowych; badania tzw. światów wirtualnych, angażujących swo-
ich uczestników w trybie ciągłym, nawet wtedy, kiedy znajdują się w trybie *offline*⁴.
Dwa ostatnie typy można zakwalifikować do tzw. netnografii, będącej klasycznym,
etnograficznym badaniem terenowym, ale zlokalizowanym w przestrzeni *online*⁵.

W przypadku badania platformy Instagram mamy do czynienia z pierwszym
rodzajem badań w Sieci. Pomimo tego, że terenem badania jest przestrzeń *online*,
nie może być ono zakwalifikowane do klasycznej netnografii, ponieważ Instagram
nie daje możliwości analizowania dynamiki jakiegoś zjawiska czy wątku. Nie ist-

³ A. Rybacka: *Moderowanie codzienności jako taktyka zdobywania popularności. Analiza mo-
deli ekspresyjnych w serwisie Instagram na przykładzie polskich instagramerek parentingowych*.
W: *Od naturalizacji do funkcjonalizacji. Taktyki użytkowania serwisu Instagram*. Red. M. Babecki,
S. Żyliński. Wydawnictwo Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego, Olsztyn 2018, s. 144.

⁴ Por. L. El Kamel, B. Rigaux-Bricmont: *Online qualitative research and metaverses*. 2009.
Materiały grupy roboczej D-29: *Metaverses and 3D environments*, IV Kongres Cyber Society:
Analog crisis, digital future, <http://www.cibersociedad.net/congres2009/en/coms/online-qualitative-research-and-metaverses/482/> [data dostępu: 15.08.2010]. Cyt. za: P. Miller:
Wprowadzenie do obserwacji online: warianty i ograniczenia techniki badawczej. „Przegląd Soc-
jologii Jakościowej” 2012, nr 1, s. 80.

⁵ Por. R.V. Kozinets: *On Netnography: Initial Reflections on Consumer Research Investiga-
tions of Cyberspace*. „Advances in Consumer Research” 1998, Vol. 25, s. 366–371. Dostępne
w Internecie: <http://www.acrwebsite.org/volumes/8180/volumes/v25/NA-25> [data dostępu:
3.01.2020].

nieje tam możliwość śledzenia żywych dyskusji, tak jak dzieje się w klasycznych badaniach etnograficznych, w których analizie poddaje się zazwyczaj konkretne fora internetowe. Owszem, aplikacja umożliwia komentowanie poszczególnych postów, ale nie zapewnia takiej dynamiki wymiany komentarzy jak fora internetowe. Dany wątek „wypala” się już po kilku, maksymalnie kilkunastu komentarzach. Wynika to oczywiście ze specyfiki samego portalu i z szybkości (podkreślonej w samej nazwie), z jaką archiwalne treści przestają mieć znaczenie, ustępując miejsca nowym. Komentarze pod postami są zostawiane głównie przez przypadkowych użytkowników, którzy nie tworzą konkretnej grupy ani społeczności. Trudno więc, śledząc same opisy i ich komentarze, o wielowymiarową analizę prezentującą zależności między poszczególnymi uczestnikami, ale i o analizę dynamiki danej myśli i problemu. W konsekwencji, przyglądając się platformie Instagram, ze względu na tymczasowy i raczej jednowymiarowy charakter portalu, skupiłam się jedynie na wycinku konkretnego zjawiska, nie uwzględniając dłuższej perspektywy, a „ulotność” materiału wymusiła niejako studyjny charakter jego analizy⁶.

Treści znajdujące się na platformie uznaję za typową bazę danych zastanych, istniejący już materiał badawczy, funkcjonujący w rzeczywistości *online*. Jednak, co nietypowe dla tego rodzaju danych, materiał do analizy powstawał niemalże w czasie rzeczywistym samej obserwacji. Zbieranie go trwało trzy miesiące (od lipca do września 2019 roku) i objęło posty z lat 2018–2019, jednak analizie zostały poddane głównie materiały z lipca i sierpnia 2019 roku. Oznacza to, że twórcy danych funkcjonowali w tej samej rzeczywistości czasowej co badacz.

Dane dotyczyły świata społecznego praktykujących jogę, w tym przypadku użytkowników platformy Instagram, których profile związane były z tą tematyką. Uznałam, że rzeczywistość wirtualną można traktować również jako jeden ze światów społecznych jogi – subświat wirtualny. Zgodnie z teorią Anselma L. Straussa główną cechą świata społecznego jest skupienie jego członków wokół jednego podstawowego działania (*primary activity*), które pozostaje „uderzająco ewidentne” i jako takie staje się kryterium wyodrębnienia społecznego świata⁷. Tym podstawowym działaniem w przypadku mojej analizy jest praktyka jogi. Ponadto, zauważyłam inne cechy skłaniające mnie do zakwalifikowania użytkowników Instagrama zajmujących się nią jako członków subświata społecznego jogi. Tak jak w przypadku klasycznych światów społecznych, ten również tworzony jest przez ludzi podejmujących określone działania (wspomniana praktyka jogi oraz udostępnianie zdjęć z praktyki), ale też wytwarzających dyskurs na ich temat (wpisy towarzyszące fotografiom i komentarze pod nimi)⁸. To właśnie za-stany dyskurs dotyczący praktyki stał się głównym materiałem badawczym.

Warto podkreślić, że w czasie zbierania materiału nie należałam do świata społecznego jogi. Jest to ważna informacja, jeśli przyjmiemy za Adele E. Clarke,

⁶ Por. M. Babecki: *Wprowadzenie. W: Od naturalizacji do funkcjonalizacji...*, s. 14.

⁷ A.L. Strauss: *Qualitative Analysis for Social Scientists*. Cambridge University Press, Cambridge 1987, s. 22. Cyt. za: A. Kacperczyk: *Badacz i jego ciało w procesie zbierania i analizowania danych – na przykładzie badań nad społecznym światem wspinaczki*. „Przegląd Socjologii Jakościowej” 2012, nr 2, s. 42.

⁸ Por. A. Kacperczyk: *Badacz i jego ciało...*, s. 42.

że „badacz jest zawsze jednostką ucieleśnioną (*embodied*) i usytuowaną (*situated*) w określonym kontekście społecznym, co nie może pozostawać bez wpływu na efekty jego (jej) poszukiwań”⁹. Przystępując do gromadzenia danych znajdujących się na platformie Instagram, miałam bardzo małe doświadczenie w zakresie praktyki. Było to z pewnością pewnym utrudnieniem, które uniemożliwiało mi swobodne poruszanie się w istniejących już kategoriach. W pewnym sensie znalazłam się w punkcie, w którym „nie wiedziałam, czego właściwie mam szukać”. Jednakże takie nastawienie, towarzyszące mi naturalnie, pozwoliło „wyjść w teren” bez zbędnych założeń, a poszukiwania nie stały się jedynie potwierdzeniem własnych przedsądów.

Analiza materiału badawczego

Portal Instagram służy prezentacji zdjęć opatrzonych krótkimi komentarzami i tzw. hashtagami¹⁰. Z jednej strony to konstrukt złożony z obrazów i słów, z drugiej – tworzą go ludzie, którzy komentują, „polubiąją” lub udostępniają na swoim profilu posty innych. Serwis jest jednym z najpopularniejszych portali społecznościowych: „Codziennie do platformy tej loguje się ponad 60% jej użytkowników, co sprawia, że społeczność tzw. instagramersów jest drugą najbardziej zaangażowaną społecznością, zaraz po użytkownikach Facebooka”¹¹. Jednocześnie, co ciekawe, „Instagram jest jednym z najmłodszych mikromediów w spektrum dostępnych, globalnie znanych i użytkowanych serwisów społecznościowych” – został założony w 2010 roku¹².

Chociaż główną funkcją Instagrama jest dzielenie się z użytkownikami fotografiami, to, jak wspomniałam we *Wstępie*, ostatecznie mniej interesowały mnie obrazy, a bardziej skupiłam się na treściach, które pojawiają się tam odnośnie do praktyki: zarówno na opisach, jak i komentarzach. Nie oznacza to jednak, że całkowicie pominęłam środki wizualne, których coraz częściej używa się „w celu definiowania i komunikowania naszej tożsamości i światów społecznych”¹³. Biorąc pod uwagę „rosnącą częstotliwość wykorzystywania metafor wizualnych w celu komunikowania naszych doświadczeń »na żywo«”¹⁴, Instagram, wraz ze swoją tymczasowością i ulotnością, wydał mi się w tym kontekście szczególną

⁹ Por. A.E. Clarke: *Situational Analysis: Grounded Theory after the Postmodern Turn*. Sage Publications, Thousand Oaks, CA 2005. Cyt. za: A. Kacperczyk: *Badacz i jego ciało...*, s. 33.

¹⁰ Hashtagi są słowami lub całymi wyrażeniami poprzedzonymi znakiem #. Ich funkcją jest linkowanie (odsyłanie) do konkretnych obrazów.

¹¹ J. Bagadiya: *151 Amazing Social Media Statistics You Should Know in 2017*. Cyt. za: A. Rybacka: *Moderowanie codzienności...*, s. 141.

¹² M. Babecki: *Wprowadzenie...*, s. 7.

¹³ K.T. Konecki: *Visual Grounded Theory: A Methodological Outline and Examples from Empirical Work*. „Revija za Sociologiju” 2011, Vol. 41, no 2, s. 131, <https://doi.org/10.5613/rzs.41.2.1>. Jeśli nie zaznaczono inaczej, tłumaczenia cytatów obcojęzycznych są mojego autorstwa – D.T.

¹⁴ Ibidem.

przestrzenią badań dotyczących komunikacji jogi „na żywo”. Mając jednak świadomość, że wizualizacja zjawiska występującego w jakimś świecie społecznym jest zawsze daną wielowarstwową, w której należy rozważyć wszystkie jej płaszczyzny (takie jak: kontekst stworzenia danego obrazu, analiza sposobu jego demonstracji/komunikacji, analiza treści i struktury obrazu oraz jego odbioru przez obserwujących)¹⁵, postanowiłam ograniczyć się jedynie do krótkiej analizy treści i struktury fotografii towarzyszących wpisom na wybranych profilach.

Adele E. Clarke w analizie sytuacyjnej z wykorzystaniem materiałów wizualnych zaleca strategię czterech kroków: podjęcie decyzji, co chcemy badać, zlokalizowanie badanego zjawiska (kto tworzy obraz, dla jakich odbiorców, w jakim świecie społecznym), zebranie materiału najlepiej dopasowanego do badanej sytuacji i stałe śledzenie go¹⁶. Idąc tym tropem, pracę rozpoczęłam od wpisania w wyszukiwarce Instagrama hashtagu #yoga. Okazało się, że powstało z nim ponad 70 milionów postów. Postanowiłam więc zawęzić poszukiwania do polskiej części Internetu, wpisując hashtag #joga. Zakres zdecydowanie się zmniejszył – do 40 tysięcy postów. Zdecydowałam się ostatni raz „pomniejszyć teren” i wpisałam hashtag #jogapolska. Tutaj obszar poszukiwań zawęził się do 20 tysięcy postów, spośród których wyłoniłam kilkadziesiąt najpopularniejszych, czyli takich, które w czasie zbierania danych posiadały największą liczbę „lajków” oraz komentarzy i w związku z tym wyświetlały się w pierwszej kolejności. Łącznie przeanalizowałam trzydzieści postów, które należały do kont (profilu) o następujących nazwach: @simplife.pl, @daria_yoga_, @anatomiajogi.pl, @joga.malego.czlowieka, @kobiecemysli, @och_yoga, oraz jednego profilu, który na prośbę jego właścicieli pozostał anonimowy. Wszystkie cytaty pochodzą z wymienionych kont, ale także z komentarzy pod postami. Dla poprawienia czytelności i przejrzystości cytaty zostały wyedytowane: wprowadziłam interpunkcję, usunęłam błędy ortograficzne i emotikony. Uznałam, że taka redakcja nie wpłynie na przekaz zawarty w cytowanym tekście, a znacznie ułatwi przyswojenie jego treści. Przy cytatach, które są fragmentami postów, podaję w przypisie podstawowe dane (nazwa profilu i data powstania posta). Komentarze do postów oraz cytaty z profilu, którego twórcy chcieli pozostać anonimowi, nie zostały w ten sposób oznaczone.

Analiza materiału pozwoliła mi na wyodrębnienie kilku kategorii, które opisuję dalej. Są to: deklarowane motywy podjęcia praktyki, próby zdefiniowania jogi (czym jest, a czym nie; potoczne definicje), funkcje, jakie przypisuje się jodze, oraz rola nauczyciela w praktyce. Autorami postów są głównie praktykujące kobiety (i jedna para mieszana), mężczyźni stanowią zdecydowaną mniejszość w społeczności jogowej na Instagramie. Wśród zamieszczających posty znalazły się zarówno uczennice, jak i instruktorki oraz osoby zajmujące się komercyjnym promowaniem jogi, prowadzące blogi tematyczne i warsztaty.

¹⁵ Ibidem, s. 139–140.

¹⁶ Por. A. Clarke: *Situational Analysis...*, s. 223. Cyt. za: K.T. Konecki: *Visual Grounded Theory...*, s. 135.

Materiał wizualny

Badania jakościowe, w których wykorzystuje się dane wizualne, są coraz popularniejsze ze względu na przełom cyfrowy z końca XX wieku¹⁷. Reprodukacja zdjęć lub ilustracji pozycji jogicznych, która ma miejsce we współczesnym świecie, jest ważnym aspektem popularyzacji jogi¹⁸.

Jeśli przyglądamy się warstwie wizualnej platformy Instagram i profili o tematyce jogowej, okazuje się, że większość zdjęć przedstawia piękne, szczupłe, wysportowane kobiety w obcisłych strojach, na tle przyrody, plaży lub ciekawie urządzonego wnętrza. Kompozycje, w których prezentowane są konkretne asany, cechuje osiowość i symetria. Zdjęcia są pozowane. Instagramerki wykonują najczęściej pozycje skomplikowane i akrobatyczne, zwłaszcza pozycje odwrócone. Taki przekaz jogi „opiera się obecnie na »realizmie fotograficznym«, co powoduje zmniejszenie zainteresowania aspektami tradycyjnej ezoterycznej jogi”¹⁹. Wizualizacja ciała w fotografiach to narzędzie do nauczania. Część z publikujących to zawodowi nauczyciele jogi, którzy prezentują konkretne asany wraz z instrukcjami, jak wykonać je prawidłowo. Nie wszystkim jednak fotografiom przedstawiającym pozycje towarzyszy instruktaż. Są posty, w których opis nie jest związany z daną asaną, ale ze stylem życia i z jogą w ogóle. Ciało w atrakcyjnej wizualnie pozycji, na tle odpowiedniej scenerii, jest na takim zdjęciu rodzajem zawodowej wizytówki, reklamą własnej szkoły.



Fot. 1. Post z 7 lutego 2019 roku, @anatomiajogi.pl

¹⁷ Por. K.T. Konecki: *Wizualna teoria ugruntowana. Podstawowe zasady i procedury*. „Przegląd Socjologii Jakościowej” 2012, T. 8, nr 1, s. 12.

¹⁸ K.T. Konecki: *Czy ciało jest...*, s. 148.

¹⁹ Ibidem.



Fot. 2. Post z 12 września 2019 roku, @daria_yoga_



Fot. 3. Post z 4 maja 2019 roku, @anatomiajogi.pl

Dla użytkowników, którzy nie są instruktorami, fotografia umieszczona na Instagramie jest autoprezentacją własnego ciała, którego funkcją jest „bycie elementem występu jednostki, składnikiem jej autoprezentacji i środkiem do budowania tożsamości”²⁰.

Położenie dużego nacisku na cielesność nie powinno dziwić na profilach, które zajmują się tematyką jogi. Atrakcyjne ujęcia ciała pomagają zainteresować swoim kontem większą liczbę odbiorców. Jednak zdaniem Aleksandry Rybackiej taka selekcja zdjęć związana jest także ze zjawiskiem narcyzmu, często występującym u użytkowników mediów społecznościowych²¹. Według autorki potrzebę podziwu „zaspokoić mogą komentarze i polubienia pozostawione pod zdjęciami, nawiązujące do ujęcia przedstawionego na fotografii bądź myśli zawartych w opisie”²².

Oprócz zdjęć prezentujących asany jest wiele ujęć, które bardziej niż ze światem społecznym jogi kojarzą się ze światami związanymi z kulturystyką i sportem. Śledząc jeden z najpopularniejszych polskich profili (@portal_jogi), który ma prawie 40 tysięcy obserwujących, zauważymy wiele treści rodem z siłowni lub warsztatów z coachingu. Są to hasła motywujące oraz „wyzwania”, takie jak zdobycie umiejętności stania na rękach w ciągu dwóch tygodni czy reklama zajęć „power brzuch – 21 dni na wzmocnienie Twojego centrum”.



Fot. 4. Post z 30 lipca 2019 roku, @simplife.pl

²⁰ S. Rudnicki: *Ciało i tożsamość w Internecie. Teoria – dyskurs – codzienność*. Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2013, s. 112.

²¹ Por. A. Rybacka: *Moderowanie codzienności...*, s. 146.

²² Ibidem.

Dodatkowo, należy podkreślić, że wśród fotografii pojawiają się także (w mniejszości) ujęcia, które nie skupiają się wokół cielesności czy odpowiedniej kompozycji. Nadal są to jednak zdjęcia pozowane, a kluczowym aspektem wydaje się tło – przyroda lub nietypowe miejsce.



Fot. 5. Post z 2 sierpnia 2019 roku, @joga.malego.czlowieka



Fot. 6. Post z 18 sierpnia 2019 roku, @kobiecemysli

Motywy podjęcia praktyki

Większość użytkowników platformy Instagram, pisząc o motywach podjęcia praktykowania jogi, uzasadnia to chęcią polepszenia samopoczucia oraz zdrowia (fizycznego i psychicznego). Wyraźnym bodźcem do ćwiczeń jest zatem poprawa komfortu. Można powiedzieć za C. Wrightem Millsem, że w przypadku rozpoczęcia praktyki jogi to działanie jest „kontrolowane i integrowane przez język hedonistyczny [...], przyjemność i ból są obecnie niekwestionowanymi motywami”²³. Ból pleców i problemy z kręgosłupem, czyli nieprzyjemne dolegliwości fizyczne, których chcemy się pozbyć, to najczęściej wymieniane uzasadnienie leżące u podstaw rozpoczęcia praktykowania jogi:

Siedzimy z dziewczynami przy kolacji i rozmawiamy o tym, jak to się stało, że zaczęłyśmy praktykować jogę. Okazuje się, że większość momentów decydujących to ból kręgosłupa²⁴.

Rozpoczynający praktykę odczuwają potrzebę ruchu i „naprawienia” swojego ciała, a joga wydaje się mało „inwazyjną” aktywnością fizyczną, dostępną dla każdego:

A zaczęło się tak: ciąża w wieku 39 lat, przecudna córka, zawał serca jeden i prawie drugi, zwolnienie z pracy, załamanie nerwowe i niechęć do życia. Lekarz nakazał się ruszać – co tu trenować – i tak się zaczęło.

Użytkownicy Instagrama decydują się na uczestnictwo w praktyce także ze względu na problemy natury emocjonalnej i psychologicznej:

Joga jest moją terapią i ratunkiem. Jeszcze 1,5 roku temu byłam jednym kłębkim lęku i złych emocji. Joga była wtedy doskonałym uzupełnieniem działań, jakie podjęłam, by siebie ratować.

Wskazują na potrzebę wyciszenia się i osiągnięcia równowagi wynikającą z nadmiaru emocji lub odwrotnie – ze spadku nastroju i z emocjonalnego zastojem: „U mnie wszystko się zaczęło od chęci wyciszenia, złapania równowagi dla swoich emocji po trudniejszym czasie w moim życiu”. Zła kondycja psychiczna związana jest zarówno z permanentnym stanem podwyższonego poziomu stresu, długotrwałym, ciężkim okresem w życiu („Zaczęłam praktykować jogę, będąc turbozestresowaną studentką medycyny z depresyjną osobowością”), jak i z konkretnym problemem oraz załamaniem:

U mnie to było poczucie, że potrzeba mi czegoś nowego. Kilkanaście miesięcy wcześniej zmarła moja Mama i to zmieniło w moim życiu bardzo dużo,

²³ C.W. Mills: *Situated Actions and Vocabularies of Motive*. „American Sociological Review” 1940, Vol. 5, no 6, s. 913.

²⁴ Fragment posta @anatomiajogi.pl z 4 maja 2019 r.

sprawiło, że musiałam porzucić swoje plany, studia i Kraków. Wtedy jeszcze bardzo przeżywałam żalobę, złościłam się na zmianę planów, ale z biegiem czasu, też dzięki jodze, zrozumiałam, że złość nie musi być destrukcyjna.

Jak widać, w przeciwieństwie do problemów zdrowotnych mających naturę fizyczną, wewnętrzną, większość z wymienianych problemów psychicznych i emocjonalnych ma źródło zewnętrzne. Potwierdza to socjologiczną koncepcję motywów będących językowym odzwierciedleniem konkretnych warunków społecznych, zgodnie z którą „zarówno motywy, jak i działania często wywodzą się nie z wewnątrz, ale z sytuacji, w której znajdują się ludzie”²⁵.

W wypowiedziach użytkowników podkreślany jest także transformacyjny charakter jogi. Pierwotna przyczyna pójścia na pierwsze zajęcia szybko znika, a w jej miejsce pojawiają się nowe potrzeby, które joga uświadamia lub zaspokaja:

14 maja miną 3 lata od moich pierwszych zajęć i potwierdzam: z czasem te powody, dla których chodziłam na jogę, zaczęły się zmieniać, powstawały nowe. Praktykowanie pomogło mi też przełamać się i pójść na terapię.

Definicja jogi

W kontekście materiału wizualnego gloryfikującego ciało, zastanego na Instagramie, w czasach, w których, jak twierdzi Anthony Giddens, „ciało zajęło centralną pozycję w refleksyjnym projekcie tożsamości jednostki”²⁶, ciekawym zjawiskiem jest akcja #jogatoniefitness przeprowadzona przez niekomercyjnych użytkowników Instagrama posiadających profile jogowe, będąca próbą zdefiniowania jogi. Hashtag stworzyła gospodyni konta @simplife.pl. Był on swojego rodzaju apelem oraz hasłem wyrażającym niezgodę na traktowanie jogi na równi z aktywnościami związanymi jedynie z kształtowaniem sylwetki i jednocześnie akcją przeciwko wszelkiego rodzaju sportowym wyzwaniom. Ponadto stanowił także sprzeciw wobec wyidealizowanego wizerunku polskich joginek, będącego źródłem mitów na temat tego, kto może praktykować jogę (w domyśle: jedynie młode, szczupłe, wysportowane kobiety):

[...] joga nadal bardzo często postrzegana jest jako odmiana fitnessu, poza tym urosło wokół niej wiele mitów, przez co masa ludzi po prostu boi się przyjść na jogę – bo za gruba, za stara, za mało rozciągnięta, za słaba kondycja, bo joga jest dla kobiet... i wiele, wiele innych! Niestety, ale większość z tych „ograniczeń” i mitów pochodzi właśnie... z Instagrama i Facebooka, który pełen jest wysportowanych dziewczyn w bikini, które wykonują niesamowite pozycje [...] mówienie, że joga to fitness, albo że jest tylko dla

²⁵ C.W. Mills: *Situated Actions...*, s. 906.

²⁶ A. Giddens: *Nowoczesność i tożsamość. „Ja” i społeczeństwo w epoce późnej nowoczesności*. Przeł. A. Szulżycka. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2010, s. 237.

wysportowanych, to takie samo ograniczenie, jakby mówić, że smartphone służy tylko do tego, żeby z niego dzwonić [...] Macie jakiś pomysł, jak fajnie ugryźć temat, żeby dotrzeć do jak największej liczby osób? Ja myślałam może o jakimś wyzwaniu i hasztagach #jogacialopozytyw i #jogatoniefitness²⁷.

Wspomniana akcja jest dobrym przykładem występowania w światach społecznych tzw. aren sporów dotyczących tego, „kto jest autentycznym członkiem tego świata, jakie są jego granice, jakie są uzasadnienia dla jego istnienia (tzw. legitymizacja) i tym podobne”²⁸. Można wręcz powiedzieć, że świat społeczny to

nieustanna dyskusja na temat tego, jak ma ono [dane działanie, wokół którego konstruuje się świat społeczny – D.T.] przebiegać, jak je poprawnie wykonać, jakie warunki normatywne, etyczne, technologiczne powinno ono spełniać, aby można je było uznać za „właściwe” i zrealizowane „jak należy”²⁹.

Uczestnicy biorący udział w akcji, a właściwie jedna ze stron sporu, zostali poproszeni o objaśnienie w swoich postach, czym jest dla nich joga, a czym nie jest, rozwijając przy tym hasła: #jogatoniesport, #jogatoniefitness, #jogatocoświęcej. Co ciekawe, to samo zjawisko, ta sama kwestia sporna została wyodrębniona w wynikach badań bazujących na klasycznym materiale uzyskanym z badań terenowych (wywiady, obserwacja i autoetnografia), prowadzonych przez Krzysztofa Koneckiego z Uniwersytetu Łódzkiego kilka lat temu: „W świecie jogi toczy się także spór o to, czy ma to być dziedzina działalności nastawionej na fizyczność (rozwój fizyczny człowieka), czy też joga powinna być także nastawiona na rozwój duchowy”³⁰. Spór wydaje się jednak występować jedynie w zachodnim świecie społecznym hathajogi. Można bowiem przyjąć, że joga jest zdecydowanie aktywnością zarówno fizyczną, jak i umysłową:

Hatha-joga, tai chi chuan i Metoda Feldenkraisa, na przykład, łączą rozmaite systemy zintegrowanych somatycznych postaw i ruchów, tak by rozwinąć harmonijne funkcjonowanie i energię ciała jako zjednoczonej całości. Sięgając głęboko pod skórę i włókna mięśniowe, aby poprawić ułożenie naszych kości i lepiej zorganizować ścieżki neuronowe, dzięki którym poruszamy się, czujemy i myślimy, praktyki te kładą nacisk na to, że lepsza harmonia somatyczna zarówno przyczynia się do zwiększenia świadomości umysłu i równowagi psychicznej, jak i stanowi jej korzystny produkt uboczny. Dyscypliny te nie zgadzają się na oddzielanie ciała od umysłu, dążąc do ulepszenia ciało-umysłu całej osoby³¹.

²⁷ Fragment posta @simplife.pl z 30 lipca 2019 r.

²⁸ K.T. Konecki: *Czy ciało jest...*, s. 43.

²⁹ A. Kacperczyk: *Społeczne światy. Teoria – empiria – metody badań. Na przykładzie społecznego świata wspinaczki*. Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2016, s. 17.

³⁰ K.T. Konecki: *Czy ciało jest...*, s. 71.

³¹ R. Shusterman: *Świadomość ciała. Dociekania z zakresu somaestetyki*. Przeł. W. Małecki, S. Stankiewicz. Universitas, Kraków 2016, s. 46–47.

Zaangażowani w akcję #jogatoniefitness zdecydowanie deklarowali duchowe podejście do praktyki, buntując się przeciwko temu czysto fizycznemu:

Na szczęście, jak zaczęłam chodzić na pierwsze zajęcia z jogi, to nie byłam „skażona” tymi idealnymi obrazkami wysportowanych osób w niemalże akrobatycznych pozycjach podpisanych jako „joga”. W tych obrazkach gdzieś zatarła się granica między jogą a akrobatyką i stąd też wynika błędne myślenie o jodze jako innej formie fitnessu. I naprawdę nie mam nic przeciwko tym osobom z tych zdjęć, ale niestety tego typu obrazków jest mnóstwo i one wypaczają totalnie jogę, jaka ona tak naprawdę jest.

Zdaniem dużej części instagramerów jogą, w przeciwieństwie do innych aktywności fizycznych, nie jest nastawiona na efekt. Nie chodzi w niej o dojście do ostatecznego rezultatu, ale o samo przybliżanie się do niego, o pracę nad sobą i skupienie całej uwagi na jakości ruchów:

EFEKTY JAKICH OCZEKUJEMY NA JUŻ! [...] powstaje mnóstwo wyzwń, których celem jest np. zrobienie szpagatu w tydzień. Czy jest to możliwe? Zapewne tak. Jakim kosztem? Kontuzji.

W jodze nie chodzi o wykonanie idealnej asany, gdyż taka nie istnieje. Zauważyć można w tym miejscu indywidualistyczne podejście do jogi – wzór idealnej asany nie istnieje, ponieważ każdy z nas ma inną budowę ciała, inne proporcje, inne predyspozycje:

[...] zdarzało się Wam mieć wyidealizowany obraz asany i dążyć do niej za wszelką cenę? Mi tak. Zazwyczaj kończyło się kontuzją. Sporo czasu zajęło mi zrozumienie, że idealnie wykonana według jednego wzorca asana nie istnieje!³².

Praktykujący nie mają dążyć do nieistniejącego ideału, lecz jak najlepiej wykonywać asany w miarę swoich możliwości. Joga nie jest wyścigiem z innymi, nie należy się w niej porównywać, nie trzeba być w niej najlepszym: „[...] byłam bardzo napalona na super wyglądające pozycje, ale dzięki instruktorce z zajęć, na które chodziłam, dotarło do mojej głowy, że to przecież nie wyścigi i robimy to dla siebie, a nie dla innych”. Praktykowanie „dla siebie”, a nie „dla innych”, jest charakterystyczne dla tzw. dyscyplin doświadczeniowych (na przykład jogi), które „mają na celu sprawić, byśmy »czuli (się) lepiej [feel better]«, w obu rozumieniach tego dwuznacznego wyrażenia [...]: tj. mają one uczynić jakoś naszego somatycznego doświadczenia zadowolająco bogatszą, ale także wyostrzyć to doświadczenie pod względem percepcyjnym”³³. Przeciwnieństwem praktyk doświadczeniowych są aktywności zorientowane na wygląd zewnętrzny (stosowanie diety, kulturystyka), które pomimo nastawienia „dla siebie” „często wy-

³² Fragment posta @anatomiajogi.pl z 7 lutego 2019 r.

³³ R. Shusterman: *Świadomość ciała...*, s. 48.

dają się być motywowane pragnieniem zaspokojenia innych”³⁴, czyli ulegnięcia zewnętrznej presji związanej z posiadaniem zadbanego ciała. Joga natomiast ma zaspokoić nasze potrzeby, a nie czyjeś wymagania, pozwala skupić się na sobie. We własnej praktyce należy pamiętać, aby nie przekraczać swoich aktualnych możliwości: „Joga to nie dyscyplina sportowa, gdzie liczy się »kto pierwszy, ten lepszy«. Dlatego nazywa się to praktyka jogi, a nie ćwiczenie jogi. To jest powolne odkrywanie możliwości swojego ciała”.

Niektórzy z użytkowników przyznają też, że początkowo traktowali jogę jedynie jako fitness, rodzaj ćwiczeń rozciągających, jednak z czasem stawała się ona dla nich „czymś więcej”:

Joga kręciła się gdzieś przy mnie dawno temu, ale kilka asan traktowałam wówczas jako rozciąganie po fitnessie. Dopiero później, po urodzeniu drugiego dziecka i powrocie do pracy w przedszkolu, poczułam, że potrzebuję czegoś innego niż fitness [...] z czasem zaczęłam bardzo regularną praktykę w domu i raz w tygodniu w studiu jogi, zaczęłam odczuwać, że joga to nie sport, to coś więcej³⁵.

Przyjrzyjmy się więc, co kryje się za owym „coś więcej”. Użytkownicy często zwracają uwagę na holistyczny charakter jogi. Zauważają jej obecność w różnych sferach życia, a także jej wpływ na nie. W pewnym sensie joga jest wspólnym mianownikiem, fundamentem oddziałującym na to, jacy jesteśmy, jakie decyzje podejmujemy w swoim życiu, czym się w nim kierujemy (włączywszy w to promocję świadomego i zdrowego odżywiania, bazującego na współczesnej dietetyce i starożytnej ajurwedzie). Ponadto joga sama w sobie jest złożoną aktywnością i łączy wiele aspektów: „Jednym ze znaczeń słowa joga jest... łączyć. Łączenie najlepiej opisuje to, czym się [...] na co dzień zajmujemy. Łączymy jogę z medytacją i technikami oddechowymi. Łączymy współczesną dietetykę ze starożytną mądrością ajurwedą”.

Jest nie tylko praktyką fizyczną, ale połączeniem asan z medytacją i technikami oddechowymi: „Tak, joga jest jak medytacja. Medytacja w ruchu”. Joga jest więc połączeniem umysłu z ciałem. Jest okazją do ćwiczeń fizycznych, ale także do ćwiczenia własnej uważności oraz świadomości zarówno w sferze cielesnej (samoświadomość ciała), jak i w sferze umysłowej oraz emocjonalnej (umiejętność zauważania i odczytywania własnych emocji):

To, co kocham w jodze, to fakt, że łączy. Umysł jednoczy się z oddechem i ciałem. Pracując na tych poziomach, zaglądamy do środka. Uświadamiamy sobie zablokowane, latami wypierane emocje. Nie trzeba od razu „wyginać śmiało ciała” (jak na zdjęciu). Można małymi kroczkami, we własnym tempie, iść do przodu. Oddychać i sprowadzać umysł do chwili obecnej. Poznać siebie.

³⁴ Ibidem.

³⁵ Fragment posta @joga.malego.czlowieka z 2 sierpnia 2019 r.

Często poruszonym aspektem związanym z rozwojem samoświadomości jest praktyka świadomego oddechu, którego uczy się podczas ćwiczeń jogi. Świadomy oddech nadaje odpowiednie tempo w trakcie praktyki. Jest też traktowany jako wyznacznik tego, czy ruch, który jest wykonywany, nie jest ruchem wymuszonym, na który nie jest się jeszcze gotowym. Świadomość oddechu umożliwia właściwą reakcję na sygnały płynące z ciała. Zwiększona świadomość rozwija więc umiejętność słuchania siebie i potrzeb swojego ciała, a także poprawia relację ze światem zewnętrznym, wpływa na jej jakość. Umożliwia lepsze postrzeganie rzeczywistości, zwłaszcza zauważanie, a tym samym docenianie, jej drobnych, codziennych aspektów: „Joga to dla mnie droga naprzód, to szczęście, to rozwój, to umiejętność doceniania tego, co jest, i cieszenia się chwilą, to moc przyciągania dobrego (a może po prostu dostrzeganie małych, ale codziennych cudowności)”³⁶.

Praca nad świadomością odbywa się przede wszystkim na macie. Joga to jedna z niewielu chwil w ciągu dnia, które można przeznaczyć tylko dla siebie, chwila, w której liczy się tylko „ja”. Joga jest czasem „tu i teraz”, teraźniejszością i zatrzymaniem myśli: „Kiedy Maciek zaczyna praktykować jogę, jego umysł przenosi się do chwili obecnej. Myśli znikają. W pokoju słychać intensywny oddech”. Bycie ze sobą sam na sam w trakcie praktyki uczy przebywania ze sobą w ciszy i jest „nauką siebie”, umożliwia spotkanie z samym sobą, zagłębienie się w siebie i akceptację tego, co się odkryje.

Chociaż celem akcji #jogatoniefitness było podkreślenie, że joga nie jest rywalizacją ani sportem, to pojawiły się także wypowiedzi traktujące ją jako pewien rodzaj wyzwania, ale – co istotne – wyzwania indywidualnego: „Jest indywidualnym wyzwaniem [...] Najważniejszy jest brak porównywania z innymi. Obserwuję swój własny progres, długi proces w udoskonalaniu samej siebie”³⁷. Tak rozumiana joga to rodzaj samodoskonalenia, wzmacniania ciała i umysłu, przy jednoczesnej akceptacji swoich ograniczeń i umiejętności odpuszczenia: „[...] to dążenie do doskonalenia siebie, ale jednocześnie umiejętność odpuszczania, to doskonała synchronizacja ze światem, to nauka siebie i nauka nowych doznań, to niezwykle ruch ciała i zdrowie”³⁸. Wśród wymienianych doznań, które towarzyszą jodze, pojawia się satysfakcja, poczucie wolności, siły, energii, a także lekkości, relaksu i regeneracji:

Joga dla mnie to poczucie własnego ciała, własnych emocji. Równoczesne poczucie lekkości i regeneracji, jak i siły oraz niesamowitej energii. Dlatego joga. Joga nie uspokaja tak po prostu. Joga pozwala uwolnić wszystkie emocje i je zaakceptować³⁹.

³⁶ Fragment posta @joga.malego.czlowieka z 2 sierpnia 2019 r.

³⁷ Fragment posta @daria_yoga_ z 12 września 2019 r.

³⁸ Fragment posta @joga.malego.czlowieka z 2 sierpnia 2019 r.

³⁹ Fragment posta @daria_yoga_ z 12 września 2019 r.

Znaczenia przypisywane jodze

Joga wpływa jednocześnie na ciało i umysł, przynosząc korzyści zarówno fizyczne, jak i psychiczne: „Z zajęć na zajęcia zaczęły dziać się ogromne zmiany w moim ciele i psychice. Szybko poczułam, że wszystko zmienia się na lepsze. Jakbym była dokładnie w tym miejscu i czasie, gdzie być powinnam”.

Jak wspomniałam wcześniej, jedną z funkcji jogi jest integrowanie. Zadaniem jogi jest połączenie i zestrojenie ciała, umysłu oraz oddechu. Co ciekawe, korzyści fizyczne (przede wszystkim poprawa elastyczności i wzmocnienie wytrzymałości ciała) niejako wpływają na korzyści emocjonalne czy intelektualne. Dbając o ciało, jednocześnie dbamy o wnętrze:

Joga jest dla wszystkich, bo jest w stanie pomóc Ci w tym, czego potrzebujesz. Oczywiście, że są tacy (ja też), którzy powiedzą, że dzięki jodze schudli czy wyrzeźbili swoje ciało, jednak to zmiany w ich myśleniu tego dokonały, a zmiany w myśleniu dokonały się dzięki jodze⁴⁰.

Wśród korzyści „wewnętrznych” wymieniane jest wyciszenie, odnalezienie równowagi, umiejętność lepszego radzenia sobie ze stresem:

U mnie wszystko się zaczęło od chęci wyciszenia, złapania równowagi dla swoich emocji po trudniejszym czasie w moim życiu [...] joga jest dla mnie z jednej strony czasem na złapanie równowagi, z drugiej wciąż dbam o swoje ciało, ale w wyważony i delikatny sposób (ach, ta równowaga w życiu).

Joga umożliwia wgląd w siebie i zwiększenie samoświadomości – zarówno psychicznej, społecznej, jak i fizycznej: „Dzięki jodze nauczyłam się koncentrować na tym, co jest tu i teraz, pokochałam swoje własne towarzystwo, swoje ciało, swoje niedoskonałości”. Uczy świadomej obserwacji swojego ciała, swoich emocji, możliwości i potrzeb. Pozwala „poznać siebie”, „wejrzeć do środka”, „osadzić się w sobie”, „zagłębić się w siebie” i połączyć się z własnymi emocjami, wejść z nimi w dialog. Uczy samokontroli i zdyscyplinowania: „[...] uczę się cierpliwości i wytrwałości, która w praktyce okazuje się być niezbędna. Dla mnie to źródło ogromnej satysfakcji i oby tak zostało”. Umożliwia zlokalizowanie i odnalezienie w ciele blokad emocjonalnych oraz uwolnienie się od nich:

Mój mąż (ja podobnie) uwielbia jogę. Joga pozwala mu nie tylko dbać o ciało, które jest domem duszy. Joga pozwala mu przede wszystkim wyczuwać blokady emocjonalne. Poprzez ciało docierać do zablokowanych emocji. Uświadamiać je sobie. Dzięki połączeniu pracy ciała ze świadomym oddechem uwalniać je.

Czas praktyki to okazja do zatrzymania się w biegu, wyrwania się z codziennego natłoku doświadczeń, powrót do tego, co ważne, powrót do siebie. To czas,

⁴⁰ Fragment posta @kobiecemysli z 18 sierpnia 2019 r.

w którym na chwilę można odzyskać siebie, skupić się na sobie, dlatego wśród korzyści psychicznych często wymieniane jest też poczucie satysfakcji po zrealizowanej praktyce, wynikające z tego, że wreszcie zrobiło się coś tylko dla siebie. Praktyka jogi, dzięki jej powtarzalnym sekwencjom i asanom, daje praktykującym poczucie stałości, równowagi, spokoju i relaksu, zwłaszcza jeśli w życiu codziennym otacza ich chaos i stres: „[...] punkt odniesienia, pewna powtarzalność, która daje mi poczucie stałości. Doceniam ją szczególnie wtedy, gdy dzieje się wokoło mnie za dużo”. Co ciekawe, w niektórych wypowiedziach joga jest traktowana osobowo, jako wyrozumiały nauczyciel lub wręcz terapeuta, opiekun, który pomaga, wspiera i uspokaja: „JOGA mnie obudziła na nowo, wróciła chęć do życia i zaczęłam się cieszyć każdym nowym dniem”.

Rola nauczyciela

Wśród użytkowników Instagrama prowadzących profile związane z jogą dużą część stanowią instruktorzy. Często proszą obserwujących o informacje, które mogą pomóc im lepiej zrozumieć swoich uczniów. W jednym z takich postów nauczyciel zadał pytanie, czy w trakcie praktyki bardziej pomocne są konkretne, „fizyczne” polecenia odnoszące się do anatomii ciała („schowaj kość ogonową”), czy metafory działające na wyobraźnię („podkul ogonek”). W odpowiedzi przeważały głosy za metaforami, które są bardziej zrozumiałe, szczególnie dla początkujących, oraz – co niezwykle istotne w kontekście nauki – umożliwiają lepsze zapamiętanie ustawienia ciała do przyszłych ćwiczeń. Użycie metafor w przypadku aktywności fizycznych zdaje się potwierdzeniem tezy George’a Lakoffa i Marka Johnsona, zgodnie z którą „metafora to nie tylko kwestia języka, to znaczy samych słów”⁴¹. Oznacza to, że metafora nie jest cechą charakterystyczną jedynie dla języka, ale też nasze procesy myślowe i działania mają charakter metaforyczny:

[...] metafora jest zazwyczaj postrzegana jako cecha charakterystyczna samego języka, kwestia słów, a nie myśli czy działania. Z tego powodu większość ludzi uważa, że mogą sobie doskonale poradzić bez metafory. Przeciwnie, odkryliśmy, że metafora jest wszechobecna w życiu codziennym, nie tylko w języku, ale w myśli i działaniu. Nasz zwykły system pojęciowy, pod względem którego zarówno myślimy, jak i działamy, ma zasadniczo metaforyczny charakter⁴².

Być może właśnie z tego powodu łatwiej działać (w naszym przypadku: praktykować jogę), kiedy instrukcje mają metaforyczną formę. Pomimo to część użytkowników preferuje bardziej „anatomiczne” instrukcje i odwoływanie się do konkretnych partii ciała, co pozwala im na zwiększenie świadomości ruchu i ciała w ogóle. Intuicyjnie zakładam, że ta część użytkowników jest już na bardziej

⁴¹ G. Lakoff, M. Johnson: *Metaphors We Live By*. University of Chicago Press, Chicago–London 1980, s. 6.

⁴² Ibidem, s. 3.

zaawansowanym poziomie praktyki, odznaczającym się większą samoświadomością. Nie potrzebują oni metaforycznych „ułatwień”, ponieważ zdobyli już niezbędne podstawy w rozumieniu własnego ciała.

Praktykujący w swoich wypowiedziach podkreślają ogromną rolę nauczyciela, którego obecność w trakcie ćwiczeń jest – przynajmniej na początku – niezbędna: „[...] jogę najlepiej jest zacząć od zajęć z nauczycielem, który będzie robił korektę pozycji, zwracał uwagę na oddech”. Do jego zadań należą przede wszystkim: prezentacja i objaśnianie konkretnych asan, udzielanie wskazówek, ciągła kontrola praktykujących, szybkie zauważanie błędów i robienie korekt, a także dostrzeganie postępów. Idealny nauczyciel ma indywidualne podejście do praktykujących, okazuje szacunek do ciała drugiej osoby, uwzględnia ograniczenia i możliwości każdego z uczniów: „Nasze ciała to nasza świątynia, każda inna, wyjątkowa i należy ją szanować i traktować z wyjątkową troską”, „Szacunek do ciała praktykującego. Nie udziela korekt potencjalnie niebezpiecznych dla ucznia”. Nauczycieli ceni się również za pasję i zaangażowanie w trakcie zajęć, ale też za to, co reprezentują „poza matą”:

Osobiście najbardziej u nauczycieli jogi cenię sobie: pasję, którą widać od razu! Błysk w oku i chęć dzielenia się wiedzą z innymi [...] Wzorcy, jakie sobą reprezentuje poza matą. Wielokrotnie przekonałam się, że mogą powiedzieć nam więcej o nauczycielu niż wykonywana przez niego, najbardziej zaawansowana asana⁴³.

Nauczyciel powinien być także autentyczny, jego styl życia powinien być spójny z wartościami, które są przypisywane światu społecznemu jogi: „[...] ja mam takiego nauczyciela właśnie. Ma niesamowitą energię, jest bardzo spójny z tym, co przekazuje i jak żyje, joga to jego pasja i styl życia”. Ponadto, nawet najbardziej profesjonalny nauczyciel musi być dopasowany do ucznia również „energetycznie”, dlatego zaleca się ciągłe poszukiwanie „swojego” nauczyciela, najlepiej dopasowanego do poszukującego: „Czasem najlepszy nauczyciel może nam po prostu nie pasować energetycznie. Ciężko to opisać słowami, a jednak czujemy, że to nie to. Dlatego zachęcam (zwłaszcza osoby zaczynające praktykę jogi pod okiem nauczyciela) do poszukiwań!”⁴⁴.

Jednak nie tylko nauczyciel wpływa na uczniów. Prowadzący praktykę wskazują w swoich wypowiedziach na połączenie między nauczycielem a uczniami oraz na wpływ całej grupy na poszczególnych jej członków – na przykład wspólne, grupowe oddychanie ułatwia złapanie rytmu, wejście w pozycję i pogłębianie jej: „Dostrajam się oddechem do praktykującego. Wspólnie bierzemy wdech i wydech. Dużo łatwiej jest wtedy pogłębić pozycję w czasie wykonywanej korekty”. Dodatkowo, aby lepiej wyczuć energię praktykujących oraz lepiej odbierać ich potrzeby, ograniczenia i możliwości, prowadzący zalecają przez zajęciami w grupie wykonać praktykę własną, która uwrażliwi na praktykę innych, zapewni empatię i zrozumienie:

⁴³ Fragment posta @anatomiajogi.pl z 10 lipca 2019 r.

⁴⁴ Fragment posta @anatomiajogi.pl z 10 lipca 2019 r.

Dziś wyjątkowo mocno poczułam, że gdy jestem zaraz po praktyce własnej, jest mi dużo łatwiej wyczuć energię praktykującego. Jakbym lepiej odbierała potrzeby. Czuje, na ile mogę zachęcić do przełamywania barier, a kiedy praktykujący powinien odpuszczać⁴⁵.

Zakończenie

Analiza materiału zastanego w Sieci umożliwiła zrekonstruowanie motywów rozpoczynania praktyki jogi (zarówno fizycznych, jak i psychiczno-emocjonalnych), wyodrębnienie potocznych definicji jogi oraz funkcji i znaczeń, jakie jej się przypisuje. Dodatkowo, przeanalizowane zostały rola (która okazała się niezbędną) i funkcje nauczyciela praktyki.

Użycie danych istniejących w przestrzeni *online* wynikało ze względnie łatwego i całkowicie darmowego dostępu, który umożliwia znacznie szybsze zebranie materiału niż w przypadku tradycyjnych metod. Ponadto przestrzeń Sieci stanowiła także ciekawy dodatek do klasycznych badań, gdy coraz więcej „z codziennych działań jest przenoszonych do Internetu lub znajduje w nim swoje przedłużenie bądź uzupełnienie”⁴⁶. Oczywiście takie badania obciążone są również pewnymi mankamentami. Sporną kwestią, z którą mierzą się badacze treści zastanych w Internecie, jest wymiar etyczny związany z jawnością badań, jawnością „obserwacji” i wykorzystaniem zebranego materiału. Przystępując do analizowania danych, zdecydowałam się skontaktować z osobami, których wpisy posłużyły mi za materiał badawczy. Zapytałam, czy wyrażają zgodę na użycie w mojej analizie treści i zdjęć publikowanych na ich profilach, z zaznaczeniem źródła, z którego pochodzą te dane. Tylko jedna osoba nie zgodziła się na to. Dlatego też nie wykorzystałam zdjęć, a treści pochodzące z tego profilu zanonimizowałam. Zdecydowałam się jednak ostatecznie użyć tych danych do analizy, ponieważ materiał publikowany na platformie Instagram w profilach publicznych (nie było to konto prywatne, do którego trzeba uzyskać dostęp od właściciela) z założenia dostępny jest dla wszystkich, także dla badacza. Uznałam, że użytkownicy, którzy dobrowolnie udostępniają szerokiemu gronu odbiorców własne fotografie i przemyślenia, jednocześnie godzą się na ocenę tych treści, a tym samym interpretację.

Analiza treści znajdujących się w Internecie przyniosła jednak dodatkową wątpliwość, trapiącą wielu badaczy tego typu danych: „[...] jaka jest zależność między »rzeczywistym« światem społeczności, grupy, a jego »wirtualnym« przedstawieniem w sieci”⁴⁷. Tym bardziej że analizie poddano treści pochodzące z serwisu społecznościowego służącego autoprezentacji. Zadałam sobie pytanie, na ile portal, w którym użytkownicy przedstawiają siebie innym, tworzą swój jak najlepszy wizerunek, jest bazą danych rzeczywistych, a na ile jedynie wykre-

⁴⁵ Fragment posta @anatomiajogi.pl z 18 lipca 2019 r.

⁴⁶ P. Miller: *Wprowadzenie do obserwacji...*, s. 87.

⁴⁷ Ibidem, s. 76.

owanych. Doszłam jednak do wniosku, że wszelkie dane dostępne badaczowi są rodzajem większej lub mniejszej kreacji. Celem badań społecznych nie jest bowiem dotarcie do jednej prawdy na temat badanego zjawiska, ale odkrywanie jego kolejnych aspektów. W przypadku platformy Instagram analiza materiału zastanego przyniosła dane dotyczące kreowanego wizerunku jogi w Sieci, które będą stanowić uzupełnienie badań jakościowych prowadzonych w ramach projektu „Doświadczenie ciała i gestów w świecie społecznym hatha-jogi. Znaczenia i transmisja wiedzy w praktyce cielesnej”, realizowanego w ramach grantu NCN (konkurs Opus 15) pod kierownictwem prof. dr. hab. Krzysztofa Koneckiego.

Bibliografia

- Babecki M.: *Wprowadzenie*. W: *Od naturalizacji do funkcjonalizacji. Taktyki użytkowania serwisu Instagram*. Red. M. Babecki, S. Żyliński. Wydawnictwo Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego, Olsztyn 2018, s. 7–20.
- Clarke A.E.: *Situational Analysis: Grounded Theory after the Postmodern Turn*. Sage Publications, Thousand Oaks, CA 2005.
- Giddens A.: *Nowoczesność i tożsamość. „Ja” i społeczeństwo w epoce późnej nowoczesności*. Przeł. A. Szulżycka. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2010.
- Kacperczyk A.: *Badacz i jego ciało w procesie zbierania i analizowania danych – na przykładzie badań nad społecznym światem wspinałki*. „Przegląd Socjologii Jakościowej” 2012, nr 2, s. 32–63.
- Kacperczyk A.: *Społeczne światy. Teoria – empiria – metody badań. Na przykładzie społecznego świata wspinałki*. Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2016.
- Konecki K.T.: *Czy ciało jest świątynią duszy? Współczesna praktyka jogi jako fenomen psychospołeczny*. Difin, Warszawa 2012.
- Konecki K.T.: *Visual Grounded Theory: A Methodological Outline and Examples from Empirical Work*. „Revija za Sociologiju” 2011, Vol. 41, no 2, s. 131–160, <https://doi.org/10.5613/rzs.41.2.1>.
- Konecki K.T.: *Wizualna teoria ugruntowana. Podstawowe zasady i procedury*. „Przegląd Socjologii Jakościowej” 2012, T. 8, nr 1, s. 12–45.
- Kozinets R.V.: *On Netnography: Initial Reflections on Consumer Research Investigations of Cyberspace*. „Advances in Consumer Research” 1998, Vol. 25, s. 366–371. Dostępne w Internecie: <http://www.acrwebsite.org/volumes/8180/volumes/v25/NA-25> [data dostępu: 3.01.2020].
- Lakoff G., Johnson M.: *Metaphors We Live By*. University of Chicago Press, Chicago–London 1980.
- Medoń S.: *Instagram jako miejsce konstruowania własnej tożsamości. Przykład studentów Wydziału Humanistycznego AGH*. „Media i Społeczeństwo” 2018, nr 9, s. 230–238.
- Miller P.: *Wprowadzenie do obserwacji online: warianty i ograniczenia techniki badawczej*. „Przegląd Socjologii Jakościowej” 2012, nr 1, s. 76–97.
- Mills C.W.: *Situated Actions and Vocabularies of Motive*. „American Sociological Review” 1940, Vol. 5, no 6, s. 904–913.
- Rudnicki S.: *Ciało i tożsamość w Internecie. Teoria – dyskurs – codzienność*. Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2013.

- Rybacka A.: *Moderowanie codzienności jako taktyka zdobywania popularności. Analiza modeli ekspresyjnych w serwisie Instagram na przykładzie polskich instagramerek parentingowych*. W: *Od naturalizacji do funkcjonalizacji. Taktyki użytkowania serwisu Instagram*. Red. M. Babecki, S. Żyliński. Wydawnictwo Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego, Olsztyn 2018, s. 139–162.
- Shusterman R.: *Świadomość ciała. Dociekania z zakresu somaestetyki*. Przeł. W. Małecki, S. Stankiewicz. Universitas, Kraków 2016.
- Strauss A.L.: *Qualitative Analysis for Social Scientists*. Cambridge University Press, Cambridge 1987.

Dagmara Tarasiuk

Experiencing yoga online An analysis of data posted on Instagram

Summary

This article takes a closer look at the social world of *haṭha yoga* practitioners who post content online on the popular website Instagram. The analysis of the available research material included both photographs and, to a greater extent, descriptions accompanying the photographs. The data posted on the app became the source of the analyzed meanings and definitions of yoga constructed by the online community centered around yoga practice.

Keywords: yoga, Internet, Instagram, analysis, yoga practice

Дармара Тарасюк

Опыт занятий йогой в Интернете Анализ данных, помещённых в Инстаграме

Резюме

Статья знакомит с социальным миром практикующих хатха-йогу, которые размещают свой контент в Интернете на популярном портале Инстаграм. Анализ доступного исследовательского материала охватывает как фотографии, так и прежде всего описания, которые их сопровождают. Данные, помещённые в приложении, стали источником анализируемых значений и дефиниций йоги, придуманных интернет-сообществом, которое практикует йогу.

Ключевые слова: йога, Интернет, Инстаграм, анализ, практика йоги

Noty o Autorach

Beata Abdallah-Krzepkowska – doktor nauk humanistycznych w dziedzinie językoznawstwa, arabistka, absolwentka Uniwersytetu Jagiellońskiego, adiunkt na Wydziale Humanistycznym Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach (Instytut Języka Angielskiego, Zakład Orientalistyki i Językoznawstwa Ogólnego). Jej zainteresowania naukowe obejmują: język Koranu, współczesny islam europejski i sufizm. Popularyzatorka wiedzy o islamie i świecie arabskim. Obecnie jest członkiem zespołu badawczego pracującego nad projektem NCN „Managing Spoiled Identity: Social Functioning of Polish Female Converts to Islam”.

Kamila Gęsikowska – doktor nauk humanistycznych, kulturoznawca, adiunkt w Instytucie Nauk o Kulturze Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach. Zajmuje się teorią i historią kultury; skupia się między innymi na badaniu historii myśli teoretycznokulturowej, dziewiętnastowiecznych i dwudziestowiecznych instytucji kulturowych oraz antropologicznej analizie hebrajskich tekstów biblijnych. Autorka artykułów w recenzowanych monografiach naukowych, recenzji naukowych, uczestniczka i współorganizatorka konferencji naukowych.

Anna Gomółka – doktor habilitowany, profesor w Instytucie Nauk o Kulturze Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach. Prowadzi badania z zakresu teorii kultury, antropologii kultury, historii kultury, antropologii literatury dla dzieci i młodzieży, antropologii nauki. Autorka książek: *Saga rodu Borejków. Kulturowe konteksty Jeźycjady* (Katowice 2004); *Jan Witort. Przyczynek do dziejów kontaktów śląsko-żmudzkich* (Katowice 2007); *Jan Michał Witort. Wprowadzenie do antropologii pokolenia „ludzi naukowych”* (Poznań–Katowice 2011), a także autorka i współautorka ponad stu artykułów – rozpraw i szkiców w monografiach oraz czasopismach. Zredagowała oraz współredagowała 17 tomów (głównie monografie wieloautorskie). Od 2015 roku członek Komitetu Nauk o Kulturze PAN oraz Komisji Badań nad Historią Syberii Komitetu Historii Nauki i Techniki PAN. Członek Zarządu Głównego Polskiego Towarzystwa Kulturoznawczego (2015); od 2016 roku w zespole redakcyjnym „Przeglądu Kulturoznawczego”, a od 2018 w Radzie Naukowej „Kultury Współczesnej”.

Lesław Kulmatycki – doktor habilitowany, profesor Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu. Prowadzi badania z zakresu psychologii zdrowia, radzenia sobie ze stresem, technik relaksacyjnych, jogi psychicznej i medytacji. Odbywa treningi w Instytucie Jogi Kaivalyadhama w Indiach i aśramach Satyanandy w Australii. Autor 12 książek o jodze i relaksacji, między innymi: *Classical Yoga*

Manual (Sydney 1992); *Stres, joga, relaksacja. Podręcznik ćwiczeń* (Wrocław 1993); *Ćwiczenia relaksacyjne. Praktyczne techniki antystresowe dla dzieci i młodzieży* (Warszawa 1995); *Trening relaksacyjny jogi i jego recepcja* (Wrocław 1997); *Joga dla zdrowia* (Warszawa 1998); *Lekcja relaksacji* (Wrocław 1999); *Stres i joga* (Warszawa 1999); *Promocja zdrowia w kulturze fizycznej – kryteria dobrej praktyki* (Wrocław 2003); *Joga nidra – sztuka relaksacji* (Warszawa 2004); *Ćwiczenia relaksacji, koncentracji i medytacji* (z K. Torzyńską; Wrocław 2013), oraz ponad 300 artykułów naukowych i rozpraw. Promotor 11 prac doktorskich. Na wrocławskiej Akademii Wychowania Fizycznego pracuje od 1993 roku – najpierw jako adiunkt Zakładu Psychologii, a następnie jako profesor kierujący Katedrą Nauk Humanistycznych i Promocji Zdrowia. Jest twórcą jedynych w Polsce studiów podyplomowych Techniki Relaksacyjne oraz pierwszych studiów podyplomowych Psychosomatyczne Praktyki Jogi, a od 2018 roku współtwórcą kierunku studiów Joga Klasyczna przy Uniwersytecie Wrocławskim. Członek wielu stowarzyszeń i zespołów redakcyjnych. Od 2007 roku redaguje „Przestrzeń”, unikalne pismo dotyczące technik relaksacyjnych i jogi, oraz stronę www.przestrzenrelaksacji.pl

Anna Mazur – doktor nauk ekonomicznych w dziedzinie zarządzania, filozof i socjolog w Instytucie Zarządzania Uczelni Łazarskiego w Warszawie, nauczyciel jogi w Ośrodku Edukacji Kulturalnej „Sadyba” oraz Służewskim Domu Kultury w Warszawie. Absolwentka Politechniki Warszawskiej (studia doktoranckie z zarządzania), Uniwersytetu Warszawskiego (studia doktoranckie z socjologii), Uniwersytetu Śląskiego (studia magisterskie z filozofii), Uniwersytetu Gdańskiego (podyplomowe studia prawno-menedżerskie), Akademii Wychowania Fizycznego w Warszawie (podyplomowe studia Relaksacja i Joga). Organizatorka pierwszej w Polsce konferencji naukowej „Intuicja w decyzjach menedżerskich” (WSP, Warszawa, 2010), gdzie wygłosiła referat pt. „Intuicja a systemy przekonań”. Autorka wielu opracowań dotyczących niestandardowych form zatrudnienia oraz mazowieckiego rynku pracy, realizowanych przy współpracy z Millward Brown SMG/KRC. Prowadzi zajęcia jogi (w tym jogę dla seniorów) oraz sesje terapii dźwiękiem za pomocą mis i gongów tybetańskich (Ośrodek Edukacji Kulturalnej „Sadyba”, Służewski Dom Kultury w Warszawie). Autorka artykułu pt. *Stan niedualny w praktykach jogi* (w: *Joga w Polsce. Przeszłość, teraźniejszość, przyszłość*. Red. M. Boroń-Krupińska, M. Karciarz, L. Kulmatycki. Wrocław 2018). Autorka publikacji w magazynie lifestylowym „Puls Piękna”, między innymi: *Uziemienie. Źródło spokoju, radości życia i pewności siebie* („Puls Piękna” 2019, nr 3); *Zestresowane ciało* („Puls Piękna” 2019, nr 4). Bada stany niedualnej świadomości w praktykach jogi oraz sposoby przepływu wiedzy od guru do ucznia w tantrycznej tradycji Ananda Nātha Sampradāya, opierając się na doświadczeniu niedualnej świadomości.

Małgorzata Rygielska – adiunkt w Instytucie Nauk o Kulturze Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach. Autorka książek: *Dwa guziki. Norwid i ewolucjonizm* (Katowice 2011); *Przybóś czyta Norwida* (Katowice 2012); *Monografia Ignacego Lubicz Czerwińskiego „Okolica Za-dniestrka”*. *Studium kulturoznawcze* (Wrocław 2019);

współredaktorka (wraz z A. Gomółą) tomu *Starość jako wyobrażenie kulturowe* (Katowice 2013). Publikuje artykuły, szkice i rozprawy w czasopismach (między innymi w: „Kulturze Współczesnej”, „Kulturze Popularnej”, „Pracach Kulturoznawczych”). Prowadzi badania z zakresu historii kultury (w szczególności historii kultury polskiej XIX wieku), teorii kultury (w tym także początków myśli teoretycznokulturowej), kulturowej antropologii literatury w Polsce i na świecie. Zajmuje się również kulturową historią medycyny z uwzględnieniem dawnych oraz współczesnych praktyk higienicznych i leczniczych.

Dagmara Tarasiuk – z wykształcenia architektka i antropolożka kultury, doktorantka w Instytucie Socjologii Uniwersytetu Łódzkiego. Jej zainteresowania badawcze skoncentrowane są wokół wizualności i doświadczania ciała, szczególnie w kontekście praktyki hathajogi. Autorka artykułów w recenzowanych monografiach naukowych, stypendystka projektu NCN dotyczącego transmisji wiedzy cielesnej.

Dagmara Wasilewska – absolwentka filologii orientalnej – indolog, w latach 2013–2021 wykładowca języków indyjskich w Instytucie Języka Angielskiego Uniwersytetu Śląskiego, obecnie doktorantka Szkoły Doktorskiej UŚ. Naukowo zajmuje się mistycyzmem w tradycjach wisznuickich dawnych Indii, przede wszystkim w szkole wisznuizmu bengalskiego (*gaḍḍiā*), historią jogi (także w kontekście wisznuizmu, zwłaszcza puranicznego) oraz jej wczesną recepcją na Zachodzie. Autorka artykułów o tej tematyce w recenzowanych czasopismach i monografiach naukowych.

Redaktor
Agnieszka Plutecka

Projekt okładki
Magdalena Pache

Łamanie
HIRONDELLE Andrzej Grzegorzczuk

Redaktor inicjujący
Michał Kompała

Wersją referencyjną publikacji jest
wersja elektroniczna
Publikacja na licencji Creative Commons
Uznanie autorstwa-Na tych samych warunkach
4.0 Międzynarodowe (CC BY-SA 4.0)



 <https://orcid.org/0000-0002-4773-9246>

 <https://orcid.org/0000-0003-3807-6564>

 <https://orcid.org/0000-0001-6850-8976>

Joga w kontekstach kulturowych. 4 / pod redakcją
Kamili Gęsikowskiej, Anny Gomóły i Dagmary
Wasilewskiej. Wydanie I. – Katowice: Wydawnictwo
Uniwersytetu Śląskiego, 2021. – (Historia i Teoria
Kultury; 3)

<https://doi.org/10.31261/PN.4087>

ISBN 978-83-226-4115-6

(wersja elektroniczna)

ISSN 2719-9010

Wydawca
Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego
ul. Bankowa 12B, 40-007 Katowice
www.wydawnictwo.us.edu.pl
e-mail: wydawnictwo@us.edu.pl

Wydanie I. Liczba arkuszy drukarskich: 13,0. Liczba arkuszy wydawniczych: 16,5. PN 4087



Więcej o książce

