

Globalizovaná joga a jej autenticita

Ingrida Hudecová

Abstrakt

Indickú tradíciu, ktorú svet pozná pod názvom joga, v súčasnosti v nespočetných formách praktizujú milióny ľudí po celom svete. Už samotné slovo joga má svoj pôvod v sanskritskom jazyku a odkazuje ku spojeniu. Joga sa zrodila z uvedomenia si neuspokojivého charakteru ľudského stavu. V priebehu stoviek rokov formovala tak, aby zodpovedala potrebám kultúry, v ktorej bola integrovaná. To znamená, že spoločnosť odpovedala na potreby kultúrneho systému, ktorý je pragmatický. Z pohľadu súčasnej spoločnosti joga vytvára pozitívne konotácie s odkazom ku vhodnému prístupu k životu, vzťahu k druhým, tréningu tela, duše a mysle. Joga taktiež podporuje emočnú a intelektuálnu stránku človeka. Dalo by sa tvrdiť, že joga holisticky rozvíja človeka, respektíve jeho fyzické, mentálne a duševné potreby. V súčasnej dobe sa joga vníma ako prostriedok sebarozvoja. Moderná joga človeku dodáva benefit krásy, sily, flexibility a pomáha eliminovať stres. Dovoľuje človeku vytvárať slobodný názor, ktorý je možné kombinovať s inými svetonázormi a praktikami, dostupnými na globálnom trhu. Čo je podstatou jogy? Môžu sa súčasné hybridné formy jogy považovať za jogu aj bez toho, aby preukázali autenticnosť indickej jogy?

Kľúčové slová

Joga, Tirumalai Krishnamacharya, Swami Vivekananda.

Úvod

Indické tradície prenikali do západného sveta už v období staroveku vďaka obchodu s korením, drahokamami, farbami a podobne. Predstavy, ktoré sa o Indii rozširovali, sa vymykali realnosti. Hovorili o tvoroch bez hláv, o ľuďoch a zvieratách, ktorí podliehali hybridizácii.¹ Jaroslav Strnad hovorí o františkánskom mníchovi Olidřichovi z Pordenone a domnieva sa, že vďaka jeho cestopisu *Iter in Indiam* sa Európa dozvedela o indických bohoch, fakíroch, upaľovaní vdov a podobných indických tradíciách. S rozvojom kníhtlače sa začali objavovať diela o Indii väčšinou od zahraničných kresťanských misionárov. Postupom času boli preložené *Upanišady* a *Bhagavadgíta*. Joga sa diferencovala do množstva ciest. Steiner tvrdí, že: „... moderní jógou nazývame všetky školy, smery a styly jógy vzniklé nebo nově formulované

¹ STRNAD, J a kol.: *Dějiny Indie*, 2003, s. 861.

poté, co byla jóga ovlivněna západní kulturou.“² Aj napriek faktu, že sa joga v prvých tisícročiach transformovala z duchovnej disciplíny na systém, ktorý do seba integroval aj telesné praktiky, do druhej polovice 19. storočia zostáva fenoménom takmer výhradne indickým. Medzi prvých západných obyvateľov, ktorí boli konfrontovaní s jogou, sa radia misionári, francúzski a britskí obchodníci a cestovatelia Francois Bernier, Jean- Baptiste Tavernier, John Ovington a John Fryer. Pohľady cestovateľov na jogínov boli pohrdavé, pretože ich praktikám nerozumeli. Európania jogové praktiky vnímali ako akýsi typ vojenského výcviku. Podobné predstavy boli postupne transformované americkým filozofom Henrym Davidom Thoreauom, ktorý v roku 1849 napísal svojmu priateľovi „... do jisté míry a jen občas- ale mohu sám sebe považovat za jogína.“³ Od tohto momentu joga začala priťahovať západných ľudí.

India sa stala populárnou v 19. storočí vďaka Mahátma Gándhímu, jednému z najväčších politických a duchovných vodcov Indie a indického hnutia za nezávislosť. Snažil sa bojovať proti britskej nadvláde svojim pacifistickým prístupom. Na západe sa stal významným aj indický mystik, hinduistický filozof a kľúčová postava hinduizmu 19. storočia Šrí Rámakrišna. V náboženskom kontexte sa preslávil tamilský mudrc Rámána Mahárši, ktorý využíval metódu tzv. átmavičára- meditačná technika, ktorá je zameraná na flexibilné dosiahnutie duchovnej realizácie. V súčasnosti je známe učenie a myšlienky indického hinduistického filozofa, jogína a mystika Aurobinda Ghóša, ktorého metóda integrálnej jogy sa stala populárnou. Integrálna joga je zostava tradičných metód, ktoré sa používajú tak, aby sa harmonicky rozvíjala každá zložka ľudského bytia. Ide o vedecký systém spájajúci rôzne odvetvia jogy, vedúci ku konečnému poznaniu seba samého.⁴ Významný indický jogín a mních Paramahansa Yogananda patrila medzi prvých duchovných učiteľov, ktorý sa natrvalo usadil na západe. Preslávil sa metódou krijajogy, ktorej hlavným cieľom je odhalenie, spoznanie a zažívanie našej podstaty.

Môže sa zdať, že ako západná civilizácia dôkladne poznáme kultúru, náboženstvo, a jazyky Indie. Je to naozaj tak? Ako Európania vnímajú myslenie a konanie ľudí v Indii? Ľudia z rôznych krajín komunikujú spôsobom, ktorý často vedie k nedorozumeniam. Uvedomenie si inakosti nás zvyčajne nasmeruje k lepšiemu vzájomnému porozumeniu. Český religionista Martin Fárek tvrdí, že: „... niekoľko badateľu při hledání odpovědí poukázalo na problémy mezikulturního porozumění, kde hlubšímu porozumění brání především vytváření deformovaných obrazů jiné kultury.“ Fárek tvrdí, že pri popisovaní indickej kultúry zostávame v zajatí vlastného kultúrneho obmedzenia, t.j. porozumenie indickej kultúry prepisujeme vlastným príbehom.⁵ Americký antropológ a blízky spolupracovník Marshalla McLuhana, Edward Twitchel Hall, definuje kultúru ako spôsob života ľudí, súčet ich naučených vzorcov správania, postojev a vecí. Kultúra je často podvedomá, t.j. neviditeľný kontrolný mechanizmus pôsobiaci v našich myšliach. Podľa Halla si človek uvedomuje inakosť, keď je vystavený pôsobeniu inej kultúry. Členovia určitej spoločnosti prijímajú jej kultúrne zložky a konajú v medziach, ktoré sú kultúrne prijateľné.⁶ Indická kultúra a spoločnosť sa pre západného človeka môžu javiť v mnohých zmysloch ako

² STEINER, V.: *Dějiny jógy*, 2010, s. 53.

³ STEINER, V.: *Dějiny jógy*, 2010, s. 54.

⁴ Integrálna joga [online]. 2018. [cit. 2020-02-25]. Dostupné na: <http://www.joga-ezoterika.sk/integralna-joga-clanok/>

⁵ FÁREK, M.: Indie očima Evropanů, 2014, s. 9-10.

⁶ HALL, E.: *The dance of life: The other dimension of life*, 1983, p. 230.

nejednoznačné. V európskom kontexte sú Indovia vnímaní ako duchovné bytosti, avšak opak je často pravdou. V súčasnosti Indovia viac nasledujú hodnoty materiálneho blahobytu, oceňujú úspech v podnikaní a obdivujú kreativitu v technológiách.⁷ Dôležitou osobnosťou sa stal Rámakrišnov žiak Swami Vivekananda, ktorý bol indickým filozofom a kľúčovou postavou moderného hinduizmu. Zohral podstatnú úlohu pri šírení jogy do západnej civilizácie.

1 Swami Vivekananda a rozvíjanie jogy v Amerike

Krátko po svojom zavedení na západ sa v mysliach tých, ktorí boli oboznámení s praxou jogy, objavili isté diskrepancie. Zatiaľ čo sa v amerických telocvičniach či zdravotníckych kluboch joga šírila ako forma alternatívnej medicíny a tréningu telesnej zdatnosti nového veku, súčasne sa termín joga spájal s mystickými indickými askétmi a duchovnými majstrami, ktorí putovali po Himalájach. Antropológ, zaoberajúci sa výskumom modernej praxe jogy ako cvičenia, Joseph Alter tvrdí, že dejiny jogy boli charakteristické moderným a zjednodušeným lákadlom diferencie medzi fyzickou a kontemplatívnou jogou.⁸ Renomovaný orientalistický učenec indických náboženstiev Max Müller vnímal toto rozdelenie ako negatívne. Vo svojej práci *The six systems of Indian Philosophy* vyhlásil, že joga svojej doby zostúpila do čisto praktickej a najviac degenerovanej formy.⁹ Ako došlo k tomu, že v západnom vnímaní je toto rozdelenie tak silno zakorenené? Na rozdiel od všeobecného presvedčenia sa zdá, že takéto rozlíšenie bolo v skutočnosti predstavené americkému publiku prostredníctvom rétoriky, ktorou bola joga zavedená, a nie produktom západného sploštenia.

V roku 1993 sa mnoho jogových skupín v USA zúčastnilo na stretnutiach a programoch, ktoré boli určené na pamiatku udalosti „100 rokov jogy v Amerike“. Joga debutovala v Amerike v roku 1893 v Parlamente svetových náboženstiev v Chicagu v prezentácii Swamiho Vivekanandu,¹⁰ ktorý prednášal o hinduistickej filozofii. Vivekanandova prezentácia jogy mala za cieľ predstaviť Indiu ako duchovne bohatšiu, na rozdiel od materiálneho bohatstva Západu. Bez tejto opozície Vivekananda cítil, že nemá čo ponúknuť. Jeho určený cieľ ísť do Chicaga lobbovať u západných ľudí o peniaze na pomoc chudobnej Indii si vyžadoval ponuku niečoho diferentného, ale zároveň hodnotného. Bola to univerzálna spiritualita. Profesorka antropológie Sarah Strauss tvrdí, že táto prezentácia predstavuje zlom v spôsobe pochopenia tohto starodávneho systému nápadov a postupov.¹¹

Indický hinduistický mních Swami Vivekananda prišiel do Ameriky s cieľom propagovať a vymieňať duchovné bohatstvo Indie za materiálne bohatstvo západu, ktoré videl ako potenciálne riešenie pre indickú chudobu.¹² Indický historik špecializujúci sa na britskú indickú históriu Tapan Raychaudhuri tvrdí, že Swami Vivekananda veľmi úmysle reprezentoval jogu a védsku tradíciu ako dar západu, za ktorý by bola najvhodnejšou výmenou peňažná pomoc pre chudobou postihnuté indické masy.¹³

⁷ VARMA, P. K.: *Being Indian- The Truth About Why the 21th Century will be India's*, 2004.

⁸ ALTER, S. J.: *Yoga in Modern India: The Body Between Science and Philosophy*, 2004, s. 10.

⁹ MÜLLER, M.: *The Six Systems of Indian Philosophy*, 1899, s. xx.

¹⁰ Swami Vivekananda bol významný hinduistický mních.

¹¹ STRAUSS, S.: *Positioning Yoga: Balancing Acts Across Cultures*, 2005, s.35.

¹² STRAUSS, S.: *Positioning Yoga: Balancing Acts Across Cultures*, 2005, s.35.

¹³ RAYCHAUDHURI, T.: *Europe Reconsidered: Perceptions of the West in Nineteenth Century Bengal*, 1989, s. 242.

Vivekananda sa preto usiloval presvedčiť západné publikum o hodnote tohto produktu tak, že zdôrazňoval duchovno v priamej opozícii voči materializmu západných hodnôt. Rozdiely v mentalite východu a západu sa spájali s jogovou tradíciou v Amerike od jej zavedenia. Stala sa tak neoddeliteľnou charakteristikou tejto praxe. Vivekanandova základná finančná motivácia mala dôsledky nielen na spôsob, akým bola jeho joga prezentovaná, ale aj na samotnú metódu jogy, ktorú uvádzal na trh. Vivekananda pravdepodobne nemal záujem odhaliť západu najčistejšiu indickú jogu, ale skôr sa ju snažil propagovať spôsobom, ktorý by apeloval na západnú citlivosť. Sarah Strauss tvrdí, že: „... pre západné publikum spočívala výzva v prezentácii duchovného rámca, ktorý bol nevylučujúci, vedecký, preukázateľný osobnou praxou a zdanlivo univerzálny.“¹⁴ Vivekanandovým cieľom bolo vyformovať jogu ako komplex, kde metafyzické aspekty budú prítlačivé pre západné publikum. Vivekananda diferencoval prax jogu do štyroch už známych ciest:

- 1) RADŽAJOGA- cesta morálnej fyzickej a duševnej disciplíny
- 2) BHAKTIJOGA- cesta lásky a oddanosti
- 3) JNANAJOGA- cesta poznania alebo intelektuálneho učenia
- 4) KARMAJOGA- nesebecká cesta

Spomenuté cesty boli postupom času zefektívnené, zovšeobecnené, a ponúkané verejnosti. Čo sa stalo s jogou? Jeho kategorizácia jogy predstavila zjednodušenú klasifikačnú schému jogovej ideológie a praktiky špecificky adresované na konzumáciu pre praktizujúcich, anglicky hovoriacich ľudí.¹⁵ Avšak toto rozlíšenie slúžilo aj na to, aby sa indická kultúra v mysliach Američanov stala základom uprataného homogénneho duchovného systému. Táto schéma bola vyvinutá najskôr pre západ, a až neskôr bola sprostredkovaná indickému ľudu vznikajúcej strednej triedy najmä v Bengálsku.

Vivekananda zdôrazňoval, že hinduistická stredná trieda disponuje schopnosťou postaviť sa za seba a starať sa o svoj osud. Je možné dosiahnuť duchovné oslobodenie vo svetskom živote optikou Vivekanandu? Áno, pretože ľudia praktizujúci jogu sa nemusia vzdať štruktúr a aktivít každodenného života, musia len preformulovať svoje postoje a predstavu o sebe samom tak, že do života integrujú jogové praktiky. Čo to znamená v kontexte jogy? Vyvrcholením Vivekanandovej filozofie jogy bolo schválenie konceptu jivanmukti, t.j. dosiahnutie úplnej slobody vo fenomenálnom svete, ktorý prezentoval ako finálny cieľ praxe jogy. V podstate tento koncept naznačuje, že tradičné hinduistické hľadanie duchovného oslobodenia je možné dosiahnuť aj pri pokračujúcej účasti na svetskom živote, pomocou jogy ako prostriedku sebarozvoja. Aj napriek tomu, že koncept jivanmukti existoval v hinduistickej filozofii ešte pred Vivekanandovým privlastnením, jeho podpora a dôraz na tento koncept slúžil len na to, aby sa americká joga vzdialila od indických koreňov.

Veľa ľudí dnes predpokladá, že Vivekanandova metóda jogy predstavuje autentickú, respektíve skutočnú chrbtovú kosť jogy, z ktorej sa vytvorili všetky ostatné cesty. Americké ženy nasledovali Vivekanandu a nadšene praktizovali jogu vo svojich domácnostiach. Avšak

¹⁴ STRAUSS, S.: *Positioning Yoga: Balancing Acts Across Cultures*, 2005, s.13-14. Celé znenie: „For the Western audience, the appeal lay in the presentation of a universal spiritual framework that was non-exclusive, “scientific” (testable through personal practice), and seemingly universal.“

¹⁵ STRAUSS, S.: *Positioning Yoga: Balancing Acts Across Cultures*, 2005, s. 34.

Vivekananda vedel, že spomenutá forma jogy je prispôsobená tak, aby praktizujúci nasledovali hodnoty takým spôsobom, že v podstate prijímali verziu svojich vlastných ezoterických presvedčení.¹⁶ Degenerácia jogy v Amerike tak nie je produktom kultúrneho vynútenia zo západu, ale premysleným výsledkom jej indického vývozu. Hoci joga od svojho prijatia v Amerike skutočne prešla zmenami. Tieto zmeny sa uskutočnili postupným praktizovaním, respektíve v praxi, ktorá bola amerikanizovaná ešte pred jej zavedením. Dalo by sa tvrdiť, že Vivekanandova metóda jogy umožňovala zaviesť inovácie a modernizáciu s akcentom na slobodu, univerzálnosť a obchodnú príťažlivosť. Rozdiel medzi americkou a indickou praxou sa ukázal oveľa menší, ako sa často predpokladá.

Vedci tvrdia, že najčastejšie sa vyskytujúcou chybou súčasnej jogy je, že v opozícii voči indickej je neautentická. Ako vôbec vznikla myšlienka čistej indickej tradície, z ktorej sa pravdepodobne vyformoval americký štýl? V súčasnosti sa mnoho odborníkov začína zaoberať myšlienkou, že v rokoch, ktoré nasledovali po americkom predstavení jogy zohrávala vedecká komunita úlohu pri vytváraní myšlienky autentickej indickej praxe. V šírení jogy v západnom svete došlo k jej radikálnej transformácii v reakcii na diferentné pohľady na svet a logické predispozície moderného konzumenta. Vedci orientálnej jogy 20. storočia sa začali zaujímať o kritickú analýzu textovej tradície jogy, aby identifikovali korene, z ktorých pochádzajú indické a západné praktiky. Príklady nepresnej textovej analýzy je možné nájsť v sekundárnej literatúre, najmä v interpretácii západných vedcov a následnej revitalizácii Pataňďžalihu *Jogasútier*, ktoré väčšina vedcov považuje za textovú autoritu.

Existuje niekoľko príkladov, ktoré naznačujú, že Pataňďžalihu¹⁷ joga nebola v Indii na začiatku 20. storočia prominentnou tradíciou. Predstavili ju až vedci, ktorí si pravdepodobne prostredníctvom svojho výskumu plnili osobné proroctvá o homogénnej jogovej tradícii v Indii. Výskum realizoval škótsky editor James Ballantyne, ktorý priniesol zaujímavé výsledky. V úvode svojej práce ľutuje, že hoci v Indii bolo mnoho vedcov ochotných nielen pomôcť, ale aj učiť sa anglicky, mal veľké problémy s nájdením niekoho, kto by vykonal preklad jogy. Dôvodom bolo tvrdenie, že spomenutý Pataňďžalihu systém nikto nevyučoval.¹⁸

Podobnému problému čelil prvý moderný indický indológ Raja Rajendralal Mitra vo svojom preklade *Jogasútier* približne o tridsať rokov neskôr. Mitrova publikácia s názvom *Joga Aphorism of Patanjali* mala predstavovať úsilie o spoluprácu medzi Mitrom a profesionálnym jogínom, s ktorým sa Mitra mohol zúčastniť na prekladateľskom procese.¹⁹ Singleton tvrdí, že keď sa prvýkrát zapojil do výskumu, vo svojom úvode zaznamenal „... mal som nádej, že túto prácu prečítam vďaka pomoci profesionálneho jogína, ale bol som sklamaný. V Bengálsku som nenašiel žiadneho Pandita, ktorý by urobil z jogy špeciálny predmet jeho štúdia.“²⁰

¹⁶ SINGLETON, M. BYRNE, J.: *Yoga in the Modern World: Contemporary Perspectives*, 2009, s. 89.

¹⁷ Pataňďžali je považovaný za otca modernej jogy práve preto, že prvú systematickú formuláciu pojmu joga nachádzame v jeho filozofickom systéme. Spomínaný systém je tiež známy pod názvom *Jógasútry* a označuje sa ako *4 cesta Kráľovskej jogy*, respektíve *Rádžajoga* alebo *Aštángajoga*, *Osemdielna joga*.

¹⁸ SINGLETON, M. BYRNE, J.: *Yoga in the Modern World: Contemporary Perspectives*, 2009, s. 81.

¹⁹ MITRA, R.: *Yoga Aphorisms of Patanjali with the commentary of Bhoja Rájá and an english translation by Rájendralála Mitra*, 1883, s. xc.

²⁰ SINGLETON, M. BYRNE, J.: *Yoga in the Modern World: Contemporary Perspectives*, 2009, s. 81. Celé znenie: “I had hopes of reading the work with the assistance of a professional Yogī; but I was disappointed. I could find no Pañḍit in Bengal who had made the Yoga the special subject of his study”

Zdá sa, že to podporuje názor, že medzi ortodoxnými panditmi, t.j. indickými učencami v polovici 19. storočia, nebola Patañdzalioho joga jednoducho živým filozofickým systémom, nie to ešte písomným základom existujúcej tradície. Mitra nakoniec našiel vhodného kandidáta v Benares. Avšak jogín disponoval požiadavkou, kde trval na tom, aby s nim Mitra žil ako učeník a učil sa tradičným spôsobom.

Bol Patañdzalioho systém homogénny? Spomenutý proces naznačuje, že aj napriek faktu, že existujú živé orálne tradície Patañdzalioho systému jogy, nové preklady, ktoré sa začali Ballantynom, sú od nej skutočne oddelené. Singleton tiež naznačuje, že Mitrovo hľadanie predstaviteľa autonómnej jogovej tradície spojenej s Patañdzalim bolo možno zavádzajúce, pretože *Jogasutry* pravdepodobne nefungovali ako homogénna entita, ale ako plávajúca daršana,²¹ ktorá iba dopĺňala iné filozofické systémy.²² V týchto prekladoch vidíme vytvorenie nového Patañdzalioho v dialógu so západnou filozofiou a neo-hinduizmom, ktorý sa však vedome odrezal od tradičného učenia. Analýza rétoriky dostupných komentárov naznačuje, že Mitra a Ballantyne sa snažili preukázať platnosť *Jogasutier* nie z hľadiska indickej tradície, ale z hľadiska západnej tradície. Túto skutočnosť navyše potvrdzuje fakt, že Mitra vyhlasuje, že on sám nie je jogínom ani sa o doktrínu nezaujíma, možno iba v snahe akcentovať svoju dôveryhodnosť ako bádateľ a zároveň iba znížiť svoju dôveryhodnosť ako prekladateľ a komentátor jogovej filozofie.²³

Vďaka dvom spomenutým anglickým prekladom, ktoré sú v súčasnosti k dispozícii, môžu byť názory Mitru a Ballantyna bezpečne považované za podstatné ukazovatele v rozvoji moderného intelektuálneho kontextu *Jogasutier*. V rokoch nasledujúcich po ich publikácii bola koncepcia jogy obsiahnutá v týchto textoch. Premietnutá bola najmä do nadčasového a nedotknutého homogénneho vyjadrenia indickej jogovej tradície.²⁴ Singleton tvrdí, že spomenutá koncepcia bola iba výsledkom nového druhu klasickej rétoriky, ktorá sa vyvíjala ako dôsledok interakcie medzi indickými učencami a európskymi orientalistami. Hoci metódy jogy, ktoré sa šírili v spomenutých prekladoch, sa považovali za autentické, ich nadradenosť bola spôsobená iba tónom, s ktorým boli písané zahraničnými prekladateľmi a dôležitosť, ktorú im pripisovalo ich západné publikum.

Zdá sa, že títo vedci efektívne vytvorili myšlienku autentickej indickej praxe, čím akcentovali a popularizovali problematické rozlišovanie medzi východnými a západnými praktikami. Vidíme, že takmer hegemonický stav, ktorý majú *Jogasutry* v niektorých moderných jogových školách nijak neodráža stav a funkciu textu v indických tradíciách. Postupom času sa nedotknutosť indickej histórie jogy systematicky vkrádala do populárnej psychiky ľudí, čo prispelo k súčasnej predstave exotickej Indie, ako duchovnej oázy, ktorá je diametrálne odlišná od kapitalistického, materiálneho sveta Západu. Americká spisovateľka Marina Budhos v časopise *Yoga journal* v článku *Culture Shock* tvrdí, že pre obyvateľov západu je India miestom duchovného spasenia, tichých ášramov, meditačných praktík, občas vyčerpávajúcich

²¹ Daršana- filozofický názor, systém či pohľad. V užšom zmysle slova je to jedna zo 6 hinduistických a filozofických škôl v klasickej dobe.

²² SINGLETON, M. BYRNE, J.: *Yoga in the Modern World: Contemporary Perspectives*, 2009, s. 81.

²³ MITRA, R.: *Yoga Aphorisms of Patanjali with the commentary of Bhoja Rájá and an english translation by Rájendralála Mitra*, 1883, s. lxii.

²⁴ SINGLETON, M. BYRNE, J.: *Yoga in the Modern World: Contemporary Perspectives*, 2009, s. 86.

púti do svätých miest do oázy, ktorá je vzdialená od materiálneho západu. Je to prastarý zdroj spirituality a asketizmu.²⁵

Avšak spomenutá predstava duchovnej oázy sa v súčasnom svete ukazuje ako klam. Dalo by sa tvrdiť, že najvýznamnejším aktérom pri zakladaní tradície modernej jogy v Indii je jogín, učiteľ a ajurvédsky liečiteľ Tirumalai Krishnamacharya.

2 Tirumalai Krishnamacharya

Vo všeobecnosti sa Krishnamacharya považuje za jedného z najvplyvnejších učiteľov jogy 20. storočia. Tirumalai Krishnamacharya sa narodil 18. Novembra 1888 v Chitradurga v Indii a zomrel v roku 1989 v Madrase v Indii. Jeho snaha spočívala v obnove modernej indickej jogy. Spisovateľ a študent jogy Fernando Pagés Ruiz tvrdí, že Krishnamacharyov život je opradený mýtom. Je dôležité poznať príbeh jedného z najpozoruhodnejších adeptov jogy, pretože inak riskujeme stratu jasného pochopenia živej tradície, ktorú sme zdedili na to, aby sme zväzili ako vývoj Krishnamacharyovej osobnosti ovplyvňuje jogu, ktorú dnes praktizujeme. Krishnamacharya sa oproti súčasnosti narodil do veľmi diferentného jogového sveta. Pod tlakom britskej koloniálnej nadvlády sa hathajoga dostala do úzadia. Aj napriek nepriaznivým podmienkam existoval malý kruh praktizujúcich, no v tomto období sa na jogínov nazeralo ako na šarlatánov. Ako mladý sa Krishnamacharya začal učiť klasickým indickým disciplinám vrátane sanskritu, logiky, práva a základom indickej medicíny. Postupom času Krishnamacharya nasmeroval systematické poznanie do štúdia jogy, kde syntetizoval múdrosť týchto tradícií. Podľa životopisných údajov, ktoré po sebe zanechal jeho otec, sa začal vo veku päť rokov učiť Pataňdzaliho systém jogy. Jeho rodina pochádzala z významného jogového rodu. Aj napriek faktu, že jeho otec zomrel v čase, keď Krishnamacharya bol ešte dieťa, vstúpil mu túžbu po vedomostiach a osobitú snahu študovať jogu.²⁶ Krishnamacharya tvrdil, že zatiaľ čo bol ešte uličníkom, naučil sa dvadsaťštyri asán od významného gurua. V šestnástich rokoch vykonal púť do svätyně Nathamuniho v Alvar Tirunagari, kde sa stretol so svojim legendárnym predkom.

Pre ilustráciu uvádzame príbeh, ktorý sa môže síce javiť ako fantastický, ale poukazuje na jednu dôležitú vec. Ako Krishnamacharya putoval pri bráne našiel starého muža, ktorý ukázal na blízky mangový háj. Krishnamacharya kráčal do hája, kde od vyčerpania omdlel. Keď vstal, všimol si, že okolo neho sa zhromaždili traja jogíni. Uprostred bol jeho predchodca Nathamuni. Krishnamacharya sa poklonil a požiadal o poučenie. Traduje sa, že Nathamuni celé hodiny spieval verše z textu, ktorý sa stratil pred viac ako tisíc rokmi, t.j. *Yogarahasya*. Krishnamacharya si tieto verše zapamätal a systematicky ich prepisoval. Primárne elementy Krishnamacharyovho učenia je možné nájsť v spomenutom texte. Ako sme spomenuli, aj napriek faktu, že príbeh by sa dal do určitej miery označiť ako fantastický, poukazuje na vlastnosť Krishnamacharyovej osobnosti. Krishnamacharya nikdy neprezentoval autenticnosť. Podľa jeho názoru joga patrila bohu. Všetky jeho myšlienky pôvodné alebo nie, pripisoval starodávnym textom alebo guruovi.

²⁵ Culture Shock [online]. 2017. [cit. 2020-04-10]. Dostupné na: <https://www.yogajournal.com/lifestyle/culture-shock>

²⁶ Krishnamacharya's Legacy Modern Yoga's Inventor. [online]. 2017. [cit. 2020-04-11]. Dostupné na: <https://www.yogajournal.com/yoga-101/krishnamacharya-s-legacy>

Po tom, čo načerpал skúsenosti v spomenutej svätyni, Krishnamacharya pokračoval vo vzdelávaní v disciplínach ako filológia, logika, hudba a pod. Jogu praktizoval od základov, ktoré sa naučil prostredníctvom textov a rozhovoru s jogínmi. Avšak táto forma štúdia ho nenapĺňala, pretože disponoval túžbou študovať jogu hlbšie.²⁷ Vydal sa hľadať, jedného z mála majstrov jogy, Sri Ramamohana Brahmachariho. Krishnamacharya strávil u tohto učiteľa sedem rokov a naučil sa nielen Pataňdžalího systém jogy, ale študoval aj asány, pránájámu a terapeutické aspekty jogy. Krishnamacharya počas svojho učenia tvrdil, že ovláda tri tisíc asán a aj vďaka nim rozvinul svoju najpozoruhodnejšiu schopnosť, ktorou je zastavenie pulzu. Brachmachari požiadal Krishnamacharyho, aby sa vrátil do svojej vlasti, v ktorej má učiť jogu a založiť si domácnosť. Krishnamacharya disponoval vzdelaním vďaka ktorému sa mohol uplatniť na mnohých prestížnych inštitúciách, ale on sa tejto príležitosti vzdal, pretože chcel vyhovieť požiadavke svojho gurua. Krishnamacharya sa vrátil domov do chudoby.

V 20. rokoch 20. storočia výučba jogy nebola zisková, pretože študentov bolo málo. Krishnamacharya bol nútený prijať prácu na kávovej plantáži. Vo svojich voľných dňoch cestoval po provincii, kde prednášal a demonštroval jogu.²⁸ Ako sa Krishnamacharya snažil spopularizovať jogu? Systematickým demonštrovaním vedľajších schopností fyzického jogového tela. Tieto demonštrácie mali vzbudiť záujem o odovzdávanie tradície ďalej ľuďom a zahŕňali pozastavenie jeho pulzu, vykonávanie náročných asán, zdvíhanie ťažkých predmetov zubami či neuveriteľné zastavovanie áut vlastnými rukami. Krishnamacharya vedel, že ak chce ľudí učiť jogu, musí najprv získať ich pozornosť. Prostredníctvom dohodnutého manželstva Krishnamacharya splnil druhú žiadosť svojho gurua a oženil sa. Starovekí jogíni žili v lesoch bez rodín. Avšak Krishnamacharyov guru chcel, aby sa dozvedel o rodinnom živote a učil jogu tak, aby z nej mal prospech moderný konzument. Spočiatku bola spomenutá životná etapa náročná, pretože manželka žila v chudobe. Avšak toto obdobie len posilnilo Krishnamacharyovu neprestajnú vôľu učiť jogu.

3 Moderná posturálna joga

Hoci jeho učiteľská kariéra trvala takmer sedemdesiat rokov, jeho najplodnejšie obdobie nastalo v rokoch 1930-1950 počas jeho pobytu v paláci Jaganmohan v Mysore, kde pôsobil ako inštruktor jogy. V roku 1933 začal Krishnamacharya vyučovať jogu v spomenutom paláci pod záštitou Maharadžu z Mysoru, známeho ako Krishnaraja Wodiyar IV, ktorý žil v rokoch 1884-1940. Krishnamacharya veril, že práve tu vytvoril základ prísneho, vysoko fyzického systému asán, ktorý sa dnes stal synonymom jogy nielen v Indii, ale aj vo svete. Maharadža bol vášnivým podporovateľom výučby telesnej kultúry a organizácie YMCA²⁹ v Mysore. Vládnuca rodina

²⁷ Krishnamacharya's Legacy Modern Yoga's Inventor. [online]. 2017. [cit. 2020-04-11]. Dostupné na: <https://www.yogajournal.com/yoga-101/krishnamacharya-s-legacy>

²⁸ GOLDBERG, M.: *The goddess pose: The Audacious Life of Indra Devi, the Woman Who Helped Bring Yoga to the West*, 2015, s. 115-119.

²⁹YMCA- *Young Men's Christian Association* t.j. kresťanské združenie mladých ľudí. Je najstaršia a najväčšia mládežnícka organizácia na svete. Je v nej zapojených viac ako 58 miliónov ľudí zo 119 zemí sveta. Hoci je toto združenie založené na kresťanských princípoch svoje aktivity ponúka všetkým mladým ľuďom bez ohľadu na rasu, pohlavie, náboženské presvedčenie, sociálne postavenie, fyzické a duševné schopnosti. Organizácia bola založená v Londýne v roku 1888 a jej cieľom bolo rozvíjať človeka po

dlhodobo bojovala za všetky druhy umenia a podporovala oživenie indickej kultúry a tradície. Hlavnou úlohou Krishnamacharyu bolo učenie jogy chlapcov, ktorí pochádzali z kráľovskej rodiny Arasus. Krishnamacharya bol prísny a disciplinovaný, na čo sa postupom času začali študenti sťažovať. Keďže Maharadža mal rád Krishnamacharyho a nechcel prísť o priateľstvo a vzácne rady, navrhol riešenie. Ponúkol mu priestor a možnosť vyučovať svoju vlastnú jogu v paláci. Tu sa začalo jedno z najplodnejších období Krishnamacharyu, počas ktorého vyvinul svoj systém hathajogy a štýl, ktorý sa dnes nazýva *Ashtanga Vinyasa joga*, a zaraďuje sa pod označenie *Moderná posturálna joga*. Výsledkom systému bola syntéza niekoľkých existujúcich metód telesnej výchovy, ktoré by pred týmto obdobím spadali mimo definíciu jogy.³⁰

Jogové asány boli v zásade koncipované ako priestor na rozvoj fyzických kapacít u mladých ľudí.³¹ Keďže išlo o aktívnych ľudí, Krishnamacharya vychádzal z mnohých disciplín vrátane gymnastiky, jogy a indického wrestlingu aby rozvíjal dynamicky vykonávané sekvencie asán zamerané na budovanie fyzickej zdatnosti. Tento vinyasový štýl využíva pohyby Surya Namaskara, t.j. pozdrav slnku. Každý pohyb je koordinovaný spolu s dychom. Postupom času Krishnamacharya štandardizoval systém do troch sérií, ktoré pozostávajú z primárnych, stredných a pokročilých asán. To znamená, že študenti boli zoskupení podľa skúseností a schopností. Dôležité je poznamenať, že Krishnamacharya rôznymi spôsobmi propagoval fyzický kultúrny prejav, pričom jedným bolo *Hnutie indickej fyzickej kultúry*. Toto hnutie podporovalo telesnú výchovu ako prostriedok vytvárania telesnej sily, ktorá je potrebná na regeneráciu Indie po storočiach koloniálnej nadvlády spolu s duševnou silou, ktorú potrebuje každý, kto chce uskutočniť zmenu vo svojom svete.³² Túto predstavu ilustrujeme na príklade článku z *Encyklopédie indickej telesnej kultúry* z roku 1950, kde sa zdôrazňuje, že v tom čase bol populárny záujem o fitness. Ľudia sa riadili heslom, ktoré im prikazovalo mať pekne vyzerajúce, silné a zdravé telá. Verilo sa myšlienke, že Boh sa nemôže tešiť zo škaredých, nezdravých a slabých tiel. Slabosť a choroba sú zločinmi proti sebe samému a proti indickej krajine. Budúcnosť národa závisí od dobrého zdravia a dostatočnej sily.³³ Hoci Krishnamacharya vyvinul spomenutý systém počas tridsiatich rokov, na západe zostal takmer štyridsať rokov neznámy.

V súčasnosti sa *Ashtanga Vinyasa joga* stala jednou z najpopulárnejších štýlov jogy najmä vďaka prácam jeho dvoch najvernejších študentov, t.j. Krishna Pattabhi Joisa a Bellura Krishnamachar Sundararaja Iyengara.

3.1 Krishna Pattabhi Jois

Bol indický jogový učiteľ, ktorý sa narodil 26. júla 1915 v Karankate v Indii, kde aj 18. mája 2009 zomrel. Joise prijal učenie od Krishnamacharyu, v ktorom zachoval množstvo detailov. Jois zostavil 6 sérií asán, ktoré sú spojené vinyasami³⁴, ktoré by mal človek praktizovať bez akejkoľvek zmeny v presnom časovom úseku. Bez ohľadu na korene Ashtanga Vinyasy je dnes

duchovnej, ale aj telesnej stránke. Postupom sa organizácia rozrastala až sa vyformovala do celosvetového hnutia.

³⁰ SINGLETON, M.: *Yoga Body: The Origins of Modern Posture Practise*, 2010, s. 117.

³¹ HAUSER, B.: *Yoga traveling: Bodily practise in Transcultural Perspective*, 2013, s. 52.

³² STRAUSS, S.: *Positioning Yoga: Balancing Acts Across Cultures*, 2005, s. 7.

³³ MUJUMDAR, D. C.: *Encyclopedia of Indian Physical Culture*, 1950, s. xx.

³⁴ Vinyasy- sekvencie pohybu a dychu, ktoré smerujú od jednej asány plynule k druhej.

tento systém jedným z najvplyvnejších zložiek Krishnamacharyovho dedičstva. Prečo je v súčasnosti tento štýl populárny? Keďže táto metóda bola pôvodne koncipovaná pre mladých ľudí, našej kultúre poskytuje vstupnú bránu na cestu k hlbšej spiritualite. V súčasnosti sa zvyšuje počet jogínov, ktorí sa vydali na púť do Mysore, kde Jois sám poskytoval výučbu až do svojej smrti. Je dôležité poznamenať, že koncepcia asán a telesnej kultúry sa nelimitovala iba na kráľovskú elitu paláca Joganmohan, ale bola rozšírená v školskom systéme v štáte Mysore. Po celej Indii sa rozšírila najmä vďaka Svámimu Kuvalayanandovi, t.j. vychovávateľovi, ktorý je v súčasnosti známy vďaka svojim priekopníckym výskumom vedeckých základov jogy.³⁵

3.2. B. K. S. Iyengar

Narodil sa 14. decembra 1918 v Karnátake v Indii a zomrel 20. augusta 2014 v Maharáštre v Indii. Svoj štýl nazval *Iyengar-joga*. Tento systém jogy rešpektuje fyziognomické rozdiely a schopnosti študentov. Pri praktizovaní používa pomôcky, ktoré majú praktizujúcemu zaistiť maximálnu efektívnosť. Spomenutý štýl disponuje možnosťou využívať viac než dvesto asán a štrnásť techník pránájámy.³⁶

Zdá sa, že vzhľadom nato, že Krishnamacharya potreboval vytvoriť jogu, ktorá bude prístupná pre univerzálnych praktizujúcich, musel sa prispôbiť dobovej atmosfére, ktorá vyzdvihovala kult tela. Je teda nepravdepodobné, že jogové praktiky vykonávané v paláci Mysore mali veľa spoločného s Brahmachariho starodávnymi metódami. Dalo by sa tvrdiť, že ich výrazná transformácia počas Krishnamacharyovej kariéry vyvracia predstavu o nelineárnej tradícii indickej jogy. V súčasnosti sa moderná posturálna joga stáva čoraz viac populárnejšou, hoci sa postupne transformuje a individualizuje. Vznikajú nové školy, ktoré si vytvárajú svoje vlastné systémy a štýly. Podľa Steinera ich môžeme označiť ako postmoderné. Ide o školy a štýly, ktoré vznikli mimo Indie. Ako príklad uvádzame rôzne modifikácie štýlu hathajogy: *Anahatajoga, Bikramjoga, Jivamuktijoga, OMjoga, Powerjoga, Zenjoga* atď.³⁷

4 Ilúzia autenticity

Napriek spomenutým udalostiam existuje množstvo moderných jogových škôl, ktoré sa snažia prezentovať autenticosť Krishnamacharyovej tradície. Medzi najznámejšiu školu patrí *K. Pattabhi Jois Ashtanga Yoga Institute*.³⁸ Je to oficiálny inštitút v indickom Mysore, kde v súčasnosti Ashtanga učitelia môžu získať oprávnenie a certifikát. Po smrti zakladateľa Sri K. Pattabhi Joisa vedie tento inštitút jeho vnuk Sri K. Pattabhi Jois.

Inštitút sa označuje ako moderná forma klasickej indickej jogy. Zástancovia metódy Ashtanga jogy, ktorá sa transformovala do sveta, dnes vytrvalo presadzujú svoju autenticitu a tvrdia, že sa odlišujú od iných systémov a ich praktík. Nielen Jois, ale aj iní hovorcovia sa odvolávali na hodnoty v snahe rozlíšiť metódu Ashtanga a zachovať autenticosť svojich techník.

³⁵ STRAUSS, S.: *Positioning Yoga: Balancing Acts Across Cultures*, 2005, s. 8.

³⁶ STEINER, V.: *Dějiny jógy*, 2010, s. 69.

³⁷ STEINER, V.: *Dějiny jógy*, 2010, s. 70.

³⁸ Ďalej už iba KPJAYI.

- 1) Prvou hodnotou je tvrdenie o vernosti starovekej textovej tradície
- 2) Druhou hodnotou je dodržiavanie rodovej línie guruov
- 3) Treťou hodnotou je udržiavanie prísnych požiadaviek na všetkých učiteľov Ashtanga jogy

Zdrojom textovej autority, na ktorú sa Ashtanga učители odvolávajú, je starodávny rukopis *Joga Korunta*, ktorý vyučoval mudrc Vamana Rishi, o ktorom neexistujú žiadne záznamy. Podobne je to aj s textom, ktorý sa nezachoval. Traduje sa, že spomenutý text Brahmachari venoval Krishnamacharyovi začiatkom 20. storočia. On ho údajne prepisoval a zaznamenával počas návštevy v Kalkate. Text obsahuje zoznamy mnohých asán, ako aj vysoko originálnych náuk o vinye, t.j. dýchanom a pohybovom systéme, pohľadoch a filozofii.

Od roku 1948 vyučoval Pattabhi Jois systém Ashtanga jogy pravdepodobne tak, ako bola zaznamenaná v *Joga Korunte*. Pravdepodobnosť existencie spomenutého textu sa stala predmetom mnohých kontroverzií v jogovej komunite. Singleton tvrdí, že Pattabhi Jois trval na tom, že *Joga Korunta* v plnom rozsahu popisuje všetky asány a vinye a výlučne ide o Ashtanga systém.³⁹ Je prekvapujúce, že tento systém neprepísal Jois a ani žiadny blízky študent. Singleton tvrdí, že text nie je ani čiastočne zaznamenaný v knihách. Tento text sa neobjavil ani medzi citovanými zdrojmi Krishnamacharyovho diela *Yoga Makaranda*. Krishnamacharyovo dielo sa po obsahovej stránke a po mnohých verbálnych citáciách transformovalo, pretože sa zmenil jeho štýl výučby, čo naznačuje možnosť, že text použil nato, aby potvrdil systém, ktorý sa stal Ashtanga jogou.

Existuje mnoho hypotéz, no my sa prikláňame k vyššie spomenutej, ktorá tvrdí, že tým, že sa text verbálne používal, menil sa jeho význam. Krishnamacharya zaviedol a systematizoval gymnastické prvky v jogovej praxi na báze asán. Vyplýva z toho, že práve tieto prvky sa mali stať základom Ashtanga jogy.⁴⁰ Spomenutý systém akoby bol v rozpore s poznaním, ktoré Krishnamacharya získal počas svojho pobytu v paláci Mysore. Systém, ktorý Krishnamacharya vytvoril, bol výsledkom tlaku na popularizáciu jogy a jej legitimizácie ako účinnej techniky kondičného tréningu. Dá sa to demonštrovať na fakte, že je možné prispôbiť inštrukcie fyzickým zdatnostiam každého študenta tak, aby to bolo najefektívnejšie. Krishnamacharyov študent T. R. S. Sharma potvrdil, že počas praktizovania jogy Krishnamacharya neustále inovoval jogu pre zlepšenie efektívnosti jeho študentov. Nikdy nezdôrazňoval systematické poradie asán. Sharma tvrdí, že Krishnamacharya by mu povedal „cvič toľko, koľko dokážeš.“⁴¹

Ako je možné, že Krishnamacharya opustil tradičnú líniu jogy? Ruiz tvrdí, že v roku 1947 sa limitoval počet študentov na troch. Skončilo sa sponzorstvo vlády tým, že India získala nezávislosť a došlo k transformácii kráľovskej rodiny, ktorá mala minimálny záujem o jogu. Hoci sa ju Krishnamacharya snažil udržiavať, školu musel zavrieť v roku 1950. Ako šesťdesiatročný učiteľ jogy sa ocitol v ťažkej situácii. Naďalej vyučoval jogu, ale toto osamelé obdobie ho zrejme zmenilo. Krishnamacharya si hľadal súkromných študentov, a tak disponoval väčšou motiváciou prispôbiť sa spoločnosti a rozvíjať súcit. Postupom času Krishnamacharya opustil Mysore a prijal prácu na Vysokej škole v Chennai, Indii. V Krishnamacharyovom živote sa

³⁹ SINGLETON, M.: *Yoga Body: The Origins of Modern Posture Practise*, 2010, s. 184.

⁴⁰ SINGLETON, M.: *Yoga Body: The Origins of Modern Posture Practise*, 2010, s. 180.

⁴¹ SINGLETON, M.: *Yoga Body: The Origins of Modern Posture Practise*, 2010, s. 187.

pomaly objavovali noví študenti, vrátane ľudí zo všetkých oblastí života a rôznych stavov. Krishnamachayra objavil nové spôsoby, ako ich učiť. Keď prišli študenti s menšou fyzickou zdatnosťou, vrátane niektorých so zdravotným znevýhodnením, sústredil sa na prispôsobenie postojov kapacity každého študenta. Systematicky zdokonalil ásany smerom k ideálnej forme. Ruiz tvrdí, že Krishnamachayra svojím individuálnym prístupom pomohol svojim študentom prejsť od jogy, ktorá sa prispôbovala ich obmedzeniam, k joge, ktorá predlžovala ich schopnosti. Táto metóda, ktorá sa v súčasnosti nazýva *Viniyoga* sa stala charakteristickým znakom Krishnamachayrovho učenia počas posledných desaťročí. Krishnamachayra bol schopný uplatniť tieto techniky na takmer všetky zdravotné problémy. Postupom času ho preslávila práve povest' liečiteľa. Jeho neskoršie učenia a rozsah kariéry sprostredkoval svetu západnej jogy jeho syn T. K. V. Desikachar, ktorý sa stal renomovaným jogínom.⁴²

5 Neomylnosť Ashtanga jogy

Aj napriek faktu, že Krishnamachayrove vlastné metódy sa transformovali počas jeho kariéry, niektorí autori neustále zdôrazňujú neomylnosť Ashtanga jogy. Ako môže Ashtanga škola tak neúnavne trvať na dôležitosti lojality k učeniu gurua, keď samotný Krishnamachayra nedokázal preukázať dôslednosť vo svojej vlastnej kariére? Pattabhi Jois a mnoho jeho odhodlaných študentov propagujú a veria v serióznosť svojej školy a v neomylnosť prenosu medzi guruom a žiakom. Ashtanga škola vyžaduje dodržiavanie prísnych podmienok a rešpektovanie tradícií.⁴³ Existujúce požiadavky sú náročné a proces za nimi vyžaduje viac ako desať rokov každodennej praxe, ktorá je spojená s rôznymi púťami. Prívrženci Ashtanga jogy tvrdia, že okrem inštitútu Ashtanga neexistujú žiadne iné programy odbornej prípravy učiteľov, ktoré by osvedčili výučbu Ashtanga jogy. Pattabhi Jois v časopise *Namarupa* potvrdzuje prísne normy a varuje mnohých západných ľudí, ktorí uvažujú o joge, ako prostriedku zarábania. Hovorí o modernom trende transformácie jogy na biznis a kritizuje tých, ktorí sa domnievajú, že sa prostredníctvom krátkodobého workshopu či kurzu dokážu stať akreditovanými a schopnými jogínmi.⁴⁴

Tim Miller je prvý Američan, ktorý priniesol Ashtanga jogu do USA, zároveň je pravdepodobne jediný inštruktor na svete, ktorý ponúka a vedie svoje vlastné kurzy odbornej prípravy budúcich jogínov. Jeho kurzy trvajú približne dva týždne a sú koncipované tak, aby študentovi poskytli hĺbkovú skúsenosť Ashtanga jogy, ktorú učil K. Pattabhi Jois. Z pohľadu Ashtanga inštitútu Miller nerešpektuje tradíciu. Avšak sám sa priznal, že sa zaujíma o to, čo funguje, čo je efektívne, na rozdiel od toho, že uviazol v nejakom modeli, ktorý hovorí, to nemôžete urobiť, to je v rozpore s pravidlami.⁴⁵ Podobný krok, t.j. ignorovanie tradície Ashtanga vykonala aj americká autorka Beryl Bender Brich, ktorú vyhodili z Ashtanga klubu. Keď sa Brich spolu s manželom naučili spomenutú metódu od svojho učiteľa, začali ju bez osvedčenia

⁴² Krishnamacharya's Legacy Modern Yoga's Inventor. [online]. 2017. [cit. 2020-04-11].

Dostupné na: <https://www.yogajournal.com/yoga-101/krishnamacharya-s-legacy>

⁴³ SINGLETON, M.: *Yoga Body: The Origins of Modern Posture Practise*, 2010, s. 176.

⁴⁴ Gurus, 48 questions. [online]. 2004. [cit. 2020-04-12].

Dostupné na: https://www.yogastudies.org/wp-content/uploads/3_gurus_48_questions.pdf

⁴⁵ Krishna Pattanbhi. [online]. 2012. [cit. 2020-04-13].

Dostupné na: <https://www.vanityfair.com/business/2012/04/krishna-pattanbhi-trophy-wife-%20ashtanga-yoga>

vyučovať. Koncom osemdesiatych rokov Berly transformovala určité ásany a integrovala do nich praktiky, ktoré jej vyhovovali. Vytvorila smer, ktorý sa nazýva *power yoga*. Na základe spomenutých faktov dospievame k záveru, že ak Ashtanga škola s vysokým stupňom vnímanej autenticity v modernom svete nedokáže udržať autentickosť, v modernej joge je to priam nemožné.

6 Joga v procesoch globalizácie a hybridizácie

V súčasnom svete sa joga stala všadeprítomným fenoménom. Využíva sa ako liek proti stresu z moderného, mestského priemyselného života a ponúka spôsob, ako sa znovu spojiť s duchovným svetom.⁴⁶ Singleton a učiteľka jogy Jean Byrne tvrdia, že joga je dnes globalizovaným fenoménom. Rozsiahle kurzy jogy a workshopy nájdeme prakticky v každom západnom meste sveta, stále viac na Blízkom východe, v Južnej Amerike či Austrálii. Joga je dokonca svedkom obnovenej popularity medzi rastúcimi strednými triedami v Indii, aj keď v inovatívnych podobách. Aj napriek faktu, že medzinárodná jogová diaspóra sa začala už pred viac ako sto rokmi, globálne rozmery vďaka ktorým je dnes ziskovým produktom, získala len od polovice deväťdesiatych rokov. Presné štatistiky praktizujúcich sú ťažko dostupné a často nespoľahlivé. Avšak odhaduje sa, že len vo Veľkej Británii bolo v roku 2004 viac ako dva a pól milióna praktizujúcich, čo je skutočne exponenciálny nárast v porovnaní s predchádzajúcimi rokmi. V Spojených štátoch Amerických sú náznaky rastu ešte viac prekvapujúce. Prieskum Roper z roku 1994, ktorý si objednala spoločnosť *Yoga Journal*, t.j. najobľúbenejší časopis o joge na svete, odhadoval, že viac ako 6 miliónov Američanov, t.j. cca 3,3% populácie, praktizovalo jogu. Z nich systematicky 1,86 milióna a 10% sa o ňu zaujímal. O 10 rokov neskôr sa v ďalšom prieskume odhadovalo, že 15 miliónov Američanov pravidelne cvičí jogu.⁴⁷ Aj keď k spomínaným štatistikám treba pristupovať opatrne, je nepopierateľné, že joga v Amerike a na celom svete prosperuje.

6.1 Moderná meditačná joga

V súčasnosti popri Modernej posturálnej joge existujú ešte dve vetvy jogy. Pre rozsiahlosť samotného učenia každého smeru, stručne uvádzame základné informácie. Prvou z nich je *Moderná meditačná joga*, ktorej učenie praktizujúci čerpajú najmä z Buddhovho učenia, ale taktiež z Upanišad, Pataňdzaliho systému jogy a z tantrickej jogy. Jogín modernej meditačnej jogy akcentuje koncentráciu a meditáciu a techniky čerpá z rôznorodých škôl buddhistickej filozofie. Medzi štýly patrí napríklad *Joga théravádového budhizmu*, *Joga mahájánového budhizmu*, *Tibetská joga* a *Taoistická joga*.

6.2 Moderná konfesijná joga

Druhou z vetiev je Moderná konfesijná joga, ktorá sa vyformovala v 2. polovici 20. storočia. Ľudia praktizujúci štýly a systémy, ktoré sa nachádzajú v spomenutom odvetví, sa najčastejšie odvolávajú na staré tradície a učenie guruov. Jogíni sú súčasťou hnutí, ktoré praktizujú skupinovú meditáciu a ich cieľom je dosiahnuť všeobecné blaho. Medzi systémy patrí napríklad už spomenutá *Medzinárodná spoločnosť pre vedomie Krišnu*. Hnutie *Brahma Kumaris* či

⁴⁶ STRAUSS, S.: *Positioning Yoga: Balancing Acts Across Cultures*, 2005, s.116.

⁴⁷ SINGLETON, M. BYRNE, J.: *Yoga in the Modern World: Contemporary Perspectives*, 2009, s. 2.

Sahadža joga. Do oblasti modernej konfesijnej jogy môžeme zaradiť podľa Steinera aj kontroverznú osobnosť, tzn. Osha, ktorý je známy aj ako Bhagavan Rádžniš.⁴⁸

Dôležité je poznamenať, že ako je to v prípade akejkolvek kultúrnej výmeny, popularita jogy nevyhnutne otvorila dvere pre modifikáciu, interpretáciu a následnú komercializáciu. Je joga produktom kultúrnej hybridizácie? To, čo bolo pôvodne definované ako prevažne duchovná prax, hoci s fyzickou zložkou, si moderné zdravotnícke kluby a fitness inštruktori rýchlo osvojili ako cvičenú techniku, ktorú propagovali ako spôsob eliminácie stresu, kontroly hmotnosti a pod. Hoci v súčasnosti existujú desiatky rôznorodých ciest jogy napríklad *kundalini*, *mantrajoga*, *powerjoga*, v západnom svete sa stala dominantná *hathajoga*. Avšak existujú aj netradičné typy, kde si človek napríklad v Anglicku môže zacvičiť jogu s lemurmi. Táto joga sa nazýva *Lemonga* a jej cieľom je odstránenie stresu ako u ľudí, tak aj u samotných zvierat.

Ďalšie netradičné typy jogy ľudia praktizujú nielen s lemurmi, ale aj s kozami, t.j. *goat yoga*, koňmi, t.j. *horse yoga* a psami, t.j. *dog yoga*.⁴⁹ Je nutné, aby súčasná hybridná joga disponovala určitými kritériami autenticity?

V súčasnosti taktiež došlo v oblasti sociológie a antropológie k prehodnoteniu spôsobu, akým sa charakterizuje miešanie kultúr. Fenomén kultúrnej integrácie sa akceptuje ako interakcia medzi dvomi stranami. Podľa Ortiza kultúrne rozhovory sú vždy procesom, v ktorom dávame niečo výmenou za to, čo dostávame a výsledný proces sa upravuje. Interakčné kultúry podliehajú procesu transmutácie, ktorá disponuje kreativitou. Z tejto kreativity sa formuje nová realita, ktorá nie je zmesou funkcií, ale originálnym a nezávislým fenoménom.⁵⁰

Záver

Postupom času sa môžeme začať odvracať od problematických rozdielov medzi indickými a americkými praktikami, ktoré už desaťročia spájajú jogové tradície vytvárajúce kultúru. Indický teoretik v kontexte transkultúracie Homi K. Bhabha navrhuje, aby sme sa ako globálni občania otvorili myšlienke medzinárodnej kultúry, ktorá sa nezakladá na multikulturalizme, ale na popise a zrozumiteľnosti kultúrnej hybridity.⁵¹ Čo to znamená v kontexte jogy? Radšej ako nazeráť na jogu či inú kultúrnu tradíciu ako na monolitický kultúrny produkt miesta, klesajúci na kvalite a autenticite v priebehu toho, ako sa šíri vo svete, by moderné kultúrne praktiky mali byť považované za hybridizované produkty súčasnej neodvratnej globálnej kultúry. Moderná jogová prax by sa mala považovať za jeden hybridizovaný produkt. Namiesto toho, aby sa cvičenie jogy v USA vnímalo ako transformujúci sa kultúrny vývoz z Indie, ktorý bol Američanmi nesprávne interpretovaný a sprostredkovaný neautentickými kultúrnymi odtlačkami, je možné americké a indické praktiky považovať za transmutácie, ktoré počas existencie vždy reflektujú ideologický okamih v histórii. Na základe spomenutého vyplýva, že v súčasnom svete by sa mala joga vnímať ako nový druh nezávislých javov, ktoré sú výsledkom nadnárodnej kultúrnej hybridity. Pričom každý je jedinečný sám o sebe. Singleton tvrdí, že ak sa

⁴⁸ STEINER, V.: *Dějiny jógy*, 2010, s. 71-78.

⁴⁹ V anglickom hoteli si môžete zacvičiť jogu s lemurmi. „Lemonga“ zbavuje stresu nie len ľudí, ale aj tieto milé zvieratká. [online]. 2019. [cit. 2020-04-14].

Dostupné na: <https://www.interez.sk/v-anglickom-hoteli-si-mozete-zacvicit-jogu-s-lemurmi-lemoga-zbavuje-stresu-nie-len-ludi-ale-aj-tieto-mile-zvieratka/>

⁵⁰ ORTIZ, F.: *Cuban Counterpoint: Tobacco and sugar*, 1995, 97.

⁵¹ ASHCROFT, B., GRIFFITHS, G., TIFFIN, H.: *The Post-colonial studies reader*, 1995, s. 183.

má prax považovať za jogu, nemusí nevyhnutne preukázať podobnosť s vopred určeným originálom. Človek sa má snažiť vidieť všetky prejavy jogy ako najnovšie štepy na strome jogy.⁵² Aj napriek faktu, že všetky štýly jogy majú korene v indickej tradícii, tento fakt by sa nemal považovať za náznak toho, že by sa mali definovať podľa ich vzťahu k tejto tradícii. Každý historický moment jogy by sa mal hodnotiť ako rovnaká a autentická vetva stromu a každý príklad nepreskúmanej zostavy vzniknutej z procesu kultúrnej hybridnosti.

Literatúra a zdroje

- ALTER, S. J.: *Yoga in Modern India: The Between Science and Philosophy*. [online]. Princeton, New Jersey: Princeton University Press, 2004. 309. p. [cit. 2020-03-06]. Dostupné na: https://books.google.sk/books?id=o6anlz6i71oC&printsec=frontcover&hl=cs&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- ASHCROFT, B., GRIFFITHS, G., TIFFIN, H. 1.: *The post-colonial studies reader*. [online]. London and new York: Routledge Taylor Francis Group, 1995. 514.p. [cit. 2020-04-10]. Dostupné na: https://books.google.sk/books?printsec=frontcover&vid=LCCN94017829&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Culture Shock* [online]. 2017. [cit. 2020-04-10]. Dostupné na: <https://www.yogajournal.com/lifestyle/culture-shock>
- FÁREK, M.: *Indie očima Evropanů*. 1 vydanie. Praha: Univerzita Karlova v Praze, 2014. 223 s. ISBN 978-80-246-2494-5
- GOLDBERG, M.: *The goddess pose: The Audacious Life of Indra Devi, the Woman Who Helped Bring Yoga to the West*. [online]. New York: Alfred A. Knopf, 2015, 311.p. [cit. 2020-03-25]. Dostupné na: <https://books.google.sk/books?id=2CadBAAAQBAJ&pg=PA115&lpg=PA115&dq=fernando+pages+ruiz+biografia&source=bl&ots=N6cbZjkI7o&sig=ACfU3U0ra12-cvj6Ovsanfc9P1z37WheIg&hl=cs&sa=X&ved=2ahUKEwjHnP-e9droAhUxNOWKHZ6iCaMQ6AEwD3oECAoQOg#v=onepage&q=fernando%20pages%20ruiz%20biografia&f=false>
- 3 Gurus, 48 questions*. . [online]. 2004. [cit. 2020-04-12]. Dostupné na: https://www.yogastudies.org/wp-content/uploads/3_gurus_48_questions.pdf
- HALL, E.: *The dance of life: The other dimension of life*. 1 vydanie. New York: Garden City Anchor Press Doubleday, 1983. 250 p. ISBN 978-0-385-19248-4
- HAUSER, B.: *Yoga Traveling: Bodily practise in Transcultural Perspective*. [online]. Switzerland: Spingler International Publishing, 2013. 225. p. [cit. 2020-03-20]. Dostupné na: <https://books.google.sk/books?id=RcNDAAAQBAJ&pg=PA51&lpg=PA51&dq=mysore+jagan+mohan+palace+krishnamacharya&source=bl&ots=v1SX64-6k0&sig=ACfU3U3ts41h0jeirdB6NErjIhNREIXJQ&hl=cs&sa=X&ved=2ahUKEwj19cvLkNnoAhUFN0wKHXqYB0AQ6AEwDH0ECBMQLA#v=onepage&q=mysore%20jagan%20mohan%20palace%20krishnamacharya&f=false>

⁵² The Ancient & Modern Roots of Yoga. [online]. 2018. [cit. 2020-04-14]. Dostupné na: <https://www.yogajournal.com/yoga-101/yoga-s-greater-truth>

- Integrálna joga* [online]. 2018. [cit. 2020-02-25]. Dostupné na:
<http://www.joga-ezoterika.sk/integralna-joga-clanok/>
- Krishnamacharya's Legacy Modern Yoga's Inventor*. [online]. 2017. [cit. 2020-04-11].
 Dostupné na: <https://www.yogajournal.com/yoga-101/krishnamacharya-s-legacy>
- Krishna Pattanbhi*. [online]. 2012. [cit. 2020-04-13]. Dostupné na:
<https://www.vanityfair.com/business/2012/04/krishna-pattanbhi-trophy-wife-%20ashtanga-yoga>
- MITRA, R.: *Yoga Aphorisms of Patanjali with the commentary of Bhoja Rájá and an english translation by Rájendralála Mitra*. [online]. Calcutta: J.W. Thomas, Baptist Mission Press, 1883. 530. p. [cit. 2020-03-15]. Dostupné na: <https://www.scribd.com/doc/306771381/Yoga-Aphorisms-Of-Patanjali-With-Bhoja-Vritti-RI-Mitra-1881>
- MUJUMDAR, D. C.: *Encyclopedia of Indian Physical Culture*. [online]. India, 1950. 701. p. [cit. 2020-03-27]. Dostupné na:
<https://exerciseeggheads.files.wordpress.com/2014/12/indianphyscult.pdf>
- MÜLLER, M. 1899.: *The Six Systems of Indian Philosophy*. [online]. New York: Longmans, Green, 1899, 618. p. [cit. 2020-03-07] Dostupné na:
<http://www.iqbalyberlibrary.net/pdf/IPL0090.pdf>
- ORTIZ, F.: *Cuban Counterpoint: Tobacco and sugar*. [online]. Durham and London: Duke University Press, 1995. 312. p. [cit. 2020-04-08]. Dostupné na:
https://pdfs.semanticscholar.org/ca70/a37952c0e166ab4f69026360456ae9662193.pdf?_ga=2.167745854.10592343.1586615048-415585321.1586175658
- RAYCHAUDHURI, T.: *Europe Reconsidered: Perceptions of the West in Nineteenth Century Bengal*. [online]. New Delhi: Oxford University Press, 1989. 388. p. [cit. 2020-03-10].
 Dostupné na: <https://www.cambridge.org/core/journals/journal-of-the-royal-asiatic-society/article/europe-reconsidered-perceptions-of-the-west-in-nineteenthcentury-bengal-by-tapan-raychaudhuri-pp-xviii-369-delhi-etc-oxford-university-press-1988-1260/OCC2534847C4BFE05CE90D77FA1ABF3A>
- SINGLETON, M.: *Yoga Body: The Origins of Modern Posture Practise.*: [online]. New York: Oxford University Press, Inc, 2010. 257. p. [cit. 2020-03-28]. Dostupné na:
https://books.google.sk/books?id=tUgBIrn5REwC&printsec=frontcover&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- SINGLETON, M, BYRNE, J.: *Yoga in the modern World: Contemporary Perspectives*. [online]. London and New York: Routledge, 2009. 204 p. [cit. 2020-03-05]. Dostupné na:
<https://epdf.pub/queue/yoga-in-the-modern-world-contemporary-perspectives-routledge-hindu-studies.html>
- STEINER, V.: *Dějiny jógy*. 1 vydanie. Praha: Mladá front a.s. 2010. 128 s. ISBN 978-80-204-2392-4
- STRAUSS, S.: *Positioning Yoga: Balancing Acts Across Cultures*. [online]. New York: Berg Publishers, 2005. 185 p. [cit. 2020-03-05]. Dostupné na: <https://epdf.pub/positioning-yoga.html>
- STRNAD, J. A kol.: *Dějiny Indie*. 1 vydanie. Praha: Nakladatelství Lidové noviny. 2008. 1187 s. ISBN 97-8807-422242-1
- The Ancient & Modern Roots of Yoga*. [online]. 2018. [cit. 2020-04-14]. Dostupné na:
<https://www.yogajournal.com/yoga-101/yoga-s-greater-truth>

V anglickom hoteli si môžete zacvičiť jogu s lemurmi. „Lemonga“ zbavuje stresu nie len ľudí, ale aj tieto milé zvieratká. [online]. 2019. [cit. 2020-04-14]. Dostupné na:
<https://www.interez.sk/v-anglickom-hoteli-si-mozete-zacvicit-jogu-s-lemurmi-lemoga-zbavuje-stresu-nie-len-ludi-ale-aj-tieto-mile-zvieratka/>

VARMA, P. K.: *Being Indian- The Truth About Why the 21th Century will be India's*. 1 vydanie. Dillí: Penguin Books, 2006. 238 p. ISBN 978-0-143-03342-4

Globalised yoga and its authenticity

The Indian tradition known to the world as yoga is currently practiced by millions of people around the world in myriad forms. The very word yoga has its origin in the Sanskrit language and refers to the connection. Yoga was born out of an awareness of the unsatisfactory nature of the human condition. Yoga has been shaped over hundreds of years to meet the needs of the culture in which it has been integrated. That is, society has responded to the needs of a cultural system that is pragmatic. From the perspective of the contemporary society, yoga creates positive connotations with reference to an appropriate approach to life, relationship with other people, training of the body, soul and mind. Yoga also promotes the emotional and intellectual side of man. It could be argued that yoga holistically develops a person and accentuates his physical, mental and spiritual needs. Nowadays, yoga is seen as a means of self-development. Modern yoga gives a person the benefit of beauty, strength, flexibility and also helps to eliminate stress. It allows a person to form a free opinion that can be combined with other worldviews and practices available in the global market.

Príspevok predstavuje vybranú časť Diplomovej práce s názvom *Indická joga v procesoch kultúrnej globalizácie a transkulturality*, ktorá bola úspešne obhájená na Katedre kulturológie, FF UKF v Nitre, v akademickom roku 2019/2020. Školiteľom záverečnej práce bola Mgr. Kristína Jakubovská, PhD.

Autorka: Mgr. Ingrid Hudecová
Katedra kulturológie, FF UKF v Nitre
Hodžova 1
949 01 Nitra
ingrida.hudecova@ukf.sk

Školiteľka: Mgr. Kristína Jakubovská, PhD.
Katedra kulturológie, FF UKF v Nitre
Hodžova 1
949 01 Nitra
kjakubovska@ukf.sk