

NATALIA STALA

Uniwersytet Marie Curie Skłodowskiej w Lublinie  
Instytut Filozofii  
e-mail: stala.natalia@gmail.com

---

## Uniwersalizm jogi klasycznej

**Abstract.** *Mystical experience is one of the most difficult issues of the philosophy of religion, because it has an extremely subjective nature and its descriptions often come down to paradoxes and metaphors. There are basically two positions: essentialist and empirical theories. It seems that there are more arguments in favour (at least as a working hypothesis) of essentialism. When we assume that both the mystical traditions of the East and the West lead to one goal, to a meta-rational cognition which completely transforms the experience of life, inter-religious dialogue gains a completely new dimension. Such a dialogue is needed to better understand and learn about other traditions. With the adoption of this working hypothesis one can read the teachings of Christ in the spirit of classical yoga, as a quest for inner divinity. Such a nondogmatic view of religion allows to see the content that previously could not be seen. In this article I would like to concentrate on the comparison between The Eightfold yogic Path and the Buddhist meditation (samatha). I refer to arguments that Gautama Siddhartha practiced a peculiar form of yoga. A few centuries later, Patanjali edited a yogic treaty in which this practice is considered one way to achieve liberation. Such an approach would indicate a remarkable role of yogic meditation in the Eastern traditions and its universalistic character.*

**Keywords:** *yoga, mysticism, essentialism, inter-religious dialogue*

W artykule omówię szerszej trzy kwestie: esencjalistyczną teorię doświadczenia mistycznego, uniwersalizm jogi klasycznej oraz medytację buddyjską i jogiczną. Głównym problemem jest dla mnie rozstrzygnięcie, czy joga klasyczna zawiera to, co Krzysztof Jan Pawłowski nazywa kluczami poznania<sup>1</sup>,

---

<sup>1</sup> K.J. Pawłowski (red.), *Benares a Jerozolima. Przemysleć chrześcijaństwo w kategoriach hinduizmu i buddyzmu*, Tyniec, Kraków 2007.

a tym samym, czy stanowi uniwersalny model techniki osiągnięcia doświadczenia mistycznego. Z punktu widzenia filozofa jest to jedno z pytań, na które nie znajdzie się dyskursywnej odpowiedzi. Nie oznacza to jednak, że powinno się porzucić wszelkie rozważania. Dyskurs sprzyja wyklarowaniu poglądów i skupieniu się na tym, co na jego drodze uznaje się za właściwe. Na odrzucenie konceptualizacji może sobie pozwolić dopiero mistyk, gdyż posiada bezpośredni wgląd, wiedzę i wizję. Siddharta Gautama powtarzał swoim uczniom, że podstawę ścieżki do nirwany stanowi właściwy pogląd. Jest to pierwszy element Szlachetnej Ośmiornikowej Ścieżki i dotyczy zrozumienia Czterech Szlachetnych Prawd, czyli natury rzeczywistości. Zgodnie z owym poglądem charakteryzuje się ona nietrwałością, brakiem trwałej jaźni oraz niemożliwością osiągnięcia trwałej satysfakcji. Właściwy pogląd dotyczy również prawa karmy, współzależnego powstawania i pozostałych zasad funkcjonowania w uwarunkowanej sansarze. Nie jest to zatem droga bezzałożeniowa, przynajmniej na początku. Skupię się tu jednak na *praxis*, na opisie medytacji jogicznej, która przez niektórych badaczy, takich jak Mircea Eliade, jest interpretowana jako uniwersalna ścieżka poznania. Eliade dostrzegał w technice jogicznej swoisty uniwersalizm. Należy przeanalizować, co miał na myśli Eliade, pisząc o jodze, aby prawidłowo zrozumieć jego stanowisko.

Doświadczenie mistyczne jest jednym z najtrudniejszych zagadnień filozofii religii, gdyż ma skrajnie subiektywny charakter, a jego opisy często sprowadzają się do paradoksów czy metafor. Ma ono charakter metaracjonalny, opiera się na czymś tak subtelnym i nieuchwytnym jak intuicja. Denis John Carmody wyróżniają dwa zasadnicze stanowiska wobec mistycznych doświadczeń wyrażane przez teorie esencjalistyczne oraz empiryczne<sup>2</sup>. Pierwsze skupia się na istotowej tożsamości owych doświadczeń. Wszelkie różnice kulturowe, społeczne czy religijne bierze w nawias, podkreślając, że mistycy z różnych tradycji dotyczą Jednego. Przejawy oraz opisy są różnorodne, natomiast punkt odniesienia jest jeden. Wszelkie nazwy mimo swych odmiennych charakterystyk odnoszą się do Jednego – Abosłutu, Boga, Tao, pra-podstawy, zasady istnienia. W drugim stanowisku neguje się istnienie jakiegokolwiek esencji, wspólnego podłoża dostępnego mistykom. Każda z tradycji jest wyjątkowa i niepowtarzalna, a odbierając jej to, co dla niej specyficzne, niszczy się jej istotę. Język jest uwarunkowany kulturowo i historycznie, determinuje to doświadczenie. W zależności od przyjętych założeń doświadczenie ma specyficzny charakter. Najbardziej znanym przedstawicielem tego stanowiska jest Rudolf Otto. Kładł on nacisk na podkreślanie charakterystycznych cech danej tradycji, gdyż to one konstytuują ją i stanowią jej istotę<sup>3</sup>.

<sup>2</sup> D.L. Carmody, J.T. Carmody, *Mysticism. Holiness. East and West*, Oxford University Press, New York 1996, ss. 6–10.

<sup>3</sup> R. Otto, *Mistyka Wschodu i Zachodu. Analogie i różnice wyjaśniające jej istotę*, KR, Warszawa 2000.

Zakładam wstępnie, że podejście esencjalistyczne jest prawdziwe. Kwestia ta jest trudna do rozstrzygnięcia na poziomie dyskursu. Kołakowski w swoim dziele *Horror metaphysicus* napisał:

*Credo ut intelligam* [...]. W istocie, zasada ta bardzo często działa w filozofii nie inaczej niż w religijnej wierze: jeśli odłożyć na bok pozytywistyczne i materialistyczne antyfilozofie, filozofia staje się zrozumiała poprzez swego rodzaju inicjację, której nie poprzedza akt intelektualnego zrozumienia; staje się dla nas zrozumiała w samym akcie akceptacji, który może, lecz nie musi być zgodny z samo-interpretacją myśliciela<sup>4</sup>.

Przywołuję ten cytat, by podkreślić, że akt przyjęcia pewnego stanowiska, swoista otwartość, może być podejściem dużo bardziej sprzyjającym zrozumieniu niż postawa odrzucająca i krytyczna. Dlaczego warto przyjąć ten pogląd? Gdy założymy, że zarówno mistyczne tradycje wschodnie, jak i zachodnie prowadzą do jednego celu – metaracjonalnego poznania, będącego doświadczeniem całkowicie transformującym życie, dialog międzyreligijny zyskuje nowy wymiar. Dzięki przyjęciu tej hipotezy można odczytać nauki Chrystusa w duchu jogi klasycznej, jako dążenie do wewnętrznej boskości. Takie spojrzenie na religię pozwala dostrzec treści, które wcześniej mogły nie być widoczne.

O ile stanowiska empiryczne podkreślają wagę wymiaru religijnego, o tyle esencjaliści skupiają się na doświadczeniu. A czym właściwie jest owo metaracjonalne doświadczenie? Jest to proces zagłębiania się w umysł, doświadczenie najgłębszej istoty, prapodstawy.

Zasadnicze pytanie, które stawiam, brzmi: Czy joga klasyczna stanowi uniwersalny model poznania? Uniwersalizm jogi klasycznej podkreślał Eliade, który dostrzegał obecność tej praktyki zarówno we wczesnym buddyzmie, mahajanie, jak i w taoizmie i sufizmie<sup>5</sup>. Przemilczenie przez Patańdzalego – jogina, który żył prawdopodobnie w II lub III wieku – niektórych metafizycznych kwestii pozwala na doszukiwanie się jogicznej praktyki w innych tradycjach. Tak ujęta stanowi uniwersalny klucz do duchowego doświadczenia. Najistotniejszy jest zatem wymiar praktyczny, doświadczalny.

Sanskrycki termin „joga” (sanskryt<sup>6</sup> *yoga*) jest bardzo wieloznaczny. Może oznaczać m.in. „związek”, „zbieranie się”, „sumowanie”, „wyposażanie”. Pochodzi od rdzenia judź (s. *yuj*), oznaczającego „związać”, „połączyć”, „ujarzmiać”, „nakładać jarzmo”. Eliade definiuje jogę jako techniki ascezy i metody medytacji, których esencjonalny wyraz stanowi joga klasyczna<sup>7</sup>. Joga jest zatem praktyką służącą realizacji Jaźni i tym znaczeniem się tu posługuję. W bardzo wąskim znaczeniu „joga” oznacza darśanę (s. *darśana*), czyli szkołę filozoficzną, której podstawę

<sup>4</sup> L. Kołakowski, *Horror metaphysicus*, Res Publica, Warszawa 1990, ss. 126–129.

<sup>5</sup> M. Eliade, *Joga. Nieśmiertelność i wolność*, PWN, Warszawa 1984, ss. 158–301.

<sup>6</sup> Dalej: „s.”

<sup>7</sup> Ibidem, s. 20.

stanowi praktyka jogi – sadhana (s. *sādhana*). Joga klasyczna jest zaliczana do jednej z sześciu ortodoksyjnych indyjskich szkół filozoficznych. Cała wiedza na jej temat opiera się na *Jogasutrach* przypisywanych Patańdzalemu. *Jogasutry* są bardzo lakoniczne. Składają się jedynie ze 195 wersów zawartych w czterech rozdziałach. Pierwsze trzy zakończone są słowem „iti”, co może wskazywać na to, że tworzą samodzielny część, a czwarta (s. *kaivalyapāda*) być może została dopisana później. Ma ona nieco odmienny charakter od pozostałych. Patańdzali używa w niej licznych metafor i jego język jest bardziej wyrafinowany, a ponadto porusza wątki filozoficzne, m.in. polemizując z buddyjskimi szkołami (dokładniej z jogaczarą). Na literaturę źródłową tej darśany składają się również komentarze, takie jak: Yogabhāṣya Wjasy (s. Vyāsa), Pātañjalayogasūtrabhāṣyavivarana Śankary (s. Śāṅkara), Tattvavaiśārādī Wczaspatimiśry (s. Vācaspati[miśra]), Rājamārtāṇḍa króla Bhoży (s. Bhoja), Yogavārttika Widźnianabhikszu (s. Vijñānabhikṣu).

Patańdzali przedstawił w swoim dziele kilka praktyk, czynności wstępnych i rodzajów medytacji, które mają przybliżyć adepta do ostatecznego celu. Autor *Jogasutr* jest uważany za redaktora tego dzieła, a nie twórcę samej jogicznej metody. Jej powstanie stanowi kwestię sporną wśród badaczy. Mircea Eliade<sup>8</sup> i Georg Feuerstein<sup>9</sup> skłaniają się ku hipotezie, że pierwsze ślady protojogicznych praktyk mogły istnieć już w okresie rozkwitu cywilizacji Doliny Indusu (2500–2000 r. p.n.e.), na co mają wskazywać pieczęcie rzekomo przedstawiające medytujących joginów. Pewne jest natomiast, że metoda jogiczna znana była dużo wcześniej niż w okresie spisania *Jogasutr*. Opisy ascetyczno-mistycznych praktyk pojawiają się już we wczesnych *Upaniszadach*, a niektórzy badacze dostrzegają elementy jogi w mandalach Rygwedy. Prawdopodobne jest, że leśni asceci stosowali jogiczne metody<sup>10</sup>.

Systematyczny wyraz jogicznej sadhany Patańdzali dał w asztangajodze (s. *aṣṭāṅga yoga*) – ośmiostopniowym schemacie jogicznej mistycznej drabiny. Celem adepta jest wyzwolenie, czyli kaiwalja (s. *kaivalya*), opisywana przez Wjasę jako stan zdrowia. Porównuje on *Jogasutry* do medycznego traktatu, który opisuje lekarstwo (s. *bhaiṣajya*). Chorobą jest bycie elementem uwarunkowanej egzystencji. Światło poznania rozróżniającego pojawia się dzięki praktyce członów pomocniczych jogi, czyli jogangi, wymienionych w Js. II. 29:

- jama (s. *yama*) – zasady etyczne
- nijama (s. *niyama*) – praktyki ascetyczno-mistyczne
- asana (s. *āsana*) – pozycje ciała
- pranajama (s. *prāṇāyāma*) – kontrola sił witalnych

<sup>8</sup> M. Eliade, *Joga...*, s. 366.

<sup>9</sup> G. Feuerstein, *The Yoga-sutra of Patanjali. A New Translation and Commentary*, Inner Traditions International, Vermont 1989, s. vii.

<sup>10</sup> M. Jakubczak, *Poznanie wyzwalające. Filozofia jogi klasycznej*, Nomos, Kraków 1999, ss. 11–26.

- pratjahara (s. *pratyāhāra*) – wycofanie zmysłów
- dharana (s. *dhāraṇā*) – koncentracja
- dhjana (s. *dhyāna*) – kontemplacja
- samadhi (s. *samādhi*) – skupienie/enstaza

Pierwszym członem pomocniczym jogi są jamy, czyli zasady etyczne. Najważniejszą z nich jest ahinsa (s. *ahiṃsā*) – niekrzywdzenie. Stanowi ona podstawę pozostałych zasad, ale i nijam – czyli drugiego członu, praktyk ascetyczno-mistycznych. Pozycja ciała (asana), kontrola oddechu i wycofanie zmysłów to elementy pomagające osiągnąć kontrolę nad ciałem i zmysłami. Patañdzali pisze, że dzięki pratjaharze możliwe jest pełne opanowanie narządów psychicznych (Js. II. 55). Dharana, dhjana i samadhi to trzy wewnętrzne człony (s. *antaraṅga*), czyli ćwiczenia koncentrujące się tylko na świadomości. Określone są jako sanjama (s. *saṃyama*, ściągnięcie) i prowadzą do rozmycia granicy między przedmiotem a podmiotem, a tym samym do wglądu i kaiwalji (Js. III. 4). Sanjama jest określana jako człon wewnętrzny jogi, jednakże w odniesieniu do skupienia bez załączka jest ona tylko pośrednim, zewnętrznym elementem (Js. III. 8). Dharana oznacza przykucie uwagi, skupienie się na obiekcie. Długotrwała stabilizacja świadomości (s. *ekāgratā*) prowadzi do absorpcji (dhjana). Samadhi to stan zatopienia się w głębokiej kontemplacji, w której umysł jest odizolowany od zewnętrznych bodźców, a wypełniony interioryzowanym przedmiotem poznania. Praktyka składa się z dwóch elementów: ćwiczenia (s. *abhyāsa*) i bezpragnieniowości (s. *vairāgya*). Istotą wairagji jest stan spokoju i bezstronności, braku lgnięcia do wszelkich doświadczeń – nieprzyjemnych i przyjemnych. Stałość jest niezbędną, by możliwe było powściągnięcie negatywnych zjawisk mentalnych. Wjasa pisze, że strumień mentalny może kierować się ku temu, co pozytywne (s. *kalyāṇa*), oraz ku negatywnościom (s. *pāpa*; Jbh. I.12.). Pod wpływem niewiedzy umysł kieruje ku splamieniom, natomiast pod wpływem praktyki oczyszcza się i kieruje ku wyzwoleniu. Niewiedza stanowi powód pojawiania się negatywnych stanów mentalnych. Umysł, który jest pod wpływem splamień, funkcjonuje w nieprawidłowy sposób, gdyż ogarnięty jest błędem poznawczym, co z kolei implikuje pojawienie się konceptualizacji uniemożliwiających czyste, bezpośrednie doświadczenie świata. Nirodha oznacza działanie intencjonalne, oczyszczanie świadomości z tych szkodliwych stanów.

Patañdzali oszczędnie i lakonicznie podchodzi do kwestii metafizycznych. Rozwija to, co jest istotne w praktyce, nie rozbudowując filozoficznego dyskursu. Sprawia, że joga klasyczna wolna jest od dogmatów i rytualizmu. Można potraktować tę *darśanę* jako czystą *praxis*, w której teoretyczne uzasadnienia są jedynie narzędziem (lub mapą, w zależności od podejścia). Jednym z podstawowych założeń jest istnienie puruszy, bytu podmiotowego. Purusza jest jeden, stanowi swoistą prapodstawę, której doświadczenie jest doświadczeniem Jednego. Bytem przedmiotowym jest prakriti – natura, materia, podstawowe pierwiastki organi-

zujące rzeczywistość. Do sfery przedmiotowej należą również procesy mentalne, w tym świadomość zjawiskowa.

Patańdzali opisał proces medytacji od strony psychologicznej, wyróżniając stany świadomościowe, jakie się wtedy pojawiają. Charakterystyka ta bliska jest temu, co przedstawił Buddhaghosa w *Wisuddhimadze*, a wcześniej temu, co pojawia się w *suttach* kanonu palijskiego. Siddhartha Gautama znał tradycję jogiczną. Na początku swej ascetycznej drogi spotkał Aradę Kalanę oraz Udrakę Ramaputrę – pierwszy uczył go starożytnej sankhji, drugi jogi. Te praktyki ukształtowały przyszłego Buddhę. Jego propozycją było swoiste rozwinięcie form jogicznych. Tym, co badacze tacy jak Eliade uważają za zasadniczą różnicę, jest koncepcja bezjaźniowości (s. *anātman*)<sup>11</sup>. Z pewnością Buddha odrzucał eternalizm, negował jednak również drugą skrajność – nihilizm. Thanissaro Bhikkhu podkreśla, że doktryna anatmana miała charakter praktyczny, sednem było analizowanie skupisk i pogłębianie medytacji<sup>12</sup>.

Podobieństw między buddha sasaną a jogą klasyczną jest wiele. Najważniejszym jest medytacyjna praktyka, której istotę stanowi sanjama: dharana, dhjana i samadhi. Eliade nie ma wątpliwości, że metody Buddy są rozwiniętymi jogicznymi technikami ascetyczno-mistycznymi. Zakłada on uniwersalizm tych metod<sup>13</sup>. Pawłowski wspomina o uniwersalnych kluczach poznania obecnych w jogie klasycznej, które wiodą do doświadczenia Jednego, ostatecznej rzeczywistości, prapodstawy<sup>14</sup>. De La Vallee Poussin postrzega jogę jako czystą praktykę pojawiającą się w różnych systemach filozoficznych, ale niebędącą zależną od nich<sup>15</sup>.

Na czym polega istota tej techniki? Sednem jest wspomniana już nirodha. Wszak Patańdzali definiując jogę (jako docelowy stan, a nie technikę), wspomina o praktyce nirodhy. Kluczem jest zatem oczyszczenie umysłu ze splamień, z negatywnych treści mentalnych, a przede wszystkim z błędu poznawczego, który rozpущa się w momencie wglądu. Taki jest cel buddyjskiej medytacji. Często w kanonie palijskim pojawia się obrazująca ten proces metafora naczynia wypełnionego zamuloną wodą. Gdy naczynie jest nieruchome, muł opada na dno i woda staje się przejrzysta. Inny metaforyczny przykład stanowi zachmurzone niebo. Chmury to splamienia przysłaniające prawdziwą naturę, czyste, błękitne niebo. Opisane jest to w *Digha nikaji*:

<sup>11</sup> M. Eliade, *Joga...*, s. 179.

<sup>12</sup> Thanissaro Bhikkhu, *Selves & Not-self: The Buddhist Teaching on Anatta, Access to Insight (Legacy Edition)*, <http://www.accesstoinight.org/lib/authors/thanissaro/selvesnotself.html> [23.07.2014].

<sup>13</sup> M. Eliade, *Joga...*, ss. 178–214.

<sup>14</sup> K. J. Pawłowski, *Odnajdywanie kluczy poznania. Joga Patańdzalego a jarzmo Chrystusa*, w: K. Pawłowski (red.), *Benares a Jerozolima...*

<sup>15</sup> S. R. Sarbacker, *Samadhi. The Numinous and the Cessative in Indo-Tibetan Yoga*, State University of New York Press, New York, s. 76.

Oddalając od siebie pragnienie świata, spoczywa z sercem wolnym od pożądań i oczyszcza swego ducha od żądz. Odsuwając od siebie chęć złośliwości, spoczywa z sercem wolnym od nieprzyjaźni, jest życzliwy i współczujący dla każdej istoty, oczyszcza swego ducha od nieżyczliwości. Pozbawiając się lenistwa i odrętwienia, będzie od nich oswobodzony; świadom światła, trzeźwy, jest panem siebie, oczyszcza swego ducha od lenistwa i odrętwienia [...]. Odrzucając zwątpienie, pozostaje takim, jak ktoś, kto wzniosł się ponad bezradność; nie znając już niepewności tego, co jest dobre, oczyszcza swój umysł od zwątpień<sup>16</sup>.

Dochodzenie do stanu medytacyjnej absorpcji odbywa się poprzez pogłębianie skupienia, które jest narzędziem oczyszczającym umysł. W stanie samadhi adept osiąga dźhany – wchłonięcia. Pokonane zostają wówczas przeszkody (s. *nivāraṇa*): pragnienie, gniew, niecierpliwość i niepokój, lenistwo i apatia, wątpliwości. Charakterystyka dźhan i jogicznych stanów sampradźniata i asampradźniata w znacznej mierze się pokrywa. Pierwszy etap jogicznej dhjany określane jest jako etap z myśleniem (s. *savitarka samapatti*). Czynniki obecne wówczas to: witarka (s. *vitarka*, świadomość postrzegająca), wičara (świadomość podtrzymująca), ananda (s. *ānanda*, błogość), asmita (s. *asmitā*, świadomość „jestem”); w dźhanie (absorpcji) podobnie: witarka (świadomość postrzegająca), wičara (s. *vicāra*, świadomość podtrzymująca), priti (s. *prīti*, zachwyty), sukha (s. *sukha*, błogość), ekagrata (s. *ekāgratā*, jednopunktowanie). Drugie jogiczne wchłonięcie jest to stan nirwitarka samapatti – nie ma już świadomości postrzegającej, podobnie w dhjanie buddyjskiej. Trzecie wchłonięcie w jodze klasycznej to stan nirwičara samapatti (bez świadomości podtrzymującej), w umyśle pozostaje jedynie błogość i świadomość „jestem”. W buddyjskiej dhjanie pozostaje błogość oraz jednopunktowanie. Czwarte wchłonięcie w jodze to stan, gdy jest obecna jedynie świadomość „jestem”, natomiast w buddyjskiej dhjanie pojawia się bezstronność (s. *upekṣā*). Jogin wchodzi w stan sampradźniata samadhi – poznawczego samadhi, a następnie w stan asampradźniata samadhi – ponadpoznawczego samadhi. Sampradźniata samadhi to joga z uświadomieniem, stan, w którym jest obecne bezpośrednie poznanie. Gdy jogin staje się obojętny wobec tego stanu, pojawia się asampradźniata samadhi – joga bez uświadomienia. Joga z uświadomieniem stanowi stan wolności od pragnień, a poznanie intuicyjne osłabia tkwiące głęboko w umyśle załączki splamień. Joga bez uświadomienia to stan, w którym całkowicie zanikają uciążliwości i złoże karmiczne, szkodliwe, utrwalone w nieświadomości ślady zostały usunięte – jest to określane jako dharma-megha-samadhi (s. *dharma-megha-samādhī*).

Dźiwanmukta (s. *jīvanmukta*) to osoba, która osiągnęła ostateczny cel jogi i przebywa w nim, aż do rozpadu ciała. Arahant to określenie przebudzonej istoty w buddyzmie, kogoś, kto zrealizował ścieżkę świętości. Czy dźiwanmukta i arahant doświadczają tego samego? Na to pytanie nie ma odpowiedzi. Można jednak

<sup>16</sup> DN. III.49.

dostrzec pewne podobieństwa w opisie: umysł oczyszcza się ze splamień, sanskar, wasan, następuje wyjście poza stan życia i śmierci – swoista nieśmiertelność. Dla wyzwolonego nie ma żadnych uwarunkowań karmicznych, sansarycza wędrówka zostaje zakończona.

Podobieństw między jogiczną i buddyjską praktyką jest więcej. Elementy jogicznych metod można również znaleźć w dżinizmie czy tantrze. Głębsza analiza tych metod pozwoli potwierdzić hipotezę o uniwersalistycznym charakterze jogi. A tak rozumiana zbuduje przestrzeń dialogu, w którym istotne jest to, co łączy.