

## Joga i kršćanstvo

Mijo NIKIĆ\*

### Sažetak

*U prvom dijelu članka autor tumači pojam joge, predstavljajući je kao jedan od šest sustava hinduističke filozofije (daršana). Nadalje se govori o značenju joge, njezinim korijenima i povijesnom razvoju. U glavne pretpostavke joge ubraja njezinu fiziologiju, metafiziku, psihologiju, moral i askezu. Slijedi prikaz sedam oblika joge (Haṭha-yoga, Mantra-yoga, Laya-yoga, Karma-yoga, Jñāna-yoga, Bhakti-yoga i Rāja-yoga), te glavni nauk joge izražen kroz osam stupnjeva. U drugom dijelu autor donosi kršćanski stav prema jogi sučeljavajući antropologiju i teologiju joge i kršćanstva. Autor zaključuje svoj članak tvrdnjom da joga nije samo metoda psihofizičkih vježbi, nego da njezini učitelji redovito donose s njome i filozofiju života, određeni način egzistencije koji pretpostavlja hinduističku filozofiju, antropologiju i teologiju — koje se u mnogočemu razlikuju od kršćanske antropologije i biblijske teologije.*

### Uvod

Joga je riječ iza koje stoji kompleksna stvarnost koju nije lako shvatiti, a još teže ju je u praksi primjenjivati. Najopćenitije rečeno, joga označava svako djelovanje koje pridonosi samoosvješćivanju i samousavršavanju čovjeka kao duhovnog bića. Joga u sebi uključuje »sredstva ili tehnike za transformiranje svijesti i postizanje oslobođenja (*moksa*) od *karmana* i ponovnog rađanja (*samsara*) u indijskim religijama«. <sup>1</sup> U ovom članku donosim tumačenje fenomena joge u svjetlu Patañjalijevih *Yoga-sūtri*, temeljnog teksta prastare tradicije indijske joge. <sup>2</sup> Fenomen joge promatrat ćemo na povijesnoj, teorijskoj i praktičnoj razini. Joga je ne samo kulturalni fenomen nego i duhovna disciplina i kao takva ona spada i u religiju i u filozofiju. Joga je pokušaj čovjeka da razumije samog sebe, svijet u kojem živi, te da unaprijedi kvalitetu svoga života. Glasoviti guru Paramahansa Yoga-

\* Doc. dr. sc. Mijo Nikić, Filozofski fakultet Družbe Isusove, Zagreb.

1 John BOWKER, *Oxford Concise Dictionary of World Religions*, Oxford University Press, Oxford 2000, str. 651.

2 Prema uglednom poznavatelju teorije i prakse joge, T. K. V. DESIKACHARU, Patañjalijevo djelo *Yoga-sūtra* ostaje »najmjerodavnije« u proučavanju i razumijevanju joge. Usp. T. K. V. DESIKACHAR, »Smisao i svrha yoge«, u: Domagoj ORLIĆ, *Iskustvo Yoge — uvod u filozofiju i praksu vinyoge*, Naklada Jesenski i Turk, Zagreb 2001, str. 163.

nanda kaže: »Vježbanjem praktične tehnike *yoge* čovjek zauvijek napušta jalovo spekulativno područje te putem vlastitog iskustva upoznaje pravu suštinu«<sup>3</sup>. Joga je nastala na Istoku u ambijentu hinduističke filozofije i religije, a u posljednje vrijeme sve više se i na Zapadu širi njezin utjecaj na svakidašnji život ljudi koji u njoj pokušavaju naći mir svojoj duši i relaksaciju svome tijelu.<sup>4</sup> Što je joga u sebi i kako se jedan vjernik kršćanin treba prema njoj postaviti, bit će odgovoreno u ovom članku koji je interdisciplinarno orijentiran.<sup>5</sup>

### 1. Šest filozofskih sustava hinduističke filozofije

Svjesni istine da je spoznaja stvarnosti podložna čimbeniku subjektivnosti, hinduistički filozofi su razvili šest filozofskih sustava (*daršana*) koji bi trebali olakšati pristup određenoj pojavi i pomoći njezinoj sveobuhvatnijoj spoznaji. To su:

- 1) *Sāṃkhya* — psihološki i fenomenološki sustav koji se temelji na intelektualnom znanju o spoznajnim i djelatnim moćima (organima) pomoću kojih konstituiramo sliku objektivnoga svijeta i djelujemo u njemu, a od kojih moramo razlučiti subjekt (osobu) da bismo se mogli osloboditi;
- 2) *Vaiśeṣhika* — prirodno elementarni sustav koji posjeduje metafizičke kategorije, te nauk o atomima i osnovnim prirodnim supstancijama;
- 3) *Nyāya* — logički sustav čija se metoda temelji na principima dijalektike i kao takav on razrađuje brojne kategorije logičkog mišljenja;
- 4) *Yoga* — reintegracijski sustav koji uz pomoć specijalne metode psiho-fizičke kontrole oslobađa čovjeka od neznanja i strasti te ga tako dovodi u stanje nadčulnosti;<sup>6</sup>

3 Paramahansa YOGANANDA, *Autobiografija jednog yogija*, Arssana, Zagreb 1991, str. 164.

4 Glasoviti švicarski psiholog C. G. JUNG objašnjava zašto joga ima sve više utjecaja na Zapadu: »Kad se neka religiozna metoda preporučuje kao 'znanstvena', može biti sigurna da će na Zapadu imati svoju publiku. *Yoga* ispunjava to očekivanje. Posve neovisno o čarima novog i polurazumljivog, *yoga* opravdano ima velik broj sljedbenika. Ona nudi mogućnost kontroliranog iskustva i time zadovoljava znanstvenu potrebu za 'činjenicama', a zbog svoje širine i dubine, svoje poštovanja dostojne starosti, svoga učenja i metode koji se bave svakom fazom života, obećava mogućnosti o kojima nismo ni sanjali.« (u: Paramahansa YOGANANDA, *Autobiografija jednog yogija*, Arssana, Zagreb 1991, str. 165).

5 Prilično opširnu interdisciplinarnu analizu joge donio je *Vjesnik Đakovačke i Srijemske biskupije* u prvom broju za 2004. godinu. U spomenutom časopisu za pastoralnu orijentaciju nalaze se sljedeći članci: Vladimir DUGALIĆ, »Yoga i kršćanstvo«, str. 1; đakovački biskup Marin SRAKIĆ, »Provjeravajte duhove, jesu li od Boga' (1 Iv 4, 1) — Joga u našim školama«, str. 2; Nikola DOGAN, »Hinduizam i moderni svijet«, str. 3–7; Mijo NIKIĆ, »Povijest yoge«, str. 8–11; Ivica PAŽIN, »Društvo 'Joga u svakodnevnom životu' i njihov program«, str. 12–13; pomoćni biskup đakovački Đuro HRANIĆ, »Nametanje sinkretizma ili dijalog?«, str. 14–16; Željko ČEKOLJ, »Joga u Njemačkoj«, str. 17–20; Milan ŠPEHAR, »Kršćanska meditacija«, str. 21–23.

6 Joga i *sāṃkhya* toliko su slične da puno toga što tvrdi joga potvrđuje i *sāṃkhya*. Dvije su ipak bitne razlike među njima: 1) *Sāṃkhya* je ateistička, a joga teistička jer pretpostavlja egzistenciju »Gospodina« (Isvara); 2) Prema *sāṃkhyyi* jedini put konačnog oslobođenja je u metafizičkom znanju,

- 5) *Mīmāṃsā* — formalni ili ritualistički sustav koji se usredotočuje na Vede, i to njihove obredne propise (bilo da se tiču radnji, bilo da se tiču riječi i njihova zvuka), kao put stjecanja vjerskih zasluga ili pak put k oslobođenju;<sup>7</sup>
- 6) *Vedānta* — metafizički sustav utemeljen na kasnovjedskim filozofskim tekstovima, *upanišadama*. Osnovni se pitanja u njemu kreću oko odnosa Boga, svijeta i duša. U središnje pojmove spadaju riječ (*brahman*) i sopstvo/osoba (*ātman*). Vrlo plodan sustav koji je razvio niz škola i pravaca: monizam (śankara dokazuje da je svijet prividan, a da su duša i Bog jedno za dublju spoznaju), dualizam (poučava da su Bog, duše i predmeti u svijetu vječno različiti), nedvojstvo različitoga (*Rāmānuja* poučava da je svijet stvaran, a da se duša može združiti s Bogom, ali ostaje od njega različita) itd.<sup>8</sup>

## 2. Porijeklo i značenje joge

Riječ joga dolazi iz sanskrt (yuj) i znači staviti zajedno, ujarmiti, povezati, ujediniti nešto u jedno, spregnuti. Joga znači konjsku zapregu, ali također i jaram koji drži zajedno volove kako bi zajedno mogli bolje držati i vući kola. Joga je dakle psihosomatska i duhovna metoda koja ujedinjuje osjetilne i intelektualne sposobnosti čovjeka da se postigne vrhunsko unutarnje mistično iskustvo. Joga predstavlja praktičnu disciplinu meditacije. »Yoga poučava o postupnom vježbanju duha u obuzdavanju ponašanja, potom tijela, daha i osjetila te, napokon svijesti. Svijest treba sustavno sabrati: usredotočiti, zadubiti i, napokon, stopiti s predmetom. Pojavljivanje predmeta (*vrtti*) treba napokon zaustaviti da se motritelj spozna sam u svojoj naravi. Spoznajom svoje razlike od tijela i svih predmeta, osoba se oslobađa vezanosti u svijetu.«<sup>9</sup> S vremenom je joga poprimila značenje duhovne discipline ovladavanja osjetilima uz pomoć razuma i inteligencije kako bi se ostvario duhovni i religiozni cilj spoznaje čovjekove istinske naravi (*ātma-jñāna*). S tim u svezi *Kaṭha-upaniṣhad* donosi prisposobu o tijelu kao bojnim kolima, osjetilima kao konjima, razumom kao uzdama, umom kao vozarom i Sopstvom kao ratnikom (vlasnikom kola).<sup>10</sup> Prema spomenutoj prisposobi, kada čovjek uvuče osjetila u nutrinu bića tek tada će moći uroniti u samoga sebe i, neometan vanjskim podra-

dok joga ističe i važnost tehnika pročišćenja i meditaciju. (Usp. *The Encyclopedia of Religion*, Mircea Eliade (ur.), Macmillan Publishing Company, New York 1987, vol. 15, str. 519–520).

7 Jasmina Puljo smatra da je ovaj ritualistički sustav joga u biti ateistički sustav »koji zvuku izgovorene reči u ritualu pripisuje snagu protiv koje su nemoćni i ljudi i bogovi.« u: Jasmina PULJO, *Yoga*, Sportska knjiga, Beograd 1974, str. 15.

8 »Od svih šest filozofskih sustava *Vedanta* i *Yoga* se smatraju najznačajnijim: prvi stoga što predstavlja najviši oblik znanja, a drugi zato što ukazuje put kojim treba ići da bi se ostvarili principi koje je *Vedanta* postavila.« (Jasmina PULJO, nav. dj., str. 16).

9 *Opći religijski leksikon*, Leksikografski zavod Miroslav Krleža, Adalbert REBIĆ /gl. ur./, Zagreb 2002, str. 1031.

10 Usp. *Kaṭha-upaniṣhad* III, 3–4.

žajima, moći će doći do spoznaje najviše Istine. Joga također znači kretanje s ciljem da se dosegne točka koju još nismo dosegli. Sredstvo kojim se postiže nešto što nam je prije izgledalo nemoguće, zove se joga. Veliki poznavatelj joge, T. K. V. Desikachar kaže da »Yoga nastoji pobuditi stanje u kojem smo uvijek prisutni u svakom svom činu, u svakom trenutku«. <sup>11</sup> Promatrajući jogu u religioznom kontekstu, možemo je definirati kao »biti jedno s Gospodinom, tj. Bogom«. Svako kretanje koje nas približava Bogu i pomaže nam da bolje shvatimo stvarnost koja nas nadilazi, također se naziva joga. »Kada osjećamo da je nešto u nama u skladu s nečim višim od nas, to je također *yoga*«. <sup>12</sup> Iz svega do sada rečenoga, može se zaključiti kako je joga »skup psihofizičkih tehnika i postupaka objedinjavanja rascjepkane svijesti prosječnog čovjeka, ali i stanje, ili točnije kakvoća svijesti življenja osobe koja je vlastitim naporom uspjela izvršiti taj poduhvat«. <sup>13</sup>

### 3. Korijen i razvoj joge

Joga potječe iz Indije. Neki misle da se lik u joginskom položaju može prepoznati već na pečatu od steatita iz 3. tisućljeća prije Krista, koji prikazuje čovjeka kako sjedi u položaju lotosa (*padmasana*) — uronjen u meditaciju, a na glavi ima dva bikovska roga, simbol muške snage i duhovne moći. <sup>14</sup>

Joga je u Indiji metoda postizanja izvanrednog duhovnog i mističnog stanja. Sredinom 1. tisućljeća prije Krista kontemplativna struja u *Upanišadama* koristila je asketsku praksu i tehnike joge kao sredstva čišćenja i napredovanja u metafizičkoj refleksiji te duhovnoj kontemplaciji. Već tu se preporučuju odricanja i povlačenje od svijeta, a to i joga neprestano ističe kao nužne uvjete da se preko smrti sebi i svijetu uđe u skriveno kraljevstvo velikog unutarnjeg otkrivenja. Joga naglašava povlačenje u samoću, nepokretni položaj sjedenja, kontrolu disanja, kao i izvanredne učinke svoje metode kao što su akustični i vizualni fenomeni, izvanredna mentalna stanja te vrhunska koncentracija u kojoj se spajaju iskustva praznine i punine. S vremenom se razvila dinamička fiziologija koja nastoji ujediniti i točno lokalizirati središta duhovnih energija u ljudskom tijelu.

### 4. Pretpostavke joge <sup>15</sup>

#### 4.1. Fiziologija

Ljudsko tijelo kao osjetilno i grubo tijelo te suptilno eterično tijelo polarizirano je u svome bivstvovanju i djelovanju i opremljeno sa šest energetskih središta koja

11 Usp. T. K. V. DESIKACHAR, »Smisao i svrha joge«, nav. dj., str. 164.

12 T. K. V. DESIKACHAR, »Smisao i svrha joge«, nav. dj., str. 165.

13 Domagoj ORLIĆ, nav. dj., str. 11.

14 Usp. J. MASSON, »Yoga/Zen« u: Stefano DE FIORES–Tullo GOFFI (ur.), *Nuovo dizionario di spiritualità*, Edizioni Paoline, Roma 1979, str. 1723.

15 Pretpostavke koje slijede najviše se odnose na tantričku jogu o kojoj donosim najvažnije podatke: »Od 5. stoljeća poslije Krista, tantrizam kritički reagira na preveliku važnost koju je *Bhagavad-gītā*

se zovu *ćakre*. Ova središta, kao i svi dijelovi tijela, povezani su među sobom mnogobrojnim kanalima. Prakticiranjem joge osoba nastoji pročistiti i ponovno otvoriti takve kanale koji su začepljeni fizičkim i moralnim nečistoćama, s ciljem da se pokrene vitalna energija (*kunḍalini*) od najnižih i materijalnih strana prema sve višim i duhovnim: čelu i vrhu glave gdje je smještena vrhunska iskra. Tako bi se ova energija mogla potpuno upotrijebiti za duhovno traženje. U tom smislu kontrola disanja (*prana*), znak i temelj svakog života, ima veliku važnost za kontrolu samog života jer ograničava materijalne, a oslobađa duhovne vidike i aktivnosti. Vježbanje joge navodno bi pomoglo boljem protoku vitalne energije kroz energetska središta i na taj način pridonijelo duhovnom usavršavanju.

#### 4.2. Metafizika

Metafizika joge je bliska metafizici sustava *Sāṃkhya*, čiji klasični prikaz datira iz 4. st. poslije Krista. Može se definirati kao ateistički dualizam premda sama joga nije ateistička. Prema tom shvaćanju stvarnost je sastavljena od igre dvaju principa: jedan je dinamička priroda koja je slijepa (*Prakṛiti*), a drugi je svjesni Duh koji je neaktivan (*Puruṣa*). Akcija je promjena, dok je savršenstvo u odmoru bez promjene, što jogin nastoji imitirati. Veza i uzajamna igra dvaju principa uzrokovani su interakcijom triju dinamičkih sastavnica (stanja) tvarnosti (*guṇa*): na dnu je tamna inercija (*tamas*), na vrhu osvjetljena čistoća (*sattva*) a treća sastavnica jamči i osigurava međusobnu izmjenu, pokretnost (*rajas*). Savršenstvo je u razlikovanju principa *Puruṣe* i izdvajanju od principa *Prakṛiti*. Suprotno kršćanskom nauku da se u materijalnom može utjeloviti duhovno i zajedno egzistirati, što se očito vidi u Utjelovljenju, prema nauku joge, odnosno *sāṃkhya*, materijalni svijet ne može biti osnova svijesti subjekta, nego ga veže uz objekte. Svaka reinkarnacija je znak da još nije došlo spasenje. Upravo u tome se sastoji glavni motiv zbog kojeg joga nastoji disciplinirati, ograničiti i na kraju dokinuti svaku aktivnost koja je povezana s materijom, pa tako želi dokinuti i mentalnu aktivnost.

dala djelima i pobožnosti zanemarujući ljudsku dimenziju i religiozno iskustvo. Sam naziv *tantra* prvenstveno znači »tehniku« kojom vježbač *tantr*e nastoji nadići ograničenu i uvjetovanu svijest da bi došao u dodir s transcendentnim i imanentnim temeljem bitka, i to ne odbacivanjem svega svjetovnog i tjelesnog, nego integriranjem te »niže stvarnosti« s »višom Stvarnošću«, »relativne istine s »apsolutnom Istinom«, tjelesnosti s duhovnošću, užitka s patnjom. U *tantra yogi* tijelo se ne doživljava kao zapreka duhovnom životu, nego kao mjesto božanstva. Oni koji vježbaju *tantra yogu* žele probuditi u sebi latentnu energiju koju nazivaju »zmijska snaga« ili *kundalini-sakti*. Kad se ta uspravna životna sila (*kundalini*) probudi i pravilno usmjeri, dolazi do intenzivnog duhovnog razvoja pojedinca. Prema *tantri yogi*, duhovno oslobođenje (*moksa*) se shvaća kao stapanje ženske dinamične sile s muškom statičnom silom koja počiva u kruni glave. »Ta sjedinjenost dvaju kozmičkih polova u čovjeku stanje je *yoge*, duhovno savršenstvo i krajnji cilj duhovnog napora«. Glavna karakteristika *tantra yoge* je u afirmiranju i potenciranju svih zabranjenih i potisnutih vidika ljudske naravi kao bitnih elemenata za postizanje božanske cjelovitosti. Naglasak se stavlja na tjelesnost i seksualnost, emocije i nagone. *Tantra-yoga* usmjerava energiju u pravcu seksualnih aktivnosti i shvaća *yogu* kao ujedinjenje ženskog principa (*Shakti*) i muškog principa (*Shiva*). Neke tantričke sekte su promovirale seksualne orgije i tajne obrede tako da su morale biti zakonom zabranjene«, u: Mijo NIKIĆ, »Povijest yoge«, *Vjesnik Đakovačke i Srijemske biskupije* 1(2004), str. 10.

### 4.3. Psihologija

Joga u sebi uključuje životnu filozofiju i razne tehnike ovladavanja tijelom, psihom i umom. Za razliku od klasične psihologije koja ističe potrebu izražavanja i odgoja emocija, psihologija joge u biti želi umiriti, a prema nekim autorima čak i ukloniti emocije, smiriti um i svladati tijelo kako bi sve aktivnosti prestale. Inzistira se na potrebi koncentracije svijesti na jedan predmet kako bi se ujediniła »rascjepkana« svijest i tako se svijest osobe oslobodila od predmeta u kojima je djelomično izgubljena.<sup>16</sup> »U svom psihološkom značenju sabranosti pažnje na jednu točku ili predmet i umjetnosti njegovanja meditativne zadubljenosti duha (*upāsana*) nekakva arhaička *yoga* se pojavljuje već u *Vedama*.«<sup>17</sup> U tim najstarijim spisima Indije spominju se brojni psihotehnički postupci kojima su mudraci (*ṛṣiḥi*) nastojali pobuditi enstatična vizionarska stanja svijesti. S ciljem da se postignu viša stanja svijesti joga predlaže razne asketske vježbe (*tapas*) — tjelesne, psihološke i umne — kako bi se osoba pripravila za potpuno sjedinjenje s Bezgraničnim (*mokṣa*).

### 4.4. Moral

Praktični zahtjev koji proizlazi iz metafizike joge potvrdila je psihološko–moralna postavka da je sve ono što postoji, izvor patnje i patnja u samoj sebi. *Sāmkhyakārikā* (temeljni prikaz *sāmkhye*) počinje ovim riječima: »Od želje da se nađe lijek od triju vrsta patnje rađa se želja za znanjem«. U *Yoga–sūtri*, II, 15 čitamo: »Sve je patnja, bol za mudraca«, i zato se treba odvojiti od svijeta »koji je sav u plamenu«, kaže Buddha. Glavni cilj svih čovjekovih aktivnosti je u tome da pobjegne iz svijeta u kojem vladaju patnja, iluzija i neznanje. Konačni cilj je pobjeći ne samo od svijeta i drugih ljudi nego i od samoga sebe, od vlastitih iluzija — kako bi se dostiglo stanje čistog duha.

### 4.5. Askeza

Svaki napor prema duhovnom oslobođenju povezan je s naporom da se napusti svijet. Prema tome, krajnji je cilj i ideal da se, napustivši društveni i obiteljski život, posjed materijalnih dobara i, koliko je moguće, umanjivši ovisnost o materijalnim potrebama, pa i hrani, umre naravi i svakoj ovosvjetskoj aktivnosti. Što se više shvate i prihvate ovi preduvjeti, lakše će se shvatiti praktične direktive joge. Da bi se moglo ovladati jogom, potrebno je najprije obuzdati svoj um, a to je puno teže. Arjuna u *Bhagavad–gītī* kaže: »Um je nemiran, buntovan, tvrdoglav i veoma snažan. O Kṛṣṇa, mislim da je teže obuzdati um nego obuzdati vjetar.«<sup>18</sup> Imajući na

16 »Bez obzira na različite filozofijske pretpostavke i religiozne ciljeve, osnovni zadatak *yoge* bilo je sabiranje raspršenih energija u čovjeku radi dosezanja one kvalitete svijesti koja omogućuje sagledavanje Zbiljnosti (*sat*) u njezinoj Takvosti (*tatahātā*).« (Domagoj ORLIĆ, nav. dj., str. 11).

17 Domagoj ORLIĆ, nav. dj., str. 11.

18 *Bhagavad–gītā*, 6. 34.



pameti ove riječi, Sri Srimad A. C. Bhaktivedānta Swami Prabhupada tvrdi da »bit sustava *yoge* jest obuzdavanje uznemirena uma«. <sup>19</sup>

## 5. Glavni oblici joge

*Bhagavad-gītā* se može shvatiti kao da u svakom od svojih 18 poglavlja raspravlja o jednom od mogućih putova k istinskoj religioznosti. Toliko bi moglo biti i oblika joge. Međutim, kroz povijest se ipak diferenciralo sedam posebnih tradicija ili škola joge koje sada donosimo. <sup>20</sup>

- 1) *Haṭha-yoga* (najčešći oblik kasne tantričke joge) može se definirati kao reintegracija kroz snagu duha i tijela. Da bi se to postiglo, određeni su razni propisi, moralna pravila, tjelesne vježbe i posebna tehnika disanja pomoću koje se kontroliraju duh i tijelo i omogućuje slobodni prolaz vitalne energije kroz organizam. Krajnji cilj ove joge je harmonično izgrađena ličnost i usklađena sa svijetom u kojem živi. »*Haṭha-yogin* sustavno radi na usavršavanju svoga tijela kako bi ga pripremio za silinu prosvjetljujućeg iskustva. On se usredotočuje na suptilno tijelo (*suksuma-śarīra*), njegove energetske kanale (*nāḍī*) i nastoji manipulirati životnom energijom, pranom, ne bi li uskladio i sjedinio njezin lunarni (*ha*) i solarni (*tha*) aspekt te tako potaknuo kvalitativnu preobrazbu svoje svijesti.« <sup>21</sup>
- 2) *Mantra-yoga* (druga tehnika tantričke joge) provodi reintegraciju kroz hermetičku formulu, odnosno mantru. »Mantre su sačinjene od simboličnih slogova čije sazvučje proizvodi neku neodoljivu snagu. Najvećom manтром smatra se slog AUM ili OM koji označava najviši i najapstraktniji pojam uzvišenosti.« <sup>22</sup> Vjeruje se da se pomoću sloga AUM lakše postiže koncentracija na određenu ideju što je cilj meditacije. Glas A predstavlja javu, glas U označava san, a glas M duboku usnulost. <sup>23</sup>
- 3) *Laya-yoga* (oblik tantričke joge, pa i *haṭha-yoge*) — ostvaruje reintegraciju stapanjem s energijom prirode koja je smještena u korijenu kralješnice i

19 Sri Srimad A. C. BHAKTIVEDANTA SWAMI PRABHUPADA, *Savršenstvo joge*, The Bhaktivedanta Book Trust, ISKCON, Zagreb 1996, str. 8.

20 Osim spomenutih sedam tradicija joge, postoji još i *Tantra-yoga* koja traži pomoć u magijskim tonovima, određenim formulama, slikama koje vode prema ekstazi. U ritualne svrhe pije se vino kao ekscitator, jede se meso kao rezerva života i preporučuje se seksualno ujedinenje kao participacija analogna i identificirajuća ujedinenju *Puruṣe* i *Prakṛiti*.

21 Domagoj ORLIĆ, nav. dj., str. 16.

22 Jasmina PULJO, nav. dj., str. 21.

23 »Prema *Vedanā*, jednom od šest filozofskih sistema, glas A predstavlja objektivni, tj. materijalni svet, glas U predstavlja subjektivni, tj. spiritualni svet, glas M predstavlja ono što je izvan poimanja intelekta, tj. nepoznato. Sve ukupno, slog AUM daje sintezu univerzalnosti — totalitet.« (Jasmina PULJO, nav. dj., str. 21).

naziva se *kuṇḍalinī*. Metoda *laya-yoge* je slušanje unutrašnjeg glasa, gledanje unutrašnjeg Ja i oživljavanje uspavane *kuṇḍalinī* energije.

- 4) *Karma-yoga* koja je prvi puta opisana u *Bhagavad-gīti* označava ispravno djelovanje. To je joga čina i ona ističe važnost nesebičnog djelovanja koje teži općem dobru čitavog kozmosa, a uopće ne gleda na osobni probitak. *Karma-yoga* ostvaruje reintegraciju kroz djelovanje. *Karma-yoga* traži da se čovjek sav preda dužnosti, a da pri tome ne očekuje nikakvu nagradu.<sup>24</sup>
- 5) *Jñāna-yoga* postiže reintegraciju kroz znanje koje je povezano s najvišim oblikom egzistencije. »Ukratko, *Jñāna Yoga* je misaona, filozofska *Yoga* čiji je glavni instrument produbljena misao koja treba da dovede do najviših saznanja.«<sup>25</sup> Osoba koja prakticira *Jñāna yogu* metodom razlučivanja istine od neistine nastoji prodrijeti do jezgre bića koja se u pojedincu razaznaje kao duša (*atman*), a onkraj pojavnog svijeta kao apsolutna objava (*brahman*), nakon što se skine koprena *māyē* (*prakṛti*), tj. nakon što se rasprši kozmički privid.<sup>26</sup>
- 6) *Bhakti-yoga* postiže reintegraciju kroz ljubav, pobožnost. Bez iskrene ljubavi i bez potpune predanosti Bogu »Gospođu«, njega se stvarno ne može ni upoznati. »Bezgranična ljubav koja prožima cijelo biće, prema *Bhakti yogi*, najviši je stupanj ostvarivanja Sebe u božanskom Univerzumu i to je identifikacija sa najvišim Principom.«<sup>27</sup> Prema nekim autorima spomenuta predanost Bogu nije identifikacija, nego sudioništvo ili sjedinjenje s Bogom uz očuvanje različitosti. Naglasak je ovdje na molitvi, pjevanju, religioznom zanosu i apsolutnoj vjeri prema Božanstvu. Oni koji prakticiraju *bhakti-yogu* »nastoje pročistiti svoje emocije putem božanske ljubavi i utopiti se u bezgraničnoj milosti i savršenstvu Vrhovnog Bića.«<sup>28</sup>
- 7) *Rāja-yoga* se naziva kraljevskim putem koji vodi prema reintegraciji. To je oblik joge kojemu može težiti svaki posvećeni jogi. U *rāja-yogi* navodno nastupa supermentalna percepcija i vizija totalnog jedinstva. »Uspostavivši kontrolu nad unutrašnjim i vanjskim utiscima, *rājayogin* uspijeva izdvojiti Sebe od ne-Sebe, oživiti uspavanu energiju koja u njemu leži kao čisti oblik prirode — *Prakṛti*, i da se najzad identificira s najvišim univerzalnim bićem — s *Īśvarom*.«<sup>29</sup>

24 »Življenje je djelovanje, a ispravno življenje ostvaruje se umješnim djelovanjem koje više brine o ispravnim sredstvima i kakvoći negoli o ciljevima i plodovima djelatnosti.« (Domagoj ORLIĆ, nav. dj., str. 15).

25 Jasmina PULJO, nav. dj., str. 26.

26 Usp. Domagoj ORLIĆ, nav. dj., str. 16.

27 Jasmina PULJO, nav. dj., str. 27.

28 Domagoj ORLIĆ, nav. dj., str. 16.

29 Jasmina PULJO, nav. dj., str. 229.



## 6. Nauk joge izražen kroz osam stupnjeva joge

Sustavni nauk (*daršana*) joge i njezina načela izložio je učitelj Patañjali u traktatu *Yoga-sūtra* koji sadrži 195 aforizama. Nastali su između 2. ili 1. st. prije Krista i 3. ili 5. st. poslije Krista. Prema tumačenju Patañjalija joga se sastoji u zaustavljanju nemira ili obrtaja svijesti. To se postiže naporom i odlaganjem strasti. Međutim, to nije lako postići i na tom putu vrebaju mnoge zapreke. Prema Patañjaliju postoji pet zapreka da se dođe do prestanka »obrtaja«. To su: neznanje, egoizam (vjerovanje u postojanje ega), žudnja, mržnja, volja za životom. Neznanje je u temelju svih drugih zapreka. Neznanje se sastoji u tome što se vječno, čisto, sretno, bitno vidi u onome što je u stvari prolazno, nečisto, nesretno i nebitno. Kad nestane neznanje, nestaje također i veza s mnogostrukim patnjama i nastaje sloboda i izdvojenost (*kaivalya*) kao poželjno završno stanje.

Pravi sljedbenik joge koji želi dostići najveći stupanj samoostvarenja mora se pridržavati pravila pomoću kojih će njegov duh i tijelo biti postavljeni na zdravu i stabilnu osnovu. To se događa procesom u koji su uključeni sljedeći stupnjevi joge.

- 1) *Yama* — pet propisa uzdržavanja. Iako *Upaniṣhade* govore o deset, Patañjali navodi samo pet propisa uzdržavanja. To su: a) ne-pozljeđivanje (*ahimsā*) bilo kojeg živog bića; b) istina (*satya*); c) ne-krađa (*asteya*); d) čednost (*brahmacharya*), koja uključuje u sebi potpuno odricanje od erotskih doživljaja u mislima, čulima ili tijelom;<sup>30</sup> e) ne-posjedovanje (*aparigraha*), koje uključuje uzdržavanje od bilo kakve pohlepe.
- 2) *Niyama* — pet propisa pridržavanja koji vode ostvarenju sebe u jogi: a) prakticirati vanjsku tjelesnu i unutarnju duhovnu čistoću; b) zadržati radostan i zadovoljan duh bez obzira na poteškoće i životne nedaće koje nas snađu; c) obuzdavati tijelo, misli i riječi; d) ozbiljno studirati i kulturno se obrazovati; e) posvetiti se Bogu (*Īsvari*) čitavim svojim bićem i na taj način uputiti svoj duh k najvišem cilju koji vodi k besmrtnosti i beskonačnosti.
- 3) *Āsana* — tjelesne vježbe koje omogućuju pravilan položaj tijela, koji mora biti stabilan i prikladan da omogućí smirenje. *Yoga-daršana* ovako opisuje āsanu: »Ostati nepokretan za duže vrijeme bez napora.« Kasnije se govori npr. o 84 osnovnih poza (*āsana*) ili 84 milijuna njihovih varijanti, koliko vrsta i podvrsta bića i pojava ima u prirodi. Međutim, u praksi osnovnih poza ima nekoliko desetina, a njihovih varijanti nekoliko stotina. »Naziv āsane treba da dočara željenu predstavu (mačku, lotos, plug, kobru, točak, pauna, skakavca, skorpiona itd.) ili pak nosi ime nekog mudraca ili legendarnog junaka koji ju je izmislio.«<sup>31</sup> Ideal ovih vježbi je u tome da tijelo ne

30 *Brahmacharya* — celibat je jedan od veoma značajnih propisa uzdržavanja. Posvećenom joginu uskraćeno je pravo na zadovoljavanje seksualnih potreba kao i onih emocija koje su vezane s tjelesnim uživanjem. Smatra se, da se na taj način vitalna a posebno sjemenska energija koja u sebi sadrži reproduktivnu snagu, pretvara u veliku spiritualnu moć«. (Jasmina PULJO, nav. dj., str. 33).

31 Jasmina PULJO, nav. dj., str. 37.

ometa meditaciju. Važno je zaboraviti tijelo, a ne postići ovu ili onu vježbu.<sup>32</sup> Prema autoru djela *Joga u svakodnevnom životu* smisao i svrha asana »nije pretvaranje nakupljene energije ili napetosti u pokret, već usklađivanje funkcija tijela i psihe svjesnim promatranjem tjelesnih i mentalnih procesa«.<sup>33</sup>

- 4) *Prāṇāyāma* — kontrola disanja, sve veće produžavanje vremena potrebnog za udisanje i izdisanje. »Udišući ne primamo samo kisik nego i pranu, kozmičku energiju, snagu univerzuma koja stvara, štiti i rastače. Ona je temeljni element života i svijesti.«<sup>34</sup> Metoda je sljedeća: udahnuti, sačuvati zrak u plućima svaki puta sve duže, izdahnuti. Usporavanje disanja djeluje na usporavanje rada srca i može imati pozitivan i relaksirajući učinak na psihološko stanje osobe. Međutim, ako se prakticira na nerazborit način, može dovesti do opasnih posljedica za tjelesno i duševno zdravlje. »Dobro poznavanje tehnike disanja leži u samoj biti učenja Yoge. Koliki značaj se pridaje disanju kazuje činjenica da yogini starost ne određuju prema broju godina, nego prema broju udisaja. Pored nekih značajnih komponenata, dužina života uglavnom zavisi od načina disanja i tempa udisaja.«<sup>35</sup>
- 5) *Pratyāhāra* — zaustavljanje aktivnosti osjetila za vanjsku percepciju. *Pratyāhāra*, zatvarajući »vrata duše«, odbacuje i isključuje uznemirujući napad vanjskog svijeta i tako izolira onoga koji meditira.
- 6) *Dhārāna* — koncentracija na samo jedan pokret. Prema vjerovanju jogina sistematskim vježbama, odnosno āsanama, a naročito prāṇāyāmom, moguće je psihička kretanja osloboditi fizioloških uvjetovanosti u većoj ili manjoj mjeri, a u nekim slučajevima navodno i potpuno. Tako jogin prelazi na nutarnje i istančane vježbe.
- 7) *Dhyana* — kontemplacija i meditacija. To je pretjerano usredotočenje na jednu »točku«, na samo jedan objekt misli. Postoje dvije vrste predmeta: materijalni i duhovni. Materijalna meditacija se sastoji u koncentraciji misli na neku uzvišenu ličnost, vođu, učitelja ili mudraca. Duhovni su predmeti u sebi uzvišene i plemenite ideje kao što su: znanje, istina, ljubav i druge koje vode prosvjetljenju osobe. Veliki učitelj joge Swāmī Sivananda preporučuje da se u meditaciji povremeno postavi pitanje: »Tko sam ja? Odakle sam došao? Kuda idem? Kakav sam? Zašto postojim?« Drugim riječima, u meditaciji bi trebalo dobiti odgovor na ova temeljna egzistencijalna pitanja koja nam se sama od sebe nameću.<sup>36</sup>

32 »Većina prosječno zdravih vježbača treba od 1 do 3 godine raditi na temeljnim stavovima kako bi se tijelo prilagodilo na nove pokrete, a aspirant razvio psihološke osobine potrebne za ozbiljan rad na višim stupnjevima yoge.« (Domagoj ORLIĆ, nav. dj., str. 56).

33 Paramhansa SVAMI MAHESVARANANDA, *Joga u svakodnevnom životu*, EUP, Wien 2000, str. 18.

34 Isto, str. 19.

35 Jasmina PULJO, nav. dj., str. 39.

36 Prema nauku yoge, osoba meditacijom spoznaje nestalnost i prolaznost stvorenog svijeta i otkriva ljepotu i neprolaznost duhovnih dobara i trajne sreće. »Zemaljske želje izbacuju nas iz unutarnjeg

8) *Samādhi* — identifikacija svijesti s predmetom. Po principima joge *samādhi* je najviši i posljednji stupanj joge, i mogu ga dostići samo oni koji su svoje tijelo izvana i iznutra dobro pročistili, koji se pridržavaju najviših moralnih zakona i koji su svoj duh uspjeli osloboditi od ovosvjetske vezanosti. *Samādhi* je čisto motrenje predmeta (materijalnoga, a potom i duhovnoga), oslobođeno svake pristranosti izobličavanja. To je prestanak svake uznemirenosti, intelektualne i tjelesne. Realna koincidencija između onoga koji spoznaje, spoznanja i spoznatoga.<sup>37</sup>

Konačno znanje koje se stječe u *samādhiu* postupno obuhvaća sve i ono je spasonosno. To znači da ono oslobađa čovjeka od njegove ovisnosti o realnom svijetu i, prema tome, oslobađa ga od svih bolova i patnji. Čovjek koji postigne stanje *samādhi*a jest izoliran (*kevala*) i slobodan.<sup>38</sup>

## 7. Stav kršćanstva prema jogi

Nakon što smo izložili nauk joge, donosimo i kršćanski stav prema jogi u svjetlu interdisciplinarnе antropologije.

Činjenica da joga egzistira već pet tisuća godina, da je nadahnjivala velike umove prošlosti, a i danas ima veliki utjecaj ne samo na Istoku nego sve više i na Zapadu, dovoljan je razlog da se ona ozbiljno prouči i suoči s kršćanstvom koje ima poslanje da zahvati i prožme čitav svijet.

Joga kao način života i kao metoda oslobađanja od navezanosti na ovaj svijet dolazi iz hinduističke religije koja ima dodirnih točaka s kršćanskom vjerom, ali

raja. One nam nude lažne užitke koji se izdaju za duševnu radost. No božanskom meditacijom izgubljeni raj može se brzo opet pronaći. Budući da je Bog uvijek neslućeno nov, ne može nam dođati. Možemo li se zasititi blaženstva čiji se raskošni okus neprestano mijenja?» (Paramahansa YOGANANDA, nav. dj., str. 112).

37 »Prema Patañjaliju ima dva stupnja najviše identifikacije: sa sviješću (*savikalpa*) u kome predstava o individualnoj egzistenciji i činjenica spoznaje ostaju potpuno jasni, i drugi, bez svijesti (*nirvikalpa*) u kome se individua ne izdvaja od samoga objekta spoznaje. U *nirvikalpi* se gubi individualan oslonac i prestaju sva mentalna kretanja. Kroz nadčulnu bezličnost ulazi se u stanje potpune identifikacije s »neboom zakona«. Depersonalizirana individua se utapa u krajnje sublimnu ideju koja je njen krajnji cilj i čime se ostvaruje njena prava egzistencija. Individualno Ja nestaje u Totalnom, u beskonačnu univerzalnost — u *Niravāṇu*«. (Jasmina PULJO, nav. dj., str. 44).

38 O takvom, oslobođenom čovjeku *Bhagavad-gītā*, 6. 20–22 kaže:

»Kada smiruje sadržaje svijesti  
zauzdava službom *yoge*  
i kad, gledajući sebe sopstvom,  
u sopstvu se raduje.  
Spoznaje ono što je beskrajna sreća,  
Umom dohvatna, nadosjetilna,  
i u kojoj se on ustaljen  
ne udaljuje od istine.  
Nju postigavši, ne misli na  
drugu ni veću od te.  
U njoj ustaljen, ni velikom  
se nesrećom ne da od nje udaljiti.«

također i puno razlika koje bi zreo i odrastao kršćanin trebao znati uočiti i pravilno se prema njima postaviti. Na to nas upozorava i Sveti Otac Ivan Pavao II. koji je u svome *Testamentu za treće tisućljeće*, napisao: »Znalačka razmjena između katolika i sljedbenika drugačijih tradicija može pomoći da se razaberu dodirne točke u duhovnom životu i u izražavanju religijskih vjerovanja a da se pri tome ne zanemare i razlike. Takvo razabiranje jest to potrebnije tamo gdje su ljudi izgubili korijene svoje tradicije i tragaju za drugim izvorima duhovnog oslonca i obogaćivanja... Nije stoga na odmet upozoriti one kršćane koji se s oduševljenjem otvaraju određenim ponudama što dolaze iz religioznih tradicija Dalekog istoka, u vezi s metodama i tehnikama meditacije i askeze... Najprije treba dobro poznavati vlastito duhovno nasljeđe i razmisliti je li pravo odbacivati ga tako olako.«

Glavne razlike između hinduističke religije i kršćanstva odnose se na pojam Boga, čovjeka, patnje, grijeha, oslobođenja i spasenja.

### 7.1. *Slika Boga u hinduizmu i kršćanstvu*

Prvo što treba imati na pameti jest činjenica da u hinduizmu ne postoji jedinstveno vjerovanje obvezujuće za sve hinduističke vjernike, nego se može reći da postoji mnoštvo tradicija, često u sebi kontradiktornih, koje ipak koegzistiraju u tolerantnu ozračju. Tako se i pojam Boga različito tumači. *Vede* poznaju Boga Stvoritelja i Boga Oca. Starije upanišadi usredotočuju pozornost na pojam sopstva (*âtman*) koji je za razliku od jastva sveobuhvatan pojam, paradoksalan po tome što se on čini najvišim predmetom spasenja, a zapravo nije uopće predmet, nego nespoznatljivi subjekt svijesti. »Čime da spoznaš spoznavatelja?« — kaže *Yajnavalkya*.<sup>39</sup> Drugi je obuhvatan pojam *brahman*, Riječ vedske objave, jer su *Vede* kao objava ravne po obuhvatnosti svjetovima ili bogovima. Stoga se može reći da je sve u početku bilo *âtman*, ili da je bilo *brahman*. U nešto mladim upanišadama javlja se nauk o osobnom Bogu koji je različit od prirode. *Bhagavad-gîtâ* za Boga, Svevišnju Božansku Osobu kaže: »Svojim neočitovanim oblikom prožimam čitav ovaj svemir. Sva su bića u Meni, ali Ja nisam u njima.«<sup>40</sup> Ovim riječima je potvrđena transcendentnost Boga i njegova osobnost. »U *Kaṭha Upaniṣadi* nalazi se pojam osobnog Boga, koji je predstavljen kao Gospodin idealnog svijeta te svijeta koji postaje«, čitamo u jednom katoličkom rječniku fundamentalne teologije.<sup>41</sup> Međutim, imajući na pameti vjerovanje u mnogobrojna utjelovljenja božanstva (*avatāre*) u hinduizmu te samo jedno utjelovljenje Sina Božjega Isusa Krista u kršćanstvu, očito je da se pojam utjelovljenoga Boga u spomenutim religijama bitno razlikuje. Utjecajni guru Paramahansa Svāmī Mahesvarananda u svojoj knjizi *Joga u svakodnevnom životu* Boga ne doživljava kao osobno biće, nego za Boga kaže: »On je sveprisutna, svjesna energija koja prožima cjelokupnu kreaciju i sva bi-

39 *Brhadarenyaka-upaniṣad* 2, 5. 14.

40 *Bhagavad-gîtâ*, 9. 4.

41 Mariasusai DHAVAMONY, »Induismo«, u: *Dizionario di teologia fondamentale*, René Latourelle — Rino Fisichella (ur.) Cittadella Editrice, Assisi 1990, str. 606.

ća.«<sup>42</sup> Joga naučava da Bog (*Ishvara*) nije stvoritelj prirode, života i čovjeka, nego su ove stvarnosti nastale iz primordijalne supstancije (*prakriti*).

Bog u kojeg kršćani vjeruju jest transcendentno vrhovno biće, Stvoritelj neba i zemlje, svega vidljivoga i nevidljivoga. Nadalje, On je u sebi Trojstven, dinamizam je ljubavi Oca, Sina i Duha Svetoga, beskrajno milosrđe i ljubav sama.

## 7.2. Soteriologija joge i kršćanstva

Također se i soteriologija (nauk o spasenju) kod joge i u kršćanstvu bitno razlikuje. Kako se čovjek spašava i sjedinjuje s Bogom? Prema kršćanskom shvaćanju čovjek je stvorenje Božje koje je u svome iskonu ranjeno istočnim grijehom i kao takav on samo svojim silama ne može doći do Boga, a to znači da sam sebe ne može spasiti. Protivno ovakvom kršćanskom vjerovanju, religijska tradicija kojoj pripada joga smatra da se čovjek u konačnici sam spašava od podložnosti neumoljivom zakonu *karmana* koji prisiljava dušu da se vraća u ljudsko tijelo ili neku drugu egzistenciju dok se posve ne očisti i osposobi za oslobođenje. U tom kontekstu, može se reći kako je cilj joge osloboditi se navezanosti na ovaj materijalni svijet i tako iskočiti iz začaranog kruga reinkarnacija.<sup>43</sup>

Za razliku od vjerovanja prema kojemu se čovjek sam spašava spoznajom od neumoljiva zakona *karmana*, tj. iskupivši se mnogobrojnim reinkarnacijama od nakupljenih posljedica svojih djela, kršćansko vjerovanje uči da je čovjeku oslobođenje od grijeha, a time i definitivno spasenje ponuđeno i darovano u Isusu Kristu, koji je »radi nas ljudi i radi našega spasenja sišao s nebesa«, utjelovio se, umro i uskrsnuo. Bog kojeg je Isus Krist navijestio svijetu jest Bog koji spašava, Bog bogat milosrđem. Biblija daje do znanja da je ključna riječ čitave povijesti spasenja Božje milosrđe.

U hinduističkom konceptu spasenja Bog može izgledati kao promatrač neumoljiva zakona *karmana* koji određuje čovjekovu sudbinu. Nasuprot tomu, židovsko-kršćanska tradicija vjeruje u Boga koji »uživa u pomilovanju«. Prorok Mihej kaže: »Tko je Bog kao ti koji prašta krivnju, koji grijeh oprašta i prelazi preko prekršaja Ostatka baštine svoje.« Bog u kojeg mi kršćani zajedno sa Židovima vjerujemo jest Bog koji »ne postupa s nama po grijesima našim«, kao što to lijepo kaže 103. Psalm.

Vrhunac Božje dobrote i čovjekoljubivosti ostvaren je u osobi Isusa Krista. On je naviješteni Jaganjac Božji koji oduzima grijehe svijeta. Isus Krist je na se uzeo naš »karman«, odnosno grijehe čitavog svijeta i tako nas pomirio s Bogom i definitivno ponudio svima spasenje. Može se reći da u Isusu Kristu mi imamo otkupljenje njegovom krvlju, oprostjenje grijeha, prema bogatstvu njegove milosti, kako kaže sv. Pavao u poslanici Efežanima. Kršćani vjeruju da je Isus Krist definitivno razbio neumoljivi zakon *karmana* koji je tražio mnogobrojne reinkarnacije. Uzi-

42 Paramhans SVĀMĪ MAHESVARANANDA, nav. dj., str. 328.

43 Filozofska kritika reinkarnacije može se naći u prilogu: Ivan MACAN, »Filozofska kritika reinkarnacije«, u: M. NIKIĆ (ur.), *Reinkarnacija i/ili uskrsnuće*, FTI, Zagreb 1998, str. 36–45.

majući na se sve grijeha svijeta i umirući dobrovoljno na križu bez riječi prosvjeda, štoviše, opraštajući svojim ubojicama, Isus je slomio prokletstvo neumoljivosti kazne koju smo svojim djelima, hinduisti bi rekli, svojim *karmanom*, zaslužili i na taj način Isus nam je omogućio put u vječni život bez potrebe vraćanja u nove cikluse rađanja i umiranja. Evanđelisti navode Isusove riječi kako se njegova krv »prolijeva za oprostjenje grijeha«.

### 7.3. Neznanje ili grijeh?

I joga i kršćanstvo žele dostići konačnu istinu svega što postoji. Joga smatra da je neznanje glavni krivac čovjekove patnje i nemogućnosti da upozna konačnu istinu. »Patnja svoj uzrok ima u nepoznavanju (*avidyā*) prave naravi ljudske egzistencije i zabludi (*moha*) da je nešto onakvo kakvo zapravo nije.«<sup>44</sup> Kršćanstvo pak naučava da nije glavni krivac neznanje, nego grijeh koji je ranio čovjeka u jezgri njegove osobnosti. »Grijeh se diže protiv ljubavi Božje prema nama, udaljuje od nje naša srca. Kao i prvi grijeh, to je neposlušnost, buna protiv Boga, radi volje da čovjek postane 'kao bog' spoznajući i određujući dobro i zlo (Post 3, 5).«<sup>45</sup> Joga i kršćanstvo se također razlikuju u shvaćanju načina kako nadvladati patnju i zlo u svijetu. Joga naučava da je to prosvjetljenje koje dovodi do prave samospoznaje. »U toj spoznaji starije upanišade (*upanišadi*) vide i tumače unutrašnji smisao *Veda*. One upravo u spoznaji (*dnana*), a ne više u obrednom činu (*karman*) vide put u besmrtnost. *Ātman* je besmrtno počelo osobe i treba ga spoznati za oslobođenje od smrtnosti.«<sup>46</sup> Protivno ovakvom stavu, kršćanstvo je uvjeren da se čovjek ne spašava svojim znanjem, nekom novom spoznajom vlastitog besmrtnog načela, nego vjerom u utjelovljenu ljubav Božju u osobi Isusa Krista biva čovjek oslobođen od grijeha i spašen za život vječni. »Tko bude vjerovao i pokrstio se, spasit će se; tko ne bude vjerovao, osudit će se«, kaže Isus u Markovu evanđelju (Mk 16, 16).

### 7.4. Pobjeći od svijeta ili mijenjati svijet?

Bitna razlika između nauka joge i kršćanstva vidi se i u stavu koji ove dvije tradicije imaju prema svijetu. Krajnji cilj duhovnog napora odnosno joge je *kaivalya*, tj. potpuna oslobođenost duha od materije, sloboda od navezanosti na materijalni svijet. Sva životna filozofija joge, sve tjelesne vježbe, razne tehnike disanja, psihološke i umne tehnike koncentracije imaju samo jedan cilj: što prije odvojiti dušu od tijela i svake povezanosti s materijalnim svijetom. Dakle, cilj je joge pobjeći od svijeta, povući se duboko u sebe samoga, osloboditi se neznanja i kroz prosvjetljenje i savršeno znanje preseliti se u duhovni svijet, a to se može opisati i kao sjedinjenje s Bogom ili *brahmanom*. Prema metafizici joge čovjek je, kao uostalom

44 Domagoj ORLIĆ, nav. dj., str. 117.

45 *Katekizam Katoličke crkve*, HBK, Zagreb 1994, br. 1850.

46 Mislav JEŽIĆ, »Brahmanizam«, u: *Istočne religije* (skripta za studente), Mislav JEŽIĆ — Milka JAUŠK-PINHAK — Klara GÖNC-MOČANIN, Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagreb 2001, str. 22.



i cjelokupna zbiljnost, sastavljen od dva bivstva: *prakṛti* (ono vidljivo, nestvoreno, promjenljivo, ali neuništivo) i *puruṣe* (ono što vidi i motri, što je nepromjenljivo i vječno). Konačni cilj joge je postići savršenu spoznaju, osloboditi se od prirode kao uzroka patnje te dovršiti svoju kozmičku zadaću samooslobađanja *puruṣe* od *prakṛti*, tj. postići savršenu slobodu od svake uvjetovanosti (*kaivalya*).

Prema kršćanskom nauku čovjek je cjelina duše i tijela, tako da i jedna i druga stvarnost bitno spadaju na identitet čovjeka kao osobe. Prema Božjem planu, kako ga kršćani shvaćaju i u kojega vjeruju, i duša i tijelo će biti proslavljeni i uvedeni u božanski način života nakon smrti ukoliko čovjek povjeruje u ljubav Božju u Kristu Isusu. Utjelovljenjem u ovu našu povijest, u naš materijalni svijet, Bog je u osobi Isusa Krista afirmirao materijalni svijet i odredio da i sama materija (tijelo) bude uvedena u božanski život. Kršćani naime vjeruju u uskrsnuće tijela i život vječni u kojem će čovjek kao cjelina, dakle s dušom i tijelom biti vječno proslavljen. Prema tome, kršćanin ne smije bježati od svijeta, nego je pozvan da taj svijet mijenja i usavršava, ne dajući se zarobiti od njega, nego pripremajući ga za proslavu koju mu je Bog namijenio.

#### 7.5. Povući se u samog sebe ili se otvoriti za susret s drugim u ljubavi

Cilj joge je odijeliti se ne samo od prirode, svijeta, svojih emocija nego i od vlastitog tijela. U nekim varijantama sustava joge nema puno mjesta za ljubav, a nije ni ona glavni cilj života. Prema nauku joge najvažnije je što prije osloboditi se neznanja, odijeliti se od svega, postati svjestan svoje prave duhovne naravi (*puruṣe*). »Patañjali samo u dva navrata spominje *maitri* (*Yoga-sūtra*, I, 33 i III, 23) koju možemo prevesti kao 'ljubav', no ona se shvaća više kao sastavni dio *ahimse*, temeljnog moralnog načela nepovređivanja drugih živih bića, a manje kao nekakva vrijednost po sebi, cilj ili smisao ljudskog života.«<sup>47</sup> Belgijanac Jacques Verlinde, doktor znanosti, jedno vrijeme je prakticirao duhovnost transcendentalne meditacije, a nakon što je radikalno krenuo za Isusom Kristom, iznio je svoje iskustvo s istočnjačkom duhovnošću koju je doživio kao zatvorenost u samog sebe: »U ovom neosobnom spajanju s profinjenim prirodnim energijama nije bilo više mjesta za ljubav. Za ljubav treba dvoje, dva osobna bića, koja slobodno odlučuju da se jedno drugom daruju, da učine savez. U iskustvu samadhija ne postoji ništa drugo osim neosobnog Ja, posvemašnje osamljenosti od Svega, uživanje u samome sebi. U tome stanju ne postoji više alternativa da bi se moglo ljubiti, klanjati...«<sup>48</sup>

47 Domagoj ORLIĆ, nav. dj., str. 122. »*Bhakti-yoga* ili *yoga ljubavi* tu je izuzetak budući da je sva ustrojena oko razvijanja ljudskih emocija i usmjerena prema otkrivanju naravi istinske ljubavi« (isto, str. 122).

48 »Od ashrama do samostana« — ispovijest bivšeg tajnika indijskog gurua Maharishi M. Yogija, u: *Veritas* 12(2003), str. 22.

Kršćanstvo pak upravo u ljubavi vidi konačni smisao ljudskog života.<sup>50</sup> Bog u kojeg kršćani vjeruju objavio se kao Ljubav u osobi Isusa Krista. Sam Isus je sve zapovijedi Božje sveo na samo jednu zapovijed ljubavi prema Bogu i bližnjemu. Prema Isusovu nauku jedini kriterij za nagradu na Sudnjem danu bit će ljubav. Kršćanstvo je u biti religija ljubavi. Ljubav je vrhovna vrijednost jer je Bog ljubav. Prema kršćanskom vjerovanju i naučavanju čovjek se najviše ostvaruje onda kad nesebično ljubi. Za razliku od joge koja naučava da je glavni cilj čovjekova života na zemlji ući u sebe, odvojiti se od svih i svega kako bi se kao čisti duh sjedinio s Bogom, kršćanstvo naučava da je smisao i poslanje čovjekova života na zemlji da izađe iz sebe, da se otvori drugima, da ih nesebično ljubi i tako po djelatnoj ljubavi prema Bogu i bližnjemu zasluži ući u puninu ljubavi i vječnog života u Božjem Kraljevstvu.

#### 7.6. Kontradiktornosti i praznine u nauku joge

Jedan od zahtjeva joge je ne nanositi nikome boli, a napose nikoga ne ubiti (*ahimsa*). Reinkarnacijsko vjerovanje uči da je duhovna bit (*ātman*) prisutna u svakom živom biću, neki tvrde — ne samo u ljudima i životinjama nego također i u biljkama, pa i u običnim stvarima, i zato ga se ne smije ubiti. »Čuvanje svih oblika života uz poštovanje njihove posebnosti i samostalnosti jedan je od osnovnih aspekata učenja joge.«<sup>51</sup> Međutim, zastupnici vegetarijanske hrane taj princip poštuju samo kad su u pitanju životinje i ne jedu njihovo meso jer ih ne žele ubiti zbog duše koja je prisutna u njima, a zaboravljaju da ne bi smjeli jesti također ni ikoju biljku — jer se *ātman* i u njoj nalazi.<sup>52</sup>

Cilj tantričkih škola joge nije izgradnja pravednog i skladnog društva, nego samo osobni duhovni napredak. Praktikant ove joge se ne pita što je dobro za njegova bližnjega, nego se samo pita što njemu koristi na putu prema konačnom oslobođenju.

Praktikanti joge su prema svome guruu izuzetno servilni i prema njemu razvijaju idolatrijski stav, časteći ih i obožavajući kao da su bogovi. U tome ih podržava-

51 Paramhans SVAMI MAHESVARANANDA, nav. dj., str. 13.

52 *Kaṭha Upaniṣad* 2, 2, 7 uče da »neke duše ulaze u utrobu da dobiju tijelo; druge pak ulaze u nepomične objekte ovisno o svojim djelima i mislima«. Spomenuti nepomični objekti (*sthanum*) najčešće se prevode sa »biljke«.

ju i na to ih potiču neki tantrčki hinduistički spisi: »Nema sumnje da je Guru otac, majka, čak bog. Njemu treba služiti svim mislima, riječima i djelima.«<sup>53</sup> Neki smatraju da se u filozofiji joga nazire kontradikcija jer se s jedne strane traži i promiče oslobođenje od svega, a s druge strane se traži ropska poslušnost i maksimalna navezanost na gurua.

Ovdje treba također reći kako i nije prvotni cilj samih fizičkih vježbi (*āsana*) fizičko dobro tijela (*fitness*) kako to shvaćaju na Zapadu, nego je glavni cilj tih vježbi imobilizacija tijela da ga se duh što prije oslobodi. Isto tako nakana kontrole disanja (*prānāyāma*) nije u tome da osnaži respiratorni sustav, nego da ga uspori kako bi se postiglo savršeno stanje koncentracije. Theos Bernard, autor famozne knjige o *Haṭha-yogi* kaže da »dokle god prestanak disanja nije razvijen do najmanje tri minute, ništa se značajno nije postiglo«<sup>54</sup> Međutim, ta vježba, napose kod ljudi u zapadnoj kulturi i civilizaciji, može biti veoma opasna za njihovo zdravlje. Opasni učinak takvog dramatičnog smanjenja disanja je *hypoxia*, odnosno smanjenje koncentracije kisika u krvi ispod granice potrebne za normalno zdravlje. Patološki simptomi smanjenog disanja su grčevi, drhtanje tijela, glavobolje i sl. Na ovu opasnost redovito upozoravaju također i indijski učitelji joga.

Općenito se smatra, a gurui koji s Istoka dolaze na Zapad, tako i tumače, da je meditacija (*śamya*) naime čista tehnika opuštanja s ciljem da se uklone nagomilani stresovi. Međutim, pravo značenje meditacije je u postizanju savršene kontrole duha kako bi se poništio svaki utjecaj materijalnog elementa (*prakṛiti*) i tako stvorio uvjet za oslobađanje od materijalnog svijeta i ulaženje u egzistenciju čistog duha. Relaksacija psihe i tijela može nastati, ali samo kao produkt ili sporedni učinak meditacije, čiji je glavni cilj oslobađanje od reinkarnacije.

Vježbanje i prakticiranje meditacije, kao i ponavljanje mantri proizvode često iste učinke kao i uzimanje droge, naime dovode do promijenjenog stanja svijesti u kojem se poništava kritičko rasuđivanje mozga. Prema tome učinak meditacije ne mora biti oslobađanje sopstva i ulazak u više razine svijesti, nego promijenjeno stanje svijesti na koju mogu lakše djelovati razni duhovi koje nije lako razlikovati jer je isključena racionalnost uma.

## Zaključak

Joga je metoda kojom se provodi kontrola fizičkih, moralnih i intelektualnih energija s ciljem da se čovjek dovede u izolaciju i odvoji od svega što je ograničeno, pa i od vlastite individualne naravi kako bi, oslobođen od promjena i patnje, na temelju nove spoznaje došao do oslobođenja (koje se može interpretirati i kao sjedinjenje s *Brahmanom*) i tako postigao savršeni stupanj sreće i blaženstva. Joga nije samo metoda psihofizičkih vježbi, to je filozofija života, određeni način egzistencije kojemu više odgovaraju hinduistička antropologija i teologija koje se u

53 *Shiva Samhita* 3, 13–14.

54 Theos BERNARD, *Haṭha Yoga*, Rider & Co., London 1982, str. 89.

mногоčemu razlikuju od kršćanske antropologije i biblijske teologije. Važno je također naglasiti kako nije moguće jogu naučiti vlastitim iskustvom, ni preko knjiga, jer joga nije samo praksa nego i inicijacija<sup>55</sup> te traži apsolutno vodstvo učitelja, gurua koji je već dobro prosvjetljen i u kojeg se učenik pouzdava na jedan izuzetno poslušan i sakralan način. Samo u njihovoj govornoj komunikaciji, i još više u suživotu s učiteljem, pod zračenjem duhovne energije gurua, moguće je prakticirati jogu kako ona to i zahtijeva.

Kršćanstvo je također filozofija života, bolje reći put kojim treba ići u nasljeđovanju Isusa Krista koji je došao na zemlju ne samo da prosvjetli čovjeka i da ga oslobodi od njegova neznanja nego prije svega da ga spasi i otkupi od njegova grijeha. Cilj joge je pomoći čovjeku da se oslobodi svoje vezanosti uz prirodu, da odbaci materiju (*prakṛti*) s kojom je duboko sjedinjen njegov duh (*purusa*) i da se kao čisti duh oslobodi i tako praktički izgubi u beskrajnima mira i slobode.<sup>56</sup> Za razliku od joge, kršćanstvo naučava da je Bog stvorio i dušu i tijelo te da će te obje konstitutivne sastavnice čovjeka biti spašene i proslavljene pod uvjetom da čovjek povjeruje u Isusa Krista koga je Bog poslao da spasi svijet.

Na koncu ovog razmišljanja o jogi i kršćanstvu, što reći o ponudi da se u naš školski sustav uvede program joge u svakidašnjem životu? Hrvatski biskupi su zauzeli jasan stav da nije potrebno na takav način uvoditi jogu u naše škole.<sup>57</sup> Tko želi upoznati i prakticirati tu metodu koja ne uključuje samo fizičke vježbe nego može uključivati i jednu životnu filozofiju koja se uvelike razlikuje od kršćanskog pogleda na svijet, može to učiniti privatno i izvan školskog sustava. Crkva je s pravom zabrinuta za svoje vjernike jer ponuđeni program joge u svakidašnjem životu nije samo program psihofizičke relaksacije s ciljem poboljšanja mentalne koncentracije, nego je istina to da joga duboko zadire u psihu osobe s ciljem da je uvede u inicijaciju nove religioznosti,<sup>58</sup> kao i to da promijeni mentalni sklop ličnosti što bi moglo biti veoma pogibeljno za mentalno zdravlje nekih osoba koje pripadaju

55 Spomenuta tvrdnja se odnosi ponajprije na tantričku jogu čijoj tradiciji pripadaju mnogi učitelji joge.

56 Prema *Advaita Vedanta*, individualna duša (*atman*) gubi svoju lažnu individualnost ostvarujući svoj identitet s Brahmanom: »Ja sam Brahman« (*aham brahmasmi*). To je stanje vrhunskog blaženstva, sreće i čiste egzistencije. Za škole *Nyaya Vaisesehika* i *Mimamsa*, oslobođena duša egzistira oslobođena svakog ugodnog ili bolnog iskustva, ona nema niti sreće ni svjesnosti. Prema *Samkhya Yogi*, oslobođena duša egzistira u osamljenom stanju mirnoće, doživljava intimnu narav kao čisti duh koji nije više u nikakvom odnosu s materijom.

57 »Stalno vijeće Hrvatske biskupske konferencije uputilo je apel našoj javnosti i zato što se išlo preko Ministarstva i zašto se donijela takva važna odluka bez suglasnosti roditelja i javnosti. U krajnjoj liniji, riječ je o uvođenju hinduističke religije u naše društvo i to uz pomoć prosvjete i škole. Škola i prosvjeta u ovom slučaju nude 'lopovske ljestve'«, piše đakovački biskup mons. Marin SRAKIĆ u svom članku: »'Provjeravajte duhove, jesu li od Boga' (1 Iv 4, 1) — Joga u našim školama«, u: *Vjesnik Đakovačke i Srijemske biskupije* 1(2004), str. 2.

58 Iako autor sustava *Joga u svakodnevnom životu* guru Paramhans Svami Mahesvarananda tvrdi da joga nije religija (str. 13.) on tu svoju tvrdnju demantira na 338. stranici iste knjige — *Joga u svakodnevnom životu* — gdje predlaže da se na koncu vježbe otpjeva 3 puta mantra u kojoj se izričito kaže: »Klanjam se Trokom Bogu, Šivi...«.

drugoj kulturi i civilizaciji. Iako guruī koji dolaze na Zapad da uvedu jogu u naš svakidašnji život, tvrde da joga kao vježba nije neka nova religija, istina je ipak drukčija. Joga je u svojoj biti put prema transcendenciji, ona je sredstvo kojim se nadvladava svijet iluzija u kojem navodno živimo da bi se postiglo sjedinjenje s Konačnom Stvarnošću, npr. s *brahmanom*. Filozofija i teologija koje se kriju iza joge nerijetko su monističke orijentacije, što znači da ne razlikuju bitno stvorenje od njegova Stvoritelja, nego drže da je sve jedno, a razlike su samo privid. U toj perspektivi nema ni grijeha ni zla, nego je sve rezultat neznanja, a ne zle volje. U biti je prema hinduističkom shvaćanju, odakle dolazi joga, čovjek zapravo božanstven, samo to ne zna, treba mu samo neki guru, duhovni vođa da ga prosvijetli i da mu to dovede u svijest. Takav je stav u znatnoj suprotnosti s kršćanskim shvaćanjem prema kojem je čovjek, istina, dijete Božje, ali ipak samo stvorenje koje se razlikuje od svoga Stvoritelja.

Prema klasičnom djelu Patañjalija *Yoga Sūtra*, osnovni zakon ljudske egzistencije glasi da je »sve patnja za mudraca« (2. 15). Iz toga indikativa slijedi imperativ koji kaže da treba što prije pobjeći iz takvog svijeta patnje i iluzije. »Osloboditi sebe od patnje, cilj je svih indijskih filozofija i magijsko–mističnih tehnika.«<sup>59</sup> Nasuprot ovakvom shvaćanju smisla života, biblijski i kršćanski stav uči da nije glavni problem čovjeka neznanje i patnja, nego grijeh i pobuna čovjekove slobodne volje protiv svoga Stvoritelja. Iz toga slijeda da za kršćanstvo nije glavni cilj pobjeći od patnje, nego osloboditi se grijeha i povjerovati u ljubav Božju koja nas otkupljuje i opravdava u Isusu Kristu, Spasitelju svega svijeta.

Konačno, recimo i to da neke škole joge žele na neki način ubiti u osobi emocije kako bi se postigao unutarnji mir. Takav pristup emocijama napad je na ljudsku narav koja ima ne samo intelektualnu nego i afektivnu komponentu — koju treba pročistiti i pravilno usmjeriti, a ne ukloniti iz osobe. Emocije se ne smiju ubiti, nego odgojiti, oplemeniti, uvesti inteligenciju u emocije tako da one postanu naša snaga u ostvarivanju naših plemenitih ciljeva. Prema tome, ciljevi koje nudi program »joga u svakidašnjem životu« mogu se postići drugim psihološkim metodama i tehnikama koje su znanstveno utemeljene i daleko primjerenije našem mentalitetu i našoj religijskoj kršćanskoj tradiciji nego li je to joga koja dolazi iz religijske tradicije hinduizma.

**[Napomena: Na autorov zahtjev u ovom elektroničkom izdanju ispuštena su neka mjesta: tekst na stranici 55/56 (poslije podnožne bilješke označene brojem 48), podnožne bilješke broj 49 i 50 te podnožna bilješka broj 60]**

59 *The Encyclopedia of Religion*, Mircea Eliade (ur.), nav. dj., str. 520.

## CHRISTIANITY AND YOGA

Mijo NIKIĆ

### Summary

*In the first part of the article the author explains the concept of yoga, presenting it as one of the six systems of Hindu philosophy. An explanation of the meaning of yoga, its roots and historical development follows. The principal dimensions of classic yoga, according to the author, include the physiology of yoga, its metaphysics, psychology, morality and asceticism. The seven forms of yoga are then presented (Hatha-yoga, Mantra-yoga, Laya-yoga, Karma-yoga, Jnana-yoga, Bhakti-yoga and Raja-yoga), along with the principal dogma of yoga, which are explained through the eight steps. In the second part of the article, the author expounds the Christian stance towards yoga, contrasting the anthropology and theology of yoga with Christianity. The author concludes his article with the statement that yoga is not just a method involving psycho-physical exercises, but that its teachers regularly also bring with it a philosophy of life as well as a certain way of life underpinned by Hindu philosophy, anthropology and theology which are very different from Christian anthropology and biblical theology.*

*(Translated by: Mijo Nikić)*