

Kehalised religioossed eesmärgid

Haṭha Yoga Pradīpikās

Erki Lind

Sissejuhatus

Käesolev artikkel räägib kehaga seotud religioosetest eesmärkidest klassikalises hathajooga tekstis *Haṭha Yoga Pradīpikās* (HYP). Lääne, või veel õigem on öelda, tänapäeva inimeste arusaamas on jooga ja keha suhe ambivalentne. Üht suunda esindab väga suur hulk moodsa jooga harrastajaid, kelle jaoks jooga ongi puhtalt kehaliste harjutuste kompleks, mida praktiseeritakse nii füüsilise kui psüühilise heaolu eesmärgil. Teisest küljest on teaduses väga pikka aega püsinud diskursus, mille järgi on jooga puhtalt vaimne distsipliin. Joogatekstides sõnastatud kehalisi eesmärke, alates heast tervisest kuni maagiliste võimete (*siddha*) ja kehalise surematuseni, nähakse pelgalt kõrvalmõjudena. See arusaam on pärit ajast, mil 19. sajandi lõpus hakkasid India religiooniuuendajad — nagu Svami Vivekananda¹ — joogat ja India vaimsust läne maailmas laiemalt tutvustama. Akadeemilise sfääri jaoks on mõjukas olnud Mircea Eliade põhjalik teos,² mis on siiani üks väheseid joogat tervikuna käsitlevaid raamatuid. Eliade keskendub Patandžali *Yoga-sūtra*'le

¹ David G. White. Introduction. — *Yoga in Practice*. Ed. by David Gordon White. Princeton: Princeton University Press, 2012. Vaata ka Swami Vivekanada. *Karma-jooga*. Tallinn: HPB Loož, 2008.

² Mircea Eliade. *Yoga: Immortality and Freedom*. Princeton: Princeton University Press, 2009.

ja just nimelt selle teoloogilisele osale. Tema raamatu mõjul käsitletaksegi *Yoga-sūtra*'t siiani kogu joogat esindava põhiteosena.

Saamaks selgust, kumb ettekujutus on õige või kuidas need omavahel ühilduvad, tulebki vaadata kehaliste ja religioosete eesmärkide seoseid. Hathajooga on tänapäeval Läänes kõige levinum joogavorm, aga samas on peetud ja peetakse seda — jällegi eelkõige Svami Vivekananda mõjul — teiste, müstiliste joogastiilidega võrreldes vähem väärtuslikumaks.

Käesolevas artiklis ei keskendu ma sellele, millisena joogatradsioonin inimkeha üldiselt mõistetakse, vaid kogun kokku ja süstematiseerin HYP-e kehalised religioossed eesmärgid, et näidata, kui tähtis on inimkeha joogas ka religioosest vaatepunktist. Teiseks soovin püstitada hüpoteesi, et keha transformatsioon on lõpliku vabanemise eesmärk. Selleks tutvustan kõigepealt joogat ja hathajoogat üldisemalt, seejärel hathajoogas ja HYP-s välja toodud kehalisi eesmärke.

Artiklis on kasutatud Pancham Sinhi poolt 1914. aastal välja antud HYP-i kakskeelse versiooni sanskritikeelset teksti.³ See on tõlgitud mitmesse Euroopa keelde, aga teaduslik tekstikriitiline tõlge puudub.

1. Hathajooga ja HYP

Kuigi jooga on väga heterogeenne traditsioon, võib seda jagada laias laastus kaheks (kui mitte arvestada tänapäeva joogat) — patandžalijoogaks ja hathajoogaks.⁴ Hathajooga tekkis keskajal, arenedes käsi-käes koos (eelkõige šaivistliku) tantraga. Peamine vahe on selles, et kui šaivistliku tantra rituaalides kasutatakse rüvedaid substantse⁵ otseses tähenduses, siis hathajoogas on need leida inimese sees.⁶ (Selline alkeemia sissepoole pööramine on religiooniloos levinud, millele võib vas-teid leida nii Hiinast kui Euroopast.) Käesoleva artikli seisukohast on aga rituaalidest ja tehnikatest, mida hathajooga tantraga jagab, olulisem

³ Hatha Yoga Pradipika. Trnsl. Pancham Sinh.— <http://www.sacred-texts.com/hin/hyp/index.htm> (viimati vaadatud 25.09.14).

⁴ Gerald J. Larson. Pātañjala Yoga in Practice. — Yoga in Practice. Ed. David Gordon White. Princeton: Princeton University Press, 2012, lk 72. Jason Birch. Meaning of Haṭha in Early Haṭha Yoga. — Journal of the American Oriental Society, 131.4, 2011, lk 547.

⁵ Nn viis *m-i* ehk *pañca makāra*: liha, kala, vein, *mudrā* (võib tähendada nii jooga käteasendeid kui röstitud vilja), suguveidelikud.

⁶ James Mallinson. The Original Gorakṣaśataka. — Yoga in Practice 2012, lk 257.

ühine eesmärk. Indias tekkis keskajal nii hinduistlikes kui budistlikes tantrates uus idee, mille järgi kannatustest vabanemise asemel, mida varem nähti jumalaga ühinemises, sai eesmärgiks enda jumalaks või jumalikuks muutmine. Täpsemalt tähendab see, et eesmärgiks oli tõsta oma teadvust. David White kirjutab nii:

Universumis, mis pole midagi muud kui jumaliku teadvuse voog, on oma teadvuse arendamine jumaliku teadvuse tasemele, see tähendab vaatepunkti saavutamine, mil jumal näeb kogu universumit transtsendentse iseenda sees olevana, võrdväärne jumalikuks saamisega. Hathajoogas muutus vabanemine (*mukti*) selliseks, mida võis saavutada praeguses elus inimkehas.⁷

Sealjuures on jooga olnud tegelikult algusest peale väga maise suunitlusega. Juba *Mahābhārata*s oli joogal kaks eesmärki — lisaks vabanemisele võluvõimete aktiivne kasutamine siinilmas.⁸

Hathajooga enda kujunemise võib omakorda jagada kaheks etapiks — kõigepealt tekkis see 12.–13. sajandi paiku *nāth*-joogide sektina,⁹ mille rajajaks peetake Goraksnāthit.¹⁰ Niisuguseid varase või protohathajooga tekste nagu *Gorakṣasataka* pole veel teaduslikult uuritud,¹¹ mistõttu võib kirjanduses kohata ka erinevaid dateeringuid.¹² See käib tegelikult kogu hathajooga kohta, aga õnneks on hakanud lünka täitma James Mallinson, kelle sulest on viimaste aastate jooksul ilmunud mitu hathajoogat puudutavat artiklit.¹³

⁷ David G. White. Introduction – Yoga in Practice, lk. 12.

⁸ James L. Fitzgerald. A Prescription for Yoga in the Mahābhārata. — Yoga in Practice 2012, lk 46.

⁹ J. Mallinson 2012, lk 257.

¹⁰ D. G. White 2012, lk 17.

¹¹ J. Mallinson 2012, lk 262.

¹² Näiteks White paigutab *Gorakṣasatakas ja Yogavāsiṣṭhas* esinevad uuendused 10.–11. sajandisse (Introduction, lk 15.), samal ajal kui Mallinson arvab, et *Gorakṣasataka* on omistatud Goraksnāthile hiljem ja on koostatud 1400. a paiku (The Original Gorakṣasataka, lk 263).

¹³ James Mallinson. Translation of the Dattātreya yogaśāstra, the Earliest Text to Teach Haṭhayoga. Veel ilmumata, loetav aadressil www.academia.edu/3773137/Translation_of_the_Dattatreya_yogaśāstra_the_earliest_text_to_teach_ha%E1%B9%ADhayoga. Veel ilmumata konverentsiettekanne “Śaktism and Haṭhayoga”, ilmumas: The Śakta Traditions. Ed. Bjarne Olesen. London: Routledge Curzon. Loetav aadressil <http://www.khecari.com/resources/SaktismHathayoga.pdf> (viimati vaadatud 25.09.14). James Mallinson. Haṭha yoga. — Brill Encyclopedia of Hinduism, Vol. 3, 2011, lk 770–781. James Mallinson. Siddhi and Mahāsiddhi in Early Haṭhayoga. — Yoga Powers: Extraordinary Capacities Attained Through Meditation and Concentration. Ed. by Knut A. Jacobsen. Leiden. Boston: Brill, 2012.

Lühidalt öeldes väljendab *Gorakṣaśataka* ideed, mille järgi on vabanemist võimalik saavutada hingamise kontrollimise kaudu. Hingamist aitavad kontrollida dieet, asendid ja *kundalinī* stimuleerimine.¹⁴ Sellele tuginedes kujunes teises faasis, 14.–15. sajandil, välja klassikaline hathajooga, mida esindab HYP, mille autoriks peetakse Svātmārāmat ja ajalisel paigutatatakse teksti koostamine umbes 1450. aastasse. Pealkiri tähendab tõlkes ‘hathajooga valgustit’ või ka ‘kommentaari’. Tekst sai kiiresti üheks kõige mõjukamaks hathajooga teoseks osaliselt ka seetõttu, et tegu oli esimese tekstiga, mis oli tervenisti pühendatud hathajoogale.¹⁵

HYP-s on kasutatud värse vähemalt kahekümnest erinevast tekstist. Neist kõige olulisem on juba mainitud *Gorakṣaśataka*, millest on otse üle võetud 28 värssi.¹⁶ Sealjuures on kasutatud tekstid erineva taustaga — sh nii *vaiśnava* kui *śaiva*. Võrreldes varasema hathajoogaga on mõned elemendid HYP-s puudu, täielikult on aga üle võetud osa laajajooga elemente, nagu näiteks *kundalinī*.¹⁷

Niisiis on HYP-i näol tegemist kogumikuga, milles autor üritab sünteesida erinevatest traditsioonidest ühtset joogat, mida ta nimetab hathajoogaks. Tulemus on küllaltki katkendlik ning mitte kõige paremini kokku sobituv. Samas ei olegi, nagu Mallinson viitab, selliste tekstide ja eriti antoloogiate põhieesmärk joogatehnikate selgitamine, vaid pigem koolkonna ja tehnikate autoriteetsemaks muutmine näiteks patrooni silmis.¹⁸ Muutunud on ka hathajooga ja radžajooga tähendused, nii et viimane pole niivõrd jooga liik, vaid pigem seisund, milleni hathajooga viib.¹⁹ Aga samas on hathajooga ka selle sünteesi üldnimetus. Veel ühe uuendusena on HYP-s eemaldatud kõik viited mõnele kindlale religioossele traditsioonile²⁰ — eelkõige ehk hathajooga juuri sisaldavale tantristlikule šaivismile —, nii et võib öelda, et HYP sihib universaalsust teadlikult.

Tekst koosneb neljast osast, milles vastavalt käsitletakse *āsana*’id, *prāṇayāma*’t, *mudrā*’id ja *samādhi*’t. *Āsana*’d on jooga asendid, *prāṇayāma* hingamisharjutused, *mudrā* tähendab ‘pitserit’, mille all

¹⁴ J. Mallinson 2012, lk 258.

¹⁵ James Mallinson. Śaktism and Haṭhayoga.

¹⁶ J. Mallinson 2012, lk 262.

¹⁷ James Mallinson. Śaktism and Haṭhayoga.

¹⁸ J. Mallinson 2012, lk 264.

¹⁹ J. Birch 2011, lk 546.

²⁰ James Mallinson. Śaktism and Haṭhayoga.

joogas ja tantras mõeldakse enamasti spetsiaalseid käteasendeid ning *samādhi* ehk keskendatus tähendab meditatsiooni või meditatiivset seisundit. *Mudrā*d ja *prāṇayāma* olid sellisel kujul, nagu neid HYP-is esitatakse, hathajoogas uudsed. Ka *āsana*'id käsitleb HYP uue nurga alt, sest *Gorakṣasātakas* on ainult kaks *āsana*'t — *padma* ja *vajra*, mis lühidalt tähendab, et joogi pidi lihtsalt mugavalt istuma.²¹

Esimene peatükis on kõigepealt juttu enese ettevalmistamisest, alustades sellest, milline peaks olema joogi maja (1.12) ja mis on head (1.61) ja mis halvad toidud (1.64). Seejärel jõutakse *āsana*'te juurde. Nende harjutamise põhjenduseks tuuakse hea kehahoiaku, tervise ja kerguse saavutamine (1.19).

Kui õige kehahoiak on saavutatud ja toitutakse õigesti, võib joogi hakata tegelema teises peatükis kirjeldatud *prāṇayāma*'ga. Hingamisharjutusi tehakse koos *āsana*'tega. Peatükis kirjeldatakse erinevaid harjutusi, mis jätkuvalt töötavad head tervist.

Kolmanda peatüki tehnikad on samuti seotud hingamisharjutustega ja lisaks ka *Kundalinī* äratamisega. Tegu on jumalannaga, kes on mao kujul uinunud inimese alaseljas. Suures osas kirjeldab kolmas peatükk kehalisi praktikaid, mis põhinevad jooga füsioloogial ja ideel erinevate asjade seotusest. See tähendab, et mõjutades mingit kohta kehas, mõjutab joogi ühtlasi ka midagi muud. Näiteks on seotud keel suus ja meel.

Neljas peatükk kirjeldab *samādhi*'t ehk keskendatust. *Samādhi*-seisundis kaob ära asjade paljusus, meelte ja karma mõju ning saavutatakse kõrgema teadvuse tase, mis võib esineda ka mõistmise vormis. Praktikas näeb see välja nii, et keskendutakse näiteks *nāda*'le ('heli'), mis on absoluudi manifestatsioon kuuldava helina. Värss 4.102 ütleb, et see on šakti ehk naiselik alge, mis näitab šaktismi mõjutusi. *Samādhi* on patandžalijooga eesmärk ja ühtlasi jooga sünonüüm. Seda on samastatud ka vabanemisega ehk *mukti*'ga. HYP-s tähendab vabanemine enamasti vastuolude ületamist ja ühinemist. Sealjuures pole alati öeldud, mis ühinevad ning mainitakse erinevaid asju. Eelkõige mõeldakse aga *jīvātmā* ja *paramātmā* ühinemist, mis jätab omakorda ruumi tõlgendusteks. *Jīvātmā* tähendab 'elavat mina' ja *paramātmā* 'ülimina', mis võib olla mittemateriaalne ise või hoopis jumal või absoluut.

²¹ J. Mallinson 2012, lk 258.

2. Inimkeha hathajoogas

HYP tekstis puudub ühtne ja konkreetne inimkeha kirjeldus. Ühelt poolt eeldab tekst lugejalt taustateadmisi, teisalt esineb erinevates kohtades vasturääkivusi ja ebajärjepidevust, mis annab märku, et tekst on koostatud erinevatele allikatele toetudes. Siiski joonistub HYP-s välja oma kehakontseptsioon. Kindlasti tuleb ka arvestada, et jooga üldisemalt ja hathajooga kitsamalt on seotud selliste traditsioonidega, nagu saankhja, šaivism ja tantra. Saankhjaga on joogal ühine kosmoloogia, šaivismist on pärit religioosne osa sõna kitsamas tähenduses (Šiva on joogajumal) ja tantraga ühendavad hathajoogat sarnased tehnikad.

Saankhja filosoofikoolkonna kosmoloogia on suures osas jooga-praktikate eelduseks. Nad jagavad arusaama, mille järgi nii maailm kui inimene koosneb olemise kihtidest justkui astmetest. Need pärinevad ühest allikast, enamasti tuleneb madalam kiht ülemisest, erinedes üksteisest tiheduse poolest.²² Olulisel kohal kosmoloogias on ka dualism meheliku vaimu puruša ja naiseliku mateeria prakriti vahel. Need kaks on pidavas vastastikmõjus, mis toob endaga kaasa pideva muutumise ja arengu.

See kehtib jooga kohta üldisemalt, aga joogasüsteeme on mitmeid. Nagu juba öeldud, oli hathajooga ja just HYP uuenduslik. Kehakontseptsiooni osas oli HYP-i uuenduseks erinevate süsteemide kombineerimine, nii et loodi arusaam kehast kui ühtaegu pneumaatilisest, hüdraulilisest ja termodünaamilisest süsteemist.²³ See tähendab, et arusaamad hingusest kehas ja hingamisharjutustest, kehavedelike voolamisest kehas ja sisemisest põlemisest koos alkeemilise transformatsiooniga ühildati ja tehti üksteisest sõltuvateks.

Selline kehakontsept eeldab kindlaid tõekspidamisi inimese füsioloogiast. Järgnevalt tutvustan lühidalt selle füsioloogilise kontsepti põhimõisteid.

Nāḍī ('sooned') on varjatud kanalid kehas, mis läbivad peenmateeria keha ja ühendavad tšakraid. Nendes liigub *prāṇa*, mis annab kehale elu. Kanalite hulk varieerub tekstides, aga enamasti eristatakse jooga ja tantra füsioloogias kolme tähtsat kanalit: *pingalā*, *idā* ja mööda selgroogu liikuv keskkanal *suṣumnā nāḍī*. HYP 4.18 ütleb, et kehas on 72000 *nāḍī*'t, aga neist *suṣumnā* on ainus oluline — „kõik teised on kasutud.“

²² J. L. Fitzgerald 2012, lk 49.

²³ D. G. White 2012, lk 15.

Lisaks keha animeerimisele moodustab *prāṇa* ('hingus'), mida need kanalid juhivad, ka peenmateeria keha, *sūkṣma śarīra*. *Suṣumnā nāḍī* on selle peenmateeria keha vertikaalteljeks, millel paiknevad tšakrad ('ratas, ketas') — kanalite sõlmpunktid. Hathajoogas on eesmärgiks nende läbistamine *kuṇḍalinī* poolt, mis on ka individuaalne šakti ehk vägi naiseliku alge või jumalannana mao kujul alakõhus.²⁴ Lisaks nendele mängivad hathajooga füsioloogias rolli veel *bindu* ('seeme') ja *vāyu* ('tuul').

David White võtab hathajooga kehakontsepti ja sellel põhineva harjutuste kompleksi kokku järgnevalt. Hathajooga esitab teadvuse tõusu [keha] sisese tõusuna uudses versioonis, mille järgi keha suletud hüdraulilises süsteemis on võimalik suunata askeesi kuumuses rafineeritud elulisi vedelikke liikuma ülespoole. *Prāṇāyāma*, s.o väliste hingusekanalite korduv täitmine ja tühjendamine mõjub lõõtsana ja kuumutab praktiseerija seemet, mis asub alakõhus kerratõmbunud *kuṇḍalinī*-mao kehas. Ärganud *kuṇḍalinī* ajab end järsult sirgu ja siseneb keskkanalisse *suṣumnā*. Kantuna joogi kuumenenud hingusest sööstab *kuṇḍalinī*-madu ülespoole, läbistades oma teel tšakraid. Iga järgneva tšakra läbistamisega vabaneb suur hulk kuumust, nii et *kuṇḍalinī* kehas asuv seeme lõpuks muundub.²⁵

3. Kehalised eesmärgid HYP-s

HYP-e tekst koosneb harjutuste kirjeldustest, ent tihti on nende juures ka mainitud, mida konkreetset nad joogile annavad. Selle kaudu saab välja sõeluda eesmärgi, mida teksti koostaja hathajooga kaudu lootis saavutada, või pigem, millised olid tema lubadused lugejatele. Parema ülevaate saamiseks jagasin HYP-es nimetatud kehalised eesmärgid kategooriatesse. Rõhutan, et see on minupoolne jaotus, HYP-s ei ole eesmäärke kategoriseeritud.

Kategooriad on järgmised: a) tervis/ haigustest vaba seisund, b) meeldivad füüsilised tunnused (nt ilu või hea lõhn), c) noorus, d) rituaalne puhtus, e) imevõimed, f) surma ületamine, g) jumalaks või jumalikuks saamine, h) ekstaas ja nauding ning i) vabanemine.

²⁴ Mõistete seletused tuginevad Will Johnson. Oxford Dictionary of Hinduism. Oxford, New York: Oxford University Press, 2009.

²⁵ D. G. White 2012, lk 16.

Neist kaks viimast, nauding ja vabanemine, kuuluvad kehaliste eesmärkide nimekirja tinglikult ja vajavad veidi täpsustamist. Ekstaasis seisund või nauding on kahtlemata kehalised aistingud, aga HYP-e järgi paistab see olevat pigem kaasnähtus, mitte eesmärk. Nauding annab märku uue seisundi saavutamisest või sellest, et kehas on midagi toimunud, mida saavutada püüti.

Haigustest täielikult vabanemine on eesmärk, millest HYP-s räägitakse kõige rohkem, kõigis peatükkides. Võib järeldada, et tervis oli keskaegses hathajoogas väga tähtis, näidates ilmekalt, et kehaline heaolu oli ka religioosete praktikate eesmärgiks. HYP lubab head tervist nii üldiselt, s.t kui tegeleda joogaga, saadakse haigustest vabaks, kui ka seostades konkreetseid tehnikaid ja haigusi. Viimane kehtib põhiliselt *prāṇāyāma* puhul.

Samuti annab just *prāṇāyāma* kehale ka meeldiva välisilme. Joogit iseloomustatakse HYP-s ilusana, hea või särava jumega ning hästilõhnavana. Joogaga tegelemine annab lisaks ka nooruse. Värsis 3.82 lubatakse, et kaovad kortsud ja hallid juuksed ning 2.47 lausa, et joogi muutub nooreks nagu ta oleks 16-aastane.

Järgmine eesmärk on puhtus. Rituaalne puhtus on India traditsioonides üks kõige olulisemaid teemasid ja tihti on puhtus ka sünonüümne „püha“ kategooriaga. Ka HYP-s on puhtusest palju juttu, kus see esineb nii omaette eesmärgina kui ka eeldusena teiste jaoks. Näiteks ütleb värsis 2.5, et *prāṇa* kontrollimiseks tuleb puhastada *nāḍī*'d. Mõned read hiljem on puhtus aga praktika eesmärk, mitte eeldus — kui *kuṇḍalini* ärkab, saab *susumṇā* puhtaks (2.75). Värsis 2.37 seisab, et mõned õpetajad ei poolda ühtegi muud praktikat ja on arvamusel, et kõik rüvedused või ebapuhtused kuivavad kokku *prāṇāyāma* harjutustega. Selles reas on kaks olulist asja: esiteks on siin puhastumine jooga ainuke eesmärk üldse ja teiseks on puhastumine seotud *prāṇāyāma*'ga.

Mitmel korral on HYP-s mainitud imevõimeid. Neist osa on seotud teiste eesmärkidega, nagu tervis ja surematuus. Näiteks räägitakse haavamatuses, sellest, et joogit ei saa relvadega kahjustada (4.113) või ükskõik mis mürk on talle nagu nektar (3.16). Üldisemalt on öeldud, et *prāṇāyāma* toob kaasa 'imelisi omadusi' (*vicitra guṇa*, 2.23). Mida need imelised omadused endast kujutavad, pole täpsustatud. Mainitud on ka *siddhi*'sid (3.29, 4.8), mis on India traditsioonides imevõimed, mida on võimalik saavutada vaimsete ja religioosete toimingute kaudu. Millised need võimed on, pole HYP-s täpsustatud, kuid võib eeldada, et mõeldud

on kõige levinumat kaheksast võimest koosnevat nimekirja, nagu see on ära toodud *Yoga-sūtra's*,²⁶ seda enam, et teisel on mainitud omakorda kaheksat taevalikku väge (aiśvarya; 3.8).

Surma ületamist lubatakse kokku seitsmeteistkümmel korral ja kõik on kolmandast ja neljandast peatükist, s.t seotud *mūdra*'te ja *samādhi*'ga. Samas, kui on lihtsalt öeldud, et surm „ületatakse“ või „võidetakse“, jääb tõlgendamisruum, kas seda on mõeldud kehalisena või mitte. See on oluline küsimus, sest surma ületamine mingil moel on üldine religiooni-eesmärk, mitte ainult jooga oma, ja sellepärast on vaja teada, mida sellega tahetakse täpselt öelda. Ka surma ületamise osas on HYP ebajärjepidev ja ilmselt ei ole igas tekstikohas mõeldud midagi konkreetset, vaid tegu võibki olla abstraktse ettekujutuse ja üldsõnalise lubadusega. Teine osa värsse aga räägib surematusest otseselt, kindlatest viisidest, kuidas ja mida saavutada. Näiteks read 3.44 ja 3.49 räägivad surematuse eliksiirist, mis saadakse sisemise alkeemia teel. Samuti võib surematuse olla seotud nooruse ja tervise saavutamiseiga.

HYP läheb aga surma võitmisest ja imevõimetest veelgi kaugemale, lubades jooga abil saada jumalikuks — kui mitte jumalaks endaks, siis vähemalt jumala sarnaseks. Termin, mida sealjuures kasutatakse, on *Īvara* ('isand'), mis sarnaneb eestikeelse „issandaga“. Kõige rohkem on see käibel *śaiva* traditsioonis ja Šiva kohta, nii et võib eeldada, et sealtkaudu on see jõudnud ka joogasse. Täpsemalt on HYP-s öeldud, et joogist saab *Īvara* inimkujul (3.129), universumi looja ja hävitaja. Siinkohal tuleb ära märkida, et ka ka *siddha*'de hulka kuulub võime luua ja hävitada, nii et tinglikult võib *siddha*'d jumalikuks muutumise alla tuua. Tavalist sõna *deva* on jumala kohta kasutatud võrdlusena — joogi saab targaks nagu jumal (4.72).

4. Vabanemine HYP-s

Vabanemisest on HYP-s küllaltki palju juttu. Kasutatud on nii sõnu *mukti* kui *mokṣa*, mis on sünonüümsed ja tuletatud tüvest *muc*, mis tähendabki vabanemist. See on India usundites levinud mõiste, aga

²⁶ *Yoga-sūtra* 3.45. Need kaheksa on: 1) muutuda väikseks nagu aatom, 2) muutuda kaalu- tuks, s.t suuta hõljuda, 3) laiendada oma keha või läbi tungida igast objektist, 4) jõuda ükskõik kuhu, ükskõik mis vahemaa taha, 5) avaldada vastupandamatut tahet, 6) saavutada kontroll elementide üle, 7) saavutada piiramatu vägi luua ja hävitada, 8) saada kõik, mida tahetakse.

milles vabanemine seisneb või millest vabanetakse, sõltub traditsioonist ja koolkonnast. Joogatraditsioonis on selleks tavaliselt jumala või absoluudiga ühinemine ja kuna jooga päritolu on seotud šaivismiga, on selleks enamasti jumal Šiva.

David White on selles osas oma sõnastuses väga resoluutne. Raamatus *Kurjad joogid (Sinister Yogis)* kirjutab ta, et joogasüsteemide religioosse sisu saab taandada vanimale, šaivistliku Pāśupatase koolkonna doktriinile:

Oma doktriinis võtsid Pāśupatas-joogid jumala Šiva endale eeskujuks ja defineerisid joogat vastavalt kui ühendust või kontakti individuaalse hinge ja jumala vahel, mis saavutatakse, kui inimesest [jooga] praktiseerija saab osa Suure Isanda (Mahešvara) omadustest, s.o kaheksast üleloomulikust võimest. Kõikides järgnevates tantrasüsteemides — *śaiva*, *vaiṣṇava*, *śākta*, budistlikes ja džainistlikes — jäi see kehtivaks jooga interpreteerimise viisiks: jooga on soterioloogiline süsteem, mis kulmineerub kõrgema olendiga ühinemises või samastamises. Vastavalt sellele on joogid inimesed, kelle religioosne eesmärk on saavutada see ühinemine või samasus, sh võime siseneda igasse looja olendisse.²⁷

Sõnu *mukti* ja *mokṣa* kasutatakse HYP-s enamasti ilma lahti seletamata, öeldes, et mingi tehnika viib vabanemisele. See näitab eeldatavasti seda, et tegu on käibemõistetega, mille sisu peaks teksti potentsiaalne lugeja juba teadma. Siinkohal tuleb meenutada, et HYP nagu ka ülejäänud joogamanuaalid ei ole mõeldud üksi lugemiseks, vaid ikkagi õpetaja käe all tundma õppimiseks. Võib siiski eeldada, et HYP-s ei erine arusaam vabanemisest laiemast joogatraditsioonist, seda enam, et HYP neljandas peatükis räägitakse ka absoluudiga ühinemisest otsesesõnu — *mukti* asemel *samādhi*-seisundit selgitades. Nagu eespool mainitud, on ühinejateks kas *jīvātṃā* ja *paramātṃā* (4.7) või *manas* ('meel') ja *ātṃā* (4.5).

5. Järeldused

Niisiis võib näha, et vabanemise all mõistetakse HYP-s joogi ühinemist absoluudiga, mis on ka hathajooga religioosne eesmärk. Samas püstitatakse või lubatakse HYP-s aga ka hulgaliselt teisi eesmärke, mis on

²⁷ David G. White. *Sinister Yogis*. Chicago, London: The University of Chicago Press, 2009, lk 29.

seotud inimkehaga. Siit kerkib küsimus, kuidas neid omavahel ühildada. Varem levinud arvamus, justkui jooga oleks vaimne distsipliin ja kõik kehaline kaasnähtuseks, ei ole rahuldav, sest kehaga seotud eesmäärke esineb selgelt liiga palju. Lisaks sellele on Svātmārāma erinevaid traditsioone ühtlustades loonud oma kogumikus süsteemi. HYP algab üldiste soovitusetega õigest toitumisest ja harjutamiseks sobivast keskkonnast ja lõpeb täieliku keskendumise seisundi *samādhi*'ga ja absoluudiga ühinemisega.

Kuigi tekst on veidi ebäühtlane ja kõik osad omavahel täielikult ei seostu, ei ole esitatud väited juhuslikud. Kehaliste eesmärkide loendist selgub, et erinevad kategooriad on omavahel otseselt seotud, näiteks heaervis ja noorus, mida joogi harjutuste tagajärjel säilitada või lausa taastada suudab. Samamoodi on seotud ka igavene noorus ja surematus. Niisiis ei ole HYP-e järgi hathajooga praktiseerija eesmärgiks erinevate üksikelementide omandamine, vaid täiusliku keha saavutamine keha transformatsiooni kaudu, mis selgub ka eelpool loetletud kategooriatest.

Svātmārāma ei loonud uut hathajooga süsteemi üksnes varase hathajooga alusel, vaid ühendas hatha-, laaja-, mantra- ja radžajooga. Uus süsteemi järgi jõutakse hathajooga praktika kaudu radžajooga seisundini.²⁸ Sellisest järjestusest on kerge välja lugeda hierarhiat, mille järgi vaimne radžajooga oleks kõrgem kui kehaline hathajooga. Selline tõlgendus on Läänes levinud juba alates Swami Vivekananda töödest. Kuid vähemalt HYP-e puhul ei ole selline tõlgendus korrektne. Esiteks on radžajooga HYP-e järgi seisund, sest on samane *samādhi*'ga (4.3). *Samādhi*'t omakorda mõistetakse HYP-s selgelt kehalise seisundina, milles joogi ei tunne midagi (4.109; 4.111), tema hingamine on lakanud (4.112), ja kuigi näib, nagu ta magaks, on siiski ärkvel (4.112). Sellisena on *samādhi* lõppeesmärgiks ja samastatav vabanemisega.

Kui lähtuda sellest, et HYP-d tuleb lugeda algusest lõpuni järjest kui tervikut, saab järeldada, et üks seisund või eesmärk ei ole teistest kõrgem, vaid et hathajoogal on lõppeesmärk, milleks tuleb läbida teatud etapid. Ka tekst ütleb, et kõik hathajooga vahendid on ette nähtud radžajooga seisundi saavutamiseks (4.103).

Niisiis, kui harjutuste eesmärgiks on üliinimlik või superkeha, et jõuda vabanemiseni, ja vabanemine religiooses mõttes on jumalaga

²⁸ J. Birch 2011, lk 546.

ühinemine, tähendab see, et joogi eesmärk on jumaliku keha saavutamine, et oleks võimalik ühineda jumalaga. Seega ei ole võimalik jumalaga vaimselt otse ühineda, vaid jumalaga ühinemine on ka kehaline protsess. Eesmärk on enda ja jumala erinevuste järk-järguline kaotamine. Vabanemine, võlujõud ja jumalikuks saamine on üks ja seesama. Vabanemine on jumalaga ühinemine, samal ajal kui seestumine on üks võlvägedest, mida valdab joogajumal Šiva, kes tuleb joogi transformeerunud puhtasse kehasse ja siis ühineb joogi Šivaga.

Võib öelda, et religioosne eesmärk on HYP-s kehaline ja on seotud keha transformatsiooniga. Täpsem hinnang oleks pigem, et kartesiaanlik dualism, mis on lääne inimeste mõttemudelisse juurdunud, jooga tõlgendamiseks ei sobi. Joogas esinevad küll vaim ja keha eraldi mõistetena, kuid need ei vastandu, vaid moodustavad kosmoloogilise kontiinumi. Kehaline ja vaimne religioosne eesmärk ei ole üksteisest lahutatavad, vaid liituvad ühes eesmärgis.

Kokkuvõte

Hatha Yoga Pradīpikā on üks kõige tuntumaid klassikalise hathajooga tekste, 15. sajandi keskpaigast pärit kogumik, millesse Svātmārāma on kogunud kokku joogapraktikate kirjeldused varasematest tekstidest ja loonud nende põhjal uue tervikliku süsteemi, mida nimetab hathajoogaks.

Artikli eesmärgiks oli koguda ja süstematiseerida kehalised religioossed eesmärgid HYP-s ning vaadata, milline on inimkeha roll hathajoogas. Seal on kirjeldatud järgmisi kehalisi eesmärke: tervis või haigustest vabanemine, meeldivad füüsilised tunnused, noorus, rituaalne puhtus, imevõimed, surma ületamine ning jumalaks või jumalikuks saamine, ekstaas ja nauding, ning eraldi religioosse eesmärgina vabanemine. Selles nimekirjas esitatud punktid ei ole üksteisest lahutatud, vaid moodustavad ühe kehalise eesmärgi, milleks on üliinimlik keha.

Samuti ei moodusta eraldi religioosseid eesmärke „ülikeha“ ja vabanemine (*mukti*), vaid need on üksteisest lahutamatud. Keha transformatsioon on vabanemise eelduseks ning vabanemine ja absoluudiga ühinemine annavad jooga praktiseerijale jumalikud kehalised atribuudid, võimaldades ületada surma.