

NINA BUDZISZEWSKA
ORCID: 0000-0002-8540-9571
Uniwersytet Wrocławski

KLAUDIA BĄCZYK-LESIUK
ORCID: 0000-0002-7366-7821
Collegium da Vinci w Poznaniu

Kiedy zmienność staje się stałością

Reinterpretacja jogicznego tapasu w rzeczywistości „społeczeństwa ryzyka” Ulricha Becka

When Variability Becomes Constancy: Reinterpreting Yogic Tapas in the Reality of Ulrich Beck’s “Risk Society”

Abstract: The article attempts to answer the question concerning the possibility of reinterpreting tapas and locating it in the risk society. The authors, referring to Ulrich Beck’s concept, look for the ways out of the “kingdom of shadows”, possessed by a constant sense of threat, both in the global and local sphere. The article takes a cross-sectional look at tapas in old Indian literature, looking for possibilities of its contemporary implementation on non-Indian grounds, as a response to the deteriorating psycho-physical state of 21st century society.

Keywords: tapas, risk society, *Mahabharata*, yoga, Indian philosophy, *Bhagavadgita*

Wstęp

Codziennie „ćwiczenie duchowe” — samemu albo w towarzystwie człowieka, który też chce się udoskonalić. [...] Wyjść poza trwanie. Starać się wyzbyć własnych namiętności próżności, żądzę rozgłosu wokół swego imienia. [...] Unieśmiertelnić się, przekraczając samego siebie.

Georges Friedmann¹

Ćwiczenia duchowe, rzymskie i chrześcijańskie *exercitia spiritualia* lub starogreckie *aiskesis* oznaczają znacznie więcej niż termin „asceza” rozumiany jako czynność wyrzeczenia i cielesnego umartwiania. Także w indyjskich pismach mądrościowych ćwiczenia duchowe stały się głównym zaleceniem etycznym, osadzonym w szerszym kontekście pouczeń soteriologicznym. Opatrzone terminem „tapas” (skr. *tapas*), stały się fundamentem praktyki zmierzającej ku doskonałości istoty ludzkiej, a także narzędziem całkowitego wyzwolenia się z okowów cierpienia i niepewności życia codziennego. Tapas jest pojęciem starym, obecnym już w staroindyjskiej literaturze wedyjskiej, na przykład w rygwedyjskich (skr. *Rgveda*, dalej jako RW) hymnach kosmogonicznych (RW VIII.59, X.109, X.154, X.167) oraz pierwszych hymnach opisujących wczesne praktyki ascetyczne, być może o proveniencji pozawedyjskiej (słynny hymn RW X.136). Termin ten został skonstruowany w odniesieniu do starożytnych indyjskich warunków społeczno-geograficznych, realizacja tapasu mogłaby zatem wydawać się ograniczona do terenów indyjskich. Skoro jednak istota tapasu, która została przedstawiona w literaturze indyjskiej oraz przekazie ustnym, opisywana jest w kategoriach rozmaitych kodów postępowania etycznego, przeznaczonych do przestrzegania zarówno w wymiarze społecznym, jak i samotniczym, a celem tapasu jest ukształtowanie człowieka odpornego na przeciwności losu i cierpienia psychosomatyczne, to przy odpowiedniej reinterpretacji tapas może być praktykowany w warunkach pozaindyjskich. Ponadto w niepewnych warunkach współczesnych, opisywanych na przykład przez określenia „społeczeństwo światowego ryzyka” (Ulrich Beck) czy „płynna nowoczesność” (Zygmunt Bauman), tapas stanowi obiecujący schemat zachowania dającego poczucie wewnętrznego bezpieczeństwa i dobrostanu. Współczesny *homo asceticus* jako — w tym przypadku — człowiek spełniający tapas praktykuje wpisaną w kodeks etyczny samodyscyplinę w sferze mentalnej i cielesnej, w której głównym nakazem jest niekrzywdzenie (*ahimsa*, skr. *ahimsā*), panowanie nad sobą (*dama*, skr. *dama*), współczucie (*karuna*, skr. *karuṇa*), wybaczenie (*kszama*, skr. *kṣamā*), cierpliwość (*kszanti*, skr. *kṣanti*), zdobywanie mądrości (*swadhjaja*, skr. *svādhyāya*), praktyki oddechowe (*pranajama*, skr. *prāṇāyāma*) oraz medytacja (*dhjana*, skr. *dhyāna*). Takie nakazy etyczne zalecane są w literaturze jogicznej, szczególnie w *Mahabharacie* (skr. *Mahābhārata*) i *Jogasutrach* (skr. *Yogasūtra*) oraz w corpusie hathajogi [skr. *haṭhayoga*].

¹ Cyt. za: P. Hadot, *Ćwiczenia duchowe i filozofia starożytna*, tłum. P. Domański, W. Klenczon, Warszawa 2019, s. 19.

Rodzi się zatem pytanie, jak współcześnie tapas może być praktykowany, by stanowić rodzaj remedium budzącego wewnętrzne poczucie bezpieczeństwa wobec cywilizacyjnych zagrożeń doświadczanych jako stan niepokoju i niepewności, „królestwo cieni”² obezwładniające ludzki umysł. Tapas w literaturze staroindyjskiej stanowi pewną „wewnętrzną siłę”, którą tapaswin (skr. *tapasvin*), człowiek praktykujący tapas, wykształca w sobie przez odpowiednie aktywności psychosomatyczne oraz etyczne, usuwając się czasowo lub całkowicie na ubocze społeczności, w której żyje. Owo usunięcie ze społeczności jest wymagane, lecz o ile niegdyś przybierało wymiar zewnętrzny, to współcześnie ważniejszy wydaje się wymiar wewnętrzny — zinternalizowanie reguł etycznych oraz wykonywanie praktyk psychosomatycznych stwarzają rodzaj wewnętrznej samotni, wykreowanej wewnętrznie pustelni, w której współczesny *tapaswin*-anachoreta wzmacnia swój duchowy potencjał.

Istotny tu staje się namysł nad stanem obecnej cywilizacji i zastanowienie się, jak dawne indyjskie reguły tapasu, stanowiącego podstawę takich systemów filozoficznych jak choćby joga, mogą być transponowane we współczesne realia. Mimo wielu przesłanek przeczących takiej możliwości (opartych głównie na specyfice indyjskiej kultury oraz umiejscowieniu praktyk ascetycznych w wyludnionych himalajskich dżunglach), reinterpretacja funkcji i zaleceń dotyczących tapasu zgodnie z sytuacją egzystencjalną, jaką jest częściowa lub całkowita izolacja społeczna, zbrojne zagrożenia oraz kryzysy gospodarczo-ekonomiczne, staje się pobudką do próby postrzegania tapasu jako jednego z możliwych modeli etycznych nakierowanych na dobrostan istoty ludzkiej.

Duży niepokój wzbudzają także potężne katastrofy ekologiczne i klęski żywiołowe, przestępczość zorganizowana, konflikty międzynarodowe, a także kryzysy humanitarne i polityczne, które na lata zmieniają architekturę bezpieczeństwa — wobec nich niekiedy bezradność zdaje się jedyną odpowiedzią. Ostatnie miesiące, mijające przede wszystkim na walce z wirusem SARS-CoV-2 i konfliktami zbrojnymi, unaocznily, jak wiele zagrożeń czyha na jednostki ludzkie i jak wielkie mają one przełożenie na życie zbiorowości na gruncie ekonomicznym, społecznym i codziennym, nie pozostając bez echa na poczuciu ludzkiej sprawczości. Rzeczywistość (niezależnie od przyjętej terminologii dookreślającej) staje się coraz bardziej nieprzewidywalna i chaotyczna³, a człowiek, jak zaznacza Ulrich Beck, mocniej odczuwa: „zagrożenia cywilizacji, które prowadzą do powstania nowego rodzaju królestwa cieni, porównywalnych z bóstwami i demonami wczesnych wieków, które ukryte przed widzialnym światem zagrażały życiu ludzkiemu”⁴. Co najistotniejsze, to nie cień jest niebezpieczny, realne zagrożenie stanowi bowiem obiekt, który go rzuca. W obliczu ciągle zmieniających się aspektów nowoczesnego społeczeństwa i niemożności ich uchwycenia⁵, jeszcze mocniej artykułowane jest pytanie o dobrostan człowie-

² U. Beck, *Spółczesność ryzyka*, tłum. S. Cieśla, Warszawa 2002, s. 93.

³ Zob. Z. Bauman, *Wieloznaczność nowoczesna, wieloznaczność wieloznaczna*, Warszawa 1995, s. 11–14.

⁴ U. Beck, *Spółczesność ryzyka*, s. 93.

⁵ Zob. K. Suwada, *Jak nazwać współczesność? problem konceptualizacji płynnej nowoczesności Zygmunta Baumana, drugiej nowoczesności Ulricha Becka i późnej nowoczesności Anthony’ego Giddensa*, „Kultura i Edukacja” 3 (2007), s. 38.

ka, odwołujące się do jego sfery fizycznej, jak i emocjonalnej. Zarówno pandemiczne raporty krajowe, jak i międzynarodowe⁶ ukazują potrzebę refleksji nad kondycją współczesnego, często osamotnionego, człowieka. O refleksyjności jako jednej z przyczyn paradoksów społecznych pisano już wielokrotnie. Zauważyli to chociażby: Zygmunt Bauman, Ulrich Beck czy Anthony Giddens, odnosząc ją kolejno do: wieloznaczności świata, ciągłego ryzyka oraz indywidualnego odbioru. I choć wizje te różnią się od siebie, stałym pozostaje pytanie o kondycję człowieka w zmieniającej się, niepewnej, często niebezpiecznej rzeczywistości. Jak podkreśla Zygmunt Bauman: „Jednostki, zdane coraz częściej wyłącznie na własne siły i własną zaradność, mają samodzielnie znajdować indywidualne rozwiązania społeczne wytwarzanych problemów, korzystając wyłącznie z własnych umiejętności i własnych aktywów”⁷. Skąd jednak czerpać siłę duchową oraz treści poznawcze, stanowiące odpowiedź na doświadczane cierpienia? Wspólnota i tradycja nie dostarczają już wystarczających możliwości ochronnych. Nie jest nawet pewne, czy kiedykolwiek w pełni dostarczały — praktyki ascetyczne, indywidualne i monastyczne, obecne w wielu tradycjach filozoficznych i religijnych, wydają się podawać w wątpliwość sprawczą moc życia społecznego w zakresie pobudzania wewnętrznej siły duchowej oraz takiego rozumienia rzeczywistości, który jednostce ludzkiej zapewni poczucie bezpieczeństwa i sensowności egzystencji. Rodzi się zatem pytanie o zasadność i potrzebę praktyk ascetycznych, których wzorce znajdujemy w literaturze mądrościowej, choćby staroindyjskiej na przykładzie tapasu.

Odwołanie się do literatury indyjskiej, w szczególności do korpusu tekstów jogicznych, może stać się asumptem do refleksji na temat możliwości poprawy dobrostanu przedstawicieli społeczeństwa ryzyka. Wyjęcie tapasu z *Mahabharaty* i kolejno reinterpretacja tegoż pojęcia pozwolić może bowiem nie tylko na umiejscowienie go w tak zwanym społeczeństwie ryzyka, ale również daje możliwość wyłonienia

⁶ Tu m.in. United Nations, *COVID-19 and the Need for Action on Mental Health*, https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/un_policy_brief-covid_and_mental_health_final.pdf; UAM, *Życie codzienne w czasach pandemii. Raport z drugiego etapu badań*, 2020, http://socjologia.amu.edu.pl/images/pliki/Zycie_codzienne_w_czasach_pandemii_Raport_z_drugiego_etapu_badan_wersja_pe%C5%82na.pdf; *Pandemia COVID-19 w Polsce. Perspektywa psychologiczna* — 24 raporty z analiz grupy badawczej integrującej naukowców z różnych instytucji i jednostek, powstałej z inicjatywy naukowców z Wydziału Psychologii UW, www.covid.psych.uw.edu.pl; Raport Human Power, *Stresodporni. Odporność psychiczna polskich organizacji 2020*, <https://humanpower.pl/stresodporni-odpornosc-psychiczna-polskich-organizacji-2020/> (dostęp: 12.02.2022).

⁷ Z. Bauman, *Żyjąc w czasie pożyczonym*, Kraków 2020, s. 76. Ukazuje to brak sensu solidarności wspólnotowej, której rola często sprowadza się jedynie do roli mitu, pozostawiając jednostkę do samotnej walki o szeroko rozumiane przetrwanie. Wart uwagi jest raport HAVAS „GEN 2020. O kondycji człowieka postpandemicznego”. Wykorzystując badania semantyczne, prezentuje on przemianę jednostki w zależności od fazy pandemii: z człowieka spadającego (*homo procidens*) przez człowieka zawieszono (*homo suspensus*) aż po człowieka tańczącego (*homo saltatus*). „Według raportu obecnie mamy do czynienia z tzw. człowiekiem tańczącym. Taniec jest symbolem rzeczywistości, która ciągle się zmienia, jest w ruchu, a jednostka musi stale się do niej dostosowywać. Człowiek tańczący posiada nowy gen adaptacji, jest gotowy do zmiany, wie, że nie może być pewny swojej przyszłości. W wielu działaniach kieruje się intuicją, jest bardziej wrażliwy na otaczający go świat. Oszczędza zasoby natury, ponieważ zdaje sobie sprawę z tego, że jest jej częścią”, <https://pap-mediatoroom.pl/polityka-i-spolaczenstwo/raport-havas-gen-2020-pandemia-wykszaltalila-w-nas-gen-adaptacji> (dostęp: 12.02.2022).

tematów przejawiających się w dyskusji społecznej skoncentrowanej na poprawie stanu psychosomatycznego u człowieka jako reprezentanta owej wspólnoty⁸. Celem niniejszego artykułu jest więc próba uchwycenia tapasu jako odpowiedzi na zmieniające się potrzeby jednostki w jej aspekcie psychosomatycznym w obliczu ciągłego poczucia zagrożenia i niepewności sensu istnienia.

1. Zagubieni w społeczeństwie ryzyka

Widocznymi przejawami szybkich zmian⁹ cywilizacyjnych okazują się: ludzka bezsilność, lęk o przyszłość czy poczucie osamotnienia. Marzenia o bezpiecznym społeczeństwie zdają się zastępowane przez wielość ryzyk¹⁰, od katastrof ekologicznych po niewidzialne zagrożenia, stanowiąc tym samym (samo)zagrożenie ludzkości. Liczba zagrożeń zarówno jawnych, jak i ich skutków ubocznych jest bowiem nieskończona. Genezy ryzyka modernizacyjnego, tak odmiennego od wcześniej istniejących niebezpieczeństw, upatrywać można (czy zdaniem Ulricha Becka powinno się) w nadprodukcji przemysłowej¹¹. Jej efektem staje się natomiast cywilizacyjne zubożenie społeczeństwa, „w którym siła wybuchowa tkwiąca w ryzyku zatruje gruntownie każdemu z nas smak związanego z nim zysku”¹². I choć samo ryzyko nie jest nowym zjawiskiem (wśród osób zainteresowanych tym tematem warto wymienić przede wszystkim Aarona Wildavskiego czy Mary Douglas), przybiera inną formę

⁸ Agata Stasińska, powołując się na badania Rossa (A. Ross *et. al.*, „*I am a Nice Person When I do Yoga!!!*” *A Quantitative Analysis of How Yoga Affects Relationships*, „*Journal of Holistic Nursing*” 32 (2014), s. 67–77), Fielda (T. Field, *Yoga research review*, „*Complementary Therapies in Clinical Practice*” 24 (2016), s. 145–161) oraz Grabary (M. Grabara, *Hatha Yoga as a Form of Physical Activity in the Context of Lifestyle Disease Prevention*, „*Polish Journal of Sport and Tourism*” 24 (2017), s. 65–71), zauważa, iż praktyka jogi istotnie wpływa na odporność emocjonalną: „w porównaniu z ogółem populacji osoby ćwiczące jogę są bardziej odporne na stres, realistyczniej oceniają napotkane trudności, cechują się większym spokojem wewnętrznym i lepszym samopoczuciem, łatwiej podejmują decyzje, są bardziej świadome swego ciała, mają lepsze kontakty interpersonalne. [...] Można zatem przypuszczać, że taka charakterystyka ćwiczących może w znaczący sposób wpłynąć na ich relacje społeczne i interpersonalne, wymaga jednak badawczego zgłębienia”. A. Stasińska, *Czy joga może być „sztuką życia”?* *Przegląd badań na temat jogi jako zjawiska społecznego*, „*Przegląd Socjologii Jakościowej*” 16 [4] (2020), s. 171.

⁹ Zdaniem U. Becka będących jednymi z oznak nowoczesności. Zob. U. Beck, J. Żakowski, *W szponach ryzyka*, „*Polityka. Niezbędnik Inteligentą*” 25 [2509] (2005), s. 7.

¹⁰ Ryzyko rozumiane jest tutaj zgodnie z definicją zaproponowaną przez U. Becka, oznaczającą: „układ pojęciowy i dobór kategorii, przy pomocy których można uchwycić pogwałcenia i zniszczenia immanentnej dla cywilizacyjnej natury. Można ocenić znaczenie oraz to, na ile stanowią one palący problem. Można także stwierdzić, jakimi sposobami dysponujemy, aby problem ten odsunąć i/albo rozwiązać. Ryzyko jest unaukowaną drugą moralnością, w ramach której dyskutuje się o pogwałceniach przemysłowo wyeksploatowanej już nie natury”. U. Beck, *Spoleczeństwo ryzyka*, s. 104.

¹¹ Beck zauważa, że dawniej także istniejące zagrożenia wynikały z braku dostatecznej wiedzy czy technologii higieny. Dzisiaj, pomimo licznych podobieństw: „różnią się w sposób istotny od — zewnętrznie często podobnych — zagrożeń z okresu średniowiecza przez globalność (człowiek, zwierzęta, rośliny) i nowoczesne przyczyny. Mowa o ryzyku związanym z modernizacją. Stanowi ono ryczałtowy produkt industrialnej maszyny postępu i wraz z jej dalszym rozwojem ulega systematycznemu zwiększaniu”. *Ibidem*, s. 30.

¹² *Ibidem*, s. 66.

w zależności od okoliczności, ulegając „systematycznemu zniekształcaniu”¹³. Odmienność perspektywy Becka wiąże się z uznaniem kategorii ryzyka jako najważniejszej w opisie współczesności, będącej wyrazem „pęknięcia w obrębie nowoczesności”¹⁴. Jak podkreślał Adam Tooze, Beck w *Spółeczeństwie ryzyka* zaoferował „przekonującą socjologiczną interpretację tego wszechogarniającego poczucia niezdefiniowanego, ale wszechobecnego zagrożenia, zarówno jako kwestii osobistych i zbiorowych doświadczeń, jak i jako epoki historycznej”¹⁵. To właśnie to niewidzialne ryzyko¹⁶ stanie się najważniejszą, niezamierzoną konsekwencją samej modernizacji. Swoją rangę tracą także argumenty ukazujące ogół społeczeństwa, jak zaznacza bowiem Ulrich Beck: „konfrontacja z ryzykami cywilizacyjnymi, w której odwołujemy się do teorii nieopartej na własnym doświadczeniu, jest tańcem na linie i grozi tym, iż przekształci się w rodzaj współczesnego zaklinalnia duchów przy pomocy (anty-) naukowej analizy”¹⁷. Rodzi się nowoczesna świadomość, której przejawami są „wspólnoty i antywspólnoty, których światopogląd, normy i oczywistości grupują się wokół niewidzialnych zagrożeń”¹⁸. Ludzie zbierają się zatem wokół danego tematu, stawiając siebie w opozycji do innych, jeszcze dokładniej pokazując antagonistyczny charakter wszelkich sporów (również tych nieistniejących). Taką tendencję widać chociażby w odradzających się ruchach nacjonalistycznych czy konfliktach etnicznych, wielokrotnie tworzonych na gruncie religijnym. Alvin Toffler wskazuje, iż w związku z takimi przeobrażeniami, świat w ciągu najbliższych dziesięcioleci będzie musiał odnaleźć nowy sens idei „narodu”¹⁹. Nikt już do końca nie może być pewien, kto jest przyjacielem, a kto wrogiem, w obliczu ryzyka człowiek okazuje się bowiem sam zarówno w sensie dosłownym, jak i metaforycznym, oczekując jedynie na zgubienie.

Ulrich Beck ukazuje przemianę w myśleniu o ryzyku, zaznaczając, iż dawniej koncentrowano się głównie na zagrożeniach widzialnych, wśród których wymieniano: biedę czy głód, dziś natomiast coraz częściej mówi się o zagrożeniu naturalnych podstaw życia²⁰. Zmieniło się rozpatrywanie relacji człowiek–przyroda, traktując problemy środowiska jako problemy społeczne. Współcześnie to nie tylko walka z nierównością klasową czy zaburzeniem roli kobiety i mężczyzny jest problemem, ale przede wszystkim często nieświadomiona, pomijana w dyskusjach publicznych, obawa przed skutkami ubocznymi postępującej globalizacji. Dopiero bowiem kiedy ryzyko przedostanie się do opinii publicznej, staje się realnym, a wszelkie próby jego maskowania określane są mianem cynizmu. Niewierzący okazują się irracjo-

¹³ *Ibidem*, s. 30.

¹⁴ *Ibidem*, s. 16.

¹⁵ Tłum. własne. Oryginalny cytat brzmi: „a compelling sociological interpretation of this pervasive sense of undefined but omnipresent threat, both as a matter of personal and collective experience and as a historical epoch”. A. Tooze, *The Sociologist Who Could Save Us From Coronavirus*, <https://foreignpolicy.com/2020/08/01/the-sociologist-who-could-save-us-from-coronavirus/> (dostęp: 12.02.2022).

¹⁶ U. Beck porównuje je do duchów — niewidocznych, ale obecnych trujących i szkodliwych substancji. Zob. U. Beck, *Spółeczeństwo ryzyka*, s. 95.

¹⁷ *Ibidem*.

¹⁸ *Ibidem*.

¹⁹ Zob. A. Toffler, *Zmiana władzy. Wiedza, bogactwo i przemoc u progu XXI wieku*, tłum. P. Kwiatkowski, Poznań 2003.

²⁰ Zob. U. Beck, *Spółeczeństwo ryzyka*, s. 72.

nalni, a ryzyko, które do tej pory pozostawało w ukryciu, okazuje się realnym niebezpieczeństwem.

Ulrich Beck w swej koncepcji pokazuje różne reakcje społeczeństwa na pojawiające się ryzyko, a jego książka staje się „wyrazem niepokojów pewnej konkretnej przestrzeni historycznej”²¹. Wymienia wśród nich następujące zachowania: 1. zaprzeczanie i negowanie ryzyka typowe dla społeczeństwa nowoczesnego, 2. apatyczność charakteryzującą postmodernistyczny nihilizm, 3. transformację społeczeństwa zmierzającą ku nowemu początkowi²². Wskazuje także, iż „społeczeństwo światowe kurczy się do wspólnoty zagrożeń”²³. To jednak, co zostaje pominięte w rozważaniach niemieckiego socjologa, to rozwiązanie, coś, co może pomóc w poczuciu bezsilności jednostki, w przewyciężeniu lęku społecznego²⁴. W dalszej części artykułu autorki postarają się pokazać możliwość redefinicji zaczerpniętego z Indii tapasu, umiejscawiając go w społeczeństwie ryzyka, traktując jako jedną z potencjalnych dróg wyjścia.

2. Tapas — żarliwa asceza o soteriologicznym celu

Tapas w mądrościowej literaturze Indii zajmuje miejsce szczególne, pojawiając się w już w Wedach (skr. *Veda*), upaniśadach (skr. *upaniśad*), literaturze prawodawczej, epickiej oraz jogicznej w *Patañdzalajogaśastrze* (skr. *Pātañjalayogaśāstra*), w późniejszych wiekach zostaje zaadoptowany jako praktyka oczyszczająca w tantrze (skr. *tantra*) i tradycji hathajogi²⁵. Termin ten pochodzi od √tap²⁶ — nagrzewać, rozgrzewać, powodować żar, a rzeczownik „tapas” oznacza — żar, gorąco i pocenie się rozniecane mocą specyficznych ascetycznych praktyk psychosomatycznych. Co więcej, √tap oznacza także umartwiać się, cierpieć i powodować ból, co wskazuje na drugi wymiar tegoż terminu, podkreślający obecność bólu i cierpienia jako warunku *sine qua non* praktyki psychosomatycznej

²¹ F. Czech, *Społeczeństwo ryzyka a kultura strachu*, „Studia Socjologiczne” 4 [187] (2007), s. 68.

²² Zob. P. Stankiewicz, *W świecie ryzyka. Niekończąca się opowieść Ulricha Becka*, „Studia Socjologiczne” 3 [190] (2008), s. 128.

²³ U. Beck, cyt. za: F. Czech, *Społeczeństwo ryzyka a kultura strachu*, s. 63.

²⁴ W swej recenzji zwraca na to uwagę także P. Stankiewicz, pisząc: „autor ogranicza się jedynie do ogólnikowych stwierdzeń [...], lecz nie przedstawia, na czym ta polityka miałaby polegać”. P. Stankiewicz, *W świecie ryzyka*, s. 131. Podobnie odnoszą się I. Wilkinson i M. David, uznając, że Beck: „nie wydaje się zainteresowany wejściem w toczące się debaty o realności ryzyka. Nic nie wydaje się go powstrzymać od przekonania, że wielkie zagrożenie industrializacja stworzyły kryzys na skalę globalną”, cyt. za: F. Czech, *Społeczeństwo ryzyka a kultura strachu*, s. 67. Wizja U. Becka w takim ujęciu okazuje się być przepowiednią końca historii, gdzie niemożliwością okaże się walka z wyzbyciem ryzyka. Nie jest to jednak jednoznaczne stanowisko autora, jak bowiem prezentuje F. Czech: „rzecz okazuje się zagmatwana, ponieważ wspomniana inna nowoczesność stanowi jednym razem społeczeństwo ryzyka, przyszłość, przed którą nie ma schronienia, zaś innym razem, choć dużo rzadziej, jest to kosmopolityczna, globalna demokracja tworzona przez świadomych obywateli, którzy aktywnie przeciwdziałają niebezpieczeństwu”; *ibidem*.

²⁵ J. Mallinson, M. Singleton, *Roots of Yoga*, London 2017, s. 127–140.

²⁶ M. Monier-Williams, *A Sanskrit-English dictionary: Etymologically and philologically arranged with special reference to Cognate indo-european languages*, Oxford 1899, s. 436.

denotowanej przez ów termin²⁷. W tym znaczeniu tapas oznacza zatem: umartwienie i pokuta, a także asceza, lecz nie tyle w znaczeniu sposobu życia, tutaj terminy sannjasa (skr. *saṃnyāya*), a nawet tjaga (skr. *tyāga*), są stosowane, ile jest to skodyfikowana reguła aktywność, podejmowana ze względu na specyficzny cel (w mitologicznej narracji jest to kosmiczna kreacja, a w znaczeniu jogicznym — wyzwolenie, czyli samadhi [skr. *samādhi*] lub moksza [skr. *mokṣa*], i nadludzkie moce, czyli siddhi [skr. *siddhi*]). Owo ascetyczne umartwienie się odbywa się jednak poprzez bardzo konkretne techniki psychosomatyczne nakierowane na zwiększenie ciepłoty ciała, co stanowi wstęp do bardziej zaawansowanych praktyk duchowych (i soteriologicznych), na przykład wielodniowych postów, długiego przebywania w jednej pozycji cielesnej, ekspozycja na wysokie lub bardzo niskie temperatury, długotrwała deprywacja sensoryczna itp.

2.1. Dwie formy tapasu: etyczny i somatyczny

Tapas — żar wewnętrzny, żar umartwień, gorąco magiczne, a także że surowa asceza, ciężkie i potężne praktyki ascetyczne — by wymienić tylko kilka z możliwych tłumaczeń — ma dwa główne aspekty. Pierwszym z nich jest etyczne nacechowanie, będące sposobem życia ascety, nierzadko jogina, wyrażającym się w stosowaniu odpowiednich zaleceń etycznych. Tapas dokonywany jest jednak przez szereg praktycznych zaleceń o charakterze somatycznym, jak bowiem podaje *Słownik mitologii hinduskiej*, tapas jest terminem:

którym oznaczono zespół praktyk polegających na rozmaitych umartwieniach, wyrzeczeniach, czasem wręcz torturach (znoszenie niewygód, abstynencja seksualna, posty, czuwanie, trwanie w jednej pozycji, zwłaszcza stojącej, powstrzymanie oddechu, stępanie wrażliwości ciała przez wystawianie się na żar słońca lub ognia, chłód itd.); miały one doprowadzić do zdyscyplinowania zmysłów, uniezależnienia się od świata zewnętrznego, oczyszczenia umysłu, skoncentrowania trwonionej na co dzień energii witalnej i uzyskania dzięki temu ogromnej potęgi²⁸.

Praktyka tapasu może zatem przebiegać na dwa sposoby: poprzez łagodne formy, polegające na wyrzeczeniu i powściągliwości wpisane w powinności życia rodzinnego zgodnie z dharma, powinnością społeczną (milczenie, celibat, poszczenie) — owe nakazy i zakazy etyczne są obficie opisywane w dydaktycznych partiach *Mahabharaty* — w *Mokszadharmaparwanie* (skr. *Mokṣadharmaparvan*) oraz *Anugicie* (skr. *Anugītā*), oraz formy surowe, ocierające się o skrajnie niebezpieczne, niekiedy zagrażające życiu, umartwienia: ostra asceza praktykowana w miejscach odludnych (wysokie partie Himalajów, cmentarzyska, dzikie dżungle itp.), co zostało uwidocznione między innymi w trzeciej księdze *Mahabharaty* w opisie ascezy Ardżuny (skr. *Arjuna*) podejmowanej w himalajskich głuszach.

²⁷ D.M. Knipe, *In the Image of Fire. Vedic Experiences of Heat*, New Delhi 1975, s. 122–123, 127–132; W.O. Kaelber, *Tapas and Purification in Early Hinduism*, „Numen” 26 [2] 1979, s. 198–200 i 205–214.

²⁸ *Słownik mitologii hinduskiej*, B. Grabowska, T. Herrman, B.J. Koc (red.), Warszawa 2015, s. 29.

2.2. Tapas w indyjskiej literaturze objawionej (Wedy i upaniszady)

Początkowo tapas związany był z kreacyjnym rytuałem wedyjskim²⁹. W *Rygwedzie* był czynnikiem generującym potężną moc stwórczą (między innymi w hymnach VIII.59, X.90, X.109, X.154, X.167, X.190). W hymnie X.190 tapas jest tym pierwiastkiem kosmicznym, z którego powstaje ryta (skr. *ṛta*), kosmiczne prawo o transcendentnej proveniencji, i prawda, a następnie wyłaniają się noc i potop oceaniczny, a w konsekwencji — rok, słońce i księżyc, sfera boska, ziemia i przestrzeń między nimi. Twórcze właściwości tapasu na planie kosmicznym zostaną kontynuowane w późniejszej literaturze brahman (skr. *brāhmaṇa*). Literatura wedyjska poza kosmogoniczną mocą tapasu opisuje również stan ascetycznej ekstazy, przejawiający się przede wszystkim w wizjach kosmicznego i ekstatycznego lotu między światami i czasami³⁰.

Upaniszady przejmą motyw kreacyjny ofiary ogniowej (między innymi *Bṛhadaranjaka* (skr. *Bṛhadāraṇyaka*) I.2.2, I.2.6 i I.5.1, *Ā Chandogja* (skr. *Chāndogya*) II.23.2–3 oraz *Praśna* (skr. *Praśna*) 1.4), lecz z biegiem czasu bramińska rytualna ceremonia ogniowa zostanie zinternalizowana poprzez tapas i przyjmuje postać „wewnętrznego ognia”. Metafora wewnętrznej ofiary stanie się zatem rzeczywistym zaleceniem złożenia „siebie” w ofierze³¹. W czasach upaniszadowych pojawia się pytanie, czym jest owo „ja” składane w ofierze, i komu jest ono składane? Starożytna literatura Indii nie pozostawia w tej kwestii wątpliwości — obiatą staje się „ja” (ciało i umysł ofiarnika), co z jednej strony generuje ból i cierpienie, a z drugiej strony wymaga odpowiednich praktyk rozgrzewających, by wznieść wewnętrzny ogień ofiarny. Jest to jednak praktyka *sensu stricto* soteriologiczna — poświęcenie siebie w ofierze wewnętrznego ognia jest aktem uniezależnienia od ograniczeń sfery cielesnej, wzniesieniem się ponad ludzką kondycję.

3. Tapas w *Mahabharacie*

Partie dydaktyczne *Mahabharaty* (dalej jako MBh), czyli *Bhagawadgita* (skr. *Bhagavadgītā*, MBh 6.23–40), *Mokszadharmaparwan* (MBh 12.168–353), *Anugita* (MBh 14.16–50), a także *Kiratardżunija* (skr. *Kirātārjunīya*, MBh 3.38–41), kontynuują myśl wedyjską i upaniszadową, opisując tapas jako surową samodyscyplinę, lecz pojawia się istotne *novum* w postaci utożsamienia tapasu z aikagriją (skr. *aikāgrjā*) (MBh 12.242.004) — *ujednopunktowaniem* uwagi, co zdaje się stanowić rodzaj dharany (*dhāraṇā*), jogicznej koncentracji wzmiankowanej w sześciostopniowej jodze w *Maitri Upaniszadzie* (skr. *Maitrī Upaniṣad*) 6.18 oraz bę-

²⁹ M. Eliade, *Historia wierzeń i idei religijnych*, tłum. S. Tokarski, t. 1, Warszawa 1988, s. 164–167; W.O. Kaelber, *Tapas and Purification in Early Hinduism, passim*; C. Malamoud, *Cooking the World: Ritual and Thought in Ancient India*, transl. D. White, Oxford 1996.

³⁰ M. Eliade, *Szamanizm i archaiczne techniki ekstazy*, tłum. K. Kocjan, Warszawa 2011, s. 312–313.

³¹ D.M. Knipe, *In the Image of Fire: Vedic Experiences of Heat*, New Delhi 1975, s. 122–123; D.M. Knipe, *One Fire, Three Fires, Five Fires: Vedic Symbols in Transition*, „History of Religions” 12 (1972), s. 28–29.

dając szóstym składnikiem asztanagajogi (skr. *aṣṭāṅgayoga*) Patańdzalego (*Jogasutry* 2.28–52; 3.1–8). Dodatkowo tapas określany jest w epepei najwyższą dharmą (MBh 12.242.004), indywidualną powinnością³² o bogatym zbiorze cech etycznych wpisanych w kodeks tapaswina, a także ścieżką wiodącą ku brahmanowi (skr. *brahman*) (MBh 12.313.033–040), czyli ku bezosobowemu i nieskończonemu absolutowi, transcendentnej rzeczywistości, źródła dla świata przejawionego. Epickie zalecenia zostaną przejęte, przeważnie *implicite*, w późniejszej literaturze jogicznej. W owych pouczeniach nie pojawia się ani kreacyjna funkcja tapasu, ani złączenie tapasu z technikami oddechowymi generującymi ciepłotę cielesną, czyli z pranajama (skr. *prāṇāyāma*), będącą w późniejszej literaturze jogicznej okresu klasycznego (*Jogasutry* 2.49–52) i hathajogicznego (zwłaszcza w *Hathapradipice* (skr. *Haṭhapradīpikā*) 2.43–77 oraz 4.21–28) jednym z głównych czynników tworzących tapas.

3.1. Z Księgi III: *Kiratardżunija* (MBh 3.39.12 oraz 3.39.20–24)

W *Kiratardżuniji*, czyli opowieści o walecznym spotkaniu Ardżuny z Śiwą (skr. *Śiva*) w postaci kiraty (skr. *kirāta*), tapas ukazany jest jako środek zdobycia boskich broni oraz zapanowania nad słabościami mentalnymi. Ardżuna jako młody wojownik, wykształcony w walce wręcz, w łucznictwie i w powodzeniu rydwanem wojennym „nie wytrenował” jeszcze swojego charakteru, nie wyzwolił się z ludzkich słabości i wątpliwości gnębiących umysł. Celem zdobycia owej nadludzkiej siły wewnętrznej Ardżuna samotnie udaje się w wysokie partie Himalajów, by poprzez praktykę tapasu niejako zobligować Śiwę do obdarzenia go mocą niezwykłej siły w walce. Komentując społeczno-historyczne uwarunkowania czasów epickich, Gavin Flood pisze:

Porzuciwszy świat, wyrzeczeniec mógł praktykować ascetyzm albo rozwijać „wewnętrzny żar” (tapas) w celu osiągnięcia wyzwolenia. Ascetyzm przybierał niekiedy postać surowych wyrzeczeń, takich jak nieprzyjmowanie postawy leżącej ani siedzącej przez dwanaście lat, odpoczywanie jedynie w pozycji oparcia się o framugę, albo trzymanie wzniesionej ręki tak długo, aż mięśnie ulegają zanikowi. Jednakże ascecie zalecano głównie praktykowanie jogi pozwalającej osiągnąć stan niepodejmowania żadnej czynności: unieruchomienie ciała, uspokojenie oddechu i ostatecznie — wyciszenie umysłu³³.

Dzięki tapasowi Ardżuna obliguje Śiwę do wejścia z nim w kontakt, a ostatecznie do podarowania mu boskich broni. Nim to jednak nastąpi, Ardżuna musi dokonać swoistej samoofiary — zapanować w pełni nad swoim ciałem oraz umysłem, poddając się surowym ascezom (MBh 3.39.11–23). Wszedłszy samotnie w przerażający las, Ardżuna utwierdzony w praktyce (skr. *dhṛta*), o opanowanym i stałym umyśle (skr. *niścaya*) (MBh 3.39.11), kierując się ku wysokiemu himalajskiemu szczytowi, dojrzał pięknie ukwiecone drzewa, bujnie porastające himalajskie tereny, liczne ptactwo głośno rozśpiewane — łabędzie, karandy, pomrukujące ardee, kukułki, czaple i pawie (MBh 3.39.16–19). Wtenczas Ardżuna, oczarowany powabem lasu i wypełniony blaskiem, zanurzył się w potężny tapas: mając jedynie kij, skórę dzikiego zwierzęcia, odziany w łachman z trawy darbha lub korę drzewną (skr. *darbhacīra*),

³² Termin *dharma*, jeden z podstawowych indyjskiej świadomości, filozofii i struktury społecznej, ma wiele znaczeń.

³³ G. Flood, *Hinduizm. Wprowadzenie*, tłum. M. Ruchel, Kraków 2008, s. 98.

w pierwszym miesiącu księżycowym w trzy noce spożywał jedynie owoce, w następnym miesiącu co sześć nocy, w trzecim miesiącu przez pół miesiąca spożywał liście opadnięte na ziemię, natomiast w czwartym miesiącu odżywił się tylko powietrzem, stojąc ze wzniesionymi ramionami na czubkach palców (MBh 3.39.20–23). W ten sposób wygenerował potężną wewnętrzną moc, która przeraziła nawet bogów — udawszy się do Śiwy, dewowie (skr. *deva*) poprosili go o interwencję.

W owej opowieści o spotkaniu tapaswina z bogiem ascezy, za którego Śiwa uchodzi, widoczne są składniki charakterystyczne dla praktyki ascetycznej: męczące ciało wielogodzinne próby opanowania umysłu poprzez praktykę stania na jednej nodze ze wzniesionymi dłońmi, wielotygodniowe posty, wyrzeczenie się przywiązania do światowych dóbr i posiadanie ograniczone jedynie do minimum (kij, skóra zwierzęca oraz kora drzewa), a także samotne wkroczenie w najbardziej przerażający i odludny teren, który okazuje się czarować powabem ascetę pielgrzymującego ku świętemu miejscu, w tym przypadku himalajskiemu szczytowi. Tapas zwieńczony zostaje boską przychylnością i nakłonieniem sfery transcendentnej do spełnienia ascetycznej prośby. *Kirataradžunija* przedstawia jedną z najcięższych odmian tapasu, tak trudną i bolesną ze względu na jej cel, jakim jest zdobycie absolutnej władzy nad własnym ciałem i umysłem, a także boskiej broni, która w późniejszym czasie będzie potrzebna wojownikowi Ardżunie do pokonania na polu bitwy wszystkich wrogów. Nie każdy tapas wymaga jednak tak wielkiego poświęcenia i nie każdy jest rodzajem modlitwy o boską przychylność. Tym, co w tapasie jest stałe, to gotowość do „poświęcenia siebie” jako ćwiczenia psychosomatyczne mające na celu zdobycie pełni kontroli nad ciałem oraz umysłem, posty, praktyki medytacyjne oraz posturalne, rezygnacja na pewien czas z życia społecznego oraz surowy kodeks etyczny.

3.2. Z Księgi VI: *Bhagawadgita* (BhG 17.5–6, 17.14–19 oraz 6.46–47)

W *Bhagawadgitopanisadzie* (skr. *Bhagavadgītōpaniśadāḥ*), *Tajemnych pouczeniach wyśpiewanych przez Czcigodnego*, czyli *Bhagawadgicie*, tapas jest jedynie wzmiankowany: w opisie właściwego i niewłaściwego tapasu oraz wyższości jogi na wszelkimi innymi rodzajami ascetów, także nad tapaswinem (BhG 6.46–47), co oznacza, iż terminy te nie były tożsame. Kryszna najpierw poucza Ardżunę co do niewłaściwej ascezy, czyli tej, która jest niezgodna z etycznymi nakazami, nakierowana na indywidualną korzyść (BhG 17.5): tacy asceci dręczą jedynie ciało i obecna w nim istotę czującą (BhG 17.6).

W dalszej części opisane są trzy rodzaje tapasu (BhG 17.14–16): 1. asceza ciała wobec powinności społecznych, realizowana przez czystość, uczciwość, wstrzeźliwość (skr. *brahmacarya*) i nieczynienie krzywdy, 2. asceza słowa, czyli czystość mowy, 3. asceza umysłu: czystość umysłu, życzliwość, milczenie, opanowanie samego siebie oraz wewnętrzna radość. Tapas jest ścieżką jogi, jeśli jest czystym tapasem, *sattwicznym* (skr. *sattva*), czyli niespełnianym dla indywidualnego pożytku (BhG 17.17). W przeciwnym razie staje się tapasem *radžasowym* (skr. *rajas*), dokonywanym ze względu na uzyskanie uznania i czci (BhG 17.18). Najgorszym tapasem jest *tamasowy* (skr. *tamas*) — mającym na celu umyślne krzywdzenie czujących istot (BhG 17.19).

3.3. Z Księgi XII: *Mokszadharmaparwan*

„We wszystkich światach nakazana niebiańska dharmą, prawo i obowiązek, jest tapasem owocującym prawdą” (*sarvatravihito dharmah svargyah satyaphalam tapaḥ*, MBh 12.168.002) — takimi oto słowami rozpoczyna się wykład *Mokszadharmaparwanu*. Owo dharmiczne pouczenie, umiejscowione w XII Księdze *Mahabharaty*, datowane na przełom naszej ery, jest kopalnią wiedzy w kwestii tapasu, który ukazany jest jako ascetyczna praktyka dawnych mistrzów, pochodząca prawdopodobnie z indogennych terenów indyjskich, przez bramińską redakcję eposu wpisana w konteksty jogiczne³⁴. Pytania o początki jogi w starożytnych Indiach, jak też pochodzenie praktyk ascetycznych wzmiankowanych w *Rygwedzie* (choćby X.136), pozostają nadal bez odpowiedzi. Joga w upanisadach (ok. VIII–II wieku p.n.e.) jawi się bowiem jako już gotowy konstrukt: koncentracja umysłu i zmysłów, sześciokładnikowa technika medytacyjno-koncentracyjno-oddechowa, której celem jest dotarcie do stanu ponadempirycznego, do puruśy (skr. *puruṣa*). Tak praktykowana joga przez braminów została wpisana w epicką tradycję wedyjską w czasie redakcji *Mahabharaty* (od ok. IV wieku p.n.e. do ok. IV wieku n.e.) i połączona z praktykami ascetycznymi oraz etycznymi nakazami niekrzywdzenia, cierpliwości, dyscypliny itp.

Tapas charakteryzuje się jednością (*aikagrja*) zmysłów i umysłu, czyli manasu (skr. *manas*), i jako taki zwany jest najwyższą dharmą, powinnością (*manas-aścendriyāṇām ca hyaikāgryam paramam tapaḥ | tajjyāyah sarvadharmebhyaḥ sadharmah para ucyate*; MBh 12.242.004). Owo zrównanie tapasu z najwyższą dharmą obecne jest już w upanisadzie *Ā Chandogja* II.23.1, która wymienia trzy rodzaje powinności, dharm: 1. ofiara, studiowanie, dawanie darów, 2. żarliwa asceza, 3. studiowanie świętej wiedzy i kontrolowanie swego ciała. Owoce dharmy osiąga się poprzez: studiowanie Wedy, cichą recytację świętych tekstów, ofiarę przy udziale świętego ognia, uważność, prawdę, samokontrolę i hojność oraz tapas. Człowiek, który poddaje się praktyce ascezy, oczyszcza się bowiem ze wszelkiej nieczystości (MBh 12.173.040–174.018). Ponadto realizacja dharmy dokonuje się przez: pragnienie ostatecznego uspokojenia, panowanie nad zmysłami, prawdę, czystość, wybaczenie, szczerą, wyrzeczenie, piękno, siłę, cierpliwość, zadowolenie, inteligencję, czystość w mowie, ciele i manasie, wybaczenie, zadowolenie, ahimsę, szczerą mowę, prostolinijność, wybaczenie, uważność, brahmaćarję (MBh 12.207.007) i tapas — taka osoba, wyzbyta pragnienia, wstrzemięźliwa w diecie, oddana tapasowi, przez dźnianę, wiedzę wyzwalającą, spalając zabrudzenia mentalne, praktykuje jogę i ostatecznie osiągną „najwyższe”, określane jako „param” (MBh 12.205.015–12.208.016). Termin „param” odnosi się zarówno do niemożliwego do opisanego stanu, transcendentnego wobec przemijalności i udręk świata empirycznego, jak i pewnej „nad-świadości”, nieograniczonej limitami ciała oraz zmysłów, wolnej od wszelkiego cierpienia, niewiedzy oraz zniszczenia.

Ów transcendentny stan w naukach *Mokszadharmaparwanu* zwany jest także „nieśmiertelnością”, amrytą (skr. *amṛta*), do której tapas prowadzi. Ścieżka reali-

³⁴ Zob. N. Budziszewska, *Mokszadharmaparwan*, Wrocław 2021.

zacji tapasu, będąca praktyką samodyscypliny, opisywana jest jako odwrotna do ścieżki zaangażowania w świat. Jest to ścieżka niwrytti (skr. *nivṛtti*). Niwrytti nie polega jednak na zaniechaniu aktywności, lecz na ćwiczeniu się w braku utożsamiania się z podejmowanym działaniem, panowaniem nad umysłem oraz aktywnością emocjonalną, realizowana jest przede wszystkim przez altruistyczne wartości: przebaczenie, prostolinijność i współczucie, porzucenie pragnienia i przywiązania, złośliwości i żądz (MBh 12.288.007–014).

3.4. Z Księgi XIV: *Anugita* (MBh 14.19.14–17)

Anugita narracyjnie następuje po wielkiej bitwie na Polu Kuru, przed której rozpoczęciem Kryszna udzielił tajemnych nauk Ardżunie. Pewien czas po zakończeniu bitwy Ardżuna wyznaje swojemu mistrzowi Krysznie, że z przyczyny znajdowania się w stanie „zniszczonego umysłu” (skr. *naṣṭacetasaḥ*) zapomniał wszystko, co mistrz na Polu Kuru mu wyjawiał³⁵. Prosi zatem o powtórzenie nauk (MBh 14.16.6), czym Kryszna nie jest uszczęśliwiony (MBh 14.16.12):

[Na Polu Kuru] Opowiedziałem [ci] o najwyższym brahmanie,
będąc w stanie jogi (skr. *yogayuktena*),
lecz [teraz] w tym celu wypowiem pewną starą historię.

Owa stara historia dzieli się na trzy opowieści, a pierwsza z nich — nauka udzielana przez pewnego mistrza — dotyczy między innymi najwyższej jogi (skr. *yogaśāstramanuttamam*), tapas jest tutaj aktywnością początkującą jogę i owocująca najwyższą wiedzą (MBh 14.19.16–17):

Opanowawszy zmysły,
umysł w sobie [a nie zewnętrznych obiektach] niech koncentruje,
wzniciwszy pierwaj silny tapas [żar ascetyczny], niech praktykuje jogę.

Tapaswin o porzuconej myśli, wyzbyty poczucia ja-empirycznego,
mędrzec poprzez umysł, bramin,
w sobie postrzega atmana.

Tapaswin staje się zdolny do dojrzenia atmana, nieśmiertelności i sfery transcendencji, dopiero gdy wyzbędzie się wszelkiej intencji, samkalpy (skr. *saṃkalpa*), która może być interpretowana jako wszelkie poruszenie mentalne i intencjonalne akty wyobraźni, oraz poczucia „ja”, ahamkary (skr. *ahaṃkāra*). Samkalpa oraz ahamkara odrywają bowiem ascetę od koncentracji na tak zwanych ja-istotowych, denotowanym przez termin „atman”, którego postrzeganie staje się zdobyciem najwyższej wiedzy.

Owo złączenie tapasu z najwyższą wiedzą już było w upanisadach (*Mundaka* I.1.8–9, Śwetaśwatara I.15–16, VI.21, *Kena* IV.7–8, *Praśna* 1.2). Podobnie w *Manusmṛiti* (skr. *Manusmṛti*) VI.23–30 tapas związany jest z „urzeczywistnieniem atmana” poprzez właściwą wiedzę (widję, skr. *vidyā*) dla oczyszczenia ciała — cho-

³⁵ Zob. N. Budziszewska, *Anugita o wyzwoleniu*, [w:] *Krajobraz (nie)zależności. Literatura wobec wolności i zniewolenia na styku Orientu i Okcydentu*, A. Bednarczyk et al. (red.), Warszawa 2021, s. 32–39.

dzi tutaj o proces interioryzacji rytuału ofiarnego, który przeradza się w zabieg medytacyjny.

4.1. Tapas w jodze klasycznej oraz w hathajodze

Późniejsza literatura jogi klasycznej i hathajogi powoła się na oczyszczający, „spalający” wszelkie indywidualne przewiny, walor tapasu, włączając go w obręb zaleceń jogicznej praktyki, otaczając go nakazami i zakazami właściwego jogicznego zachowania. Z procesem generowania żaru ascetycznego ściśle powiązana zostanie aktywność dyscyplinująca i wysubtelniająca oddech, pranajama, mająca walor oczyszczający, co zostało już zaznaczone w *Manusmryti* VI.68–71. Pranajama stanie się synonimem tapasu, a przy tej okazji określana jest jako niebezpieczna i trudna³⁶.

W *Jogasutrach* 2.1–2 tapas jest jednym ze składników trójczłonowej krijajogi (skr. *kriyāyoga*), a sutrze 2.32 jedną z nijam (skr. *niyama*), jogicznych zaleceń, praktyk ascetyczno-mistycznych, stanowiących podstawę ośmioczłonowej jogi, asztangajogi (*Jogasutry* 2.28–52). *Jogabhaszja* (skr. *Yogabhasya*) 2.32, przedstawiając tapas jako jedną z nijam, dookreśla, iż charakteryzuje się on cierpliwym znoszeniem par przeciwieństw, na przykład chłodu i upału, stania i siedzenia, czym nawiązuje do nauki *Bhagawadgity* 2.48 i definiowania jogi poprzez termin „samatwa” (skr. *samatva*). Ów tapas realizowany jest przez milczenie oraz szczególne rodzaje postów³⁷. Tapas krijajogiczny, choć formalnie wliczany jest do nijam, w *Jogabhaszji* 2.1 wspólnie ze swadhają (skr. *svādhyāya*), czyli medytacją, oraz iśwarapranidhaną (skr. *Īśvarapranidhāna*), czyli osadzeniem siebie w indywidualnie rozumianej transcendencji, jest narzędziem prowadzącym do samadhi i jako taki odpowiada za oczyszczanie umysłu. Nauki hathajogi, dzielając ową doktrynę, wpisują tapas w szerszy kontekst zaleceń jogicznej praktyki, co jest szczególnie uwidocznione w *Hathapradipice* 1.16 wraz z dwiema interpolacjami do tegoż fragmentu. Hathajogina charakteryzować powinny bowiem: zapał i energia, pewność oraz dziesięć jam, a pośród nich między innymi ahimsa i szczerność, wstrzemięźliwość, łagodność, litościwość, poszczenie, czystość, a dodatkowo dziesięć nijam, pośród nich: tapas, zadowolenie, wiara, hojność, czczenie Boga, skromność, rozumność, recytacja mantr oraz ofiara³⁸.

4.2. Filozofia ucieleśniona (jogadarśana) współcześnie

Od czasów upaniszad filozofia jogi, jogadarśana (skr. *yogadarśana*), staje się ścieżką wiodącą ku wyzwoleniu³⁹. Joga stanowi specyficzną formę poznania, a mia-

³⁶ J. Mallinson, M. Singleton, *Roots of Yoga*, s. 127.

³⁷ L. Cyboran, *Jogasutry przypisywane Patańdzalemu i Jogabhaszja, czyli komentarz do Jogasutr przypisywany Wjasie*, Warszawa 2014, s. 417–418.

³⁸ M. Marcinkowska-Rosół, S. Sellmer, *Studia nad „Hathapradipiką” Swatmaramy*, Poznań 2019, s. 44–45.

³⁹ Jak pokazują badania, droga do pełnego zrozumienia często nie jest bezpośrednią przyczyną praktykowania jogi współcześnie. Wielokrotnie motywatorem okazuje się chęć dbania o ciało, ukazująca rozdział pogłębiający się w sferze *sacrum* i *profanum*. Dopiero wraz z poprawą cielesności i zadbaniem o dobrostan fizyczny następuje zwrócenie się w stronę duchowości, związane z chęcią zagłębienia się w filozofię i literaturę. Zdaniem K.T. Koneckiego pierwszą fazą jest: „Wspomniany powyżej trening

nowicie „poznanie ucieleśnione”, czyli „filozofię ucieleśnioną”, w której ciało i umysł, stanowiąc dwa modusy tej samej substancji, prakryti (skr. *prakṛti*), są narzędziem transformacji i poznania rzeczywistości. O jaką jednak transformację chodzi? Czy taki rodzaj transformacji, jaki jest osiągniany przez przez tapas, jest nadal aktualny i czy może być praktykowany bez skrajnie ascetycznego trybu życia? Pytania te rodzą się na gruncie pewnego doświadczenia, które można rozumieć jako doświadczenie wolności, a dokładniej silnej woli w rozumieniu jej sprawczości i pewności poznania prawdy, zapewniających poczucie bezpieczeństwa. Tapas bowiem, ujmając sferę cielesną i emocjonalną człowieka, dyscyplinując ucieleśnioną istotę świadomą, dokonuje swoistej transformacji człowieka, wynosząc go poza sferę zależności od wydarzeń zewnętrznych oraz wewnętrznych ograniczeń. Wzorców dostarcza mitologia indyjska, tak zwana mitologiczna jogiczna, w której postaci ascetów, joginów i mędrców poddają się surowym ascezmom.

5. Między tradycją a nowoczesnością

Choć zdawać by się mogło, że tapas jest pojęciem archaicznym i niejasnym w kulturze Zachodu, okazuje się, że te jego elementy, które dotyczą psychosomatycznych praktyk panowania nad sobą oraz dyscypliny dokonywanej przez ćwiczenia etyczne, mogą okazać się istotne w społeczeństwie ryzyka. Z jednej strony bowiem człowiek ovladnięty zostaje przez widoczne lęki, będące jawną konsekwencją rozwoju technologii, z drugiej natomiast dotyczą go nieznanne zagrożenia, które pozornie wydają się nie istnieć. Dlatego też to, co najważniejsze w koncepcji społeczeństwa ryzyka, nie dotyka teraźniejszości, koncentrując się na przyszłości, ukazując człowieka jako obserwatora tego, co dopiero nastanie, czego się obawia, a przed czym nie ucieknie. W jaki zatem sposób można zapewnić spokój udreżonym, osamotnionym jednostkom? Czy możliwe jest pojednanie tapasu przeszłości z obawą przed przyszłością?

Spółczesność zarysowana przez Ulricha Becka składa się z jednostek ubogich, dotkniętych alienacją. Ryzyko, którym każdy jest obciążony, obejmuje obecnie wszystkie sfery życia, a nie tylko, jak mogłoby się wydawać, sferę ekonomiczną. Widmo cierpienia jest tak silne, że ludzie szukają dróg wyjścia. Wiedząc o korzyściach będących następstwem udziału w zglobalizowanym świecie, oddają się oni: „umiejętności samoreprezentacji, lojalności, komunikatywności, dyspozycyjności, rezygnacji z życia rodzinnego, czasu wolnego itp.”⁴⁰. Ulrich Beck nazywa to nową indywidualnością, „instytucjonalnie reglamentowaną lub kontrolowaną atomizacją życia jednostkowego”⁴¹, rozwołując się nad pesymistycznym obrazem społeczeństwa.

ciała — praca nad ciałem — to kategoria obejmująca całą grupę motywów najczęściej pojawiających się w wywiadach swobodnych i narracyjnych”, by kolejno przejść przez etapy objaśnienia, pracy nad własną tożsamością, przekroczeniem pewnych barier. K.T. Konecki, *„Ciało świątynią duszy”, czyli o procesie budowania tożsamości praktykującego hatha-jogę. Konstruowanie prywatnej quasi-religii*, „Przegląd Socjologii Jakościowej” 8 [2] (2012), s. 69.

⁴⁰ S. Kawula, *Pedagogika społeczna w koncepcji społeczeństwa ryzyka*, „Kultura i Edukacja” 4 (2005), s. 4.

⁴¹ U. Beck, *Spółczesność ryzyka*, s. 71.

Jedną z cech nowoczesności jest bowiem doświadczenie samotności, pewnego rodzaju wykorzenia. Mimo wielu możliwości, ludzie owładnięci są bólem psychicznym funkcjonalnie porównywalnym do bólu fizycznego⁴². I to właśnie nazywane jest przez Natalię Hatałską paradoksem naszych czasów⁴³: z jednej strony mamy możliwości, by budować znaczące relacje, z drugiej jednak koncentrujemy się na powierzchownych kontaktach, oddając się technologiom. O następstwach takich tendencji pisze między innymi Jean M. Twenge: „W kwestii problemów zdrowia psychicznego nastąpiła znacząca zmiana na gorsze. [...] Trendy są wyjątkowo spójne: samotności, objawów depresyjnych, epizodów depresji dużej, lęku, przypadków samookaleczenia i samobójstw odnotowujemy coraz więcej, głównie po 2011 roku. iGen woła o pomoc, a my musimy słuchać”⁴⁴. „Samotni w tłumie”⁴⁵ — jak bywają określani — stają się bezimiennymi uczestnikami życia społecznego, oderwanymi od tradycji.

Wychodząc od podstawowej definicji tapasu jako praktykowania surowych ćwiczeń psychosomatycznych, często w skrajnych egzystencjalnych warunkach, z altruistycznym nastawieniem, w celu absolutnego uwolnienia się od cierpienia duchowego, można dopatrzeć się w tapasie pewnego wzorca zachowania w „społeczeństwie ryzyka” Urlicha Becka. Jak się bowiem okazuje w naukach mądrościowych Indii dotyczących tapasu, to nie warunki zewnętrzne determinują dobrostan człowieka, lecz pewna mądrość i dyscyplina podmiotu doświadczającego świat. W rozważaniach nad współczesną interpretacją pojęcia „tapas” warto zatem odnieść się do jej łagodniejszej formy. Zdaje się bowiem, że z punktu widzenia współczesnej jednostki wszelkie formy surowe uznane mogą być za przejaw egoizmu (jako ucieczki od życia w społeczeństwie) czy choroby (objawiającej się poprzez życie w skrajnie niebezpiecznych warunkach). Łagodniejsza forma i jej dostosowanie do obowiązujących warunków może stać się jednym z możliwych modeli etycznych nakierowanych na ukojenie jednostki. Być może właśnie wyjęcie zasad nadrzędnych skoncentrowanych wokół tapasu zapewnić może zachowanie dobrostanu w owładniętym ryzykiem społeczeństwie, wynosząc jednostkę poza sferę zależności od wydarzeń zewnętrznych oraz wewnętrznych ograniczeń.

Częstokroć zauważalny podział na sfery *sacrum* i *profanum* uzmysławia panującą współcześnie modę na odgradzanie ciała od duszy, człowieczeństwa od boskości. Poszukiwanie dróg wyjścia często ogranicza się bowiem do dbania jedynie o pewien aspekt, całkowicie pomijając całość kształt pierwotnej idei. Zważywszy na całościowe ujęcie człowieka jako jedności psychosomatycznej, także łączenie praktyk samotniczych z altruistyczną postawą społeczną, tapas jawi się jako próba zachowania normalności.

⁴² Zob. N. Hatałska, *Wiek paradoksów. Czy technologia nas ocali?*, Kraków 2021, s. 95.

⁴³ *Ibidem*, s. 101.

⁴⁴ J.M. Twenge, cyt. za: *ibidem*, s. 98.

⁴⁵ Zob. D. Riesman, *Samotny tłum*, tłum. J. Strzelecki, Warszawa 1971.

Bibliografia

- Bauman Z., *Wieloznaczność nowoczesna, wieloznaczność wieloznaczna*, Warszawa 1995.
- Bauman Z., *Żyjąc w czasie pożyczonym*, Kraków 2020.
- Beck U., *Spółczesność ryzyka*, tłum. S. Cieśla, Warszawa 2002.
- Beck U., Żakowski J., *W szponach ryzyka*, „Polityka. Niezbędnik Inteligenta” 25 [2509] (2005), s. 4–8.
- Budziszewska N., *Anugita o wyzwoleniu*, [w:] *Krajobraz (nie)zależności. Literatura wobec wolności i zniewolenia na styku Orientu i Okcydentu*, A. Bednarczyk, M. Kubarek, M. Lewicka, M. Szatkowski (red.), Warszawa 2021, s. 32–39.
- Budziszewska N., *Mokszadharmaparwan*, Wrocław 2021.
- Cyboran L., *Jogasutry przypisywane Patañdzalemu i Jogabhaszja, czyli komentarz do Jogasutr przypisywany Wjasie*, Warszawa 2014.
- Czech F., *Spółczesność ryzyka a kultura strachu*, „Studia Socjologiczne” 4 [187] (2007), s. 59–85.
- Eliade M., *Historia wierzeń i idei religijnych*, tłum. S. Tokarski, t. 1, Warszawa 1988.
- Eliade M., *Szamanizm i archaiczne techniki ekstazy*, tłum. K. Kocjan, Warszawa 2011.
- Field T., *Yoga research review*, „Complementary Therapies in Clinical Practice” 24 (2016), s. 145–161.
- Flood G., *Hinduizm. Wprowadzenie*, tłum. M. Ruchel, Kraków 2008.
- Grabara M., *Hatha Yoga as a Form of Physical Activity in the Context of Lifestyle Disease Prevention*, „Polish Journal of Sport and Tourism” 24 (2017), s. 65–71.
- Hadot P., *Ćwiczenia duchowe i filozofia starożytna*, tłum. P. Domański, W. Klenczon, Warszawa 2019.
- Hatalska N., *Wiek paradoksów. Czy technologia nas ocali?*, Kraków 2021.
- HAVAS, *GEN 2020. O kondycji człowieka postpandemicznego*, <https://pap-media-room.pl/polityka-i-spolczenstwo/raport-havas-gen-2020-pandemia-wykszalcila-w-nas-gen-adaptacji> (dostęp: 12.02.2022).
- Infutureinstitute, *Wędrowcy. Raport o współczesnych nomadach*, <https://hatalska.com/2017/02/02/wedrowcy-raport-o-wspolczesnych-nomadach/> (dostęp: 20.02.2022).
- Kaelber W.O., *Tapas and Purification in Early Hinduism*, „Numen” 26 [2] (1979), s. 192–214.
- Kawula S., *Pedagogika społeczna w koncepcji społeczeństwa ryzyka*, „Kultura i Edukacja” 4 (2005), s. 32–42.
- Knipe D.M., *In the Image of Fire: Vedic Experiences of Heat*, New Delhi 1975.
- Knipe D.M., *One Fire, Three Fires, Five Fires: Vedic Symbols in Transition*, „History of Religions” 12 (1972), s. 28–41.
- Konecki K.T., „Ciało świątynią duszy”, czyli o procesie budowania tożsamości praktykującego hatha-jogę. *Konstruowanie prywatnej quasi-religii*, „Przegląd Socjologii Jakościowej” 8 [2] (2012), s. 64–111.
- Malamoud C., *Cooking the World: Ritual and Thought in Ancient India*, transl. D. White, Oxford 1996.
- Mallinson J., Singleton M., *Roots of Yoga*, London 2017.

- Marcinkowska-Rosół M., Sellmer S., *Studia nad „Hathapradipiką” Swatmaramy*, Poznań 2019.
- Monier-Williams M., *A Sanskrit-English dictionary: Etymologically and philologically arranged with special reference to Cognate indo-european languages*, Oxford 1899.
- Pandemia COVID-19 w Polsce. Perspektywa psychologiczna*, www.covid.psych.uw.edu.pl.
- Raport Human Power, *Stresodporni. Odporność psychiczna polskich organizacji 2020*, <https://humanpower.pl/stresodporni-odpornosc-psychiczna-polskich-organizacji-2020/> (dostęp: 12.02.2022).
- Ross A. et. al., *I am a Nice Person When I do Yoga!!! A Quantitative Analysis of How Yoga Affects Relationships*, „Journal of Holistic Nursing” 32 (2014), s. 67–77.
- Słownik mitologii hinduskiej*, B. Grabowska, T. Herrman, B.J. Koc (red.), Warszawa 2015.
- Stankiewicz P., *W świecie ryzyka. Niekończąca się opowieść Ulricha Becka*, „Studia Socjologiczne” 3 [190] (2008), s. 117–134.
- Stasińska A., *Czy joga może być „sztuką życia? Przegląd badań na temat jogi jako zjawiska społecznego*, „Przegląd Socjologii Jakościowej” 16 [4] (2020), s. 170–190.
- Suwada K., *Jak nazwać współczesność? problem konceptualizacji płynnej nowoczesności Zygmunta Baumana, drugiej nowoczesności Ulricha Becka i późnej nowoczesności Anthony’ego Giddensa*, „Kultura i Edukacja” 3 (2007).
- Toffler A., *Zmiana władzy. Wiedza, bogactwo i przemoc u progu XXI wieku*, tłum. P. Kwiatkowski, Poznań 2003.
- Tooze A., *The Sociologist Who Could Save Us From Coronavirus*, <https://foreignpolicy.com/2020/08/01/the-sociologist-who-could-save-us-from-coronavirus>.
- UAM, *Życie codzienne w czasach pandemii. Raport z drugiego etapu badań*, 2020, http://socjologia.amu.edu.pl/images/pliki/Zycie_codzienne_w_czasach_pandemii._Raport_z_drugiego_etapu_badan_wersja_pe%C5%82na.pdf.
- United Nations, *COVID-19 and the Need for Action on Mental Health*, https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/un_policy_brief-covid_and_mental_health_final.pdf.