

Yogaen som kampsport

Mit møde med yogaen var en lidet glamourøs affære. Den varede et par dage midt i 90'erne og ebbede ud i vægelsind, ledsmerter og almindelig dovenskab. Jeg var ankommet til McLeod Ganj i Himalaya, et fast stop på den nordlige backpackerrute og et populært eksil fra lavlandets støv, varme og snavs. Desuden var der næsten ingen indere i McLeod Ganj, kun en masse introverte tibetanere. Ikke overraskende var byen et tilløbsstykke for turister, et af de mest populære steder i Himalaya. McLeod Ganj var en ferie i ferien, her kunne man holde fri fra inderne.

Jeg har aldrig været spirituelt orienteret, det tætteste er nok en stærk puritansk åre (nogen vil sige "nærig"), som førte mig rundt i Asien på et skrabet budget. Men her i Dalai Lamaens hjemby tænkte jeg, at tiden var inde til lidt yoga. Og der var masser af muligheder: Hatha. Asthanga. Iyengar.

Jeg startede med hatha, som instruktøren fortalte mig var den ældste og mest autentiske yoga af dem alle, og dermed også den mest effektive. Men det var asthanga også, fik jeg at vide lidt længere nede af gaden, og tilmed den mest dynamiske. Det lød godt, lige indtil jeg kiggede ind til Iyengar-skolen. "Glem de to andre..." sagde instruktøren "... Iyengar er den mest præcise yogaform". Underforstået, den mest ægte og effektive. Forvirringen var total, deres eneste fællesnævner var en kappestrid om hvem der var mest autentisk og effektiv. Men hvorfor? Og til hvad? Det gav ikke mening.

De bange anelser blev bekræftet mange år senere, da jeg læste en anmeldelse af bogen "Yoga Body", som byggede på en Ph.D. skrevet af en praktiserende yogaudøver.[\[1\]](#) Her påviste forfatteren, at den moderne yoga i virkeligheden var en blanding af vestlig bodybuilding, britiske militærøvelser og skandinavisk gymnastik tilsat orientalsk mystik og indisk nationalisme. Manden bag det skandinaviske bidrag var den

erklærede nazist Niels Bukh, der i 1920 udviklede den "Primitive Gymnastik" på Ollerup højskole på Sydfyn.

Var yogaen virkelig en konstruktion? En kulturel bastard? Snyd og bedrag? Bogen skabte røre på begge sider af det spirituelle plankeværk, både blandt kynikerne, som mente at det esoteriske var et blændværk, og blandt puristerne, som mente at den rene yoga var blevet besudlet af vestens tentakler. Men begge parter var galt afmarcheret, mente bogens forfatter. Man skulle ikke lade sig forblænde af egen idealisme, men i stedet værdsætte det lys yogaens historie kastede over Indiens historie. Mere herom senere, først lidt forhistorie.

Yogaen består af en række stillinger, de såkaldte "asanas", som på sanskrit betyder "at sidde ned". Den oprindelige yoga bestod af den klassiske lotusstilling og havde det ene formål at muliggøre lange perioder med meditation, som var forudsætningen for det store mål. Oplysning. Mokhsa. Senere opstod flere asanas, som sigtede mod at forbedre kroppens smidighed. Men målet var det samme, og yogaen var blot et middel.

I løbet af 1920'erne fik yogaen et nyt mål. At styrke kroppen, så indere kunne kæmpe mod kolonimagten. Det var ikke alle indere, der delte Gandhis vision om passiv modstand, mange ønskede oprejsning efter tohundrede års britisk undertrykkelse, de ønskede at bekæmpe kolonimagten med våben i hånd.

Det var en trang, som i høj grad flugtede med tidsånden i Europa, at man skulle gøre sig fortjent til frihed. Inderne skulle være stærke og sætte et endeligt punktum for forestillingen om den svage og underdanige hindu, en fortælling som briterne havde mejslet ind i den indiske folkesjæl og som mange indere havde overtaget, især blandt hindunationalisterne.

Inderne blev tændt af samme kropskult, som herskede i Europa.

Drømmen om en sund sjæl i et stærkt legeme, som både Niels Bukhs "primitive gymnastik" og den gryende "muskelkult" (den tidlige bodybuilding) var et udtryk for. Overalt i Indien skød idrætsklubber op, og næsten alle instruktørerne var tidligere soldater fra den britiske-indiske hær.

Det var dem, der udbredte Bukhs gymnastik i Indien, for det var den metode, de selv var blevet trænet i. Det var fast pensum i den britiske hærs officielle træningsprogram; alsidig, effektiv og – fordi det ikke krævede udstyr – velegnet til store grupper. Bukhs øvelser var aerobic-lignende bevægelser, som i forbløffende grad minder om de moderne asanas.

Det var på det tidspunkt, i 1920'erne og 30'erne, at yogaen for alvor fik sin renæssance og ændrede form. Forandringen kan især spores tilbage til to herrer; Ghosh og Iyer, der begge var yogier og bodybuildere og, for Iyers vedkommende, ansat ved maharajaens palads i Mysore samtidig med den moderne yogas største pioner, Krishnamacharya. De var kolleger og venner, og de udviklede yogaen i fællesskab.

Men Ghosh og Iyer var også glødende nationalister, og så yogaen som et våben mod briternes åg. Tilmed et våben af indisk oprindelse. Yogaskoler blev det vigtigste dække for militante kampceller og yogainstruktører rejste landet rundt og instruerede i kampteknikker og fysiske øvelser, ofte forklædt som omvandrede guruer, så de ikke blev spottet af det britiske politi. Og således genopstod yogaen som hindunational kampsport. Siden har den ændret sig yderligere.

Og heri ligger historiens vigtigste pointe, at forestillingen om det kulturelt autentiske er en illusion. Som Salman Rushdie sagde: Kulturen har ikke rødder, kun fødder. Også yogaen, som har vandret fra øst til vest og tilbage igen og tilpasset sig nye tiders behov.

En gang var yogaen et middel til spirituel frigørelse. Siden

blev det en drivkraft bag den nationale vækkelse. I dag er yoga hverken mystisk eller undergravende, men noget som bruges af den brede befolkning for at holde sig oprejst i en travl hverdag. Yoga er blevet målrettet, kommercielt og handlingsorienteret. Yogaen er fulgt med tiden.

[\[i\]](#)Mark Singleton, Yoga Body: The Origins of Modern Posture Practice